

Секция «Психология личности: вызовы неопределенности»  
**Уровень жизнестойкости как маркер психологического дисбаланса личности**  
*Наумович Ольга Валерьевна*  
*Студент (специалист)*

Белорусский государственный педагогический университет им. Максима Танка,  
Факультет психологии, Кафедра общей и педагогической психологии, Минск, Беларусь  
*E-mail: volha\_n7057@mail.ru*

С самых давних времен человек пытается определить, кто он такой, разобраться в том, что составляет суть его личности. Загадку многогранности личности по сей день решают исследователи, и по всей вероятности, не откажутся от этой задачи, пока существует само человечество и пока последний человек не утратит свою индивидуальность в этом мире.

Мы предприняли попытку прикоснуться к загадке личности посредством анализа такого ее качества, как жизнестойкость. Выбор темы исследования обусловлен недостаточной изученностью характера взаимосвязей жизнестойкости с широким спектром параметров личности. В частности, с конфликтностью. С одной стороны, жизнестойкость обеспечивает устойчивость к конфликтам, а с другой - личность, обладающая большим психологическим ресурсом, может легко идти на конфронтацию и защищать свои интересы.

Мы предполагаем, что уровень жизнестойкости является «маркером» для выявления психологического дисбаланса личности. На основе показателей жизнестойкости можно судить о состоянии психологической гармонии личности, а при отсутствии гармонии потребуются оказание индивидуальной консультационной помощи, разработка коррекционно-развивающих мероприятий. Возможно, для повышения жизнестойкости ресурс группы окажется наиболее эффективным.

Жизнестойкость, как качество личности, определяет её устойчивость к повседневному стрессу, тревоге и конфликтам. При этом высокий показатель жизнестойкости гарантирует успешное совладание с повседневным стрессом и возможность развивать свою личность путем его преодоления. Для изучения жизнестойкости теоретическую основу могут составить рассматриваемые в советской психологии вопросы о личностном адаптационном потенциале [4], личностном потенциале [6], психологической устойчивости личности [2]. В зарубежной психологии интерес представляет теория С. Мадди, в которой ключевым является понятие «Hardiness» (Жизнестойкость), включающее в себя такие компоненты, как вовлеченность, контроль и принятие риска [5].

В формировании и содержании конфликтности личности рассматривается значительное количество факторов. Под конфликтностью личности принимают многоспекторное свойство, которое отражает частоту вступления в межличностные конфликты. При её высоком показателе индивид проявляет яркое проконфликтное поведение [1].

Вопросы конфликтов, стилей конфликтного поведения анализируют представители социологии, психологии, конфликтологии (А.Я. Анцупов, Н.В. Гришина, К. Килменн, Н.А. Лобан, В.П. Пугачев, Дж.Г. Скотт и многие другие). Проблема стресса и стрессоустойчивости раскрыта в исследованиях П.Б. Зильбермана, Р. Лазаруса, Л.В. Куликова, Г. Селье и другие.

Обобщая научные положения исследователей, мы предполагаем, что высокий уровень жизнестойкости возможен при наличии достаточно хорошей стрессоустойчивости и низкой конфликтности, которые взаимосвязаны с аттитюдами жизнестойкости.

Так, при высоком уровне вовлеченности в свою деятельность, когда личность заинтересована в ее результате, нетрудно предположить повышение стрессоустойчивости с повышением мотива достижения цели. Высокая стрессоустойчивость может гарантировать,

что человек будет брать на себя ответственность за свою жизнь и деятельность, будет готов принимать какие-либо риски для достижения своей цели - здесь прослеживается связь с принятием риска и мотивацией. При этом, низкая жизнестойкость, низкий уровень контроля над своей жизнью, безразличие и пассивность может зарождать как внутренний конфликт, так и проконфликтное поведение.

В результате исследования, мы надеемся получить универсальный «маркёр» для выявления психологического дисбаланса личности. Психодиагностическая модель поможет снизить материальную и временную затратность при изучении личности в учреждениях образования, на предприятиях.

Нами использовались следующие психодиагностические методики: Тест жизнестойкости С. Мадди (в пер. и адаптации Д.А. Леонтьева и Е.И. Рассказовой) [3], Тест мотивации достижения (А. Мехрабиан), Методика личностной агрессивности и конфликтности (Е.П. Ильин, П.А. Ковалёв). Выборку пилотажного исследования составили 27 студентов БГПУ им. М. Танка, обучающихся на 1-ых и 2-ых курсах факультета психологии, дневной формы получения образования. Обработка результатов диагностики проводилась в программе «STATISTICA 8.0» с применением коэффициента Пирсона.

По результатам статистической обработки, при показателе  $p$  меньше 0,05, было выявлено: сильная значимая корреляция между жизнестойкостью и стрессоустойчивостью ( $r=0,79$ ); обратная умеренная значимая взаимосвязь между жизнестойкостью и конфликтностью ( $r=-0,55$ ); обратная умеренная значимая взаимосвязь между стрессоустойчивостью и конфликтностью ( $r=-0,42$ ). Так, чем выше уровень жизнестойкости, тем ниже показатели конфликтности и выше уровень стрессоустойчивости. При этом, чем выше уровень стрессоустойчивости, тем ниже показатели конфликтности.

Таким образом, в результате пилотажного исследования гипотеза была подтверждена. Такой показатель как уровень жизнестойкости является значимым при изучении личности и может выступать маркёром ее психологического дисбаланса.

При этом остается нераскрытым вопрос о соотношении биологического и социального факторов в развитии жизнестойкости личности, что составляет перспективу дальнейших исследований анализируемой проблемы.

### Источники и литература

- 1) Бильданова В.Р., Мингалеева Г.Ф. Выраженность конфликтности у студентов педвуза // Современные наукоемкие технологии. М., 2013. С. No.7. С. 214-215.
- 2) Куликов Л.В. Здоровье и субъективное благополучие личности. СПб., 2000.
- 3) Леонтьев Д.А., Рассказова Е.И. Тест жизнестойкости. М., 2006.
- 4) Маклаков А.Г. Личностный адаптационный потенциал: его мобилизация и прогнозирование в экстремальных условиях // Психологический журнал. 2001. Т.22. No.1. С. 16-24.
- 5) Maddi S.R. Hardiness: The courage to grow from stresses // Journal of Positive Psychology. 2006. No.1(3). С.160-168.
- 6) Психолоджи-онлайн.нет: <http://www.psychology-online.net/articles/doc-1275.html>