

ЖИЗНЕСТОЙКОСТЬ СТУДЕНТОВ С РАЗЛИЧНОЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ НАПРАВЛЕННОСТЬЮ

В современной психологии понятие жизнестойкости личности привлекает все большее внимание исследователей. Проблемы утраты смысла жизни, совладания со стрессогенными факторами, особенно в профессиональной деятельности, побуждают искать психологические, духовные, социальные опоры [Леонтьев, 2006; Maddi, 2002].

Одна из профессий — психология — интересна каждому человеку как возможность лучше понимать себя, овладеть способами сознательного и активного преобразования своей жизни и своего окружения. Стойкое и глубокое желание самопознания и познания человеческой души, желание помогать людям приводит абитуриентов на факультет психологии в качестве студентов. Одним из важных результатов обучения может стать повышение собственных адаптационных возможностей студента, расширение способов профилактики развития у самого студента расстройств, обусловленных всевозможными стрессовыми ситуациями.

Кроме психологии, в современном мире профессий можно выделить и другие популярные специальности, перспективные, помимо прочего, в плане зарплаты и надежной занятости, а также специальности, возможно, не обладающие вышеперечисленными достоинствами, но интересные тем, что в первую очередь приносят моральное удовлетворение. Таких студентов тоже немало.

Мы сконцентрировали свое внимание на двух вариантах профессиональной направленности, охватывающих достаточно большое разнообразие специальностей — гуманитарных и технических.

В ряду гуманитарных профессий психология уникальна тем, что ее предметом и субъектом является сам человек. Можно предположить, что часть современной молодежи, даже ощущающая на интуитивном уровне недостаточность своих психологических познаний, не уделяет в действительности должного внимания своему более глубокому психологическому и гуманитарному образованию. Не только таким студентам и не только психологам, но всем другим

студентам, т.е. каждому молодому человеку, полезно знать личностные ресурсы собственного развития, свои сильные и слабые стороны. Этим и обусловлен наш интерес к студентам, овладевающим профессиями технического профиля.

При обращении к теме изучения личностных ресурсов, ответственных за преодоление человеком жизненных трудностей и неблагоприятных факторов, выделим прежде всего понятие личностного потенциала [Леонтьев, 2006] и понятие *hardiness* [Maddi et al., 2006]. Разумеется, к ресурсам, обеспечивающим способность человека преодолевать стрессы, относится не только жизнестойкость, но и социальная поддержка окружения, а также другие источники поддержки, например, религиозная вера. Под жизнестойкостью личности понимается способность выдерживать стрессовую ситуацию, сохраняя при этом внутреннее, душевное, равновесие. Человек, имеющий высокую жизнестойкость, оценивает обстоятельства как более подконтрольные его влиянию. Такой человек чувствует себя вовлеченным в процесс жизни и способным развиваться в любых обстоятельствах.

Жизнестойкость человека, можно предположить далее, обусловлена во многом его профессиональной направленностью: например, жизнестойкость самих психологов — знатоков человеческой души по определению; или иных гуманитариев (не психологов), и даже сугубо технических специалистов.

С целью оценить эмпирически предполагаемую связь показателей жизнестойкости студентов московских вузов с их различной профессиональной направленностью мы выполнили настоящее исследование.

Проблема

Различаются ли по своей жизнестойкости психологи и студенты прочих специальностей, не связанных так сильно с научным познанием души человека? Решение этой проблемы представляется нам важным в контексте современной жизни. В литературе мы не нашли ответа на наш вопрос и приступили к самостоятельному решению важной для всех жизненной проблемы.

Задачи

Для достижения поставленной цели необходимо, на наш взгляд, решить следующие задачи.

1. Провести сравнительный анализ компонентов жизнестойкости у студентов различной профессиональной направленности.

2. Отобрать группу респондентов с выраженным религиозным мировоззрением и сравнить с респондентами как аналогичной, так и иной профессиональной направленности.

3. Сравнить результаты тестовых оценок жизнестойкости мужской и женской выборки и в целом, и внутри каждой контрольной группы.

