

## ЖИЗНЕСТОЙКОСТЬ И ЕЕ ВЗАИМОСВЯЗЬ С ЛИЧНОСТНЫМИ ЦЕННОСТЯМИ СТУДЕНТОВ

© А. А. Климов

Климов  
Алексей Александрович  
аспирант кафедры  
организационной  
психологии  
факультет психологии  
Государственный  
университет — Высшая школа  
экономики  
aklimov@hse.ru

*Жизнестойкость рассматривается как ключевой ресурс преобразования жизненных событий в новые возможности вопреки внешним давлениям. Автор предполагает, что жизнестойкость связана с формированием более гибких ценностных ориентаций, соответствующих реалиям сегодняшнего дня. Выявленные взаимосвязи жизнестойкости и ценностей личности обосновывают необходимость изучения жизнестойкости, личностных ценностей и механизмов их развития в едином методологическом поле.*

**Ключевые слова:** позитивная психология, жизнестойкость, hardiness, личностные ценности, ценностные ориентации.

В условиях ломки старых отношений, изменения поведенческих моделей и ценностных систем возрастает актуальность изучения личностных качеств, которые помогают человеку эффективно справляться с нарастающей напряженностью и темпом современной жизни [7]. Старые нормы и жизненные ценности, господствовавшие ранее в общественном сознании, во многом не соответствуют реалиям сегодняшнего дня [14, с. 36—37], но продолжают оказывать давление на личность. В этих условиях молодежь не видит новых возможностей в происходящих изменениях, проявляя тем самым сниженный уровень жизнестойкости и нравственную дезориентацию. Актуальность рассматриваемой проблемы определяется наличием противоречия между современными социальными условиями, предъявляющими особые требования к формированию системы

ценностных ориентаций личности, и недостаточной изученностью жизнестойкости и механизмов ее развития, а также слабой разработанностью конкретных приемов соответствующего целенаправленного воздействия.

Сравнивая ценностные системы поколений, исследователи отмечают важнейший генерационный сдвиг — изменение роли и значения личности, повышение ее активности, самостоятельности [12], ее субъектности [1, с. 19]. Этот сдвиг оказывает заметное влияние на деятельность студенческой молодежи во всех сферах жизнедеятельности, определяя ее активность в меняющемся мире. Понимание того, что поведение определяется ценностями, а его эффективность — способностью отвечать на вызовы интенсивно меняющейся окружающей среды, требует изучения личностных ценностей и черт личности, помогающих преодолевать трудности интенсивной и напряженной жизни.

В этой связи особый интерес представляет исследование связей жизнестойкости как личностной диспозиции и ее компонентов (вовлеченности, контроля, принятия риска) с личностными ценностями как одними из ведущих регуляторов поведения [2, с. 75]. В психологии выделяются два подхода в исследовании ценностных ориентаций: социально-психологический и общепсихологический. В социальной психологии — это сфера исследования социализации индивида, его адаптации к групповым нормам и требованиям. В таком случае можно говорить о взаимосвязи групповых ценностей и норм с жизнестойкостью группы как субъекта. Этот вопрос остается слабо изучен в отечественной и зарубежной социальной психологии.

Изучение высших мотивационных структур жизнедеятельности, изучение ценностных образований как важнейших функциональных компонентов структуры личности активно ведется в рамках общей психологии [3]. Понимание, какое влияние они оказывают друг на друга, позволит прогнозировать эффект и влияние как экстремально трудных жизненных ситуаций, так и ситуаций обычной жизни на ценностные ориентиры личности. С другой стороны, уточнение связей жизнестойкости и личностных ценностей позволит эффективнее развивать жизнестойкость.

В ходе исследования понятия «ценностные ориентации личности» и «личностные ценности» понимались как тождественные, различающиеся, по существу, лишь отнесением ценностей скорее к мотивационной либо смысловой сферам [13, с. 13]. Личностные ценности как хорошо осознаваемые структуры отражают значимость различных объектов и могут быть диагностированы.

