

Секция «Психология личности: вызовы, сложности, неопределенности и разнообразия»

**Влияние смысложизненных и ценностных ориентаций на жизнестойкость личности молодых людей**

**Научный руководитель – Лесин Александр Михайлович**

**Кузнецова Любовь Михайловна**

*Студент (специалист)*

Рязанский государственный медицинский университет имени академика И.П. Павлова,  
Рязанская область, Россия  
*E-mail: lk0978649@gmail.com*

В настоящее время одной из значимых задач, стоящих перед психологической наукой, является изучение условий формирования зрелой, гармоничной личности, имеющей возможность эффективно справляться с задачами разного уровня трудности. Выделяют трудные жизненные ситуации повседневности, их решение занимает большой объем времени жизни каждого человека и требует мобилизации ресурсов, одним из которых является жизнестойкость личности [4]. В данной работе, согласно концепции С. Мадди и С. Кобейс, жизнестойкость понимается как система жизненных убеждений: вовлеченности в процесс жизни, уверенности в возможности контроля над ней, готовности к принятию риска, имеющих синергический характер взаимосвязи между собой. В пространстве изменяющегося мира, разнообразия мнений, взглядов и ценностей, декларируемых различными общественными объединениями, жизнестойкость во многом может определяться наличием внутренних точек опоры [2], верностью себе и своей «планиде» о которой писал М.К. Мамардашвили. Такими относительно стабильными элементами структуры личности являются ценностные и смысложизненные ориентации, теснейшим образом связанные между собой. Ценностно-смысловая сфера, являясь системой мировоззренческих ориентиров, определяет сжатую программу жизни человека [3]. Осмысленность жизни способствует возможности выходить за рамки наличной ситуации и преобразовывать собственную деятельность с учетом настоящих реалий. Ранее уже были установлены и рассмотрены взаимосвязи жизнестойкости и смысложизненных, ценностных ориентаций личности [1], однако проблема определения роли последних с точки зрения их ресурсности в процессе формирования и осуществления жизнестойкости является актуальной, что и обуславливает цель данной работы. Цель - моделирование функциональной зависимости выраженности уровня жизнестойкости от смысложизненных и ценностных ориентаций личности молодых людей. Объектом исследования стала жизнестойкость личности; предметом являлось влияние смысложизненных и ценностных ориентаций личности на уровень выраженности жизнестойкости. В исследовании приняли участие 120 человек в возрасте от 18 до 23 лет, из них 32 мужчины и 88 женщин. Были использованы методики: «Тест жизнестойкости» С. Мадди в адаптации Д.А. Леонтьева и Е.И. Рассказовой, «Ценностные ориентации» (вариант 2) О.И. Моткова и Т.А. Огневой, «Тест смысложизненных ориентаций» Д.А. Леонтьева (адаптированная версия теста «Цель в жизни» Джеймса Крамбо и Леонарда Махолика). В результате было установлено, что жизнестойкость и ее компоненты имели корреляционные взаимосвязи со всеми (6-тью) смысложизненными ориентациями, при этом в ходе анализа множественной линейной регрессии оказалось, что лишь 2 из них являлись предикторами этого свойства, а именно смысложизненные ориентации процесса и результата. При этом уравнение множественной линейной регрессии со стандартизованными коэффициентами для молодых людей имело следующий вид:  $Y = 0,468(X1) + 0,386(X2) + (-0,177)(X3)$ , где  $Y$  - уровень выраженности жизнестойкости личности,  $X1$

- уровень выраженности процесса жизни, Х2 - уровень выраженности результата жизни, Х3 - уровень значимости ценности любви к природе и бережного отношения к ней. Как выяснилось, именно интерес, эмоциональная насыщенность и осмысленность уже прожитой части жизни, ощущение ее продуктивности или особое отношение к прошлому и настоящему имеют наибольшее значение в процессе формирования жизнестойкости молодых людей. Другими словами, возможности справляться с хроническими стрессами повседневности, сохраняя способность действовать эффективно, быть чувствительными и устойчивыми к влияниям и изменениям внешней среды, способствует особое смысловое наполнение прошлого и настоящего: любовь к жизни, ощущение пульса жизни, состояние активности «здесь и сейчас», а также возможность, воспринимая события прошлого как значимый опыт, видеть его продуктивным. Такое отношение к прошлому и будущему, вероятно, определяет наличие внутренних точек опоры, являясь элементом личной философии молодых людей. При рассмотрении значимости и осуществления 10-ти ценностных ориентаций оказалось, что лишь значимость одной из них: ценности любви к природе и бережного отношения к ней являлась предиктором уровня выраженности жизнестойкости, при этом она имела отрицательный коэффициент. Иными словами, за возрастанием значимости ценности любви к природе следует снижение возможности эффективно действовать в трудных ситуациях. Вероятно, эти результаты обусловлены тем, что повышение значимости ценности любви к природе, способствуя повышению сенситивности и увеличению значимости эмоционального восприятия мира, может повышать чувствительность к трудным ситуациям, нарушая внутреннее равновесие и, соответственно, снижать уровень жизнестойкости. Таким образом, из рассмотренных нами возможных смысло-жизненных и ценностных ориентаций личности положительное влияние на ее жизнестойкость оказывают смысло-жизненные ориентации процесса и результата жизни, определяющие особое отношение к настоящему и прошлому, а отрицательное - значимость ценности любви к природе и бережного отношения к ней.

#### Источники и литература

- 1) Кузнецова Л.М., Лесин А.М. Взаимосвязь жизнестойкости и ценностных ориентаций молодых людей / Л.М. Кузнецова, А.М. Лесин // Психология и медицина: пути поиска оптимального взаимодействия. Сборник трудов VIII международной конференции студентов и молодых ученых. Рязань, 2021. С. 193–200. Режим доступа: <http://www.elibrary.ru/item.asp?id=49204458> (ссылка активна на: 28.01.2023.).
- 2) Леонтьев Д.А. Специфика осмысленности жизни у различных групп кризисных пациентов / Д.А. Леонтьев, О.А. Тараненко, О.Э. Калашникова // Мир психологии 2017. № 3 (91). С. 190–201. Режим доступа: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=32335955> (ссылка активна на 28.02.2023.).
- 3) Лесин А.М. Особенности ценностных ориентаций студентов первокурсников / А.М. Лесин // Личность в меняющемся мире: здоровье, адаптация, развитие. 2018 Т.6 №4 (23) С. 672–682. Режим доступа: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=36655550> (ссылка активна на: 28.01.2023.). DOI: 10.23888/humJ20184672-682
- 4) Одинцова М.А. Психология жизнестойкости / М.А. Одинцова М.: Флинта, 2015. С. 18. Режим доступа: <https://viewer.rsl.ru/ru/rsl02000012573> (ссылка активна на: 28.01.2023.).