Испытуемые

В нашем исследовании приняли участие 356 студентов различных вузов города Москвы. Участники эксперимента были сгруппированы в несколько выборок. Перечислим эти выборки: 71 студент психологического факультета (13 мужчин и 58 женщин, средний возраст 20,5 лет); 79 студентов других факультетов обычной гуманитарной направленности (21 мужчина и 58 женщин, средний возраст 19,4 лет); 93 студента разных технических специальностей (45 мужчин и 48 женщин, средний возраст 20,1 лет); а также 113 студентов гуманитарных специальностей с выраженным религиозным мировоззрением (36 мужчин и 77 женщин, средний возраст 21 год). Наличие религиозного мировоззрения последней группы гуманитариев определялось по факту их обучения в православном вузе, где имеются особые условия приема и особенности обучения.

Методика

В качестве основной методики исследования был использован тест жизнестойкости Сальваторе Мадди [2002] в адаптации Д.А. Леонтьева и Е.И. Рассказовой [Леонтьев, 2006]. Тест содержит общий показатель жизнестойкости и три шкалы: вовлеченность, контроль, принятие риска. Вовлеченность понимается авторами теста как убеждение в том, что только благодаря своей активности человек находит в мире что-то интересное для себя. Контроль — это убежденность в контролируемости окружающего мира и своей способности добиться в этом мире своих результатов. Наконец, под принятием риска понимается готовность действовать вопреки неопределенности ситуации и вопреки угрозе, а также готовность извлекать опыт из любых ситуаций.

Результаты

Наиболее вероятны различия в жизнестойкости мужчин и женщин. Как известно, по статистике женщины почти во всем мире живут дольше мужчин. Поэтому мы особо учли этот гендерный аспект в каждой из четырех групп испытуемых.

Сравнение показателей жизнестойкости не выявило в действительности ни одного значимого различия между мужчинами и женщинами у студентов всех специальностей. Однако в выборке студентов технических специальностей есть некоторое повышение по шкале контроля у мужчин на уровне тенденции ($t = 1,768$, $p = 0,08$; $U = 901,5$, $p = 0,09$).

У мужчин гуманитарных специальностей также есть некоторое повышение по шкале контроля, также незначимое. А в выборке психологов, наоборот, женщины имеют несколько более высокие значения по этой шкале.

Мы не выявили значимых больших различий в показателях жизнестойкости между мужчинами и женщинами в зависимости от профессиональной направленности студентов. Правда, средние значения показателей жизнестойкости в отдельных выборках у мужчин и женщин различаются сильнее, чем в общем массиве данных. Вместе с тем при анализе всей выборки различия между мужчинами и женщинами по шкале контроля оказались значимыми (табл. 1). По другим шкалам в общей выборке различий не выявлено. Выход на значимый уровень различий по шкале контроля объясняется увеличением выборки при расчете.

Итак, можно видеть тенденцию к повышению значений шкалы контроля у мужчин по сравнению с женщинами. Возможно, активная борьба с трудностями, самостоятельность в выборе пути поддерживаются гендерными стереотипами и воспитанием в той социальной общности, где находятся современные студенты. В одном неопубликованном исследовании (в рамках курсовой работы), проведенном студенткой НИУ ВШЭ О. Ефимкиной, при анализе автобиографических воспоминаний студентов был сделан такой же вывод — современные юноши более склонны контролировать события своей жизни, чем девушки.

Сравнение средних значений и стандартных отклонений с нормативами теста показало, что результаты по выборке в целом не выходят за нормативы, приведенные в руководстве Д.А. Леонтьева

[2006]. Исключение составляют значения по субшкале принятия риска — практически во всех группах они выше нормативных (табл. 2). Высокую готовность принимать как позитивный, так и негативный жизненный опыт современных студентов можно связать с возрастом испытуемых, их юношескими надеждами и открытостью новому опыту. Интересно, что С.А. Богомаз [2009], получивший также повышенные значения по шкале «принятие риска» в выборке жителей Сибири (разного возраста), связал это с особенностями «сибирского характера». Получается, что «московский характер» студентов в этом отношении мало отличается от «сибирского».