Под жизнестойкостью мы понимали личностное качество, которое подчеркивает установки, мотивирующие человека преобразовывать стрессогенные жизненные события в новые возможности. Восприятие человеком происходящих с ним изменений как возможностей позволяет воспользоваться имеющимися внутренними ресурсами [15], сохраняя внутреннюю сбалансированность [8]. Жизнестойкость как черта личности, характеризуемая мерой преодоления заданных обстоятельств и, в конечном счете, степенью преодоления личностью самой себя, определяет эффективность прилагаемых усилий по работе субъекта над собой и над обстоятельствами своей жизни [9].

Характер представлений о будущем, свойственных молодежи, заставляет по-новому поставить вопрос о жизнестойкости и ценностных ориентациях. Изменения во внешней среде происходят чрезвычайно быстро, заставляя человека постоянно под них подстраиваться. В этих условиях успешная адаптация может достигаться, в частности, вследствие отказа от принятия жесткой, устойчивой модели будущего в пользу более гибкой, легко изменяемой конструкции. Мы сталкиваемся не с отсутствием образа будущего, но со специфическими принципами его построения [4, с. 177]. Другими словами, нужно задуматься о формировании жизнестойкости, которая позволит впоследствии превращать эти изменения в возможности как на личностном уровне, так и на уровне организационном и социальном.

**Цель исследования** — связь личностных ценностей и компонентов жизнестойкости у студентов.

Исходя из поставленной цели, предполагается решение следующих **задач исследования**:

1. Охарактеризовать особенности жизнестойкости и личностных ценностей у студенческой молодежи.
2. Исследовать проявления и связь жизнестойкости и личностных ценностей студентов вуза.
3. Выявить отличия системы личностных ценностей студентов с повышенной и сниженной жизнестойкостью.

На основе теоретического анализа литературы была сформулирована следующая **гипотеза исследования**: жизнестойкость личности связана со значимостью, безразличием и устойчивостью таких ценностей, как общественная жизнь, семья, образование, увлечения, жизнедеятельность, материальное благополучие и креативность.

### Методика исследования

Эмпирическое исследование проводилось в мае 2011 года на базе Вологодского государственного педагогического университета. Возраст испытуемых — 18-21 год. Выборка составила 128 человек. Число валидных наблюдений сократилось до 103. Среди них 32 человека мужского пола и 71 женского. В выборку вошли студенты 6 факультетов как гуманитарного, так и технического направления.

Для проверки экспериментальной гипотезы был выбран корреляционный план. В нашем эмпирическом исследовании использовались следующие тестовые методики, соответствующие исследуемым показателям: Акмеологический тест личностных ценностей (А. В. Капцов) [5], Опросник жизнестойкости (С. Мадди) в адаптации Д. А. Леонтьева [13].

**Акмеологический тест личностных ценностей.** Концептуально тест, разработанный А. В. Капцовым, является дальнейшим совершенствованием теста «Тест личностных ценностей» (Карпушина Л. В., Капцов А. В.), который в свою очередь является дальнейшим развитием методик ОТеЦ и МТЖЦ [6]. Тест состоит из 90 вопросов. Испытуемому предлагается оценить степень значимости личностной ценности в одной из жизненных сфер по шкале Лайкерта (-3 ...+3), при этом одновременно оценить, насколько она устойчива. Методика «Акмеологический тест личностных ценностей» прове-

рена на критериальную и конструктивную валидность [5, с. 72]. В состав теста входят две группы основных шкал: группа шкал ценности жизненных сфер (профессиональной жизни, образования, семейной жизни, общественной жизни, увлечений), группа шкал личностных ценностей (других, духовного удовлетворения, креативности, жизнедеятельности, достижений, традиций, материального благополучия, индивидуальности).

**Опросник жизнестойкости.** Разработка и апробация русскоязычной версии «Теста жизнестойкости» С. Мадди на русскоязычной выборке проведена Д. А. Леонтьевым и Е. И. Рассказовой в 2002 г. Это третья, окончательная версия, полученная в результате апробации. Опросник включает в себя 45 пунктов, содержащих прямые и обратные вопросы для трёх шкал. Опросник содержит три шкалы: вовлеченность, контроль, принятие риска. Баллы по каждой шкале суммируются отдельно. Затем суммируется общий балл жизнестойкости. Результаты апробации теста жизнестойкости в России [11, с. 30] позволяют утверждать, что тест жизнестойкости является надежным и валидным инструментом психологической диагностики [11, с. 55].

