

УДК 159.922-057.875
ББК Ю962.3

ГСНТИ 15.01.17; 15.41.35

Код ВАК 19.00.01, 19.00.05

Леоненко Наталия Олеговна,

кандидат психологических наук, доцент, кафедра общей психологии, Институт психологии, Уральский государственный педагогический университет; 620017, г. Екатеринбург, пр. Космонавтов, д. 26; e-mail: sfleo@mail.ru

СМЫСЛОВАЯ РЕГУЛЯЦИЯ В ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ СТРУКТУРЕ ЖИЗНЕСТОЙКОСТИ СТУДЕНТОВ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ВУЗА¹

КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА: жизнестойкость; инновационный потенциал; студенчество; ценностно-смысловая регуляция.

АННОТАЦИЯ. Представлены результаты исследования и сравнительного анализа психологических структур жизнестойкости студентов педагогического и юридического вузов. Эмпирические данные интерпретируются в терминах ценностно-смысловой регуляции.

Leonenko Natalia Olegovna,

Candidate of Psychology, Department of General Psychology, Institute of Psychology, Ural State Pedagogical University, Ekaterinburg, Russia.

SENSE REGULATION IN THE PSYCHOLOGICAL STRUCTURE OF RESILIENCE OF PEDAGOGICAL HIGHER SCHOOL STUDENTS

KEY WORDS: hardiness; innovation potential; students; value-sense regulation.

ABSTRACT. This article presents the results of research and comparative analysis of psychological resilience of students of pedagogical and legal higher educational institutions. Empirical data are interpreted in terms of the value-sense regulation.

Социально-экономическая и духовно-культурная трансформация современного общества определяют высокую степень стрессогенности современной жизни. Неотъемлемой характеристикой современной ситуации является процесс *глобализации*, затронувший все сферы общественной жизни и систему образования (Болонская Декларация, 19.06.1999 г.). Глобальные преобразования всех сторон жизни российского общества и системы образования приводят к повышенным требованиям к ресурсам личности. Чтобы соответствовать требованиям инновационного общественного развития, необходимо иметь определенные личностные установки, качества и ценности, которые бы позволили полноценно участвовать в инновационных процессах – высокий потенциал самореализации, устойчивость по отношению к фрустрации, способность преобразовывать проблемные ситуации в позитивный опыт, готовность к изменению сложившихся поведенческих стереотипов, толерантность к неопределенности, развитую мотивацию к самосовершенствованию и инновационной деятельности и т. п. [2].

В научной литературе различные аспекты потенциала личности описаны через различные категории – «полностью функциони-

рующая личность» и «самореализация» (К. Роджерс), «самоактуализация» и «копинг» (А. Маслоу), «самоосуществление» (Ш. Бюлер), «воля к смыслу» и «авторство жизни» (В. Франкл), «отвага быть» (П. Тиллих), «психологическое благополучие» (К. Рифф) и др. В дальнейшем заложенные в рамках гуманистического направления понятия были операционализированы представителями разных психологических школ. В отечественной психологии проблема личностных ресурсов трактуется в терминах «субъектность» (К. А. Абульханова-Славская, Б. Г. Ананьев, А. В. Брушлинский, Е. А. Климов, О. А. Конопкин и др.), «копинг-стратегии» и «стратегии совладания с трудными жизненными ситуациями» (А. А. Либин, Д. Амирхан, С. К. Нартова-Бочавер), «ресурсы совладания со стрессом» (Ю. В. Постылякова, Н. В. Тарабрина, С. А. Хазова), «личностный адаптационный потенциал» (А. Г. Маклаков), «инновационный потенциал личности» (В. Е. Ключко, Э. В. Галажинский и др.), «жизнетворчество» (Д. А. Леонтьев), «стратегии саморегуляции личности» (А. К. Осницкий, В. И. Моросанова) и др. [3].

