

виражально-комунікаційні і рецептивно-інтерпретаційні якості людини, переформатовують ментальні структури, соціокультурні ролі і зв'язки, а зміна типу інформаційної сфери і медіареальності посилює тенденцію до медіатизації публічності і приватності. Для сучасної молоді приватність перестає бути лише затишним місцем для саморозвитку і відпочинку, вона постає ресурсом, яким можна відкрито розпоряджатися та обмінювати на публічний інтерес. Віртуальний простір, що полонить підрастаюче покоління, надає більше можливостей обмінюватися інформацією, знаходити схвалення або співчуття з боку інших, розширює можливості самореалізації і самовизначення. А приватне у цьому відіграє особливу роль як спосіб представлення себе світу, задоволення власних інтересів, засіб комунікації з іншими, прагнення знайти відгук та схвалення сутнісних для себе речей та ідей. Молодь прагне компенсувати тривогу через незахищеність від зовнішніх факторів та невизначеність щодо свого найближчого майбутнього, пошуком, розміщенням та споживанням цікавих, актуальних, позитивних форм комунікації та взаємодії зі світом. У віртуальному та реальному світі за умов, коли міжособистісні зв'язки слабшають і соціальна система втрачає сталість, приватність як тема та предмет соціальних зв'язків стає поєднуючим елементом, котрий повертає сталість суспільству.

2.7. Психологічні особливості життестійкості молоді

Умови, в яких проходить життя сучасної людини, іноді деструктивно позначаються на її психологічному стані, знижують здатність долати життєві труднощі. Несприятливі ситуації часто виявляються справжнім випробуванням для більшості людей, що призводить до різних психічних деформацій. Особливо вразливою до таких негараздів категорією є молодь. Саме молодий вік для багатьох дівчат та юнаків – час значних життєвих утруднень. Життя висуває до них суперечливі вимоги: водночас бути ініціативною, соціально сміливою і при цьому врівноваженою особистістю.

Несприятливість, а іноді і екстремальність сучасного буття, негативно впливають не лише на психічний, а й на фізичний стан молодого людини.

З огляду на це, молодь повинна мати високий адаптивний потенціал, швидко реагувати на життєві зміни, вміти оперативно приймати рішення. У даному контексті важливого значення набуває пошук шляхів актуалізації зовнішніх та мобілізації внутрішніх життєво стійких ресурсів, реалізація яких забезпечить позитивний особистісний розвиток молодого людини. До таких ресурсів з упевненістю можна віднести життєстійкість.

У Великому тлумачному словнику сучасної української мови поняття життєстійкості трактується як здатність виживати у складних умовах, терпіти несприятливі умови. Для того, щоб зрозуміти суть та специфіку життєстійкості, слід зупинитися на витоках цього поняття. Ще філософи школи стоїків (Зенон, Сенека, Епіктет, Марк Аврелій) розглядали питання необхідності стоїчного ставлення до подій, звертаючи увагу на важливість формування гарних звичок, на необхідність відповідати на події розумом, а не емоціями. Все ж теоретичною основою поняття життєстійкості є ідея екзистенційної мужності, «відваги бути» П. Тілліха, на думку якого мужність – це самоствердження «всупереч», а саме: всупереч небуттю.

Поняття мужності досить глибоко представлено в екзистенційній філософії. Мужність поєднується з відвагою, з готовністю пожертвувати навіть своїм життям. Ф. Ніцше підкреслює, що мужність – це самоствердження всупереч тому, що намагається завадити власному «Я» ствердити самого себе. У своїх працях філософ описує воїна як того, хто завжди перемагає, бореться, відстоюючи власне «Я», долаючи перешкоди, що постають на шляху самоздійснення. Автор підкреслює значущість особистісної активності, спрямованої не на досягнення слави, а на важку працю задля саморозвитку.

З часом філософське розуміння мужності трансформувалося в раціональний та універсальний спосіб буття, у мужність існувати, бути.

Спорідненою категорією поняття життєстійкості є так само поняття «укорінення у бутті». М. Хайдеггер розуміє укорінення як внутрішню особистісну характеристику, формування якої

залежить не лише від зовнішніх обставин, а й від ставлення самої людини до способу власного життя.

