

Бабий Алиса Игоревна

аспирант, старший преподаватель

АНО ВО «Российский новый университет»

г. Москва

DOI 10.31483/r-96504

УРОВЕНЬ ЖИЗНЕСТОЙКОСТИ ЛИЧНОСТЕЙ С РАЗНЫМИ СТРАТЕГИЯМИ САМОУТВЕРЖДЕНИЯ КАК ФАКТОР ПСИХОЛОГИЧЕСКИ БЕЗОПАСНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЫ

***Аннотация:** для создания психологически безопасной образовательной наиболее важными составляющими будут являться личностные особенности участников образовательного процесса. Целью исследования было определение уровня жизнестойкости будущих специалистов с разными стратегиями самоутверждения как фактора, влияющего на психологическую безопасность образовательной среды. Именно жизнестойкость является одной из базовых характеристик, позволяющей участникам образовательного процесса не только преодолевать жизненные обстоятельства и адаптироваться к постоянно изменяющимся условиям, но и становиться сильнее, качественно повышая уровень жизни, физического и психологического здоровья. В работе был представлен анализ полученных эмпирических данных, а также проанализированы особенности психолого-педагогического сопровождения, направленного на повышение жизнестойкости личностей с разными стратегиями самоутверждения.*

***Ключевые слова:** жизнестойкость, стратегия самоутверждения, образовательная среда, психолого-педагогическое сопровождение.*

В последние годы все больше возрастает актуальность изучения образовательной среды. Среди отечественных ученых, которые занимались разработкой данной проблематики или занимаются ей в настоящее время, можно отметить таких исследователей, как И.А. Баева, Г.Ю. Беляев, В.В. Давыдов, М.В. Кларина, Е.Б. Лактионова, В.И. Панов, В.В. Рубцов, В.И. Слободчиков, И.Д. Фрумин, Б.Д. Эльконин, В.А. Ясвин. Повышенный интерес к этому вопросу неслучаен. Психологически безопасная образовательная среда является важнейшим

условием для академической успешности, личностного роста участника образовательного процесса, для раскрытия в полной мере творческого и профессионального потенциала. Особенно важное значение для развития психологически безопасной образовательной среды, приобретают личностные черты всех участников образовательного процесса.

Урбанизация, ускоренный темп жизни, необходимость быстро адаптироваться к новым условиям, постоянно находить нестандартные решения возникающих проблем, проявляя креативность и высокую самоэффективность, в том числе в рамках образовательного пространства – все это является предпосылками к постоянному повышению жизнестойкости современного человека. Особенно это относится к студенческому периоду, когда уровень тревоги и стресса, связанных с процессом обучения находится на достаточно высоком уровне. В настоящее время исследованиями проблемы жизнестойкости, в том числе жизнестойкости студентов как одного из факторов безопасности образовательной среды, занимаются многие отечественные психологи-исследователи: Г.В. Ванакова, Н.М. Волобуева, А.А. Климов, М.В. Логинова, Т.В. Наливайко, Ю.В. Чепурко и др. Повышение жизнестойкости участников образовательного процесса – необходимое условие раскрытия внутреннего потенциала и дальнейшего успешного профессионального самоопределения и самореализации.

Одной из важнейших характеристик личности так же, как и жизнестойкость, способствующих профессиональному самоопределению и самореализации будущих специалистов, является наиболее предпочтительный для использования в ежедневной жизни стиль (стратегия) самоутверждения. Ключевым фактором в понимании феномена самоутверждения человека можно отметить осознанность и произвольность выбора личностью доминирующей стратегии самоутверждения в каждодневной жизни. То есть выбор доминирующей стратегии самоутверждения может быть скорректирован. Особенно чувствительным периодом для произвольного и осознанного выбора стратегии является период получения образования. Стратегия самоутверждения в образовательной среде может иметь значение как фактор, снижающий уровень психологической безопасности

образовательной среды (деструктивные стратегии), так и фактор, способствующий повышению психологической безопасности (конструктивная стратегия). В последнее время, психологи-исследователи все больше внимания уделяют феномену самоутверждения студентов: Т.Е. Быковская, Р.А. Зобов, В.Г. Казанская, Л.А. Долинская, В.С. Мухина, Е.П. Никитин, А.В. Петровский, Л.С. Подымова, А.С. Соловьев, Н.Н. Толстых, Д.И. Фельдштейн, Н.В. Харламенкова и др.