**Обработка данных.** Статистический анализ полученных данных производился с использованием непараметрических критериев. Для анализа связей между переменными применялся ранговый коэффициент корреляции Спирмена. Статистическая обработка осуществлялась в пакете IBM SPSS 19.

### Результаты и их обсуждение

В первую очередь были проанализированы данные, полученные с помощью Теста жизнестойкости. Выборочные средние и стандартные отклонения были близки значениям, полученным в ходе стандартизации Теста жизнестойкости. Характер распределения изучаемых признаков шкалы «вовлеченность» (эксцесс, равный 1,019;  $W=0.952$ ,  $p=0,000$ ) и интегрального показателя жизнестойкости (асимметрия, равная -0,714;  $W=0.957$ ,  $p=0,001$ ) отличается от нормального. При рассмотрении связи компонентов жизнестойкости с демографическими характеристиками была выявлена значимая корреляция по шкале «принятие риска» с возрастом ( $r = 0,227$ ;  $p \leq 0,01$ ). Значимая положительная корреляция показывает, что высокие показатели принятия риска встречаются чаще у более взрослых студентов. Это частично согласуется с данными других исследований. Некоторые из них доказывали устойчивость жизнестойкости как личностной черты в лонгитюдных исследованиях и подчеркивали ее неизменность. Другие исследования выявляли ее развитие у отдельных индивидов на протяжении всей жизни, отмечая наиболее интенсивное развитие жизнестойкости у человека в начале жизни.

С помощью критерия Манна-Уитни были обнаружены значимые различия по показателю «контроль» в мужской и женской подвыборках ( $U = 668,5$ ;  $\alpha=0,001$ ;  $p \leq 0,01$ ). Причем показатель «контроль» значимо выше в группе студентов мужского пола.

Контроль как убежденность в том, что борьба позволяет повлиять на результат происходящего с человеком, более свойственен мужчинам. Гендерные стереотипы приписывают им склонность к риску, воинственность. Ученые объясняют это влияние культурными традициями, преобладающими

в обществе. В ходе стандартизации Теста жизнестойкости такой закономерности обнаружено не было. Эффект мог возникнуть вследствие разницы в мощности мужской и женской подвыборок. По нашим наблюдениям, «контроль» является важнейшей переменной, определяющей жизнестойкость, задающей общий ее уровень. И хотя это предположение следует проверять отдельно на большей выборке, можно констатировать, что преобладание «контроля» как ведущего способа проявления активности в процессе совладания свойственно в нашей выборке студентам-юношам.

Других различий по степени проявления компонентов жизнестойкости в мужской и женской подвыборках нами обнаружено не было. Это согласуется с мнением С. Мадди, которое определяет жизнестойкость как расширение личной эффективности. Жизнестойкость в некотором смысле противопоставляется внешним условиям, будь то внешние препятствия или демографические характеристики.

Для проверки основной гипотезы о связи жизнестойкости с определенными личностными ценностями были прокоррелированы шкалы теста личностных ценностей и теста жизнестойкости. Интегральный показатель жизнестойкости имеет значимую положительную корреляционную связь со шкалой «общественная жизнь» ( $r = 0,314$ ;  $p \leq 0,01$ ) как ценностью жизненной сферы. По мнению Мадди, социальная поддержка (социальный ресурс) — это один из способов получения необходимой поддержки в трудных ситуациях. Связь жизнестойкости студентов с ценностью сферы общественной жизни можно объяснить тем, что сфера общественной жизни является как ресурсом для получения поддержки, так и условием приобретения необходимого опыта совладания, который у ценящих эту сферу студентов как раз и сформировал высокую жизнестойкость. Это хорошо согласуется с данными Мадди, который считает, что жизнестойкость включает в себя такую базовую ценность, как кооперация.

Другой важной группой шкал методики «Тест личностных ценностей» являются собственно шкалы личностных ценностей, каждая из них может проявляться в одной или нескольких жизненных сферах. Жизнестойкость связана с такими личностными ценностями, как «жизнедеятельность» и «материальное благополучие». В подвыборках (по половому признаку, факультету, возрасту) обнаруживаются связи интегрального показателя жизнестойкости с личностной ценностью «духовная удовлетворенность» и личностной ценностью «ценность других».