У зарубіжній психології велика увага приділяється вивченню близьких до життестійкості понять. До науки увійшли та закріпилися такі поняття, як: «копінг-стратегії» або «стилі долаючої поведінки» (Р. Лазарус, С. Нартова-Бочавер), «особистісний адаптаційний потенціал» (А. Маклаков), «життетворчість» (В. Роменець, Д. Леонтєв, Т. Титаренко), «особистісний потенціал» (Д. Леонтєв), «життєздатність» (Б. Ананьєв, П. Бабочкін, І. Льїнський, С. Рубінштейн, В. Шауфелі), «посттравматичний розвиток» (Л. Александрова), «стрес-індуковане особистісне зростання» (О. Суркова) та інші. Всі ці поняття відображають наявність існуючих внутрішніх можливостей людини, які актуалізуються у неї в складних умовах життєдіяльності.

Найбільш повно вищенаведеним поняттям у зарубіжній психології відповідає поняття «hardiness» – «життестійкість», автором якого є С. Мадді. Життестійкість – це база, виходячи з якої перетворюються стресори, це каталізатор поведінки, який дозволяє трансформувати негативні враження на нові можливості. Життестійкість за С. Мадді являє собою систему поглядів про себе, про світ, про відносини зі світом. Це диспозиція, що містить в собі три, порівняно автономні, компоненти: залученість, контроль, прийняття ризику. Вираженість цих компонентів та життестійкості в цілому перешкоджає виникненню внутрішньої напруги у кризових ситуаціях за рахунок стійкого подолання стресів та сприйняття їх як менш значимих.

Залученість С. Мадді визначає як впевненість у тому, що втягнення в те, що відбувається, дає максимальний шанс знайти дещо значуще та цікаве для особистості. Людина з розвиненим компонентом залученості отримує задоволення від власної діяльності. На противагу цьому, відсутність схожої впевненості породжує почуття відкинутості, відчуття себе поза життям.

Контроль являє собою впевненість у тому, що боротьба дозволяє впливати на результат того, що відбувається, навіть якщо успіх і не гарантовано. Протипага цьому – відчуття власної неспроможності. Людина з добре розвиненим компонентом

контролю відчуває, що сама обирає власну діяльність, власний шлях.

Прийняття ризику – впевненість людини у тому, що все те, що з нею трапляється, сприяє її розвитку за рахунок знань, здобутих з досвіду, – неважливо, позитивного чи негативного. Людина, яка розглядає життя як спосіб отримання досвіду, готова діяти без надійних гарантій успіху, на свій страх та ризик, вважаючи тягу до простого комфорту та безпеки, збіднюючою життя особистості. В основі прийняття ризику лежить ідея розвитку через активне засвоєння знань із досвіду та подальшого їх використання.

Життестійкість, за С. Мадді, складається з двох компонентів – психологічного та діяльнісного, які мають мотиваційну природу. Коли йдеться про діяльнісну сторону, маються на увазі дії, спрямовані на здійснення мети, на подолання стресової ситуації. Ці дії забезпечують людині зворотній зв'язок про те, хто вона та що з нею відбувається. Світ неможливо змінити без активності, тому людина повинна щось робити або світ залишиться статичним. Це вимагає часу, сил, наполегливості та відповідальності за власне життя, і саме життестійкість забезпечує необхідну мотивацію. Психологічна сторона передбачає, що життестійкість змінює характер стосунків між людьми. Вони стають більш відкритими, здатними встановлювати здорові стосунки з іншими. Ці два компоненти формують систему, яка оберігає людину від непомірної тривоги та втрати здоров'я. А життестійкість в цілому формує у людини мотивацію, необхідну для того, щоб займатися ефективними способами подолання, піклуватися про своє здоров'я та включатися у підтримуючу соціальну взаємодію.

С. Мадді вважає, що компоненти життестійкості розвиваються у дитинстві та у підлітковому віці, хоча їх можна розвивати і пізніше. Дослідник підкреслює важливість всіх компонентів для збереження здоров'я та оптимального рівня працездатності й активності в стресогенних умовах. Можна говорити як про індивідуальні відмінності кожного з компонентів у складі життестійкості, так і про необхідність їх

узгодженості між собою та загальною (сумарною) мірою життєстійкості.

