

взаимосвязи накладывают отпечаток на жизнь и достижения личности, но с другой стороны, это во многом различающиеся феномены, поэтому использование трех разных терминов для их обозначения как раз и позволяет ухватить специфические особенности данных феноменов.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. *Глотова Г.А.* Системный подход к анализу тревожности // Психологический вестник Урал. гос. ун-та. Екатеринбург: Изд-во «Банк культурной информации». Вып. 2. 2001. С. 176-222.

Л.В. Каранетян, Е.С. Шайхутдинова

ИССЛЕДОВАНИЕ ОСОБЕННОСТЕЙ ОПТИМИЗМА И ПЕССИМИЗМА У СТУДЕНТОВ

Несмотря на значительный прогресс в современной психологической науке, некоторым актуальным проблемам не уделяется должного внимания. В частности, малоизученной в психологии остается проблема оптимизма-пессимизма, тогда как в философии ей отводится весьма почетное место. Значимость данной области для психологической науки определяется в первую очередь тем, что, по мнению специалистов (М. Селигман, К. Муздыбаев, М. Аргайл), пессимисты чаще подвержены таким распространенным психологическим недугам, как депрессия, алкоголизм, разного вида зависимости. Оптимизм же, будучи способом практической ориентации человека, позволяет людям ожидать от будущего исполнения желаний и добиваться достижения планируемых результатов деятельности.

В рамках данной работы в качестве основополагающего мы выбрали социально-психологический подход к понятиям «оптимизм» и «пессимизм». Согласно данному подходу, оптимистами называются люди с гармоничным, пропорциональным развитием всех психических процессов, жизнерадостным мирозерцанием, верой в людей, их силы и возможности, с уверенностью в прогрессе общества, с верой в собственные силы и возможности как субъекта деятельности; пессимистами – люди с мироощущением, проникнутым унынием, безнадежностью, неверием в лучшее будущее, со склонностью во всем видеть только плохое. Причем крайние, «идеальные» типы как оптимизма, так и пессимизма не являются благоприятными для достижения успеха.

Желательным является баланс «оптимизма-пессимизма», гармоничное сочетание оптимистической и пессимистической стратегий, адекватный выбор этих стратегий согласно окружающей индивида реальности (М. Селигман «Новая позитивная психология»).

По данным зарубежных исследований (М.Селигман, Э. Динер), склонность человека к оптимизму-пессимизму существенно зависит от возраста. Так, позитивный взгляд на жизнь в большей мере характерен для молодых людей в возрасте от 20 до 30 лет и присущ студентам высших учебных заведений. В студенческие годы оптимизм является одной из главных движущих сил становления личности, и его измерение и определение характера связи с другими психологическими категориями может оказаться полезным при оказании психологической поддержки в разрешении закономерных проблем студенческого возраста, таких как утверждение самостоятельности (сепарация от родительской семьи, создание собственной), формирование нравственного сознания, самоопределение, выбор профессии и т.д.

Темп современной жизни не дает человеку времени на планомерное достижение целей. Поэтому современному студенту-оптимисту свойственно ориентироваться на мгновенное получение выгоды, то есть на удачу, везение. Зачастую это препятствует развитию способности длительное время прилагать сознательные усилия для реализации жизненных планов, а также приводит к развитию у студентов таких качеств, как инфантилизм, потребительское отношение к родителям, ощущение «легкости бытия».

Возраст не является единственным фактором, влияющим на выраженность оптимизма-пессимизма. В отечественной и зарубежной литературе приводятся данные о взаимосвязи оптимизма-пессимизма с такими личностными качествами, как стрессоустойчивость, коммуникативность, организаторские способности, склонность к риску, тревожность, и другими особенностями, в большей или меньшей степени осознаваемыми человеком. Однако в обыденном сознании индивида наряду с мировоззрением, сознательными установками, сформированными знаниями и убеждениями, существуют имплицитные (мало осознаваемые) представления как о разных сторонах окружающей действительности, так и о самом себе, о своем отношении к этой

действительности. К имплицитным представлениям относятся и представления человека об успехе и удаче. Эти представления, на наш взгляд, также взаимосвязаны со сформированностью оптимистического–пессимистического восприятия действительности.

Несмотря на некоторую схожесть, понятия успеха и удачи имеют принципиально разное значение. Под успехом мы понимаем положительно оцененное достижение, значимо превысившее социальные либо личностные нормативы, итог целенаправленной и эффективно организованной человеческой деятельности. Для удачи не характерна целенаправленность и организованность, она случайна, и является лишь возможностью достижения успеха. Ориентация человека на успех мобилизует такие ресурсы личности, как воля, целеустремленность, ответственность, трудолюбие. Если же человек делает ставку на удачу, то у него складываются определенные отношения со случайностью: счастливый случай – вот цель жизни, предел мечтаний и основная стратегия.

В данной работе нами была предпринята попытка исследовать выраженность оптимизма–пессимизма у студентов и выявить, как оптимизм и пессимизм связаны с отношением к успеху и удаче.

Гипотезами данного исследования явились следующие предположения:

- 1) оптимизм и пессимизм у студентов связаны с имплицитными представлениями об успехе, удаче;
- 2) существуют различия между представлениями оптимистов и пессимистов об успехе и удаче;
- 3) существуют гендерные различия в выраженности оптимистических и пессимистических взглядов студентов.

