

**Базовые убеждения как основа для развития личностного потенциала**

**Шухлова Ю.А.<sup>1</sup>, Шульгина А.Л.<sup>2</sup>**

1 - Томский государственный университет, Факультет психологии, 2 - Томский государственный университет, Факультет психологии, Томск, Россия

E-mail: ushuh@mail.ru

**БАЗОВЫЕ УБЕЖДЕНИЯ КАК ОСНОВА РАЗВИТИЯ ЛИЧНОСТНОГО ПОТЕНЦИАЛА**

**СТУДЕНТЫ**

**ШУХЛОВА ЮЛИЯ АЛЕКСАНДРОВНА., ШУЛЬГИНА АНАСТАСИЯ ЛЕОНИДОВНА** #185;

ТОМСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ,  
ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГИИ, ТОМСК, РЦССИЯ

E-mail:

E-mail: ushuh@yandex.ru; shulginapr@rambler.ru

*В последнее время наблюдается тенденция к исследованию поведения человека в изменяющихся условиях современной действительности, адаптации к этим изменениям, пониманию личностного потенциала, способствующего успешной реализации в таких условиях. Эта тенденция обусловлена социальным запросом, связанным с переходом российского общества на путь инновационного развития. И большие надежды общество возлагает на современную вузовскую молодежь, в связи с этим актуально учитывать «личностный потенциал» студентов ВУЗов, который рассматривается в качестве одного из важных результатов развития личности.*

*Леонтьев Д.А. отмечает, что лучше всего понятию личностного потенциала соответствует понятие «жизнестойкость» (hardiness)[2]. По мнению Мадди С., который ввел это понятие в психологию[3], жизнестойкость является той базовой характеристикой личности, которая опосредует воздействие на сознание человека и его поведение всевозможных благоприятных и неблагоприятных факторов, от соматических проблем и заболеваний до социальных условий. В основе жизнестойкости лежит система убеждений человека о возможности собственного эффективного функционирования в широком спектре жизненных обстоятельств.*

*В своей работе мы посчитали необходимым заострить внимание на жизнестойкости, как критерии личностного потенциала, и выявить его взаимосвязь с таким важным аспектом, как удовлетворенность собственной жизнью современной вузовской молодежи.*

*Можно предположить, что позитивная система базовых убеждений, а соответственно и чувства психологической безопасности, способствует формированию жизнестойкости (hardiness) человека и «позволяет человеку одновременно развиваться, обогащать свой потенциал и совладать со стрессами, встречающимися на его жизненном пути» (Л.Г. Александрова, 1996). В свою очередь уровень жизнестойкости, по нашему мнению, взаимосвязан с уровнем удовлетворенности жизнью.*

*Американская исследовательница Ронни Янов-Булман уверена, что здоровое чувство безопасности является одним из базовых ощущений нормального человека. Оно,*

в свою очередь, основано на трех категориях базисных убеждений, составляющих ядро субъективного мира человека: 1) на вере в то, что в мире больше добра, чем зла; 2) убеждении в том, что в мире есть смыслы; 3) убеждении в ценности собственного «Я». Их становление происходит в раннем детстве посредством взаимодействия со значимыми взрослыми [1]. Высокий уровень психологической безопасности, способствует личностному росту, а также усиливает стремление человека к достижению целей.

Нами было проведено психологическое исследование 120 молодых людей в возрасте от 18 до 22 лет, обучающихся на 2 курсе факультета психологии ТГУ.

Для диагностики мы использовали следующие методики: Тест «Жизнестойкость» С. Мадди (адаптация Д.А. Леонтьева и Е.И. Рассказовой, 2006); Шкала базисных убеждений, разработанная Ронни Янов-Бульман (ШБУ, в адаптации О. Кравцовой); Шкала «Удовлетворенность жизнью» (Е.Осин, Д.Леонтьев, 2008); Опросник качества жизни и удовлетворенности, краткая версия (Ritsner et al, 2005)

Результаты исследования были организованы в электронную базу данных и обработаны статистически с использованием компьютерной программы STATISTICA. .

