

МИНОБРНАУКИ РОССИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ  
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ  
ИМЕНИ Н.Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»

Кафедра социальной психологии образования и развития

**ИНДИВИДУАЛЬНО-ЛИЧНОСТНЫЕ ФАКТОРЫ АКАДЕМИЧЕСКОЙ  
РЕЗИЛЬЕНТНОСТИ СТУДЕНТОВ**

АВТОРЕФЕРАТ  
ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЫ  
МАГИСТЕРСКОЙ РАБОТЫ

студентки 2 курса 244 группы  
направления 44.04.02 Психолого-педагогическое образование,  
профиля подготовки «Диагностика и коррекция психического развития»  
факультета психолого-педагогического и специального образования

**БЕСХМЕЛЬНОВОЙ ОЛЕСИ ВЛАДИМИРОВНЫ**

Научный руководитель

канд. психол. наук, доцент \_\_\_\_\_

Н.М. Голубева

Зав. кафедрой

доктор психол. наук, профессор \_\_\_\_\_

Р.М. Шамионов

Саратов 2024

## ВВЕДЕНИЕ

В современном мире высоко ценятся специалисты, которые способны эффективно приспосабливаться к изменяющимся, порой сложным или даже непредсказуемым условиям и ситуациям. В психолого-педагогической литературе такая способность адаптации и устойчивости к жизненным испытаниям обозначается термином "резильентность".

Резильентность определяется как способность к быстрой адаптации в непредсказуемых и трудных жизненных ситуациях. Другими словами, это способность к продуктивному использованию своей внутренней энергии для движения вперед в сложных жизненных обстоятельствах. Особенно это касается студентов, которые находятся на этапе формирования личности и профессиональной идентичности. Важность данного исследования обусловлена необходимостью дальнейшего и непрерывного изучения индивидуально-личностных факторов резильентности, а также их влияния на способность студентов справляться с академическими трудностями в динамично меняющейся образовательной среде организации высшего образования.

Методологической базой данного исследования послужили работы Б.Г. Ананьева по исследованию «жизнестойкости» с точки зрения системного подхода, как общую способность человека к эффективному функционированию. В личностном подходе к понятию резильентности, выделяются труды Ф.И. Валиевой, Л.В. Бударинной, И.А. Хоменко. Такие исследователи как Л.Б. Райхельгауз, Ф. И. Валиева, М. Rutter, N.Garmezy, G. Bonanno, M. Dumont, E. Miller, J. Steward рассматривали резильентность как поступательное движение через трудности к эффективным поведенческим стратегиям.

В трактовке международных мониторинговых прикладных исследований качества образования академическая резильентность определяется как способность учащихся из семей с низким социально-

экономическим статусом показывать высокие академические результаты (Т. Agasisti, J. Coleman, J. Steward).

Академическая резильентность развивается на всех этапах образования человека, но наибольшую актуальность её развитие приобретает на этапе завершения общего образования и поступления в профессиональные образовательные организации, поскольку именно в этот период способность личности к преодолению затруднений (на итоговом экзамене в школе и при адаптации к новым форматам обучения в вузе) становится ключевой характеристикой и предиктором успешности социального становления.

**Актуальность** темы данного исследования обусловлена тем, что индивидуально-личностные факторы резильентности студентов заслуживают детального изучения, поскольку они могут играть решающую роль в успешной адаптации к академической среде и будущей профессиональной деятельности. Кроме того, понимание факторов, влияющих на академическую резильентность, позволяет создавать целенаправленные программы поддержки, которые могут улучшить общее благополучие студентов.

**Объект** исследования: академическая резильентность студентов.

**Предмет** исследования: индивидуально-личностные факторы академической резильентности студентов.

**Цель** исследования: изучить индивидуально-личностные факторы академической резильентности студентов.

Для реализации поставленной цели были сформулированы следующие **задачи**:

Теоретические задачи:

- провести теоретическое исследование по проблеме индивидуально-личностных факторов академической резильентности студентов в образовательной среде

- проанализировать современные исследования по академической резильентности в психологии и педагогике;

- проанализировать исследования по индивидуально-личностным факторам и их влиянию на академическую резильентность студентов.