Для достижения цели и проверки гипотез нами были использованы следующие психодиагностические методики: методика SASQ (Seligman Attributional Style Questionnaire) и батарея из 8 анкет, разработанная на кафедре общей психологии и психологии личности Уральского государственного университета им. А.М. Горького Г.А.Глотовой и Л.В. Карапетян. Успех и удача рассматриваются разработчиками анкет как многомерные понятия, складывающиеся из субъективного восприятия собственной результативности и усилий, приложенных для ее достижения. Предполагается, что на оценивание себя как успешного или Удачливого влияет ряд факторов, таких как:

- имплицитные представления о феномене удачи и успеха;
- дифференциация категорий «успех» и «удача»;
- отвлеченные представления о человеке–неудачнике, счастливом человеке, оптимисте, преуспевающем и т.д.;
- оценивание собственной склонности к риску и склонности к риску близких людей (отца, матери, друга);
- оценивание собственных актуальных («я» в настоящем) и перспективных («я» через 5 лет) характеристик (компетентность, надежность, завистливость и др.);
- оценивание актуальной и желаемой результативности различных сфер жизнедеятельности;
- принятие ответственности за происходящее;
- оценивание успешности, удачливости, личностных и поведенческих характеристик близких людей (отца, матери, друга);
- отношение к окружающим.

При заполнении анкет испытуемым предлагается в баллах или в процентах выразить свое отношение к себе, к разным категориям людей или обстоятельствам, связанным с удачей, достижением успеха, склонностью к риску.

В эксперименте приняли участие 129 студентов Уральского государственного экономического университета (УрГЭУ) и Уральского государственного лесотехнического университета (УрГЛУ).

Проведенное в 2006–2007 гг. исследование позволило сделать следующие выводы:

1. В отличие от зарубежных студентов, в исследованной нами выборке УрГЭУ преобладал пессимистический стиль объяснения событий. Поскольку результаты, полученные на студентах Уральского государственного экономического университета, не согласуются с данными, приводимыми в литературе, нами была предпринята попытка провести дополнительное исследование на студентах Уральского государственного лесотехнического университета. Результаты сравнения показали, что студентам УрГЛУ присущи более оптимистичные взгляды на окружающую действительность. Этот факт дает основание предполагать, что на выраженность оптимистического-пессимистического восприятия окружающей действительности могут влиять факторы, связанные с системой обучения, поскольку большую часть своего времени

студенты включены в учебный процесс. Это могут быть такие детерминанты, как содержание обучения (специфика учебных предметов), традиции в методике обучения и стиле взаимодействия педагогов и студентов. Однако считаем, что эти предположения требуют не только теоретического обоснования, но и экспериментальной проверки.

2. Существуют различия между отношением студентов к благоприятным и неблагоприятным событиям. Так, в ситуации благоприятных событий испытуемым свойственен пессимистический стиль, то есть положительные события они считают временными, объясняют их конкретными причинами и приписывают «заслуги» другим людям либо обстоятельствам. В ситуации же неблагоприятных событий испытуемые демонстрируют оптимистический стиль отношения к этим событиям, то есть они не отчаиваются в затруднительных ситуациях, считают, что у неприятностей есть конкретная причина, причем эту причину они видят в себе.

3. Результаты корреляционного анализа продемонстрировали наличие взаимосвязи между оптимизмом–пессимизмом и имплицитными представлениями студентов об успехе и удаче. Нельзя однозначно сказать, что, например, оптимизм связан с представлениями об удаче, а пессимизм с представлениями об успехе, или наоборот, поскольку выявленные связи охватывают разные сферы жизнедеятельности человека. Различается также и количество этих связей.

Так, оптимистичность как способ отношения к действительности связана с представлениями об успешности в сферах здоровья, познания мира, освоения новых видов деятельности, заботы о других; с представлениями об удачливости – в сферах здоровья, познания мира, освоения новых видов деятельности, семейных отношений, общения с друзьями, личностного роста, материального благополучия. Пессимизм связан с гораздо меньшим количеством областей жизнедеятельности: с успешностью в общении с друзьями и заботе о других; с удачливостью – в сфере семейных отношений, проведения досуга.

4. На основе проведенного нами анализа различий между студентами с оптимистическими и пессимистическими взглядами мы можем сделать вывод, что они отличаются во взглядах на себя в настоящем и будущем. Так, оптимисты оценивают себя как человека

успешного, преуспевающего, компетентного, тогда как пессимисты относятся к себе как к неудачнику. Таким образом, можно предположить, что пессимисты слабо представляют себе профессиональную карьеру и перспективы личностного роста, что снижает их ценность как будущих успешных специалистов.

5. Выявлены гендерные различия, которые свидетельствуют, что юношам более свойственно представление о себе как о везучем человеке; девушкам более свойственно оптимистичное отношение к хорошим событиям или, другими словами, в ситуации успеха они больше склонны распространять позитивный настрой на другую деятельность, чем юноши.

Проведенное исследование подтверждает актуальность темы и позволяет утверждать, что необходимо дальнейшее углубленное изучение проблемы оптимизма-пессимизма, которое могло бы способствовать расширению теоретических представлений о нем и его взаимосвязях с другими психологическими структурами, а также целенаправленно формировать рациональные стратегии реализации данных противоположных, но все же взаимосвязанных конструктов.

Полученные нами данные могут быть использованы в психологическом консультировании студентов для установления баланса оптимизма-пессимизма во взглядах на реальную действительность и планируемое будущее, а также могут учитываться при разработке тренинговых программ: «Как научиться оптимизму», «Как добиться успеха», «Формула везения» и т.д.

Л.В. Карпетян, П.А. Поротников

ИССЛЕДОВАНИЕ ОСОБЕННОСТЕЙ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ ЛИЧНОСТИ

Изучая становление личности в процессе взаимодействия человеческого индивида со своим социальным окружением (его социализацию), в течение последних нескольких десятилетий психологи обращают все больше внимания на те аспекты активности личности, которые направлены на ее адаптацию к социальной среде (группе, организации, всему обществу), в которой протекает эта активность. Идея психической адаптации личности была исследована в работах ряда видных социологов (Дж. Г. Мид, Т.