

## ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ ЖИЗНЕСТОЙКОСТИ У СТУДЕНТОВ МЛАДШИХ И СТАРШИХ КУРСОВ

*Кузьмин Михаил Юрьевич*

*Аспирант*

*Иркутский государственный университет, Факультет психологии, Иркутск, Россия*

*E-mail: kuzmin-mu@mail.ru*

Проблема жизнестойкости личности привлекает в последние годы внимание исследователей как в зарубежной, так и в отечественной психологии. Учение о данном качестве личности, было предложено С. Мадди в начале 80-х годов XX века. Согласно его гипотезе, жизнестойкость состоит из трех аттитюдов: вовлеченности (включенности), контроля и вызова (принятия риска). Вовлеченность или включенность (commitment) определяется им как «убежденность в том, что включенность в происходящее дает максимальный шанс найти нечто стоящее и интересное для личности». Наоборот, отсутствие такой убежденности порождает чувство отвергнутости, покинутости. Аттитюд контроля (control) представляет собой убежденность в том, что борьба позволяет влиять на результаты происходящего, пусть и без гарантии. Наконец, аттитюд вызова или принятия риска (challenge) представляет собой убежденность человека в том, что любые изменения вокруг способствуют его развитию, неважно, позитивны они или негативны [4].

Многочисленные исследования жизнестойкости направлены на выяснение ее связи с различными явлениями психической жизни; часть из них связана с установлением зависимости специфики жизнестойкости от социальной принадлежности, образования, половозрастных особенностей личности. Хотя С. Мадди показал, что жизнестойкость прямо не связана с уровнем образования или интеллектуального развития личности [4], в случае с рядом других характеристик ситуация не столь однозначна. Т. В. Наливайко указывает, что жизнестойкость личности увеличивается с возрастом [5]. Отчасти такую зависимость от возраста объясняет Д. Кошаба. По ее мнению, отличительной особенностью жизнестойкости является умение расширять контекст при возникновении стрессовой ситуации. Логично будет предполагать, что с возрастом и, соответственно, с опытом для личности открывается больше возможностей обучиться умениям, составляющим суть жизнестойкости [4].

Кроме того, существует специфика в проявлении жизнестойкости и в зависимости от группы, членом которой является личность. Например, М. В. Логинова указывает, что содержание жизнестойкости у студентов разных форм обучения имеет различия, которые проявляются в соотношении компонентов жизнестойкости. Так, у студентов дневной формы обучения более выражено «принятие риска» и слабо – «вовлеченность»; у студентов заочной формы доминирует шкала «вовлеченность» и менее – шкала «принятие риска» [3].

На наш взгляд, специфика проявлений жизнестойкости у студентов младших и старших курсов может оказаться важной для понимания динамики протекания у них кризиса социальной идентичности, что, в свою очередь, может определять особенности формирования профессиональной идентичности.

Таким образом, целью нашего исследования было изучение особенностей проявления жизнестойкости и ее аттитюдов у студентов младших и старших курсов.

Объектом нашего исследования стали особенности проявления жизнестойкости, предметом - особенности проявления жизнестойкости и ее аттитюдов у студентов младших и старших курсов.

Для диагностики особенностей проявления жизнестойкости мы использовали Тест жизнестойкости и методика СЖО. Тест жизнестойкости представляет собой адаптацию опросника Hardiness Survey, разработанного американским психологом Сальваторе Мадда и его коллегами. Адаптация проводилась Д. А. Леонтьевым и Е. И. Рассказовой [2]. Тест смысложизненных ориентаций Д. А. Леонтьева является адаптированной версией теста «Цель в жизни» Дж. Крамбо и Л. Махолика/ Адаптация русскоязычной версии теста была выполнена К. Муздыбаевым. Версия Муздыбаева была взята за основу Д.А. Леонтьевым при разработке теста Осмысленности жизни (ОЖ), на базе которого в дальнейшем был создан опросник СЖО [1].

Выборку исследования составили 256 студентов различных курсов и специальностей ИГУ. Обработка полученных данных проводилась при помощи U-критерия Манна-Уитни.

На первом этапе исследования мы сравнили средние значения шкал Теста жизнестойкости и методики СЖО, полученных на всей выборке, с нормативными результатами. Оказалось, что полученные данные как по методике СЖО, так и по Тесту жизнестойкости несколько выше нормативных, однако, с учетом стандартного отклонения, укладываются в пределы нормы.

В соответствии с нашим предположением, и Тест жизнестойкости и методика СЖО направлены на изучение сходного набора личностных свойств, которые можно обозначить как жизнестойкость. Косвенно это подтверждает и сам Д. А. Леонтьев, приводя корреляционную матрицу, где результаты по данным методикам показывают тесную положительную связь друг с другом по всем шкалам. Согласно результатам, полученным нами на имеющейся выборке такая связь между шкалами Теста жизнестойкости и методики СЖО так же существует и является достаточно тесной.

Мы разделили выборку студентов на две части, в зависимости от курса обучения. В группу студентов младших курсов вошли студенты 1-2 курса, в группу студентов старших курсов – студенты преимущественно 4-го и 5-го курса. При этом обнаружилось, что средние значения по различным шкалам Теста жизнестойкости и методики СЖО в целом между группами существенно не различаются. Наибольшие отличия демонстрируют такие шкалы, как Локус-контроль Я, Локус-контроль Жизнь методики СЖО и шкалы Жизнестойкость и Контроль методики Тест жизнестойкости. В обоих случаях выраженность показателей по данным шкалам у студентов младших курсов оказывается ниже, чем у студентов старших курсов.