Методические задачи:

- подобрать и обосновать комплекс диагностических методик с целью изучения индивидуально-личностных факторов и их влиянию на академическую резильентность студентов на репрезентативной выборке представителей учащейся молодёжи вуза.

Эмпирические задачи:

- диагностировать индивидуально-личностные факторы резильентности у студентов;

- эмпирически исследовать индивидуально-личностные факторы резильентности у студентов;

- подготовить практические психолого-педагогические рекомендации для повышения академической резильентности студентов в образовательной среде вуза.

**Гипотеза** исследования заключается в том, что существует взаимосвязь между индивидуально-личностными характеристиками студентов и академической резильентностью студентов. В частности,

- резильентность формируется в связи с внутренней мотивацией (познавательная, достиженческая, мотивация саморазвития);

- резильентность студентов опирается на копинг поведение в стрессовой ситуации, ориентированной на решение задачи (сконцентрироваться на проблеме и ее решить) и эмоции (находясь в стрессе, переживает эмоциональный взрыв и ощущает широкий спектр чувств);

- факторы самоорганизации студентов, такие как умение планировать, иметь четкие цели, быть настойчивым и уметь оценивать свои действия, положительно связаны с такими аспектами академической резильентности, как настойчивость, способность к рефлексии и умение адаптивно искать помощь;

- индивидуально-личностные характеристики личности, такие как общительность, уровень привязанности, способность контролировать себя, стойкость к стрессу и выраженность эмоций, имеют отрицательную связь с академической резильентностью студентов, включая их настойчивость, способность к рефлексии и умение адаптивно искать помощь.

Для решения поставленных задач и проверки сформулированной гипотезы использовались следующие методы исследования:

1. теоретические (изучение литературных источников по проблеме исследования);
2. эмпирические (психологическая диагностика - тестирование);
3. математико-статистические (описательные статистики, корреляционный анализ по методу парных корреляций Спирмена, факторный анализ.

Математическая обработка эмпирических данных проводилась с помощью пакета «MS Excel 2013», программы статистической обработки данных «SPSS 24.0».

#### **Этапы эмпирического исследования:**

1. На подготовительном этапе была сформирована выборка исследования, и подобран психодиагностический инструментарий, с целью изучения индивидуально-личностных факторов академической резильентности. Диагностический инструментарий состоит из пяти методик, направленных на изучение указанных параметров.

2. На диагностическом этапе было проведено психодиагностическое исследование испытуемых с последующим занесением данных психодиагностики в таблицу исходных данных, произведена обработка данных по ключам.

3. На этапе обработки данных, произведен количественный и качественный анализ, математические и статистические расчеты, а также их интерпретация.

4. На заключительном этапе исследования, были сформированы выводы и рекомендации по проведенному эмпирическому исследованию.

Для решения цели и задач выпускной квалификационной работы в качестве диагностического исследования были использованы следующие методики:

1. Опросник «Шкалы академической мотивации» (ШАМ), Т.О. Гордеева, О.А. Сычев, Е.Н. Осин;

2. Копинг-поведение в стрессовых ситуациях (С. Норман, Д.Ф. Эндлер, Д.А. Джеймс, М.И. Паркер; адаптированный вариант Т.А. Крюковой);

3. Шкала академической резильентности (ARS-30) С. Кэссиди;

4. Опросник самоорганизации деятельности (ОСД) Е. Ю. Мандриковой;

5. Тест Большая пятерка (Big five). Пятифакторный личностный опросник (Р. МакКрае, П. Коста).

**Эмпирическая база исследования:** исследование проводилось на базе Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Саратовский национальный исследовательский государственный университет имени Н.Г. Чернышевского». В исследовании приняло участие 51 человек из них и 48 девушек и 3 юношей. Средний возраст представителей выборки – 24 года.