Таблица 1

Показатели жизнестойкости (средние значения) в зависимости от пола и профессиональной направленности студентов

Шкалы	Гуманитарии религиозные		Остальные гуманитарии		Психологи		Студенты технического профиля		Вся выборка	
	Мужчины N = 36	Женщины N = 76	Мужчины N = 21	Женщины N = 58	Мужчины N = 13	Женщины N = 51	Мужчины N = 45	Женщины N = 48	Мужчины N = 115	Женщины N = 233
Жизнестойкость	83,59	80,84	81,94	85,35	90,33	88,37	90,04	88,50	86,52	85,12
Вовлеченность	36,76	35,95	38,62	36,25	39,11	37,35	40,4	37,05	38,83	36,53
Контроль	29,50	27,23	30,81	29,15	30,11	31,18	34,44	31,51	31,87	29,42
Принятие риска	17,33	17,65	19,10	19,95	21,11	19,85	20,16	19,94	19,17	19,17

Примечание. Жирным шрифтом выделены достоверные различия между мужчинами и женщинами по шкале контроля ($t = 2,694, p = 0,007$).

Заметно больше различий выявлено при анализе не гендерной, а профессиональной направленности студентов. Об этом говорят данные, приведенные в табл. 2.

Даже беглый взгляд на средние значения позволяет заметить различия между представителями групп с различной профессиональной направленностью.

Разберем детальнее эти результаты.

Таблица 2

**Показатели жизнестойкости студентов
в зависимости от их профессиональной направленности**

Профессиональная направленность	Статистические показатели	Контроль	Вовлеченность	Принятие риска	Жизнестойкость
Гуманитарии религиозные, N = 113	Среднее	28,00*	36,33	17,69*	82,01*
	Стандартное отклонение	7,36	7,06	4,26	15,71
Психологи N = 71	Среднее	30,41	36,18	19,39	85,99
	Стандартное отклонение	7,29	8,40	4,65	17,48
Гуманитарии обычные, N = 79	Среднее	29,42	36,05	19,52	84,99
	Стандартное отклонение	6,89	8,14	4,52	17,43
Технические специальности, N = 93	Среднее	32,75**	37,46**	19,75**	89,96**
	Стандартное отклонение	8,15	9,09	4,69	19,42
Итого, N = 356	Среднее	30,03	36,53	18,97	85,54
	Стандартное отклонение	7,66	8,12	4,58	17,66

Примечание.

* Минимальные значения (за исключением показателя вовлеченности, все остальные — в выборке религиозных гуманитариев).

** Максимальные средние значения разных показателей жизнестойкости (все в выборке студентов технических специальностей).

Из всех шкал жизнестойкости нет достоверных различий между группами только по одному параметру — параметру вовлеченности. Скорее всего, в студенческие годы вовлеченность как убеждение не имеет профессиональной и мировоззренческой специфики, а носит индивидуальный характер. Кроме того, период студенчества, учебы, общения с однокурсниками — все это является источником переживания вовлеченности. Специфических различий между профессиями по этому показателю мы не видим.

Достоверные различия в проявлении жизнестойкости отсутствуют между обычными гуманитариями и психологами. С одной стороны, очевидно, что психология относится к гуманитарным наукам и взаимодействует с ними частично по материалу исследований, частично по предмету изучения; с другой стороны, как мы отметили ранее, все же психология уникальна тем, что дает студенту возможность узнать о способах успешного противостояния стрессу и самому овладеть такими способами. Сходство психологов с гуманитариями других специальностей мы объясняем особенностями нашей выборки. В исследовании принимали участие в основном учащиеся-бакалавры 2-го и 3-го курсов. Вероятно, процесс обучения еще не оказал глубокого влияния на личность студента-психолога.

Среди студентов гуманитарных специальностей, как сказано выше, мы выделили две подгруппы: обычных студентов и студентов с религиозным мировоззрением. Наличие мировоззрения определялось по факту обучения в православном вузе, где имеются особые условия приема и особенности обучения.

Мы выбрали этот критерий как достаточно объективный по сравнению с использованием специальных шкал для оценки религиозности. Хотя не исключаем, что в выборке обычных студентов могут быть также носители религиозного мировоззрения.

