

Затышняк Елизавета Владимировна

студентка

Павлова Екатерина Викторовна

д-р психол. наук, доцент, профессор

ФГБОУ ВО «Амурский государственный университет»

г. Благовещенск, Амурская область

DOI 10.31483/r-150840

СПОСОБНОСТИ «НАДЕЖДА» И «ВЕРА» КАК РЕСУРС СМЫСЛООБРАЗОВАНИЯ У СТУДЕНТОВ В УСЛОВИЯХ НЕОПРЕДЕЛЕННОСТИ БУДУЩЕГО

***Аннотация:** в статье анализируются способности «надежда» и «вера» в качестве психологических ресурсов, которые помогают студентам формировать смысл жизни. Проведенное эмпирическое исследование с использованием опросника WIPPF и анкетирования выявило различную динамику этих конструктов: надежда сохраняет стабильно высокие показатели, а вера находится на среднем уровне. На основе теории актуальных способностей Н. Пезешкиана подтверждается, что надежда и вера, дополняя друг друга, служат основой для преодоления экзистенциальной неопределенности, связанной с будущим.*

***Ключевые слова:** первичные актуальные способности, надежда, вера, горизонт планирования, смыслообразование, неопределенность будущего.*

Для современного поколения характерна жизнь в условиях повышенной экономической и социальной непредсказуемости, что существенно ограничивает формирование молодыми людьми долгосрочных жизненных стратегий. Данная ситуация является источником экзистенциального беспокойства и осложняет процесс обретения личностных смыслов. Показателем зрелого отношения ко времени служит широкий горизонт планирования, который подразумевает готовность индивида жертвовать мгновенными выгодами ради значимых результатов в перспективе. В противоположность этому, краткосрочное планирование сосредоточено на решении актуальных задач и немедленном получении желаемого.

Молодые люди выстраивают жизненные стратегии, следуя собственным представлениям об успешной и счастливой жизни, выбирая цели и пути их достижения. При этом они находятся под влиянием процессов и явлений, происходящих в обществе [2; 3].

С одной стороны – глобализация, технологические прорывы и экономическая турбулентность, создающие мир без гарантий, с другой – острая потребность человека в смысле как в фундаменте для мотивации и душевного равновесия. Разрыв между этими полюсами порождает экзистенциальный вакуум и апатию, становящиеся особенно серьезной угрозой для молодого поколения, находящегося в поиске своего места в жизни. В таких обстоятельствах решающую роль играют не временные тактики преодоления трудностей, а внутренний стержень человека. Такие качества, как надежда и вера, оказываются фундаментальными для создания осмысленной перспективы.

Основой для данного исследования послужила концепция актуальных способностей, разработанная Н. Пезешкианом. В ее рамках утверждается, что базовые жизненные установки, такие как «Надежда» и «Вера», не даются от рождения, а формируются в процессе взаимодействия с обществом [4]. Эти способности служат основой нашего мировоззрения и во многом определяют наши ожидания от будущего. Процесс их становления запускается еще до рождения [5] и складывается под влиянием трёх факторов: тела, окружающей среды и духа времени.

Надежда трактуется как ситуативное прогнозирование действительности, предположение неочевидного разрешения проблемной ситуации с субъективным предпочтением более благоприятного варианта. Она предполагает реалистичный, но дальновидный набор убеждений, который стимулирует усилия по достижению лучшего будущего [1]. Ч. Снайдер описывает надежду как активную жизненную позицию, которая состоит из трех важных частей. Во-первых, человек должен четко понимать, чего он хочет достичь. Во-вторых, ему нужны конкретные пути для достижения своих целей. И в-третьих, необходима сильная внутренняя мотивация, чтобы не сдаваться [7]. Таким образом, надежда помогает

студентам не заикливаться на сиюминутных результатах и строить долгосрочные планы, даже когда будущее не ясно.

Вера рассматривается не только со стороны религии. Это чувство связи с чем-то большим, чем собственное «Я» – будь то важные жизненные принципы, научные знания, общество или духовные идеалы [6]. Например, модель Дж. Фаулера показывает, что в студенческие годы многие люди пересматривают веру, полученную в детстве. Они начинают критически анализировать старые убеждения, сталкиваются с внутренним конфликтом и в итоге формируют свою собственную, осознанную систему взглядов [3].

Можно сказать, что вера и надежда поддерживают друг друга. Вера служит внутренней опорой и источником смысла, а надежда выступает в роли двигателя, который помогает этот смысл реализовать на практике. Их совместное действие особенно эффективно, когда человек выстраивает свою картину мира: вера придает ценность его целям, а надежда прокладывает к ним дорогу.