На наш взгляд, наиболее полно активная модель преодоления негативных воздействий отражена в понятии «*жизнестойкость*» («*hardiness*»), введенном Сьюзен Кобейса и Сальваторе Мадди [9], отражающем индивидуальные способности личности к зрелым и сложным формам саморегуляции на экзистенциальном и психофизиологическом уровнях функционирования человека. В структуре жизнестойкости выделяют три взаимосвязанных установки:

¹ Работа выполнена при поддержке Российского гуманитарного научного фонда (РГНФ) и Правительства Свердловской области, проект № 13-16-66024/14.

Статья публикуется по итогам международного симпозиума «Межкультурный диалог: на перекрестке наук», состоявшегося 22 января 2014 г. в Институте психологии Уральского государственного педагогического университета (г. Екатеринбург)

вовлеченность, контроль и принятие риска – определяющих способность личности трансформировать негативные впечатления в новые возможности и противостоять разрушительному влиянию стрессогенных факторов на соматическое и душевное здоровье, а также на успешность деятельности.

При анализе психологического содержания феномена жизнестойкости большинство отечественных и зарубежных авторов сходятся в признании ведущей роли *ценностно-смысловой сферы личности* (А. Маслоу, В. Франкл, С. Л. Рубинштейн, А. Н. Леонтьев, В. Н. Мясищев, Б. С. Братусь, Д. А. Леонтьев, В. Э. Чудновский и др.). На этом основании в качестве эмпирических коррелятов жизнестойкости мы рассматриваем *жизненные ценности* и *смыслжизненные ориентации личности*. *Жизненные (терминальные) ценности* мы понимаем как высший уровень системы смысловой регуляции, определяющий вектор жизнедеятельности субъекта, развитие и устойчивость личности в критические периоды [3; 4; 5; 6; 7; 8]. Индивидуальная система ценностей и целей личности, выбранных личностью в качестве основополагающих, составляет *смыслжизненные ориентации личности* [4; 8].

Исходя из вышеизложенного *смысловая линия* анализа жизнестойкости представляется для нас наиболее перспективной. В понимании смысловой регуляции жизнедеятельности мы исходим из основных положений деятельностного подхода о том, что качество реализуемой деятельности будет определяться именно внутренним планом, теми смыслами и ценностями, которые будут определять направленность активности и оценку ситуаций личностью. Связь устойчивости личности с особенностями смысловой регуляции прослеживается в работах Л. С. Выготского, А. Н. Леонтьева, А. И. Анциферовой, В. Ф. Ломова, Л. Г. Дикой, В. А. Пономаренко, В. Э. Чудновского и других ведущих отечественных психологов, определяющих зрелость личности через умение ориентироваться на определенные цели и осмысленность жизни. Дальнейший анализ смысловой регуляции жизнедеятельности можно найти в концепции смысловых образований личности (А. Г. Асмолов, Д. А. Леонтьев, Б. С. Братусь, Б. В. Зейгарник, В. А. Петровский, Е. В. Субботский, А. У. Хараш, Л. С. Цветкова и др.) [3; 4; 8]. Рассмотренные концепции являются тождественными с точки зрения *движущей и регулирующей функции смысла в процессе жизнедеятельности индивида, оценки ситуаций и выбора стратегий реагирования*. Таким образом, жизнестойкость на уровне психологическом и деятельном будет определяться *системой ценностей и смыслов личности*, постоянным восхождением к высшим

ценностям бытия (С. Л. Рубинштейн), смысловым самоопределением личности (М. Г. Гинзбург).

Согласно концепции динамической смысловой сферы Д. А. Леонтьева [4], высший уровень системы смысловой регуляции представлен *ценностями*, определяющими смыслообразование по отношению ко всем остальным структурам. Раскрывая смысловую природу ценностей, автор определяет последние как *модель должного*, как *вектор желательного преобразования действительности*. Личностные ценности создают *перспективу развития личности*, образ будущего, одновременно обуславливая сегодняшнюю деятельность человека. Ценности ориентируют личность на реальное воплощение будущего через его представление, которое, в свою очередь, выполняет роль механизма развития личности (Д. А. Леонтьев), сохраняют устойчивость личности в момент кризиса нереализованности (Ф. Е. Василюк, Е. И. Головаха и др.) [4]. И напротив, несформированность ценностных ориентиров, их конкуренция порождает ситуацию неопределенности жизненного выбора, а следовательно, препятствует процессу личностного развития, снижает личностный потенциал.