Проведенный анализ с использованием U-критерия Манна-Уитни выявил ряд значимых различий между данными группами по особенностям распределения различных шкал Теста жизнестойкости и методики СЖО. Так, между группой студентов младших и группой студентов старших курсов существуют значимые различия в степени выраженности таких шкал Теста жизнестойкости, как Жизнестойкость и Контроль ( $U=482$  и  $U=425$ ,  $p<0.05$ ) и таких шкал методики СЖО, как Локус контроль – Я и Локус контроль – Жизнь ( $U=358$  и  $U=328$ ,  $p<0.01$ ). Контроль представляет собой убежденность в

том, что борьба позволяет повлиять на результат происходящего. Сходные особенности личности отражают убежденность личности в том, что он является хозяином жизни, обладающим достаточной свободой выбора, а так же убежденность в том, что человеку дано контролировать свою жизнь, свободно принимать решения и воплощать их в жизнь. Таким образом, можно сказать, что юноши и девушки младших курсов демонстрируют сравнительно менее выраженную жизнестойкость, а так же менее склонны брать на себя ответственность за свою жизнь.

Вместе с тем, отсутствуют значимые различия в выраженности между данными группами по другим шкалам. На наш взгляд, это обусловлено следующими обстоятельствами. Поскольку жизнестойкость является преимущественно социально приобретаемым качеством, можно предположить, что часть студентов младших курсов уже обладают выраженной жизнестойкостью. Наоборот, у лиц студентов старших курсов она может быть понижена по ряду причин. Действительно, ведь данные Н. В. Наливайко фиксируют только закономерность увеличения выраженности качества жизнестойкости с возрастом [5] Скорее, следует предполагать, что среди лиц с низкой выраженностью качества жизнестойкости будут преобладать молодые люди юношеского возраста.

Руководствуясь последним соображением, мы, используя средний показатель по всей выборке и стандартное отклонение, выделили группу лиц с низкой выраженностью качества жизнестойкости. Полученные данные затем были подвергнуты анализу с помощью U-критерия Манна-Уитни.

Согласно полученным данным, были обнаружены значимые различия в выраженности всех шкал методик Тест жизнестойкости и СЖО у студентов старших и младших курсов. Таким образом, студенты младших курсов со сравнительно низкой выраженностью жизнестойкости обладают так же сравнительно низкой выраженностью жизнестойкости и ее компонентов по сравнению со студентами старших курсов.

Для сравнения мы так же проанализировали результаты лиц, проявивших сравнительно большую выраженность жизнестойкости, стремясь установить, существуют ли в этой группе различия между юношами и девушками младших и старших курсов

Согласно полученным данным, между студентами старших и младших курсов, проявляющими сравнительно большую выраженность качества жизнестойкости относительно всей выборки, обнаружены значимые различия в выраженности шкал Теста жизнестойкости и методики СЖО: по шкалам Процесс и ОЖ ( $U=155$  и  $U=149$ ,  $p<0.01$ ) и по шкалам Жизнестойкость и Принятие риска ( $U=194$  и  $U=172$ ,  $p<0.01$ ). Оказалось, что в целом студенты младших курсов проявляют менее выраженную жизнестойкость и результат по шкале ОЖ с лицами более старшего возраста в группе, где это качество сравнительно выше. Вместе с тем, хотя юноши и девушки младших курсов сравнительно меньше удовлетворены процессом своей жизни, восприятием его как интересного, эмоционально насыщенного, они в большей мере, чем студенты старших курсов принимают риск, готовы использовать негативные моменты как шанс. Первое обстоятельство, на наш взгляд, можно объяснить тем, что студенты более старшего возраста уже обладают рядом профессиональных навыков и качеств, позволяющих им начать трудовую деятельность. Соответственно, они могут реализовывать полученные ими знания и навыки, что, в свою очередь, ведет к удовлетворенности процессом жизни и к повышению ее эмоциональной насыщенности. Второе же обстоятельство, по нашему мнению, характеризует то преимущество, которым обладают студенты младших курсов при сравни-

тельно меньшей выраженности жизнестойкости относительно студентов более старшего возраста: готовность по-другому воспринимать риск и идти на него.

Резюмируя, следует отметить, что существует специфика в выраженности жизнестойкости у студентов младших и старших курсов. Студенты старших курсов демонстрируют сравнительно более выраженную убежденность в том, что борьба позволяет повлиять на результат происходящего, склонны считать себя хозяевами жизни и стараются ее контролировать.

Кроме того, среди лиц с низкой выраженностью жизнестойкости значимые различия между старших и младших курсов существуют по всем шкалам методик Тест жизнестойкости и СЖО. Наоборот, среди лиц с высоким уровнем жизнестойкости были обнаружены различия в выраженности таких шкала, как Процесс и ОЖ методики СЖО и Жизнестойкости и Принятия риска Теста жизнестойкости. Студенты младших курсов с выраженной жизнестойкостью оказываются более склонными воспринимать любой опыт, полученных в ходе жизни, как ценный урок.

### **Литература**

1. 1. Леонтьев Д. А. – Тест смысло-жизненных ориентаций (СЖО). 2-е изд. – М.: Смысл, 2006. – 18 с.
2. 2. Леонтьев Д. А., Рассказова Е. И. – Тест жизнестойкости. – М.: Смысл, 2006. – 63 с.
3. 3. Логинова М. В. - Психологическое содержание жизнестойкости личности студентов Автореферат дисс. канд. психол. наук. Москва, 2010. - 24 с.
4. 4. Мадди С. - Жизнестойкость, ее диагностика и тренинг, 2002// Ин-т экзистенциальной психологии и жизнетворчества, 2 CD.
5. 5. Наливайко Т. В. – Исследование жизнестойкости и ее связей со свойствами личности: Автореферат дисс. канд. психол. наук. Ярославль. 2006. - 27 с