Цель исследования: выявить комплементарную роль способностей «Надежда» и «Вера» как психологических ресурсов смыслообразования и преодоления экзистенциальной неопределенности будущего у студентов. Гипотеза: способности «Надежда» и «Вера» у студентов выражены умеренно и выполняют взаимодополняющую роль в процессе смыслообразования.

База исследования: ФГБОУ ВО «Амурский государственный университет», г. Благовещенск. Выборка: 40 студентов в возрасте от 18 до 23 лет. Для сбора эмпирических данных использовались две шкалы методики «Висбаденский опросник к методу позитивной и семейной психотерапии (WIPPF)» (Н. Пезешкиан, Х. Дайденах, в адаптации С.Ю. Зелинской, А.И. Ташевой); анкета для выявления роли веры и надежды в жизни студентов (разработана нами).

Полученные данные свидетельствуют, что у большинства опрошенных высокий уровень надежды (рис. 1). Это указывает на их позитивный взгляд на будущее и уверенность в достижении намеченных планов. Такая картина вполне естественна для юношеского возраста, когда происходит активное формирование жизненных целей. В этот период образование воспринимается не как простое

накопление информации, а как практический инструмент для личностного роста. Поэтапная организация учебного процесса дает чувство поступательного развития, а широкий доступ к знаниям и технологиям создает благоприятные условия для укрепления личностной уверенности. Поддержка близких людей создает важный эмоциональный фундамент, а успешное решение учебных задач становится практическим доказательством своей компетентности. В то же время Н. Пезешкиан подчеркивал, что излишне высокий уровень той или иной актуальной способности может приводить к дезадаптации.

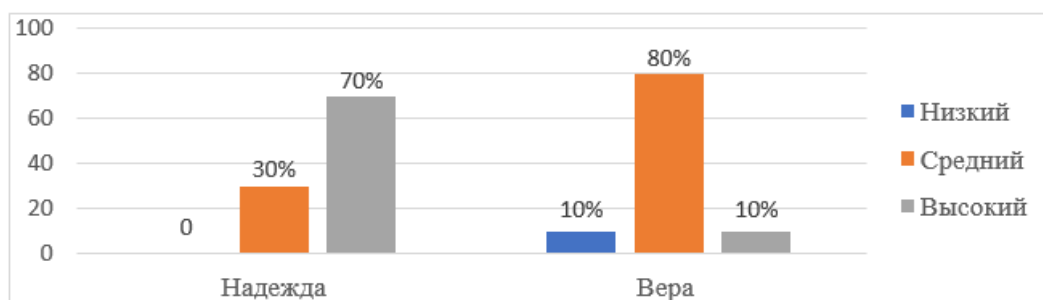


Рис. 1. Результаты диагностики по методике WIPPF

Примечательно, что в исследовании не выявлено студентов с низким уровнем надежды, это можно объяснить возрастными и социальными особенностями молодых людей: психологическая гибкость позволяет им находить новые решения вместо концентрации на провалах, а учебная среда служит надежной поддержкой. Совместное влияние образовательной системы, возрастных характеристик и социальных связей формирует умение преобразовывать трудности в решаемые задачи, поддерживая уверенность в осуществлении жизненных планов.

В сфере религиозных взглядов зафиксированы средние значения, что отражает сложный процесс формирования личного мировоззрения. Молодые люди находятся в состоянии равновесия между унаследованными традициями и критическим подходом, который развивается в университетской среде. Такой результат указывает не на отказ от духовности, а на интенсивную внутреннюю работу – поиск гармонии между разумом и глубокими экзистенциальными запросами. Это переходное состояние позволяет включать духовные искания в индивидуальную

картину мира, сохраняя возможность принятия трансцендентного опыта через глубокое самопознание.

Результаты анализа анкеты, которая состояла из 6 открытых вопросов, выявили не случайный набор мнений, а четкую, логически выстроенную систему коллективного мышления. На вопрос: «Опишите, что для вас значат слова «вера» и «надежда»? В чем вы видите для себя различие между ними?» значительная часть опрошенных в качестве характеристики веры назвали ее обращенность к чему-то воспринимаемому как реальное и существующее. Это не просто абстракция, а признание некоей истины. Как выразился один из студентов, «Вера это признание того, что есть на самом деле». Это чувство, которое живет в настоящем, «здесь и сейчас», и служит человеку внутренним стержнем.