Виходячи з наведеного вище, стає очевидним, що життєстійкість за С. Мадді – це деяке особливе поєднання установок та навичок, які дозволяють перетворити зміни на можливості.

У зарубіжних дослідженнях життєстійкість вивчалась здебільшого у контексті адаптації до стресу, психічного та психологічного здоров'я (К. Олред, М. Сміт, Ф. Родволт, С. Агустдоттер, Ла Грека, І. Солкана, Дж. Сікора, М. Шейер, Ш. Карвер, Дж. Шарлі, І. Солкова, П. Томанек, В. Флоріан, М. Мікулінчер, О. Таубман, Дж. Лек, Д. Вільямс).

Феномен життєстійкості привертає увагу і ряду російських науковців. Зокрема Л. Александрова вважає життєстійкість рисою особистості, яка дозволяє подолати дистрес ефективно і завжди у напрямку особистісного росту. Вчена зазначає, що якщо розглядати поняття життєстійкості, спираючись на психологічну теорію діяльності та психологію здібностей, то можна трактувати її як здатність людини до діяльності з подолання життєвих труднощів та як результат розвитку та використання цієї здібності. Авторка підкреслює, що якщо життєстійкість розглядати у межах традиційних термінів адаптації, тоді її слід розуміти як здібність, що лежить в основі адаптації особистості.

Проблему стійкості особистості перед несприятливими обставинами розглядали російські психологи О. Бодальов та В. Чудновський. Аналізуючи можливості особистості протистояти негараздам та перетворювати їх, вчені говорять про активно-перетворюючу поведінку. В. Чудновський підкреслює, що стійкість не є результатом пасивного пристосування до обставин, а є наслідком їх активного перетворення, результатом здатності людини створювати сприятливі умови для реалізації головної життєвої мети. Метою такої активно-перетворюючої поведінки може бути зміна як зовнішніх умов, так і внутрішніх. Тобто вона може спрямовуватись на зміну самого себе, самопобудову. Автори наголошують, що стійкість особистості безпосередньо залежить від моральних орієнтирів і цінностей,

що дає змогу особистості виходити за межі її власних інтересів та потреб.

С. Богомаз пов'язує життєстійкість людини з можливістю подолання різних стресів, підтримання високого рівня фізичного та психічного здоров'я, а також з оптимізмом, самоефективністю і задоволеністю власним життям. Життєстійкість – системна психологічна властивість, що виникає у людини внаслідок особливого поєднання установок та навичок, що дозволяють їй перетворювати проблемні ситуації на нові можливості. Це важливий особистісний ресурс, який сприяє подоланню стресів і досягненню високого рівня психічного здоров'я.

Привертає увагу визначення життєстійкості Р. Рахімової, яка вважає, що життєстійкість особистості – це сукупність ціннісних установок та диспозицій, що дозволяє сформулювати позитивний життєвий проект, раціонально оцінити існуючі та потенційні ресурси, актуалізувати раціональні потреби і позитивно адаптуватися у заданих умовах.

С. Книжникова зазначає, що життєстійкість – це інтегральна характеристика особистості, яка дозволяє чинити спротив негативним впливам середовища, ефективно боротися з життєвими труднощами, трансформуючи їх в ситуації розвитку. Базовими компонентами життєстійкості є, на думку вченої, оптимальна смислова регуляція, адекватна самооцінка, розвинуті вольові якості, високий рівень соціальної компетентності та розвинені комунікативні здібності та вміння.

Загальною інтегральною характеристикою особистості життєстійкість вважає Т. Наливайко. На думку вченої, життєстійкість – це паттерн смисло-життєвих орієнтацій, самоставлення, стильових характеристик поведінки, який спирається на природні властивості особистості, але більшою мірою має соціальний характер. Дослідниця виділяє у структурі життєстійкості психологічний та діяльнісний компонент, а також природні властивості.