Итак, теоретический анализ позволяет нам резюмировать детерминированность личности как субъекта жизни развитой *смысловой регуляцией*, которая характеризуется высоким уровнем общей осмысленности жизни, осознанием смысловых связей между событиями жизненного пути, внутренним локусом ответственности в реализации смысла жизни, насыщенностью и структурированностью ценностной системы как высшего уровня смысловой регуляции. Смысловая линия анализа феномена жизнестойкости позволяет рассматривать *ценности* и *смыслжизненные ориентации* в качестве формирующих устойчивость и инновационный потенциал личности.

Одним из наиболее благоприятных и продуктивных в формировании жизнестойкости личности, является студенческий период, что обусловлено целым рядом факторов. *Во-первых*, студенческий период характеризуется повышенной стрессогенностью из-за наложения специфики образа жизни (информационный стресс, самостоятельный быт, необходимость совмещения работы и учебы и т. п.) на целый ряд закономерных кризисов студенческого периода (возрастной кризис; кризисы нереализованности, опустошенности, бесперспективности; кризисы профессионального обучения; внешние, глобальные, экзистенциальные, связанные с нестабильностью настоящего и неопределенностью будущего).

Во-вторых, социальная ситуация развития в юношеском периоде определяется задачами профессионального, социального и личностного самоопределения, успешность решения которых обуславливает качество и успешность дальнейшего развития, возможность полноценной самореализации в эпоху глобальных перемен.

Третьим аргументом актуальности изучения и развития жизнестойкости студентов является отсроченный политический, культурный и экономический эффект. Поскольку студенческая молодежь является носителем активной силы общественных изменений, а также потенциальной элитой общества, то способность молодого поколения продуктивно преодолевать жизненные трудности определяет потенциал государства в преодолении кризиса и дальнейшем развитии.

Четвертый аспект актуальности определяется благоприятными возрастными возможностями студенческого периода для развития жизнестойких стратегий и установок личности (активное стремление к осмысленности, выработка отношений к различным жизненным ситуациям и отношений к своим переживаниям этих ситуаций, активный поиск и освоение поведенческих и когнитивных стратегий преодоления трудных ситуаций жизни).

Учитывая изложенные выше социально-психологические особенности и возможности студентов, жизнестойкость может стать ключевым ресурсом эффективного совладания и позитивного всестороннего развития юношей в период их активного профессионального, личностного и социального становления.

Еще большую актуальность проблема жизнестойкости обретает для будущих педагогов. Жизнестойкость необходима будущим педагогам во избежание различных деструктивных изменений личности в результате профессионального выгорания, зачастую свойственного представителям именно данной профессии (Е. С. Асмаковец, С. В. Агафонова, Л. М. Митина, В. Е. Орел, Е. М. Семёнова и др.). В контексте профессионального развития жизнестойкость может быть рассмотрена как ключевой ресурс преодоления, определяемый способностью и готовностью субъекта заинтересованно участвовать в ситуациях повышенной сложности, контролировать их, управлять ими, уметь воспринимать негативные события как опыт и успешно справляться с ними [1; 7].

Несмотря на значимость проблемы жизнестойкости студентов и рост числа публикаций на эту тему, большинство исследователей рассматривает жизнестойкость в связи с проблемами адаптации-

дезадаптации, физического или психического здоровья личности. Существующие работы в основном раскрывают один из аспектов феномена жизнестойкости (возрастной, поведенческий, психофизиологический и т. п.) и направлены на профилактику последствий стресса. В психологической литературе отмечается дефицит исследований акмеологической специфики развития жизнестойкости. Авторская концепция развития жизнестойкости С. Мадди представляет собой концептуальную модель, которая нуждается в наполнении конкретным содержанием, актуальным для различных возрастных, профессиональных и других категорий испытуемых.

