

Надеев Игорь Алексеевич,
магистрант 1-го курса департамента политологии и социологии
Института социальных и политических наук
Уральского федерального университета
Майорова Яна Владимировна,
магистрант 1-го курса департамента политологии и социологии»
Института социальных и политических наук
Уральского федерального университета

ИССЛЕДОВАНИЕ ЖИЗНЕСТОЙКОСТИ СТУДЕНТОВ

В статье описаны особенности жизнестойкости студентов и указаны ресурсы, способствующие ее повышению. Проведен анализ компонентов жизнестойкости студентов департамента политологии и социологии УрФУ. Данные пилотного исследования выявили недостаточный уровень жизнестойкости студентов. Отмечена важность исследования особенностей ресурсов жизнестойкости молодежи.

Ключевые слова: жизнестойкость; стресс; преодоление трудных жизненных ситуаций.

Nadeev Igor Alekseevich
Ural Federal University,
Maierova Yana Vladimirovna,
Ural Federal University

STUDYING THE VITALITY OF STUDENTS

This article describes the specific questions of overcoming difficulties by students. Students of the Department of Political Science and Sociology of the UrFU were interviewed on the problem of overcoming difficulties in lives of method of sociology. The study revealed an insufficient level of their viability. As a result, it is planned to study the features of resources that can help young people to overcome difficult situations.

Keywords: hardiness, stress, overcoming of hard life situation.

В условиях нестабильности экономических, социальных, политических отношений в России в кризисном состоянии находится немалая часть населения. Особые стрессы испытывает молодежь, которая еще не имеет достаточной самостоятельности, необходимого уровня знаний, умений, навыков, опыта, поэтому ощущает материальные трудности и конкуренцию на рынке труда. Несмотря на это, молодежь должна принимать серьезные решения, касающиеся своего жизненного пути.

Обучение в вузе нацелено на освоение студентами будущей профессии, личностное развитие. Но выпускники вузов ощущают тревожность в ситуации неготовности к самостоятельной жизнедеятельности. Это актуализирует решение проблемы жизнестойкости молодежи через нахождение эффективных способов противодействия трудностям.

Разные аспекты проблемы жизнестойкости рассматривались отечественными исследователями Е. В. Бурмистровой, Г. Ю. Любимовой, Ю. П. Поваренковым и др. Они рассматривают поведение молодежи в состоянии преодоления кризисов. Трудности нарушают психологическую устойчивость личности, приводят к стрессу, что мешает человеку успешно функционировать в обществе. Трудности также могут выполнять и положительные функции, например, помогают осознать свои ограничения, выявить потенциал для повышения уровня своей жизнестойкости.

По мнению С. Мадди, высокий уровень жизнестойкости способствует противодействию личности стрессам. С. Мадди понимает жизнестойкость как систему убеждений о себе, мире и отношениях в нем. Ее главные компоненты определяют возможность человека противостоять трудностям. Например, включенность определяет взаимодействие человека с окружающей средой, что мотивирует к решению жизненных проблем. Контроль характеризует уверенность человека, стимулирует к осознанности и порядку. Принятие риска проявляется в способности принимать нестандартные решения, брать на себя ответственность за результат. Мобилизуя свои ресурсы, человек снижает напряжение в стрессовых ситуациях [1].

В качестве гипотезы нашего исследования выступило предположение о том, что у современных студентов высокий уровень жизнестойкости достигается за счет показателей «принятия риска» и «вовлеченности».

Экспериментальная база исследования. В исследовании приняло участие 19 студентов департамента политологии и социологии направлений «Политология», «Социология», «Социальная работа» выпускных курсов (4-й курс, бакалавры – 10 человек; 2-й курс, магистры – 9 человек) в возрасте от 18 до 26 лет. Из них 5 мужчин, 14 женщин.

В качестве методики исследования использовался «Тест жизнестойкости» С. Мадди (в адаптации Д. А. Леонтьев, Е. И. Расказова) [2].

В ходе исследования проанализированы компоненты жизнестойкости (вовлеченность, контроль, принятие риска). Результаты показали, что в формировании общего показателя жизнестойкости больший вклад вносит компонент «Принятие риска», меньший – «Контроль» и «Вовлеченность». В целом можно сказать, что участники исследования не получают удовольствие от собственной деятельности, так как все, что они делают, кажется им бесполезным, это отметили 43 % респондентов. Больше половины респондентов с интересом взаимодействуют с миром – 57 %. Откладывают то, что требует больших усилий, – 43 % студентов. Испытывают состояние усталости 40 % студентов. Половина из опрошенных студентов утверждает, что непредвиденные трудности сильно утомляют их, пугают мысли о будущем 57 % респондентов. В целом результаты исследования показали, что 42 % студентов имеют показатель общей жизнестойкости ниже среднего.

Таким образом, в пилотном исследовании был выявлен уровень жизнестойкости студентов, ее значимые компоненты. Наиболее значимым компонентом жизнестойкости в данной выборке является «Принятие риска». В дальнейшем мы планируем изучение особенностей физических, психологических, социальных и материальных ресурсов, которые могут помочь молодежи в преодолении трудных ситуаций. Все это позволит решать задачи раз-

вития жизнестойкости у молодежи, обеспечит успешность функционирования ее в современном пространстве.

Литература

1. *Мадди С.* Смыслообразование в процессах принятия решения // Псих. журнал. 2005. Т. 26, № 6. С. 87–101.
2. *Леонтьев Д. А., Рассказова Е. И.* Тест жизнестойкости. М. : Смысл, 2006. 63 с.

УДК 159.99

Петухова Анастасия Сергеевна,
ассистент кафедры специальной и клинической психологии
Челябинского государственного университета

ВЗАИМОСВЯЗЬ ЖИЗНЕСТОЙКОСТИ И КАЧЕСТВА ЖИЗНИ В ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ

В статье обсуждаются результаты эмпирического исследования взаимосвязи показателей жизнестойкости и качества жизни в юношеском возрасте. Установлено, что испытуемые, обладающие высоким уровнем жизнестойкости, имеют более высокие показатели качества жизни, а испытуемые со сниженным уровнем жизнестойкости – сниженными показателями.

Ключевые слова: жизнестойкость; качество жизни; субъективное благополучие.

Petukhova Anastasiya Sergeevna,
Assistant of the chair of special and clinical psychology
Chelyabinsk State University

THE RELATIONSHIP OF RESILIENCE AND QUALITY OF LIFE IN ADOLESCENCE

The article discusses the results of an empirical study of the relationship between the indicators of resilience and quality of life in adolescence. It has