О. Рассказова вважає, що життєстійкість – це ресурс, який спрямований в більшій мірі на підтримку вітальності та діяльності, в меншій – на підтримання активності свідомості, має мотиваційну спрямованість.

Р. Стецишин розглядає життєстійкість як системну психічну властивість, яка досягає найвищого рівня у період життєвої та професійної зрілості. На думку автора, життєстійкість є особистісно-психологічним ресурсом, що дозволяє людині, яка працює в сфері професій допомоги, протидіяти розвитку станів професійно-особистісної дезадаптації.

К. Медведєва характеризує життєстійкість як ступінь спроможності особистості витримувати стресову ситуацію, при цьому зберігаючи внутрішню збалансованість, не знижуючи успішності діяльності.

Ю. Сова виділяє у структурі життєстійкості два компоненти: життєздатну поведінку та життєздатне ставлення. Життєздатна поведінка передбачає активне подолання кризових ситуацій, мобілізацію сил, уникнення крайнощів, орієнтацію на збереження і заощадження власного здоров'я, особистісних ресурсів. Життєздатне ставлення відображається у сприйнятті життєвих подій, їх суб'єктивній оцінці як менш значущих, кризових.

М. Логінова визначає життєстійкість як складне структуроване психічне утворення, систему переконань, які розвиваються та сприяють розвитку готовності керувати системою підвищеної складності. Компонентами життєстійкості авторка вважає емоційну стійкість, пластичність, екстравертованість, схильності до предметно-орієнтованого допінгу.

З позиції інтегральної індивідуальності аналізує феномен життєстійкості А. Фомінова. Життєстійкість, на думку вченої, має наступні рівні: особистісно-смісловий, соціально-психологічний та психофізіологічний. Психологічними складовими особистісно-сміслового рівня є ціннісно-смісловий, мотиваційний та вольовий компоненти. Результатом прояву життєстійкості на даному рівні є позитивне світовідчуття, підвищення якості життя. Соціально-психологічний рівень включає в себе соціальні навички, засвоєні ефективні моделі поведінки, копінг-стратегії, стилі мислення. Життєстійкість проявляється на цьому рівні через адаптацію до соціуму, ефективну саморегуляцію, самореалізацію. Складовими

психофізіологічного рівня виступають темпераментальні характеристики (швидкість обробки інформації, емоційна стійкість, врівноваженість, екстраверсія) та прояви фізіологічних реакцій стресу. Результатом прояву життєстійкості на цьому рівні є оптимальність реакцій у ситуації стресу, здатність та готовність витримувати стресову ситуацію, зберігаючи внутрішню збалансованість та не знижуючи успішності діяльності.

У вітчизняній психології життєстійкість розглядається як вміння ефективно існувати всупереч життєвим перешкодам та труднощам. Т. Титаренко та Т. Ларіна вважають, що життєстійкість – це здатність людини зберігати баланс між пристосуванням до нових вимог та прагненням жити гармонійно, повноцінно. Вона (життєстійкість) допомагає людині адаптуватись до складних життєвих умов, до проблем життя, знайти конструктивні шляхи саморозвитку та самовдосконалення. Т. Титаренко вважає, що життєстійкість розвивається протягом життя людини. Особистість розвиває перш за все такі ознаки життєстійкості, як гнучкість, еластичність, відкритість новому, готовність до змін. Активізуються адаптивні здібності, потенціал подолання, готовність до будь-яких, приємних чи неприємних, несподіванок. Протягом життя розвиваються такі необхідні для життєстійкості риси, як: переконливість, сміливість, витримка, терплячість.

Т. Ларіна аналізує ресурси життєстійкості, а саме те, завдяки чому людина має можливість позитивно оцінювати життєві зміни та труднощі. Вчена наголошує, що одним з ресурсів життєстійкості є здатність людини оптимально оцінювати життєві негаразди. Авторка намагається з'ясувати роль життєстійкості у процесі формування життєвих домагань. Вона вважає, що у структурі життєвих домагань життєстійкість особистості виступає як ресурс самоздійснення, особистісного потенціалу та його реалізації. Життєстійкість як механізм дає змогу адаптувати актуальну поведінку та встановлювати адекватну систему взаємин так швидко, як того потребує інформаційний простір особистості, що постійно змінюється. Однією з функцій життєстійкості є забезпечення рівноваги між

адаптаційними можливостями (особистісними ресурсами) та структурою (змістом) життєвих домагань.