Таким образом, среди личностных черт, влияющих на психологическую безопасность образовательной среды, можно выделить такие как жизнестойкость и стратегия самоутверждения личности.

В данной научно-исследовательской работе проведен эмпирический анализ уровня жизнестойкости личностей с разными стратегиями самоутверждения будущих специалистов.

Для проведения исследования были использованы следующие методики:

1. Тест жизнестойкости – русскоязычная адаптация англоязычного опросника Hardiness Survey, разработанного американским психологом Сальваторе Мадди (Salvatore R. Maddi) в 1984 году.

Первая русскоязычная адаптация выполнена в 2006 году Д.А. Леонтьевым и Е.И. Рассказовой.

Опросник содержит 45 вопросов, оценить которые представляют возможность респонденту по шкале «нет – скорее нет, чем да – скорее да, чем нет – да». Результаты теста представлены числовыми выражениями компонентов, составляющих жизнестойкость согласно концепции Сальваторе Мадди:

а) вовлеченность (чувство сопричастности, позволяет личности в любой ситуации найти что-то значимое и интересное для себя);

б) контроль (убежденность в том, что личность сама влияет на результаты происходящих событий одновременно с принятием необязательного сопутствующего успеха деятельности);

в) принятие риска (способность действовать, не боясь провалов и неудач, так как в любом случае приобретенный опыт будет расценен как обогащающий).

Также выявляется собственно коэффициент жизнестойкости. При интерпретации результатов учитываются нормы каждого из компонентов, а также стандартные отклонения [4].

2. Стратегии самоутверждения личности (Е.П. Никитин, Н.Е. Харламенкова).

Тест содержит 36 вопросов, моделирующих ту или иную ситуацию. Прочитав утверждение или вопрос, участвующий в исследовании подбирает ответ (1, 2, 3, 4 или 5), отражающий типичные для него действия или состояния в той или иной ситуации. Подходящий ответ на каждый вопрос отмечается на специальном бланке. После обработки ответов, выявляется превалирующая для человека стратегия самоутверждения личности, которая чаще всего применяется им в обыденной жизни. Всего существует три основных стратегии самоутверждения:

- а) стратегия самоподавления (стратегия самоотрицания, отказа от собственного Я);
- б) конструктивная стратегия;
- в) агрессивная стратегия (стратегия самоутверждения за счет подавления других) [7].

Эмпирическое исследование уровня жизнестойкости личности с разными стратегиями самоутверждения проводилось на базе Российского нового университета в период 2018–2020 гг. В исследовании приняли участие студенты очного, очно-заочного и заочного отделений института психологии и педагогики. Возраст респондентов составил от 18 до 49 лет. Среди принявших участие в исследовании были и мужчины, и женщины. Возрастной и гендерный состав респондентов указан в таблице 1 и таблице 2.

Таблица 1

Возрастной состав респондентов

Возраст	Количество человек
18–30	98

30–49	20
-------	----

Таблица 2

Гендерный состав респондентов

Пол	Количество человек
муж	28
жен	90

Нами был проведен корреляционный анализ с применением статистического пакета SPSS (версия 25).

В результате обработки эмпирических данных было, в первую очередь, проведено ранжирование испытуемых по принципу выбора одной из трех ведущих стратегий самоутверждения: стратегию самоподавления, конструктивную или агрессивную стратегию (табл. 3).

Таблица 3

Ведущие стратегии самоутверждения.

<i>Стратегия самоутверждения</i>	<i>Количество испытуемых, выбравших указанную стратегию ведущей, %</i>
Стратегия самоподавления	56
Конструктивная стратегия	44
Агрессивная стратегия	0

Установлено, что выбор конструктивной стратегии самоутверждения как ведущей был сделан 52 людьми, что составило 44% из 118 респондентов. Именно с конструктивной стратегией самоутверждения связано наиболее полное профессиональное и творческое самовыражение и самораскрытие, умение решать различного рода проблемы и сложности, идти на обоснованные риски и использовать более зрелые механизмы психологической защиты – все то, что способствует созданию психологически безопасной образовательной среды.

Наибольшее количество испытуемых выбрали (согласно методике) ведущей стратегию самоподавления (66 человек, 56%). Интересно отметить, что среди

опрошенных не обнаружено тех, чьей доминантной стратегией самоутверждения является агрессивная стратегия. На основании этих данных, можно сделать вывод о том, что будущие специалисты, выбравшие профессию психолога, для дальнейшего профессионального самоутверждения в ней, в целом, не склонны к доминированию и агрессивным действиям (принуждение и причинение какого бы то ни было ущерба другой личности) в межличностных и профессиональных отношениях.