Жизнестойкие студенты склонны ценить жизнедеятельность. Они придают значимость действиям, деятельности, процессу (не важно, работа это, учеба или просто сама жизнь). Ощущение процесса дает студентам почувствовать вкус жизни, узнать не только радость победы, но и горечь разочарования. Процессуальность жизнедеятельности — возможность остановиться, задержаться в каком-то мгновении, возможность на этой основе адекватно расставить приоритеты [5]. Д. А. Леонтьев отмечает, что личностный потенциал реализуется в жизнедеятельности, позволяя сохранять стабильность деятельности и смысловых ориентаций на фоне давлений и изменяющихся внешних условий [10].

Обнаружена значимая отрицательная корреляция общей жизнестойкости с личностной ценностью «материальное благополучие». Эта ценность в большей степени свойственна менее жизнестойким студентам. Ценность материального благополучия характеризует культуру обеспечения быта человека, поддержание физического здоровья личности. Регулирует вопросы культуры жизнеобеспечения (питание, одежду, жилище, предметы быта и досуга, потребления). От этой ценности зависит рождаемость детей, поддержание физического здоровья личности, ее морально-психологическое состояние [5]. Жизнестойкие студенты ценят материальное благополучие меньше нежизнестойких студентов. Это можно объяснить тем, что их стремление к самореализации и самосовершенствованию выступает более значимым регулятором развития личности, по сравнению с материальным благополучием, именно потому, что сформированная жизнестойкость позволяет превратить изменения, происходящие с человеком, в его возможности.

Автор «Акмеологического теста личностных ценностей» предлагает наряду со статическими характеристиками ценностей ввести диагностику динамических свойств личностных ценностей, среди которых он выделяет «устойчивость». Под устойчивостью личностных ценностей понимается степень постоянства, неизменяемости (вне ситуативности) ценностных приоритетов личности. Устойчивость фактически делит все ценности на две группы: устойчивые и динамичные. Одно из пониманий жизнестойкости как устойчивости в условиях изменений может быть связано со стремлением человека отстаивать свои ценности (таблица 1).

Таблица 1

Связь (коэффициент корреляции Спирмена) компонентов жизнестойкости и показателей устойчивости ценностей сфер жизнедеятельности

Ценности сфер	Вовлеченность	Контроль	Принятие риска	Жизнестойкость
Профессия	0,188	0,170	0,041	0,149
Образование	0,307**	0,269*	0,196	0,280**
Семья	0,209	0,191	-0,018	0,146
Общественная жизнь	0,141	0,131	-0,033	0,097
Увлечения	0,241*	0,185	0,062	0,171

\*\* . Корреляция значима на уровне 0.01 (2-сторонняя).

\* . Корреляция значима на уровне

Образование как одна из важнейших в жизни студента жизненных сфер формирует у него разнообразные ценности. Более устойчивую и постоянную позицию к этой сфере жизни (образование) формируют жизнестойкие студенты. Стабильный взгляд на образование соответствует более высоким показателям общей жизнестойкости. Стоит отметить связь ценности жизненной сферы «увлечения» и «вовлеченности». Те, чьи ценности более устойчивы, показывают более высокий уровень вовлеченности, стремятся быть в центре событий.

Мы предположили, что жизнестойкие студенты не склонны давать неопределенные ответы, в соответствии с принципом вовлеченности, включенности они скорее сформируют то или иное ценностное отношение, чем сохранят неопределенное. Показатели данной группы шкал «Акмеологического теста личностных ценностей» дают нам представление, насколько сформировано то или иное ценностное отношение (личностная ценность).