**Практическая значимость:** заключается в том, что результаты исследования могут быть использованы для разработки программ поддержки студентов, направленных на укрепление их академической резильентности. Понимание индивидуально-личностных факторов, влияющих на способность студентов справляться с учебными вызовами, позволит учебным заведениям и педагогам создать более эффективные стратегии поддержки и развития студенческих ресурсов. Результаты исследования также могут быть полезны при разработке психологических тренингов и консультирования студентов, направленных на укрепление их психологической устойчивости и успешного

преодоления учебных трудностей. Таким образом, данная работа имеет практическую значимость для образовательной практики и психологической поддержки студентов.

Структура выпускной квалификационной работы: выпускная квалификационная работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка использованных источников, который включает 64 научных публикаций по теме исследования. В тексте работы содержится 11 таблиц. Общее количество страниц – 70.

Приложение содержит содержание методик, использованных в исследовании, протокол эмпирического исследования и результаты статистического корреляционного анализа эмпирических данных.

## **ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ИНДИВИДУАЛЬНО-ЛИЧНОСТНЫХ ФАКТОРОВ АКАДЕМИЧЕСКОЙ РЕЗИЛЬЕНТНОСТИ СТУДЕНТОВ**

При написании выпускной квалификационной работы для решения поставленных задач и проверки гипотезы исследования было проведено эмпирическое исследование, в котором приняли участие 51 студент факультета психолого-педагогического и специального образования дневного и заочного отделений для сравнения и оценки влияния личностных факторов на академическую резильентность студентов, было проведено тестирование для измерения выраженности и типа мотивации к учебной деятельности, а также выявления диагностики состояний и свойств личности, которые имеют первостепенное значение для процесса социальной адаптации и регуляции поведения и оказывают влияние на академическую резильентность, обработаны результаты, сделаны выводы.

Для проведение собственного эмпирического исследования, были тщательно изучены разнообразные методики, изучающие личностные факторы респондентов. Был подобран комплекс диагностических методик в количестве пять штук, в том числе новую методику С.Кэссиди Шкала

Академической Резильентности. Также была подобрана репрезентативная выборка студентов в возрасте от 18 до 50 лет.

После проведенного исследования, все результаты тестов были обработаны и интерпретированы. После проведения корреляционного анализа, а также факторного анализа, были описаны взаимосвязи между индивидуально-личностными факторами, и компонентами академической резильентности.

Мы установили, что самую высокую значимость корреляций можно зафиксировать между шкалами рефлексия, настойчивость (Шкала Академической Резильентности) и шкалами внутренней мотивации: познавательной мотивации, мотивации достижений и мотивацией саморазвития (Шкала Академической Мотивации Т.О. Гордеевой). То есть, люди, склонные к настойчивости и рефлексии в ходе обучающего процесса, имеют очень высокую внутреннюю мотивацию. Таким образом, можно сделать вывод, о том, что внутренняя мотивация является важнейшим компонентом академической резильентности. В то же время, негативно влияют на академическую резильентность такие шкалы как экстернальная мотивация и амотивация. То есть принуждение социума к учебной деятельности и, соответственно, отсутствие интереса и ощущения осмысленности учебной деятельности – это не то, что помогает студентам справляться с учебной деятельностью.

Исходя из корреляции шкал Академической Резильентности и показателей опросника диагностики копинг-поведения в стрессовых ситуациях, мы можем заключить, что люди, выбирающие при стрессовых ситуациях в учебе, копинг поведение - решение задачи и избегание, в том числе социальное отвлечение, имеют более высокую академическую резильентность. То есть для того, чтобы был ресурс для эффективного разрешения сложившейся ситуации, студентам необходимо временно отвлечься. Кроме того, положительная корреляция между шкалами отрицательный аффект и эмоциональная реакция, и копинг поведение –



эмоции, говорит о том, что эмоции, зачастую негативно окрашенные, гнев, например, крайне негативно сказываются на академической резильентности.