Таким образом, исследовательская проблема обусловлена *противоречием* между возросшим уровнем требований к личностным ресурсам молодежи и возрастными возможностями их развития в студенческий период – с *одной стороны* и дефицитом сведений о возрастной специфике содержания, эмпирических коррелят и условий развития жизнестойкости студентов – с *другой стороны*.

На основании теоретико-методологического анализа подходов к исследованию смысловой регуляции жизнестойкости в студенческий период мы предполагаем, что психологическая структура высокой жизнестойкости студентов определяется осмысленностью жизни, выраженными экзистенциальными установками, ценностью развития себя в профессиональной сфере.

С целью проверки выдвинутой гипотезы в период с февраля по май 2013 года в рамках магистерской диссертационной работы Т. В. Скрудзис нами проводилось эмпирическое исследование психологической структуры жизнестойкости студентов педагогического вуза. Наш исследовательский интерес сосредоточился на ценностно-смысловой регуляции в структуре жизнестойкости студентов педагогического вуза. Выборка была представлена студентами УрГПУ в количестве 84 человек, средний возраст испытуемых составил 20 ± 2 , дифференциация по полу не учитывалась. Для того чтобы выявить специфику (либо универсальность) психологического содержания жизнестойкости будущих педагогов, мы сравнивали данные с аналогичными показателями в выборке студентов-юристов. В качестве контрольной выборки выступили студенты УрГЮА в количестве 88 человек, характеристики выборки идентичны основной группе.

В качестве методов и методик исследования были использованы.

1. *Тест жизнестойкости* С. Мадди, адаптированный Д. А. Леонтьевым и Е. И. Расказовой. Опросник включает в себя 45 пунк-

тов, направлен на измерение общего показателя жизнестойкости личности и входящих в ее состав экзистенциальных установок: вовлеченность, принятие риска и контроль.

2. *Тест смысловых ориентаций* Д. Леонтьева. Методика состоит из пяти шкал и общего показателя смысловых ориентаций, отражающих субъективное ощущение глубины осмысленности жизни. Опросник включает 20 симметричных шкал-вопросов, состоящих из пары альтернативных предложений, между которыми возможны семь градаций предпочтения.

3. *Морфологический тест жизненных ценностей* В. Сопова, Л. Карпушиной. Методика направлена на изучение ценностно-мотивационной структуры личности и состоит из 112 утверждений, каждое из которых испытуемому необходимо оценивать по 5-балльной шкале.

В результате психодиагностического обследования студентов и первичной обработки данных, к математико-статистическому анализу было представлено 24 шкалы. С целью сжатия исходной информации и извлечения наиболее значимых и скрытых связей между представленными переменными нами был проведен факторный анализ.

В результате факторного анализа были выделены двухфакторные структуры жизнестойкости студентов педагогического и юридического вузов. Для определения числа факторов использовался критерий отсеивания Кеттела, рассматривались переменные с нагрузкой более 0,7.

Итак, психологическая структура жизнестойкости студентов педагогического вуза включила в себя два фактора:

1 фактор (39% общей дисперсии) включает в себя следующие компоненты: «ценность – развитие себя» (0,901); «ценность – духовная удовлетворенность» (0,795), «ценность – активные социальные контакты» (0,811), «ценность – собственный престиж» (0,780), «ценность – достижения» (0,859), «ценность – материальное положение» (0,801), «ценность – сохранение собственной индивидуальности» (0,915), «сфера профессиональной жизни» (0,813), «сфера обучения и образования» (0,742), «сфера семейной жизни» (0,742), «сфера общественной жизни» (0,828), «сфера увлечений» (0,841), «сфера физической активности» (0,751).