В отличие от веры, надежда воспринимается респондентами как устремленность в будущее, нередко связанная с идеализированными представлениями. Её описывают как «желание, чтобы события сложились согласно задуманному». Некоторые участники подчеркивают подверженность надежды влиянию внешних условий, тогда как веру характеризуют как более стабильное образование. Наиболее показательное различие, которое проводят студенты, касается природы этих феноменов. Если вера подразумевает уверенность в реальности чего-либо, то надежда ориентирована на ожидание желаемого. Эта мысль прослеживается в различных формулировках. Как выразился один из респондентов, вера представляет собой прочное знание, а надежда зависит от стечения обстоятельств при отсутствии гарантий.

Исследование планирования будущего среди молодежи показало четкое разделение на три временных горизонта: кратко-, средне- и долгосрочный. При этом факторы, влияющие на способность к планированию, оказались типичными для большинства респондентов. Порядка 38% ограничиваются горизонтом планирования не более одного года. Основными препятствиями для них выступают неопределенность будущего и боязнь неоправданных ожиданий. Часть опрошенных вообще избегает конкретного планирования, выбирая стратегию адаптации к меняющимся условиям.

Наиболее распространенным (43% респондентов) подходом оказалось среднесрочное планирование на 2–7 лет. Эта группа формируют планы, распределяя цели по разным сферам жизни: например, карьерное развитие планируется на 5–7 лет, а личные цели – на 1–2 года. Ключевым фактором успешного планирования они называют наличие ясных целей и внутренней мотивации. При этом сохраняется влияние неопределенности: как отметил один из участников, «помехой является сомнение в реализации намеченного». Всего 10% опрошенных демонстрируют способность к долгосрочному планированию на десятилетия. Этим людей отличает уверенность в собственных силах и наличие надежных партнерских отношений.

Ситуации, в которых респонденты испытывали недостаток надежды, включают разные жизненные обстоятельства – от учебных трудностей до серьезных личных потерь. Примечательно, что примерно треть участников не смогли привести подобные примеры, что может говорить как об отсутствии негативного опыта, так и о психологической защите от тяжелых воспоминаний.

Среди описанных случаев четко прослеживаются два типа кризисов. Наиболее распространены трудности в учебе – особенно период выпускных испытаний, когда результат экзаменов напрямую влиял на будущее. Около 19% респондентов столкнулись с более серьезными испытаниями: смертью близких, питомцев, тяжелыми заболеваниями родственников. В таких ситуациях дефицит надежды усугублялся осознанием невозможности повлиять на ситуацию.

Изучение ответов респондентов на вопрос о ситуациях, когда надежда помогала преодолевать трудности, показывает определенные закономерности в понимании этого чувства. Многие не смогли вспомнить конкретные случаи или затруднялись с ответом. Можно предположить, что для них надежда представляет собой фоновое состояние – внутренний ресурс, который действует непрерывно, а не является осознанным инструментом преодоления кризисов.

Среди тех, кто описал свой опыт, можно выделить три основные ситуации, где надежда оказалась наиболее значимой. Наиболее часто упоминались академические трудности – подготовка к экзаменам и поступление в университет. В

этих историях надежда выполняла двойную функцию: помогала сохранять эмоциональное равновесие и поддерживала мотивацию. Для многих она становилась стимулом для интенсивной подготовки. Как отметил один респондент: «Я усердно готовилась и надеялась на лучшее». Надежда сочеталась с верой в собственные возможности, обеспечивая необходимый психологический ресурс, а в некоторых случаях оставалась последней опорой в условиях полной неопределенности, помогая справиться с экзаменационным стрессом.

Порядка 14% респондентов рассказали о серьезных жизненных испытаниях, где именно надежда помогала им сохранить устойчивость. Наиболее показательной является история о продолжительном заболевании, вырывающем человека из привычной жизни: в такой ситуации «спасала только надежда на завершение череды болезней». В этом случае надежда стала психологической опорой в течение двух месяцев изоляции и плохого самочувствия, поддерживая уверенность в возможности решения накопившихся проблем после выздоровления.

Отдельно стоит сказать о тех, для кого надежда предстает как постоянная мировоззренческая основа. Фраза «помогает ежедневно или почти каждый день» отражает повседневную, рутинную функцию этого чувства. Надежда дает энергию для преодоления препятствий, поскольку, по словам другого респондента, «надежда дает мне силы и мотивацию». Даже в обыденных ситуациях, таких как ожидание опаздывающего транспорта, вера в благоприятный исход обладает существенной психологической ценностью.

