

ЖИЗНЕСТОЙКОСТЬ ПОДРОСТКОВ СЛОВАКИИ КАК ПОКАЗАТЕЛЬ УСПЕШНОСТИ В ПРЕОДОЛЕНИИ ЖИЗНЕННЫХ ТРУДНОСТЕЙ

HARDINESS OF ADOLESCENTS OF SLOVAKIA AS AN INDICATOR OF SUCCESSFUL IN OVERCOMING LIFE DIFFICULTIES

Даутова Е.В., Мазурчук Е.О.

Dautova E.V., Mazurchuk E.O.

Аннотация. Статья посвящена исследованию феномена жизнестойкости и его компонентов у подростков средней школы в городе Братислава (Словакия). А также был проведен теоретический анализ данного компонента в зарубежной и отечественной психолого-педагогической литературе.

Ключевые слова. Жизнестойкость, подростки, принятие риска, вовлеченность, контроль.

Abstract. The article is devoted to the study of the phenomenon of hardiness and its components in high school adolescents in the city of Bratislava (Slovakia). A theoretical analysis of this component in the foreign and Russian psychological and pedagogical literature was also conducted.

Keywords. Hardiness, adolescents, challenge, commitment, control.

В современном мире подросток сталкивается с большим комплексом проблем. Подросток растет и развивается в условиях постоянно растущего темпа и меняющегося содержания жизни, информационных и учебных перегрузок. Число факторов, которые приводят к увеличению уровня стресса у подростков, постоянно увеличивается. Такое напряженное состояние психики зачастую может приводить к негативным последствиям: аффективным расстройствам, суицидальному и аддиктивному поведению, нарушению влечений. По словам Э. Берн, «жизнестойкость» как индивидуально-психологическое свойство является необходимым ресурсом, на который каждый подросток может опереться при выборе будущего в меняющемся мире [2].

Согласно источникам, термин «hardiness» вводится в понятийный аппарат в начале 80-ых годов XX века американскими учеными С. Кобейса и С. Мадди [7].

Также в научной зарубежной литературе данный феномен рассматривают следующие исследователи: Лазарус и Фолкман, Шейер, и Карвер, Солкава и Томанек, Хелен Ли, которые характеризуют «жизнестойкость» как показатель психического здоровья человека, его возможность пользоваться имеющимися внутренними ресурсами, которые помогают эффективно управлять ими, определяют, насколько человек способен совладать с трудностями и изменениями [4].

В отечественной психологии, Д.А. Леонтьев первый предложил обозначать это понятие на русском языке как «жизнестойкость». Д.А. Леонтьев изучает понятие жизнестойкости в контексте концепции личностного потенциала и определяет, как интегративную характеристику личности, которая является ответственной за успех в преодолении жизненных

трудностей различного характера. «Жизнестойкость» рассматривается как «способность преодоления самого себя» (Д.А. Леонтьев), как определенная степень «живучести» (Л.А. Александрова) [2].

Таким образом, отечественные психологи выделяют три основных направления изучения феномена жизнестойкости: жизнестойкость как ресурс потенциал личности, который может быть востребован в определенных ситуациях (Р.М. Рахимова, В.Д. Шадриков, Р.И. Стецишина, С.А. Богомаз); жизнестойкость как интегральное психологическое свойство личности, которое развивается на основе активного взаимодействия с жизненными ситуациями (С.В. Книжникова, Л.А. Александрова, Е.В. Медведева); жизнестойкость как способность к социально-психологической адаптации на основе динамики смысловой саморегуляции (Г.В. Ванаква, Д.А. Леонтьев, Е.И. Рассказова) [4, с. 188].

В тоже время С. Мадди, анализируя жизнестойкость как систему убеждений человека, разработал четкий конструкт, который содержит в себе три компонента: вовлеченность, контроль, принятие риска.

Компонент «вовлечённость» характеризует особенность представлений в личности в отношении себя, окружающего мира и характера взаимодействий между ними, которая является мотивирующим компонентом для человека, помогает стремиться к самореализации, лидерству, здоровому образу жизни.

Вторым компонентом является «контроль», который отражает убеждённость человека в наличии причинно-следственной связи между его действиями, поступками, усилиями и результатами, событиями, отношениями.

Если говорить о третьем компоненте «принятие риска», то Мадди раскрывает его как определенную убеждённость человека в том, что всё происходящее с человеком, является ключевым фактором, влияющим на его развитие как личности. [7].

В современной научной литературе проблематика жизнестойкости рассматривается в различных направлениях, анализ индивидуально-психологических особенностей суицидентов среди подростков (А.Е. Персидская, Е.В. Шварева), личностных особенностей участников буллинга в образовательной среде (В.Ю. Лаптева, В.Р. Петросянц), проявлений различных девиаций у подростков (А.И. Лактионова, Л.И. Колесникова, А.А. Ощепков) [1].

Исходя из проведенного психолого-педагогического анализа понятия «жизнестойкость» мы выяснили, что данный феномен является ключевым ресурсом личности, рассматривается как интегральное психологическое свойство личности, которое развивается на основе активного взаимодействия с жизненными ситуациями. То есть является необходимой личностной характеристикой современных подростков.