У контексті соціальної роботи аналізує особливості розуміння та значення понять життєстійкості та особистісного ресурсу Н. Кривоконь. Вчена підкреслює взаємозумовленість цих понять та їх пряме відношення до потенційних можливостей особистості. Дослідниця пропонує розглядати волонтерську діяльність в якості чинника життєстійкості громадян та як важливу умову для подолання скрутних і кризових життєвих ситуацій.

Факторну структуру життєстійкості моряків, які пережили ситуацію піратського полону, у своєму дослідженні розглядає А. Побідаш. Її, на думку вченого, утворили три компоненти: «вольовий потенціал», «адаптаційний потенціал» та «соціально-перцептивні здібності», які, у свою чергу, відповідають показникам основних шкал категорії життєстійкості, виділених С. Мадді. А саме: адаптивні характеристики відповідають шкалі «контроль», вольові – шкалі «залученість», соціально-перцептивні – шкалі «прийняття ризику».

Слід зазначити, що наукові дослідження життєстійкості останніх років стосувалися її особливостей у молодих людей. Увага багатьох вчених звертається на прояв і розвиток життєстійкості у студентської молоді (Н. Волобуєва, О. Юдіна, М. Кузьмін, Л. Кузнецова, О. Кіосєва, Л. Сердюк, О. Купрєєва та інші).

Спроби теоретичного аналізу поняття життєстійкості демонструють широкий спектр його значень. Не існує єдиного бачення сутності поняття «життєстійкість». Немає єдності і в думках науковців стосовно категоризації даного явища: це риса особистості чи властивість, здатність або особистісна змінна, установка або сукупність ціннісних установок, потенціал або ресурс. В усіх основних підходах до визначення поняття життєстійкості зазначається, що вона є багатограним феноменом, що включає у себе не лише особистісні якості, але й соціальні аспекти. Саме їх поєднання та взаємодія і обумовлює рівень вияву життєстійкості особистості.

Проведений теоретичний аналіз феномену життєстійкості, дозволив нам запропонувати його власне визначення. На нашу

думку, життєстійкість – це інтегральна властивість особистості, що дозволяє їй боротись з труднощами життя та позитивно адаптуватись до нових умов. Життєстійкість поєднує в собі смисло-життєві орієнтації, психофізіологічні характеристики та соціальні складові [Панченко, 2016].

Зважаючи на недостатню вивченість особливостей даного феномену та актуальність проблематики у контексті суспільних процесів сьогодення, ми провели емпіричне дослідження (2009-2013 рр.) життєстійкості студентів та працюючої молоді м. Чернігова та Чернігівської області (n=205, вік 20-35 років).

Виходячи з нашого бачення життєстійкості, ми досліджували три основні її структурні компоненти: соціально-психологічний, особистісно-смисловий та психофізіологічний.

У контексті вивчення соціально-психологічного компонента життєстійкості молоді ми звернули увагу на основні його складові: залученість, контроль та прийняття ризику. В основі залученості лежить твердження про те, що найбільша вірогідність отримати в житті цікавий і корисний досвід стосується людей, які максимально залучені до життєвого процесу. Низький рівень залученості дає відчуття себе поза життям. Високий рівень притаманний тим, хто вважає, що світ та життя великодушні до них, тим, хто отримує задоволення від власної діяльності. Даний компонент розглядається як прийняття молодою людиною на себе безумовних зобов'язань, що ведуть до ідентифікації себе з наміром виконати дію та з її результатом. Іншими словами, це – тенденція повністю віддаватися справі, смислова і цільова орієнтація діяльності.

Успішні юнаки та дівчата проявляють виняткову рішучість, коли справа стосується того, що повинно бути зроблено для їхнього розвитку. Перше місце у них посідає ефективність їх життя. Вони відрізняються винятково високою цілеспрямованістю і готовністю зробити все необхідне для успіху, незважаючи ні на масштаб прийнятих рішень, ні на те, на які труднощі доведеться натрапляти.