По нашим результатам, группа гуманитариев с религиозным мировоззрением оказалась на нижнем полюсе по показателям жизнестойкости, причем значимые различия наблюдаются в сравнении со всеми контрольными группами. Данные студенты меньше других склонны к принятию риска (описательные статистики можно видеть в табл. 2, а статистика по критерию U Манна — Уитни показана в табл. 3). У религиозных гуманитариев меньше выражен компонент контроля, чем у психологов и студентов технических специальностей. По общему показателю жизнестойкости религиозные гуманитарии отличаются лишь от студентов технических специальностей и не отличаются от своих коллег — обычных гуманитариев. Однако нельзя сказать, что религиозные студенты не умеют справляться с трудностями — средние результаты укладываются в нормативные показатели.

Видимо, религиозная молодежь с меньшей готовностью идет на риск, меньше готова к получению необычного, экстремального опыта, новых ощущений, меньше ориентирована на активность и конкуренцию (менее лояльна к получению разнообразного опы-

та). По данным С. Мадди, связь религиозности и «принятия риска» также не выявлена [Maddi et al., 2006].

Таблица 3

Попарное сравнение выборок студентов с различной профессиональной направленностью (значения критерия *U* Манна — Уитни при попарных сравнениях групп)

	Гуманитарии — обычные — религиозные гуманитарии	Психологи — религиозные гуманитарии	Технические специальности — религиозные гуманитарии	Психологи — обычные гуманитарии	Психологи — технические специальности	Гуманитарии — технические специальности
Контроль	3952,0	3197,0*	3397,0**	2552,5	2678,0*	2690,0**
Вовлеченность	4438,0	3884,0	4697,0	2753,0	2974,5	3245,5
Принятие риска	3394,0**	3036,0**	3934,5	2772,0	3209,0	3590,0
Жизнестойкость	3967,0	3344,0	3857,0	2713,0	2821,0	3035,0*

Примечание. Критические уровни значимости различий: * $p < 0,05$; ** $p < 0,01$.

В противовес гуманитариям высокие показатели жизнестойкости продемонстрировали студенты технических специальностей. В этой группе мы видим максимально высокие значения по всем шкалам. Данные приводятся в табл. 3. Наиболее характерная черта — настрой на борьбу с трудностями, стремление повлиять на результат происходящего. Это яркие проявления контроля над событиями жизни. Чтобы исключить в данном случае влияние пола (юноши составили максимальную долю в выборке «технарей»), мы сопоставили значения субшкал между группами отдельно для юношей и девушек. Выше (табл. 1) представлены средние значения, а ниже (табл. 4) представлена статистика достоверности различий по критерию *H* Краскела — Уоллеса.

Из табл. 4 видно, что по шкале контроля различия между четырьмя группами значимы как у юношей, так и у девушек. Следовательно, фактор пола не играет роли в различении групп по их жизнестойкости, а значим как раз фактор профессиональной направленности.

Таблица 4

Сравнение показателей жизнестойкости между четырьмя выборками студентов с различной профессиональной направленностью в зависимости от пола (применялся критерий *H* Краскела — Уоллеса)

		Вовле- ченность	Контроль	Принятие риска	Жизне- стойкость
Статис- тика для мужчин	χ^2	1,477	10,112	5,412	6,010
	ст.св.	3	3	3	3
	Асимпт. значение	0,688	0,018	0,144	0,111
Статис- тика для женщин	χ^2	2,198	11,550	15,047	8,526
	ст.св.	3	3	3	3
	Асимпт. значение	0,532	0,009	0,002	0,036

Оказалось, что девушки, обучающиеся по техническим специальностям, так же как и юноши, имеют самые высокие баллы по шкале контроля.

Мы видим, что хотя у девушек во всех группах компонент контроля ниже, чем у юношей, но он четко связан с направленностью обучения. Открытым остается вопрос о причинно-следственном отношении этих двух факторов.