Следует заострить внимание на том факте, что большинством респондентов ведущей стратегией самоутверждения была выбрана стратегия самоподавления (самоотрицания), выражающаяся чаще всего в конформных установках в межличностных отношениях или в группе, в поиске лидера и занижении уровня собственной значимости, которая может проявляться в различного рода самоотрицаниях, что, безусловно, будет снижать уровень психологической безопасности образовательной среды. При выборе данной стратегии ведущим стремлением к самораскрытию и самоутверждению (в том числе и профессиональному) часто бывает нивелировано. Проанализировав эмпирические данные, можно утверждать, что показатель жизнестойкости у личностей с конструктивной стратегией самоутверждения в целом выше за счет более высокого уровня отдельных компонентов жизнестойкости.

В таблице 4 представлены средние значения компонентов жизнестойкости личностей с конструктивной стратегией самоутверждения, а также со стратегией самоподавления. Также в таблице 4 представлены средние значения компонентов жизнестойкости и также нормальное отклонение.

Таблица 4

Сравнение средних показателей компонентов жизнестойкости личностей с разными стратегиями самоутверждения.

Компонент жизнестойкости	Стратегия самоподавления	Конструктивная стратегия	Средние значения	Стандартное отклонение
Вовлеченность	33,03	35,62	37,64	8,08
Контроль	28,52	29,15	29,17	8,43

Принятие риска	17,88	18,19	13,91	4,39
Жизнестойкость	79,42	83,35	80,72	18,53

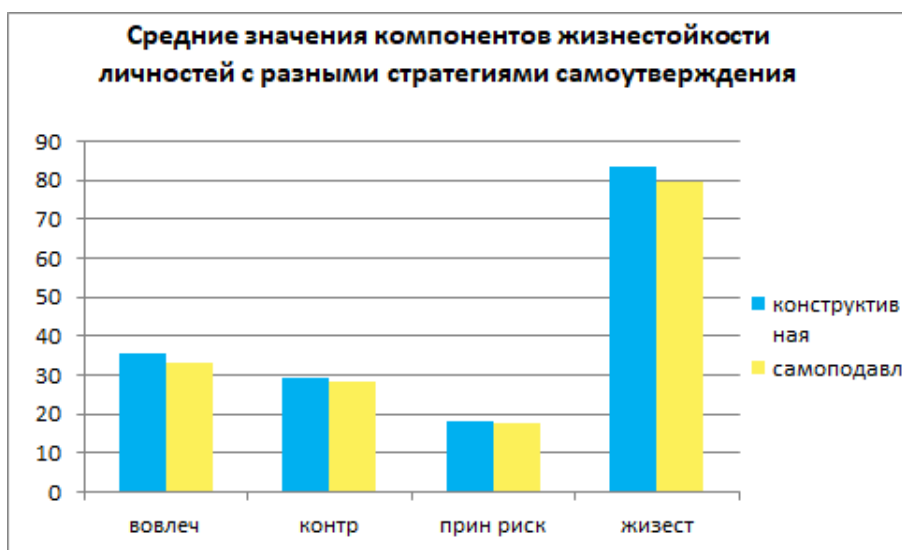


Рис. 1. Средние значения компонентов жизнестойкости личностей с разными стратегиями самоутверждения

Корреляционный анализ представленных данных позволил сделать вывод касательно средних показателей компонентов жизнестойкости в зависимости от половой принадлежности респондентов. Было установлено, что в целом в рамках данного исследования, показатели жизнестойкости у мужчин оказались выше, чем у женщин. На рис. 2 проиллюстрированы средние значения компонентов жизнестойкости у мужчин и женщин респондентов.