Как видно из представленных переменных, фактор отражает стремление студентов педагогического вуза познавать свои индивидуальные особенности, постоянно развивать свои способности и другие личностные характеристики; студенты руководствуются морально-нравственными принципами, у них присутствуют как духовные потребности, так и материальные, устанавливаются бла-

гоприятные отношений в различных сферах социального взаимодействия, расширяются межличностные связи, реализуется социальная роль; они стремятся завоевать свое признание в обществе путем следования определенным социальным требованиям, ставят перед собой цели в разных жизненных сферах и стремятся достичь их, у них преобладают собственные мнения, взгляды, убеждения, они защищают свою неповторимость и независимость.

Проанализировав содержание входящих в данный фактор компонентов, мы обозначили первый фактор как «**Развитие себя**».

2 фактор (31 % общей дисперсии) включает в себя следующие компоненты: «жизнестойкость» (0,902), «вовлеченность» (0,864), «контроль» (0,783), «принятие риска» (0,724), «осмысленность жизни» (0,945), «цели» (0,851), «процесс» (0,848), «результат» (0,871), «локус контроля Я» (0,833), «локус контроля жизнь» (0,787).

Проанализировав содержание входящих в данный фактор компонентов, мы обозначили второй фактор как «**Осмысленность жизни**». Он отражает стремление студентов педагогического вуза справляться со стрессовыми ситуациями через максимальное вовлечение в свою деятельность и получение от нее удовольствия, убежденность, что они могут влиять на результат деятельности и получать из этого опыт. Они осмысленно относятся к своей жизни, целеустремленные, воспринимают процесс своей жизни как интересный, эмоционально насыщенный и наполненный смыслом, удовлетворены пройденным отрезком жизни, представляют себя как сильную личность, обладающую достаточной свободой выбора, чтобы построить свою жизнь в соответствии со своими целями и задачами и представлениями о ее смысле.

Психологическая структура жизнестойкости студентов юридического вуза включила в себя аналогичные факторы:

1 фактор (43% общей дисперсии) включает в себя следующие компоненты: «ценность – развитие себя» (0,906); «ценность – духовная удовлетворенность» (0,890), «ценность – креативность» (0,806), «ценность – активные социальные контакты» (0,790), «ценность – собственный престиж» (0,911), «ценность – достижения» (0,840), «ценность – материальное положение» (0,847), «ценность – сохранение собственной индивидуальности» (0,858), «сфера профессиональной жизни» (0,845), «сфера обучения и образования» (0,836), «сфера семейной жизни» (0,812), «сфера общественной жизни» (0,850), «сфера увлечений» (0,819), «сфера физической активности» (0,787).

Проанализировав содержание входящих в данный фактор компонентов, отметим, что они совпадают с компонентами первого фактора у студентов педагогического вуза (за исключением ценности – креативность), поэтому обозначим первый фактор также «**Развитие себя**».

2 фактор (33% общей дисперсии) включает в себя следующие компоненты: «жизнестойкость» (0,925), «включенность» (0,864), «контроль» (0,809), «принятие риска» (0,783), «осмысленность жизни» (0,930), «цели» (0,790), «процесс» (0,847), «результат» (0,896), «локус контроля Я» (0,816), «локус контроля жизнь» (0,886).

Проанализировав содержание входящих в данный фактор компонентов, отметим, что они совпадают с компонентами второго фактора у студентов педагогического вуза, поэтому обозначим второй фактор также «**Осмысленность жизни**».

Как видно из представленных данных, психологические структуры жизнестойкости студентов педагогического и юридического вуза являются идентичными по содержанию. За исключением того, что у студентов-юристов *развитие себя* во всех сферах и видах деятельности связано с ценностью *креативности*, что не зафиксировано в факторной структуре студентов-педагогов.

Идентичность факторных структур жизнестойкости студентов обеих групп позволяет рассматривать психологическую структуру жизнестойкости как *универсальную для студенческой молодежи*, независимо от специфики вуза. Следует отметить, что, несмотря на традиционное преобладание ценностей утилитарного характера в современном обществе, ценности наших респондентов отражают тенденцию *сдвига по вектору духовности* в направлении *полюса самосовершенствования, экзистенциальной свободы и ответственности* (это отражено в значимости показателей ценностей «развитие себя» и «собственная активность», установок на вовлеченность и ответственность).