Целью нашего исследования являлось изучение жизнестойкости у подростков, проживающих в Словакии. В исследовании, проведенном на базе средней школы «Základná škola s materskou školou» в городе Братислава (Словакия), приняли участие подростки (N=30) в возрасте от 13 до 15 лет, среди них 17 мальчиков и 13 девочек. Нами была использована методика «жизнестойкости» С. Мадди, в интерпретации Д.А. Леонтьева. Данная методика позволяет выявить уровень и характер жизнестойкости подростка, степень выраженности вовлеченности (наличие целей и интереса к жизни), контроля (убежденности в возможности

влияния на свое окружение и мир вокруг), принятия риска как готовности к постоянным изменениям [3].

Методика является стандартизированным тест-опросником, состоит из 45 утверждений, по отношению к которым респонденты высказывают степень своего согласия – несогласия. В методике представлены 3 шкалы, отражающих конкретные проблемы, которые может испытывать подросток в жизни (вовлеченность, контроль, принятие риска). Отдельная шкала рассматривает общий показатель жизнестойкости.

Анализ результатов (таблица 1), полученных в ходе данного исследования, показывает, что 6 (20%) обучающихся имеет высокий уровень жизнестойкости, следовательно, они имеют корректно сформированные цели в жизни, отличаются вовлеченностью в происходящем, убежденностью в возможности собственного влияния на свою жизнь и окружающий мир, толерантностью к постоянным изменениям. Большинство подростков имеют средний уровень по данному показателю 22 (73.3%), которые по-разному реагирующих на жизненные трудности. Можно сделать вывод о том, что подростки данной группы не столь упорны, настойчивы, по сравнению с первой группой с высоким уровнем жизнестойкости. Только 2 (6.7%) подростка обладают низким уровнем жизнестойкости, то есть имеют тенденцию к возникновению внутреннего напряжения в стрессовых ситуациях

Таблица 1

Уровневые характеристики параметров жизнестойкости подростков.

Параметры	Количество					
	Низкий		Средний		Высокий	
	Чел.	%	Чел.	%	Чел.	%
Жизнестойкость	2	6.7	22	73.3	6	20
Вовлеченность	3	10	18	60	9	30
Контроль	0	0	27	90	3	10
Принятие риска	4	13.3	23	76.7	3	10

Если рассматривать компонент «вовлеченности», то у 30% подростков наблюдается высокий уровень показателя по данному критерию. Это значит, что обучающиеся получают удовольствие от собственной деятельности, они уверены в эффективности собственной активной позиции. При отсутствии такой убежденности, то есть низком уровне «вовлеченности» 10%, возникает чувство отвергнутости, ощущение себя «вне» жизни. Чем меньше выражен данный компонент, тем меньше человек верит в то, что в его действиях есть смысл, он ощущает безрезультатность собственных попыток повлиять на ход событий.

У 10% респондентов наблюдается высокий уровень показателя по компоненту «контроль». То есть подростки имеют убежденность в том, что они влияют на значимые для них события, концентрируются на выполнении задач, требующих дополнительных усилий, ставят перед собой трудные цели, не боятся новых, сложных и незнакомых ситуаций.

Если рассматривать компонент «принятие риска», то у 10% опрошенных проявляется высокий показатель по данной шкале. Исходя из полученных, данных мы можем сказать, что такие подростки имеют убежденность в том, что все то, что с ними случается, способствует их развитию за счет знаний, извлекаемых из опыта, неважно, позитивного или негативного. Они

рассматривают жизнь как способ приобретения опыта, готовы достигать своих целей даже при отсутствии перспективы на успешный результат.

Примерно такое же количество обучающихся 13.3% имеют низкий показатель по данному компоненту, мы можем сказать, что такие подростки не привыкли преодолевать и принимать какие-либо трудности или негативный опыт. У них недостаточно развит навык усвоения знаний из опыта и последующее их использование.

Таким образом, в результате диагностики мы можем сделать вывод о том, что современные подростки Словакии в целом способны преодолевать жизненные трудности, анализировать свой опыт, ставить перед собой реальные цели и задачи. Но все-же для повышения уровня жизнестойкости необходимо уделять особое внимание развитию данного свойства личности в рамках образовательного процесса.

Список литературы

1. *Иванова М.А.* Жизненные сценарии и жизнестойкость подростков / М.А. Иванова // *Фундаментальные исследования.* – 2013. – № 10-4. – С. 875-878.
2. *Леонтьев Д.А.* Жизнестойкость как составляющая личностного потенциала / Д.А. Леонтьев, Р.И. Рассказова // *Личностный потенциал: структура и диагностика.* – М.: Смысл, 2011. – 178-179 с.
3. *Леонтьев Д.А.* Тест жизнестойкости / Д.А. Леонтьев, Р.И. Рассказова. – М., 2006. – С. 63.
4. *Одинцова М.А.* Психология жизнестойкости / М.А. Одинцова. – М.: ФЛИНТА: Наука, 2015. – 188 с.
5. *Фоминова А.Н.* Жизнестойкость личности / А.Н. Фоминова. – М.: Прометей, 2012. – 280 с.
6. *Maddi S.R., Hardiness: An operationalisation of existential courage*//*Journal of Humanistic Psychology.* – 2004. – Vol. 44, – № 3. – P. 279-298.

Автор: **Даутова Елизавета Владимировна**, студент института психологии, Уральский государственный педагогический университет г. Екатеринбург, elizabeth@yandex.ru

Научный руководитель: **Мазурчук Екатерина Олеговна**, преподаватель кафедры психологии образования Уральского государственного педагогического университета г. Екатеринбург, mazurchuke@yandex.ru