Таблица 2

Связь (коэффициент корреляции Спирмена) компонентов жизнестойкости и показателей безразличия

Ценности	Вовлеченность	Контроль	Принятие риска	Жизнестойкость
Других	-0,199*	-0,092	-0,026	-0,133
Духовной удовлетворенности	-0,146	-0,045	-0,029	-0,082
Креативности (творчество)	-0,155*	-0,165*	-0,109	-0,151*
Жизнедеятельности	-0,037	0,043	0,065	0,027
Достижения	-0,102	-0,004	0,072	-0,026
Традиции	-0,119	-0,020	0,058	-0,029
Материального благополучия	0,146	0,202**	0,166*	0,205**
Себя	-0,104	-0,082	-0,054	-0,085

\*\* . Корреляция значима на уровне 0.01 (2-сторонняя).

\* . Корреляция значима на уровне 0.05 (2-сторонняя).

Коэффициент безразличия показывает стремление дать более ясный и четкий ответ относительно исследуемой ценности. Таким образом, если первая группа шкал (шкалы значимости) выражает субъективную значимость той или иной личностной ценности, устойчивость определяет круг

ситуаций, в которых она действует, и стабильность ее проявления во времени, а группа шкал «безразличия» определяет, насколько сформирована та или иная ценность. Все корреляции (таблица 2) подтверждают предположение о связи показателей шкалы «безразличие» личностных ценностей и компонентов жизнестойкости. Жизнестойкие студенты склонны занимать небезразличную позицию по отношению ко многим личностным ценностям: «вовлеченность» отрицательно коррелирует с показателями безразличия ценности «креативность» ( $r = -0,155$ ;  $p \leq 0,05$ ) и ценности «других» ( $r = -0,199$ ;  $p \leq 0,05$ ); «контроль» — с ценностью «креативность» ( $r = -0,165$ ;  $p \leq 0,05$ ) и ценностью «материальное благополучие» ( $r = 0,202$ ;  $p \leq 0,05$ ); «принятие риска» — с ценностью «материальное благополучие» ( $r = 0,166$ ;  $p \leq 0,05$ ). Жизнестойкие студенты не склонны давать неопределенные ответы, в соответствии с принципом вовлеченности, включенности они формируют то или иное ценностное отношение.

Отдельно хочется отметить, что высокожизнестойким студентам свойственно относиться с большей степенью безразличия к материальному благополучию ( $r = 0,202$ ;  $p \leq 0,05$ ).

Анализ полученных данных позволяет охарактеризовать особенности личностных ценностей жизнестойких и нежизнестойких студентов. Личностные ценности студентов с низкой жизнестойкостью отличаются от личностных ценностей студентов с высокой жизнестойкостью. Различия охарактеризованы в таблице 3.

Таблица 3

Краткие характеристики личностных ценностей жизнестойких и нежизнестойких студентов

Студенты с низкой жизнестойкостью	Высокожизнестойкие студенты
Безразличное отношение к другим	Высоко ценят общественную жизнь
Низкая устойчивость ценностей увлечений	Высоко ценят жизнедеятельность
Безразличное отношение к ценности творчества	Устойчивое отношение к образованию
Высоко ценят материальное благополучие	Безразлично относятся к материальному благополучию

Предложенные высказывания справедливы и в границах средних значений, т. е. для людей со средними показателями жизнестойкости. Но в этом случае они играют характер возможной тенденции.

Обращает на себя внимание то, что жизнестойкость, состоящая из трех взаимосвязанных компонентов: вовлеченности (включенности), контроля и вызова (принятия риска), взаимодействует с характеристиками личностных ценностей по-разному. Вовлеченность и контроль обнаруживают

большое количество связей с личностными ценностями по сравнению с показателем принятия риска. Можно предполагать, что эти два компонента жизнестойкости в большей степени связаны с личностными ценностями, в отличие от компонента принятия риска.

**Заключение.** Жизнестойкость как черта личности, позволяющая преобразовывать стрессогенные жизненные события в новые возможности, связана со стремлением студентов сохранять личностные ценности, входящие в ядро личности, а такой аспект жизнестойкости, как психологическая живучесть и расширенная эффективность, связан со способностью студентов изменять менее устойчивые личностные ценности в зависимости от ситуации. Личностные ценности студентов с высокой жизнестойкостью более выражены; то, что ценят студенты с низкой жизнестойкостью, для студентов с высокой жизнестойкостью более важно и значимо.