Для подтверждения достоверности идентичности факторных структур был проведен кластерный анализ, который также показал, что переменные группируются в кластеры, отражающие характеристики *ценностной насыщенности и осмысленности жизни личности*. Все это позволяет утверждать выделенную нами психологическую структуру жизнестойкости как довольно стабильную, определяемую мерой

прилагаемых усилий по работе личности над собой и над обстоятельствами своей жизни, универсальную для данной социальной и возрастной категории.

С целью определения различий в факторных структурах жизнестойкости студентов педагогического вуза с высоким и низким уровнем жизнестойкости был выполнен сравнительный анализ идентичных характеристик структур посредством критерия Манна – Уитни ($p \leq 0,05$).

В результате сравнения психологических составляющих жизнестойкости были выявлены следующие различия:

- вовлеченность выше в группе с высоким уровнем жизнестойкости;
- контроль выше в группе с высоким уровнем жизнестойкости;
- принятие риска выше в группе с высоким уровнем жизнестойкости;
- осмысленность жизни выше в группе с высоким уровнем жизнестойкости;
- цели выше в группе с высоким уровнем жизнестойкости;
- процесс жизни выше в группе с высоким уровнем жизнестойкости;
- результативность жизни выше в группе с высоким уровнем жизнестойкости;
- локус контроля «Я» выше в группе с высоким уровнем жизнестойкости;
- ценность – развитие себя выше в группе с высоким уровнем жизнестойкости;
- сфера профессиональной жизни выше в группе с высоким уровнем жизнестойкости.

Обобщая результаты сравнительного анализа, можно констатировать, что психологическая структура высокой жизнестойкости студентов определяется *осмысленностью жизни* (относительно прошлого, настоящего, будущего), *внутренним локусом контроля*, *выраженными экзистенциальными установками* (контроль, вовлеченность, принятие риска), *ценностью самосовершенствования в профессиональной сфере*.

Содержательно данная структура отражает высокий уровень развития ценностно-смысловой регуляции и может быть принята в качестве *идеальной модели* жизнестойкости студентов.

Таким образом, практическая значимость исследования определяется обоснованием направлений развития ценностно-смысловой саморегуляции как условия повышения жизнестойкости студентов на этапе профессионального обучения.

ЛИТЕРАТУРА

1. Водопьянова Н. Е., Старченкова Е. С. Синдром выгорания: диагностика и профилактика. СПб. : Питер, 2008.
2. Ключко В. Е., Галажинский Э. В. Инновационный потенциал личности: системно-антропологический контекст // Вестник Томского гос. ун-та. 2009. № 235. С. 146-151.

3. Леоненко Н. О. Жизнестойкость личности студентов: этнопсихологический аспект: моногр. / Урал. гос. пед. ун-т. – Екатеринбург, 2013.
4. Леонтьев Д. А., Рассказова Е. И. Тест жизнестойкости. М. : Смысл, 2006.
5. Леонтьев Д. А. Психология смысла: природа, строение, динамика смысловой реальности. М. : Смысл, 2003.
6. Логинова М. В. Жизнестойкость как внутренний ключевой ресурс личности // Вестник Моск. ун-та МВД России. № 6. М., 2009.
7. Постылякова Ю. В. Ресурсный потенциал субъекта профессиональной деятельности // Психология человека в современном мире : мат-лы Всерос. юбилейной науч. конф., посв. 120-летию со дня рождения С. А. Рубинштейна. М. : Институт психологии РАН, 2009. Т. 4.
8. Рассказова Е. И. Динамика смысла в процессе совладания с тревогой // Проблема смысла в науках о человеке (к 100-летию Виктора Франкла) : мат-лы междунар. конф. / под ред. Д. А. Леонтьева. М. : Смысл, 2005.
9. Maddi S., Khoshaba D. Hardiness and Mental Health // Journal of Personality Assessment. 1994. Vol. 63, № 2.

Статью рекомендует д-р психол. наук, проф. С. А. Минюрова.