Контроль представляє собою переконання в тому, що боротьба може вплинути на результат того, що відбувається. Низький рівень контролю викликає відчуття безпорадності. Високий рівень контролю викликає відчуття контрольованості

свого життя, впевненість у самостійності вибору життєвого шляху, власної діяльності. Контроль – тенденція думати і чинити так, ніби існує реальна можливість впливати на хід подій. Це якість, яка мотивує до пошуку шляхів впливу на результати кризових змін, є протвагою впаданню в стан безпорадності і пасивності. Здатність в будь-якій ситуації бачити, як відкриваються шанси і перспективи, орієнтація на реалізацію можливостей, а не на боротьбу із загрозами, узагальнена особистісна позиція, вміння «схоплювати» ситуацію цілком – все це обумовлює сприйняття будь-якої складної, кризової події не як удару долі та впливу невідконтрольованих сил, а як природного явища, або як результату дії інших людей. Молодь з розвиненим компонентом контролю впевнена, що будь-яку складну ситуацію можна перетворити таким чином, що вона буде узгоджуватися з її життєвими планами, навіть виявиться в чомусь їй корисною.

Прийняття ризику – це здатність особистості сприймати життя, як спосіб отримання досвіду. Ця здатність стимулює діяльність навіть за відсутності надійних гарантій успіху. Низький рівень прийняття ризику характеризує прагнення особистості до комфорту і безпеки. Високий рівень прийняття ризику свідчить про впевненість особистості в тому, що все, що з нею трапляється, сприяє розвитку за рахунок отриманого досвіду, незважаючи позитивний він чи негативний. Це впевненість в тому, що життю властиво змінюватися, і що зміни – це двигун прогресу та особистісного розвитку. Небезпека сприймається як складне завдання, що знаменує собою черговий поворот мінливого життя, спонукає людину до безперервного росту. Реакція на виклик проявляється в першу чергу в тому, які питання ставить собі молода людина в складній кризовій ситуації. Одні, зіткнувшись з серйозною життєвою проблемою, впадають в безрезультатну рефлексію, інші ж, опинившись в подібній ситуації, задаються якісно іншим питанням, спрямованим на конструктивне вирішення проблемної ситуації.

Ми встановили, що в більшості випадків загальний показник життєстійкості і трьох її компонентів у молодих людей знаходиться в межах середнього рівня (рис. 5): загальний рівень життєстійкості – 51%, рівень залученості – 49,4%, рівень

контролю – 58,6%, рівень прийняття ризику – 48,2%. Такі дані свідчать про достатню життєву стійкість молодих людей, про їх вміння знаходити шляхи розв’язання проблем, що виникають.

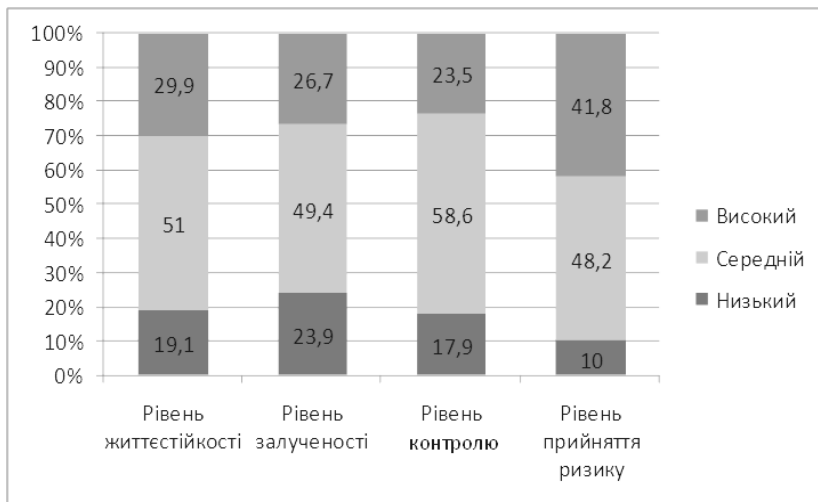


Рис. 5. Розподіл показників життєстійкості молоді (%)