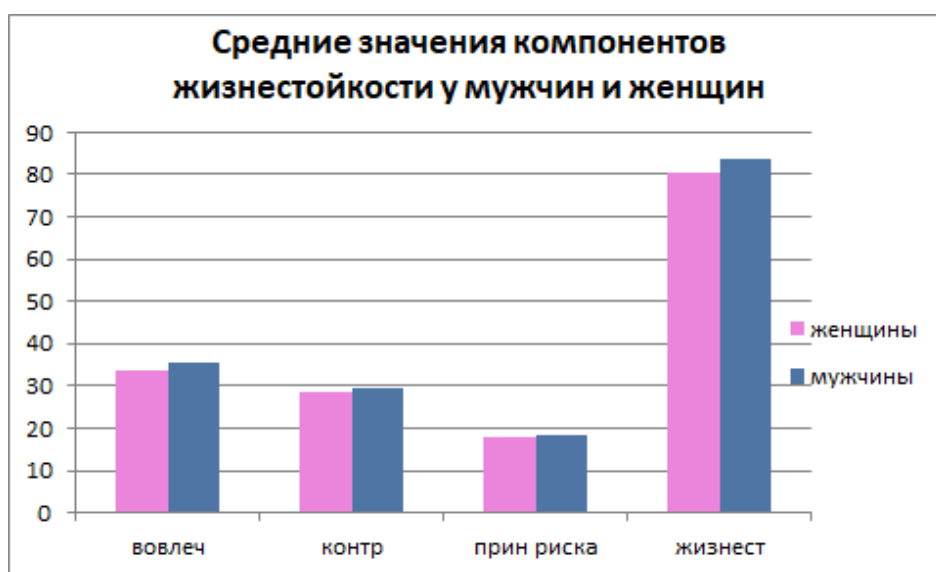


Рис. 2. Сравнения средних показателей жизнестойкости у мужчин и женщин респондентов

На основании полученных данных, можно сделать вывод о том, что для повышения безопасности образовательной среды необходимо психолого-педагогическое сопровождение участников образовательного процесса, направленного на повышение жизнестойкости, а также развитие доминанты конструктивной стратегии самоутверждения. Для этих целей могут быть использованы в первую очередь такие направления психолого-педагогического сопровождения как индивидуальная и групповая работа с психологом. Индивидуальная работа является неотъемлемой частью психологического сопровождения личности. Указанная работа позволяет людям разрешить собственные личностные проблемы, которые мешают в полной мере раскрыть потенциал, в том числе профессиональный, однако не всегда помогает развивать такие качества, как эмпатия, толерантность, широта взглядов, организаторские способности, умение адаптироваться к сложившимся условиям и др.

Групповая работа по развитию жизнестойкости будущих специалистов с разными стратегиями самоутверждения включает в себя работу по нескольким направлениям. Наиболее распространенным методом активного социально-психологического обучения являются психологические тренинги, которые могут содержать в себе огромный спектр различных актуальных тем. Необходимо отметить, что тематика тренингов для личностей с различными доминирующими стратегиями самоутверждения будет различаться.

Примерная тематика индивидуального и группового психологического сопровождения представлена, основанная на разработанной С. Мадди системе развития жизнестойкости представлена в таблице 5.

Таблица 5

*Программа развития жизнестойкости личностей будущих специалистов
с разными стратегиями самоутверждения*

<i>Стратегия самоутверждения</i>	<i>Индивидуальное психологическое сопровождение</i>	<i>Групповая работа</i>
<i>Конструктивная стратегия</i>	Консультирование, направленное на рефлекссию собственного Я, работа с внутренними ресурсами	Тренинги, направленные на совладающее поведение, развитие творческих способностей,

		профессиональную реализацию и др.
<i>Агрессивная стратегия</i>	Консультирование, направленное на принятие иной точки зрения, развитие умения активного слушания	Тренинги, направленные на повышение коммуникативных способностей, овладение способами разрешения конфликтов, развитие эмпатии и др.
<i>Стратегия самоотрицания</i>	Консультирование, направленное на принятие собственного Я-образа, овладение техниками релаксации	Тренинги, направленные на повышение уверенности в себе, повышение коммуникативных способностей, снятие тревожности и др.

Также, в рамках психолого-педагогического сопровождения будущих специалистов, направленного на развитие жизнестойкости независимо от доминирующей стратегии самоутверждения, целесообразно будет использовать арт-терапевтические методики, круглые столы, дискуссионные клубы различной тематики, вовлечение в общественно-полезную деятельность и др.

Естественно, психолого-педагогическое сопровождение, направленное на развитие жизнестойкости будущих специалистов, не ограничивается данным примером. Особенности психологической поддержки будут зависеть от индивидуальных черт участников образовательного процесса, а также от определенных возникающих ситуаций, требующих решения. Психолого-педагогическое сопровождение участников образовательного процесса является сложной, многоступенчатой работой, направленной в конечном счете на развитие безопасной образовательной среды как устойчивой базы для академической успешности, самораскрытия и личностного роста.