Как показывает корреляционный анализ, человек, проявляющий настойчивость и рефлексию как показатели академической резильентности, склонны к планомерности, целеустремленности и фиксации при организации своей деятельности. У студентов, обладающих высоким уровнем настойчивости и целеустремленности при организации своего обучающего процесса, вероятнее всего, будет более ясный и четкий план действий, направленный на достижение успеха в учебе. Такие студенты, скорее всего, будут тщательно планировать свои учебные задачи и последовательно следовать этим планам. Настойчивость может быть ключевым фактором, мотивирующим студентов к постоянной и систематической работе над достижением своих учебных целей. Эта настойчивость, сочетаемая с планомерностью, может способствовать более эффективному использованию времени и ресурсов для учебы. Тем не менее положительная взаимосвязь между отрицательным аффектом и эмоциональной реакцией и настойчивостью как самоорганизация деятельности, говорит о том, что чрезмерная настойчивость и желание обязательно довести начатое до конца, может вызвать негативные эмоции, и, в свою очередь, отрицательно влияет на резильентность.

Самые интересные результаты, с нашей точки зрения, были выявлены в ходе корреляционного анализа, между шкалами академической резильентности и Пятифакторного опросника личности (Big five). Такие показатели, как выраженная экстраверсия, привязанность, самоконтроль и экспрессивность, крайне отрицательно влияют на шкалы резильентности настойчивость, рефлексия и адаптивный поиск помощи, что, в свою очередь, показывает нам, что они снижают академическую резильентность. Из всех шкал Big Five только эмоциональная устойчивость сказывается позитивно. Согласно исследованию, можно сделать вывод, что академическая резильентность присуща следующим студентам: более интровертированным,

которые делают опору на собственные силы и желания, чем на взгляды других людей; более обособленным, которые стремятся быть более независимыми и самостоятельными; более импульсивным, для которых характерны естественность поведения, беспечность, склонность к необдуманному поступкам; более практичным, которые трезво и реалистично смотрят на жизнь, верят в материальные ценности больше, чем в отвлеченные идеи; и более эмоционально устойчивым, самодостаточным, уверенным в своих силах, эмоционально зрелым, смело смотрящим в лицо фактам, спокойным, постоянным в своих планах и привязанностях, не поддающимся случайным колебаниям настроения.

С целью определения индивидуально-личностных факторов академической резильентности студентов, объединяющих показатели академической резильентности, академической мотивации, копинг поведения при стрессе, самоорганизации деятельности и личностных факторов, был проведен факторный анализ. Были выявлены следующие факторы: Фактор 1 – «Высокая мотивация и автономность при способностях к рефлексии», Фактор 2 – «Прагматичная осознанная стратегия при столкновении с академическими трудностями», Фактор 3– «Импульсивность и низкий самоконтроль при высокой амбициозности и ригидности», Фактор 4 – «Аффективность, подрывающая академическую резильентность», Фактор 5 – «Внешняя учебная мотивация, не способствующая академической резильентности».

Самый значимый для нашего исследования – Самый значимый для нашего исследования – Фактор № 2 с дисперсией 13,1% называется «Прагматичная осознанная стратегия при столкновении с академическими трудностями» (высокие факторные нагрузки, таких как решение задач, избегание, отвлечение, социальное отвлечение при выборе копинг поведения при стрессе, плановость при выборе самоорганизации деятельности, а также настойчивость и рефлексия при анализе академической

резильентности), включил в себя 7 показателей,. Рассмотрим самые важные из параметров.

Этот фактор объединяет характеристики, связанные с прагматизмом, обдуманностью, широтой использования доступных средств и инструментов для преодоления трудностей, структурностью и автономией. К ним относится большинство показателей методики Копинг-поведение в стрессовых ситуациях в адаптации Т.Л. Крюковой, одна шкала методики Опросник самоорганизации деятельности (ОСД) Е. Ю. Мандриковой и большинство шкал опросника академической резильентности С. Кэссиди в адаптации Ю.В. Постыляковой. Выбор копинг поведения – избегание, со субшкалами отвлечение и социальное отвлечение, это защитный механизм, запускающий абстрагирование от проблемы. Студенты могут переключиться на другие дела, стремление находиться в группе людей, игнорируя критическое. Такой подход снижает нагрузку на нервную систему, предохраняя ее от перенапряжения. В совокупности с копинг стратегией – решение задач при стрессе представляет собой активный, осознанный и агрессивный подход.