На вопрос «Что или кто служит вам главной опорой, когда будущее кажется особенно туманным?», подавляющее большинство ответило, что главной поддержкой становятся близкие люди (семья, родители, партнер и друзья). Второй по важности ресурс связан с внутренними резервами личности – многие отметили способность полагаться на собственные силы в сложных обстоятельствах. Третья категория ответов затрагивает духовную сферу, где студенты называют религиозные убеждения, веру в высшие силы и сверхъестественную помощь как ключевой источник устойчивости. Особый интерес представляет тенденция к комбинированию разных видов поддержки: некоторые респонденты формируют

комплексную систему психологической устойчивости, одновременно используя и веру в себя, и опору на близкое окружение, и духовные практики.

Анализ ответов на вопрос о наличии чувства принадлежности к чему-то большему демонстрирует разнообразие мировоззренческих позиций молодежи. Порядка 29% опрошенных черпают уверенность исключительно в собственных силах, утверждая: «Я полагаюсь на себя и свои возможности». Чуть меньшее число – находит опору в религиозных убеждениях и вере в Бога. При этом отдельные представители этой условной группы отмечают, что, несмотря на религиозность, не чувствуют связи с глобальными процессами.

Незначительная часть идентифицирует себя с социальными общностями – семьей, социумом или человечеством в целом. Они воспринимают себя как «небольшой, но важный элемент в цепи человечества» или верят в способность совместными усилиями «совершенствовать этот мир». Имеются и респонденты, открыто отрицающие чувство принадлежности к чему-то превосходящему личный опыт, а 14% испытывают затруднения с ответом, что может свидетельствовать либо о неопределенности позиции, либо о глубоко личном характере подобных переживаний.

Таким образом, результаты исследования подтвердили, что надежда и вера формируют комплексный психологический механизм, помогающий студентам справляться с экзистенциальной неопределённостью будущего. Стабильно высокий уровень надежды выступает катализатором целеполагания, преобразуя жизненные вызовы в конкретные задачи, тогда как вера создаёт смысловую основу и обеспечивает внутреннюю устойчивость.

Взаимодополняющее действие этих двух способностей формирует целостный подход к преодолению трудностей: вера придает значимость предпринимаемым усилиям, а надежда предлагает конкретные способы их реализации. Такой синтез позволяет молодым людям сочетать адаптивность с долгосрочным планированием, снижая уровень тревожности. Уровень выраженности актуальной способности «Надежда» у студентов выше, чем мы предполагали изначально.

Полученные данные свидетельствуют о важности целенаправленной психологической работы с данными способностями для укрепления смысловой сферы и повышения психологического благополучия студентов.

Список литературы

1. Айказуни А. Первичные актуальные способности личности, проиллюстрированные в Библии / А. Айказуни // The Global Psychotherapist. – 2023. – Т. 3. №2. – С. 141–146. DOI: 10.52982/lkj209. EDN XKTHYN
2. Зеер, Э.Ф. Цифровое поколение в контексте прогнозирования профессионального будущего / Э.Ф. Зеер, Н.Г. Церковникова, В.С. Третьякова // Образование и наука. – 2021. – №6. – С. 153–184. DOI: 10.17853/1994-5639-2021-6-153-184. EDN NDPSAT
3. Зубок Ю.А. Молодежь: жизненные стратегии в новой реальности / Ю.А. Зубок // Мониторинг общественного мнения: экономические и социальные перемены. – 2020. – №3. – С. 4–12. DOI:10.14515/monitoring.2020.3.16885. EDN KFHOUI
4. Позитивное направление в консультировании и психотерапии: учебно-методическое пособие / сост. О.В. Петрова. – Ижевск: Удмуртский государственный университет, 2018. – 52 с.
5. Пезешкиан Н. Психосоматика и позитивная психотерапия / Н. Пезешкиан. – М.: Институт позитивной психотерапии, 2006. – 464 с.
6. Сотников Г.В. Экзистенциальный поворот в теории глобализации / Г.В. Сотников, М.Л. Альпидовская // Теоретическая экономика. – 2025. – №1 (121). – С. 128–141. – DOI: 10.52957/2221-3260-2025-1-128-141. EDN EQQBXD
7. Nelson E. Hope is not optimism // Journal Feminism and Religion. 2024 [Electronic resource]. – Access mode: <https://feminismandreligion.com/2024/06/13/hope-is-not-optimism-by-esther-nelson/> (date of request: 13.10.2025).