Нами были проанализированы средние значения по опроснику «Качество жизни», полученные значения приближены к норме: физическое здоровье ( $13,65 \pm 3,60$ ), эмоциональные переживания ( $20,37 \pm 2,74$ ), свободное время ( $10,42 \pm 2,59$ ), общение ( $18,97 \pm 3,81$ ) в баллах. Это говорит нам о том, что студенты субъективно оценивают свое физическое здоровье в пределах нормы, при этом они не застревают на своих переживаниях, эмоционально устойчивы и готовы включаться в общение с внешним миром.

Далее мы провели корреляционный анализ полученных данных, в ходе которого были выявлены положительные связи между параметрами психологической безопасности и таким личностным критерием, как жизнестойкость ( $r=0,51$ ,  $p=0,00$ ) (Эта я только безопасность написала). Можно выдвинуть предположение, что студенты со сформированными в раннем детстве базисными убеждениями, отвечающими за чувство психологической безопасности в настоящем, способны эффективно, без негативных для себя последствий справляться с проблемными ситуациями и кризисными моментами в их жизни, то есть обладают высоким уровнем жизнестойкости.

Для проверки наличия связи между удовлетворенностью жизнью и параметрами базисных убеждений также был проведен корреляционный анализ. В результате мы обнаружили ряд значимых корреляций. Удовлетворенность жизнью связана с такими показателями как благосклонность людей ( $r=0,37$ ;  $p=0,00$ ), доброта людей ( $r=0,33$ ;  $p=0,00$ ), справедливость мира ( $r=0,32$ ;  $p=0,00$ ), ценность собственного «Я» ( $r=0,42$ ;  $p=0,00$ ) и чувство собственной безопасности ( $r=0,53$ ;  $p=0,00$ ). Следовательно, психологическая удовлетворенность тем выше, чем больше молодой человек уверен в том, что люди к нему добры и благосклонны, мир справедлив, в этом во всем он видит безопасность себя и может развивать ценность своего «Я». То есть чем более позитивна система склонностей у молодых людей, тем лучше сформированы базисные убеждения и тем выше его удовлетворенность собственной жизнью.

Также нами были обнаружены корреляционная связь между показателями «жизнестойкость» и «удовлетворенность жизнью» ( $r=0,5005$ ,  $p=0,00$ ). Это может говорить о том, что студенты с высоким уровнем жизнестойкости легче достигают состояния удовлетворенности собственной жизнью.

Таким образом, в ходе исследования мы рассмотрели такую составляющую личностного потенциала современной вузовской молодежи, как жизнестойкость, проследили взаимосвязь жизнестойкости с уровнем удовлетворенности жизнью, а также влияние чувства безопасности, как следствия базисных убеждений, сформированных в раннем детстве, на уровень жизнестойкости и пришли к следующему заключению: для того что бы человек чувствовал удовлетворённость своей жизнью, он должен обладать высоким уровнем жизнестойкости, которому способствует чувство безопасности, напрямую связанное с базовыми убеждениями, сформированными в раннем детстве.

-----  
[1] Работа выполнена при поддержке гранта Правительства РФ для господдержки исследований, проводимых под руководством ведущих ученых 11.G34.31.0043

### **Литература**

1. Бохан Т. Г. Психология развития и возрастная психология. Томск.: Томск. – 2003. – 232с.;
2. Леонтьев Д. А. Ученый записки кафедры общей психологии МГУ. Выпуск 1/ Под общей ред. Б. С. Братуся., Д. А. Леонтьева. – М.: Смысл, 2002. – 407с;
3. Наливайко Т. В. К вопросу осмысления концепции жизнестойкости С. Мадди: <http://drupal.psychosfera.ru/?d=book/print/1239>;