Корреляционный план, примененный в данном исследовании, не позволяет выявлять причинно-следственные связи. Развитие исследования в рамках экспериментального плана позволит выявить и лучше изучить влияние личностных ценностей на жизнестойкость. Экспериментальный план позволит ответить на планомерный вопрос о влиянии жизнестойкости на укрепление тех или иных ценностей, о влиянии жизнестойкости и ее изменения на личностные ценности. Обилие обнаруженных взаимосвязей обосновывает необходимость построения общего теоретического и практического основания для связи концепций жизнестойкости и ценностей.

### Выводы

1. Значимость личностных ценностей общественной жизни, семьи, образования, увлечений выше у студентов с высокими показателями жизнестойкости.
2. Личностные ценности жизнестойких и нежизнестойких студентов имеют значимые отличия.
3. Личная ценность материального благополучия выражена у студентов с низкими показателями жизнестойкости. Студентам с высокими показателями жизнестойкости личная ценность материального благополучия безразлична.
4. Отсутствие значимых различий по половому и возрастному признакам подчеркивает фактор личностной активности, собственной субъектности человека.

### СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Абульханова, К. А. Принцип субъекта в отечественной психологии // Психология: журнал Высшей школы экономики. — 2005. — Т. 4. — № 2. — С. 3—21.
2. Александрова, Л. А. К концепции жизнестойкости в психологии. Экзистенциальная и гуманистическая психология. URL: <http://institut.smysl.ru/article/alekseeva.php> (дата обращения: 04.06.11).
3. Ананьев, Б. Г. Психология и проблемы человекознания: избранные психологические труды. — М.: Изд-во Московского психолого-социального ин-та, 2008. — 431 с.

4. Волкогонова, О. Д. Представления современной вузовской молодежи о будущем // Мир России. — 2002. — Т. 4. — № 11. — С. 157—178.

5. Капцов, А. В. Психологическая аксиометрия личности и группы: метод. пособие. — Самара: СамЛюксПринт, 2011. — 112 с.

6. Карпушина, Л. В. Психология ценностей российской молодежи / Л. В. Карпушина, А. В. Капцов. — Самара: Изд-во СНИЦ РАН, 2009. — 262 с.

7. Климов, А. А. Характеристика взаимосвязи структуры ценностных ориентаций и жизнестойкости у студентов // Молодежь и наука: реальность и будущее: в 6 т. Том № 3 / В. А. Кузьмищев, О. А. Мазур, Т. Н. Рябченко, А. А. Шатохин. — Невинномысск: НИЭУП, 2010. — С. 265—266.

8. Климов, А. А. Взаимосвязь жизнестойкости и личностных ценностей студентов вуза // Молодые исследователи — регионам: материалы всероссийской научной конференции: в 2 т. Том № 2. — Вологда: ВоГТУ, 2011. — С. 262—264.

9. Климов, А. А. Проблема ценностей в компетентностном подходе // Актуальные проблемы теоретической и прикладной психологии: традиции и перспективы: матер. Всерос. науч.-практ. конф., г. Ярославль, 19–21 мая 2011 г.: в 3 т. Том № 3 / А. В. Карпов. — Ярославль: ЯрГУ им. П. Г. Демидова, 2011. С. 606—608.

10. Леньшин, В. П. Формирование массового сознания молодежи в современном обществе: Социально-философский аспект исследования: автореф. дис. ... докт. философ. наук. — М., 2004. — 53 с.

11. Леонтьев, Д. А. Личностное в личности: личностный потенциал как основа самодетерминации // Учёные записки кафедры общей психологии МГУ им. М. В. Ломоносова. — М., 2002. — Т. 1.

12. Леонтьев, Д. А. Экзистенциальный смысл суицида: жизнь как выбор // Московский психотерапевтический журнал. — 2008. — Т. 4. — С. 58—82.

13. Леонтьев, Д. А. Тест жизнестойкости / Д. А. Леонтьев, Е. И. Рассказова. — М.: Смысл, 2006. — 63 с.

14. Ядов, В. А. Политическая институционализация российского общества // Мировая экономика и международные отношения. — 1997. — Т. 3. — 52 с.

15. Яницкий, М. С. Ценностные ориентации личности как динамическая система. — Кемерово: Кузбассвузиздат, 2000. — 203 с.