Обсуждение результатов

В целом, сравнивая все четыре выборки, отметим следующую важную особенность. Практически все параметры жизнестойкости имеют более низкие значения у гуманитариев с религиозным мировоззрением и более высокие у студентов технических специальностей. Психологи и обычные гуманитарии занимают промежуточное положение. Вероятно, существует какой-то особый фактор, влияющий на приобретение личностных установок, соответствующих ис-

следуемому конструкту. Ответ, на наш взгляд, следует искать как в особенностях специальности, так и в особенностях мировоззрения.

Гуманитарное образование — социологическое, психологическое, педагогическое, политологическое, философское — погружает человека в сферу духовной культуры человека. Как отмечает историк Н. Нарочницкая, культура не только отражает состояние духа человека в определенный исторический период, но и одновременно воздействует на него [Нарочницкая, 1998]. Ассимилируя культуру, человек находит ресурсы, помогающие справляться с жизненными трудностями и стрессами. Такими ресурсами могут быть религиозные традиции, которые очень часто определяют отношение человека к миру и его заботам. В частности, в нашем исследовании выборка гуманитариев с религиозным мировоззрением — это носители православной традиции. В данной традиции личная ответственность человека при безусловной свободе воли является одной из ведущих мировоззренческих аксиом, во многом определяющей действия человека в стрессовых жизненных ситуациях. Как пишет митрополит Иерофей (Влахос) в книге «Православная психотерапия», «православие не откладывает разрешения проблемы, <... и если мы воспринимаем его правильно и живем в Духе Святом, представляет собою общение Бога и человека, <...> живых и усопших. И в этом общении действительно разрешаются все проблемы, возникающие в нашей жизни» [Митр. Иерофей (Влахос), 2006].

В ином случае человек может обратиться к ресурсам своей личности. Современные исследования в этой области обращаются к таким переменным, как личностный потенциал и жизнестойкость (*hardiness*). В отечественной психологии Д.А. Леонтьевым сегодня разрабатывается понятие личностного потенциала как базовой индивидуальной характеристики, как стержня личности. Согласно Д.А. Леонтьеву, основным проявлением личностной зрелости и личностного потенциала является феномен самодетерминации личности, способность исходить из устойчивых внутренних критериев и ориентиров в своей жизнедеятельности и сохранять стабильность деятельности и смысловых ориентаций на фоне давлений и изменяющихся внешних условий [Леонтьев, 2002].

Личностный потенциал отражает меру преодоления заданных обстоятельств, как внешних, так и внутренних, а также меру прилагаемых личностью усилий по работе над собой и над обстоятельствами своей жизни. Как отмечает Д.А. Леонтьев, «в зарубеж-

ной психологии ближе всего понятию личностного потенциала соответствует понятие “жизнестойкость” (hardiness), введенное С. Мадди» [Там же]. Собственно жизнестойкость включена в список эмпирически измеряемых конструкторов, имеющих отношение к личностному потенциалу [Там же].

Оба типа убеждений, как религиозные, так и отражающие жизнестойкость независимо от веры в божественное начало, по мнению ряда авторов экзистенциального направления, можно считать надежными ресурсами при столкновении человека с онтологической тревогой (обзор см.: [Maddi, 2002; Kobasa, Puccetti, 1983]).

Студенты, обучающиеся техническим специальностям, — инженеры, программисты и т.д. — в большей мере ассимилируют достижения материальной культуры. Однако их профессиональное образование ограничено в области погружения в духовную культуру, несмотря на блок гуманитарных дисциплин, преподаваемых во всех вузах. В жизни каждому необходимы опоры и ресурсы. Вероятнее всего, представители данной группы обращаются к иным внутренним источникам, например, к системе убеждений, обеспечивающих устойчивость к стрессам.

Теперь мы можем обобщить сказанное. Относительно невысокие тестовые показатели жизнестойкости гуманитариев с религиозным мировоззрением могут говорить о том, что религиозная вера не повышает жизнестойкость, как казалось нам вначале. Скорее религиозность, учитывая наши данные, можно рассматривать как некий иной дополнительный личностный ресурс, помогающий в преодолении жизненных трудностей, но вместе с тем снимающий необходимость в развитии жизнестойкости — конструкте, предложенном экзистенциальной психологией личности. Следовательно, психологам еще предстоит найти более обобщенные, более надежные и валидные во всех случаях показатели жизнестойкости человека.