В этот фактор также входит характеристика, такая как повышенная деятельность, которая подстегивается стрессом. Если объединить все эти факторные характеристики, мы получим студентов, которые при появлении стрессовых ситуаций в академической деятельности, будут склонны снижать напряжение в психике через общение с окружающими для дальнейшего разрешения ситуации, что способствует академической резильентности. Учитывая, что в данный фактор дополнительно входят показатели планомерности как способ самоорганизации личности и 2 показателя высокой академической резильентности, такие как настойчивость и рефлексия, можно сделать вывод о том, что стратегию избегание и отвлечение студенты выбирают осознанно и постоянно. Именно эта стратегия является, с нашей точки зрения, самым важным фактором академической резильентности, так как она практична, осознаваема и

приводит к результату. Отвлечься в момент академической неудачи, пообщаться с друзьями, например, является вполне эффективной стратегией, так как после этого появляется ресурс для планомерного и настойчивого решения учебной задачи.

Фактор № 1 – фактор можно назвать так: «Высокая мотивация и автономность при способностях к рефлексии» (дисперсия 28,4%). В него вошли сильно выраженная внутренняя мотивация (познавательная мотивация, мотивация достижения и саморазвития), внешняя мотивация (мотивация самоуважения), чуть слабее рефлексия, и высокая отрицательная экстернальная мотивация, амотивация, привязанность (т.е. высокая обособленность из Big-5), включает 8 показателей. Самые важные параметры этого фактора относятся к большинству показателей опросника Шкалы Академической Мотивации (7 параметров из 8), один к Пятифакторному Опроснику личности (Big five), и еще один к показателю Академической резильентности С.Кэсседи. Получается Фактор №1 положительно связан со всеми параметрами внутренней мотивации (познавательная, достижения и саморазвития), одним параметром внешней мотивации (самоуважения), с одним показателем академической резильентности – рефлексия и адаптивный поиск помощи, и отрицательно связан с тремя показателями - экстернальной мотивации и амотивация, а также с показателем привязанности как индивидуально-личностный фактор (то есть положительно связан с обособленностью). Это можно интерпретировать, что данный фактор академической резильентности студентов включает в себя осмысленный интерес к учебной деятельности и очень высокую внутреннюю и внешнюю мотивацию. Студенты стремятся понимать учебный материал, достигать высоких результатов, развивать свои способности и потенциал. Им важно учиться ради самосовершенствования и улучшения самооценки через достижение успехов, а не из-за внешних стимулов или страха перед наказаниями. Эти студенты имеют именно мотивацию к учебе, а не просто следуют внешним требованиям. К этой осознанной мотивации добавляется

параметр стремления человека быть независимым и самостоятельным, быть дистанцированным по отношению к другим, а также быть осведомленным и размышляющим о своих сильных и слабых сторонах, в изменении подходов к обучению, в поиске помощи, поддержки и поощрения. То есть студенты, которые обладают осознанной мотивацией, самостоятельностью и умением менять подход к учебе, имеют высокой уровень резильентности.

## **ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

Академическая резильентность, являясь ключевым фактором успешного обучения, представляет собой один из важнейших объектов исследования в различных научных дисциплинах. Нам показалось интересным выявить индивидуально-личностные факторы, определяющие академическую резильентность, проявляющуюся в процессе обучения и способствующую или препятствующую ее продуктивности.

Таким образом, актуальность темы данного исследования обусловлена тем, что индивидуально-личностные факторы резильентности студентов заслуживают детального изучения, поскольку они могут играть решающую роль в успешной адаптации к академической среде и будущей профессиональной деятельности. Кроме того, понимание факторов, влияющих на академическую резильентность, позволяет создавать целенаправленные программы поддержки, которые могут улучшить общее благополучие студентов.

Наконец, был составлен список психолого-педагогических рекомендаций для повышения академической резильентности, придерживаясь которых можно своевременно выявлять студентов, с низким уровнем резильентности и предотвращать возникновение проблем в учебном процессе, можно помочь студентам развить эффективные стратегии борьбы со стрессами и негативными эмоциями, а также способствовать формированию положительной самооценки и внутренней мотивации к обучению, что увеличивает успеваемость и самостоятельность в получении знаний.