Список литературы

1. Альберти Р.Е. Умейте постоять за себя. Ключ к уверенному поведению / Р.Е. Альберти, М.Л. Эммонс [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.romek.ru/alb.htm>
2. Казанская В.Г. Формирование профессионального самоутверждения студентов в условиях теоретического обучения и на практике / В.Г. Казанская, А.С. Соловьев // Вестник Ленинградского государственного университета им. А.С. Пушкина. – 2008. – Т. 5. – №1.

3. Климов А.А. Жизнестойкость и ее взаимосвязь с личностными ценностями студентов / А.А. Климов // Вестник Самарской гуманитарной академии. Серия: Психология. – 2011. – №2.
4. Леонтьев Д.А. Тест жизнестойкости / Д.А. Леонтьев, Е.И. Рассказова. – М.: Смысл, 2006.
5. Лихачева Э.В. Жизнестойкость и жизненные цели современных российских студентов / Э.В. Лихачева, А.С. Огнев, К.А. Казаков // Middle East Journal of Scientific Research. – 2013. – Т. 14. №6. – С. 795–798.
6. Логинова М.В. Психологическое содержание жизнестойкости личности студентов / М.В. Логинова. – М., 2010.
7. Никитин Е.П. Феномен человеческого самоутверждения / Е.П. Никитин, Н.Е. Харламенкова. – СПб.: Алетейя, 2000. – 224 с.
8. Подымова Л.С. Стратегии самоутверждения студентов в учебной деятельности / Л.С. Подымова, Л.А. Долинская, Л. Шоувэнь // Проблемы современного образования. – 2018. – №3.
9. Фомина А.Н. Жизнестойкость личности / А.Н. Фомина. – М.: Прометей, 2012.

Alisa I. Babi

postgraduate student, senior lecturer

ANCO of HE “New Russian University”

Moscow

THE LEVEL OF HARDINESS OF INDIVIDUALS WITH DIFFERENT STRATEGIES OF SELF-AFFIRMATION AS A FACTOR OF PSYCHOLOGICALLY SAFE EDUCATIONAL ENVIRONMENT

***Abstract:** to create a psychologically safe educational process, the most important components will be the personal characteristics of the participants in the educational process. The purpose of this study was to determine the level of hardiness of future specialists with different strategies of self-affirmation as a factor affecting the psychological safety in the educational environment. It is vitality that is one of the basic*

characteristics that allows participants in the educational process not only to overcome life circumstances and adapt to constantly changing conditions, but also to become stronger, qualitatively improving the standard of living, physical and psychological health. An analysis of the empirical data obtained was presented, as well as the features of psychological and pedagogical support aimed at increasing the resilience of individuals with different self-affirmation strategies.

Keywords: *hardiness, strategy of self-affirmation, educational environment, psychological and pedagogical support.*

References

1. Al'berti, R. E., & Emmons, M. L. Umeite postoiat' za sebia. Kliuch k uveren-nomu povedeniiu. Retrieved from <http://www.romek.ru/alb.htm>
2. Kazanskaia, V. G., & Solov'ev, A. S. (2008). Formirovanie professional'nogo samoutverzhdeniia studentov v usloviakh teoreticheskogo obucheniia i na praktike. Vestnik Leningradskogo gosudarstvennogo universiteta im. A.S. Pushkina, T. 5.
3. Klimov, A. A. (2011). Zhiznестоikost' i ee vzaimosviaz' s lichnostnymi tsen-nostiami studentov. Vestnik Samarskoi gumanitarnoi akademii. Seriia: Psikhologii, 2.
4. Leont'ev, D. A., & Rasskazova, E. I. (2006). Test zhiznестоikosti. M.: Smysl.
5. Likhacheva, E. V., Ognev, A. S., & Kazakov, K. A. (2013). Zhiznестоikost' i zhiznennye tseli sovremennykh rossiiskikh studentov. Middle East Journal of Scien-tific Research, T. 14. 6, 795-798.
6. Loginova, M. V. (2010). Psikhologicheskoe sodержanie zhiznестоikosti lich-nosti studentov. M.
7. Nikitin, E. P., & Kharlamenkova, N. E. (2000). Fenomen chelovecheskogo samoutverzhdeniia., 224. SPb.: Aleteiia.
8. Podymova, L. S., Dolinskaia, L. A., & Shouven', L. (2018). Strategii samoutverzhdeniia studentov v uchebnoi deiatel'nosti. Problemy sovremennogo obra-zovaniia, 3.
9. Fominova, A. N. (2012). Zhiznестоikost' lichnosti. M.: Prometei.