Гуманитариям-психологам и обычным гуманитариям свойственно в большей степени предпринимать активные действия, с большей готовностью приобретать как негативный, так и позитивный опыт. Возможно даже, что психология как специальность привлекает к себе часть студентов именно перспективой разобраться в жизни, ощутить ее полноту. Таким образом, психологическая компетентность выступает как личностный ресурс совладания с трудностями. Также и для всех гуманитариев культура, в том числе и психологическая, служит таким ресурсом.

Отличительными чертами студентов технических специальностей являются большая готовность идти на риск, получать необычный, экстремальный опыт, новые ощущения, ориентированность на активность и конкуренцию. Именно такие установки помогают им пережить стрессы и трудные времена.

Результат усилий человека по преодолению трудностей в конечном итоге складывается из взаимодействия различных личностных ресурсов. Помимо жизнестойкости, определенной по тестовым показателям, как это было сделано в нашей работе, имеют значение и личностный потенциал в целом, и религиозная вера, и социальная поддержка, в том числе семейная, и различные копинг-стратегии поведения, что отражено в литературе [Kobasa, Puccetti, 1983].

Выводы

Существует достоверная взаимосвязь факторов жизнестойкости и религиозной веры студентов с их профессиональной направленностью.

Студенты гуманитарных специальностей с религиозным мировоззрением менее восприимчивы к получению необычного, экстремального опыта, новых ощущений, меньше ориентированы на активность и конкуренцию. Кроме жизнестойкости, фактором противодействия стрессам для них является религиозная вера. Гуманитарии, включая подвыборку психологов, отличаются большей активностью в выборе самостоятельного пути и собственной деятельности. Для студентов технических специальностей основной опорой в борьбе со стрессами является жизнестойкость. Осуществление активного выбора собственного пути, готовность извлечь урок из любого опыта, инициативность отличают представителей этой группы.

Существует достоверное повышение готовности к активной борьбе в трудной жизненной ситуации у мужчин по сравнению с женщинами.

Литература

Богомаз С.А. Жизнестойкость человека как личностный ресурс совладания со стрессами и достижения высокого уровня здоровья // Материалы научно-практических мероприятий V Всероссийского форума «Здоровье нации — основа процветания России». Т. 4. М., 2009. С. 18–20.

Леонтьев Д.А. Личностное в личности: личностный потенциал как основа самодетерминации // Ученые записки кафедры общей психологии МГУ. Вып. 1 / под ред. Б.С. Братуся, Д.А. Леонтьева. М.: Смысл, 2002. С. 56–65.

Леонтьев Д.А., Рассказова Е.И. Тест жизнестойкости. М.: Смысл, 2006.

Мадди С.Р. Теории личности: сравнительный анализ. СПб.: Речь, 2002.

Митр. Иерофей (Влахос). Православная психотерапия. Сергиев Посад: Изд. Центр Свято-Троицкой Сергиевой Лавры, 2006. С. 21.

Нарочницкая Н.А. Религиозно-философские основы культуры // V Конгресс «Cultura Europea». Памплона (Испания), октябрь 1998 г. <<http://www.pravoslavie.ru/jurnal/kultur.htm>>.

Maddi S.R. The Role of Hardiness and Religiosity in Depression and Anger // International Journal of Existential Psychology & Psychotherapy. 2004. Vol. 1. Iss. 1. P. 38–49.

Maddi S.R. The Story of Hardiness: Twenty Years of Theorizing, Research, and Practice // Consulting Psychology Journal. 2002. Vol. 54. No. 3. P. 175–185.

Maddi S.R., Brow M., Khoshaba D.M., Vaitkus M. The Relationship of Hardiness and Religiosity in Depression and Anger // Consulting Psychology Journal. 2006. Vol. 58. P. 148–161.

Kobasa S.C.O., Puccetti M.C. Personality and Social Resources in Stress Resistance // Journal of Personality and Social Psychology. 1983. Vol. 45. No. 4. P. 839–850.

© Стакина Ю.М., 2012