Найбільший відсоток високого рівня вираженості має показник «прийняття ризику» (41,8%). Життя молодої людини часто пов’язане з ризиками, з необхідністю швидко і правильно приймати важливі та ефективні для неї рішення. Тому вона повинна робити вибір і в критичних ситуаціях, і в повсякденному житті. Молодь з розвиненим компонентом прийняття ризику сприймає події, що з нею відбуваються, як виклик або певний іспит, і приймає це як можливість отримати певний досвід, зробити висновки. Розвиненість даного компонента життєстійкості дозволяє розвиватися, рухатися вперед, а не стояти на місці. Іноді така молодь діє за відсутності надійних гарантій на успіх, на власний страх і ризик. Обираючи ризик, молоді чоловіки та жінки змушені діяти творчо, по-новому, а це є важливою основою для їх ефективної діяльності.

Аналіз середніх значень за t-критерієм Ст’юдента показав статистично вірогідну відмінність між групою чоловіків і жінок за наступними показниками: загальний рівень життєстійкості

($p \leq 0,001$), рівень залученості ($p \leq 0,001$), рівень контролю ($p \leq 0,001$). Молоді жінки більше, ніж чоловіки, схильні до негативних реакцій, таких, як внутрішня напруга у складних життєвих умовах. Чоловіки більшою мірою залучені у процес життя, яке намагаються контролювати, і відтак виявляються більш життєстійкими ніж жінки.

Особистісно-смысловий компонент є невід'ємною частиною психологічної сторони життєстійкості. Він відображає особистісні смисли, самоставлення та ставлення до оточуючих, усвідомлений вибір, свідому рефлексію. Життєстійкість – внутрішній ресурс, який підвладний самій людині саме тому, що вона може змінити і переосмислити те, що сприяє підтриманню її фізичного, психологічного та соціального здоров'я; установка, яка збагачує життя цінностями та смислами; властивість, що дозволяє подолати відчай та відчуття безпорадності. Особистісно-смысловий компонент життєстійкості характеризується переживаннями молодою людиною осмисленості власного життя, задоволеністю його процесом і результатом самореалізації в минулому, наявністю ясних цілей і готовності до активності в їх реалізації. Досліджуючи даний компонент життєстійкості, ми звернули увагу на смисложиттєві орієнтації молоді та їх показники: цілі, процес, результат, локус контролю-Я, локус контролю-життя.

Слід зазначити, що смисложиттєві показники майже не розрізняються за статтю, що свідчить про незалежність від статевого фактору переживань осмисленості власного життя. Стосовно більш детального аналізу за шкалами, варто зазначити, що розподіл балів в обох групах (враховуючи середні і стандартні відхилення для жінок і чоловіків) перебувають у межах середніх значень. Дівчата та хлопці проживають життя достатньо осмислено, вони спрямовані на часову перспективу, формують цілі на майбутнє. Молодь сприймає процес життя як цікавий, емоційно насичений і наповнений смислом, при цьому минуле ними оцінюється як продуктивне. Середній показник локус контролю свідчить про адекватну оцінку своїх можливостей при побудові та контролюванні власного життя.

Існує незначна відмінність між середніми показниками смисложиттєвих орієнтацій молодих людей з різною освітою.

Респонденти з вищою освітою мають невелику перевагу над іншими групами респондентів, а отже, вони більш осмислено ставляться до свого життя, чим також можна пояснити їх вибір здобути вищий освітній рівень.

Вивчаючи суб'єктивний аспект особистісно-смислового компоненту життєстійкості, ми дослідили її самооцінку молоддю. Для більшості молодих людей характерним є високий і середній рівень самооцінки життєстійкості, що свідчить про достатній рівень осмисленості та сформованості її особистісних складових. Більшість респондентів оцінили власну життєстійкість як досить успішну, що додає їм впевненості у власних діях. Вони вірять у себе, у власну здатність протистояти життєвим труднощам: як професійним, так і особистісним.

Враховуючи результати дослідження соціально-психологічного компоненту життєстійкості констатуємо, що існує суперечність між емпірично виявленим – переважно середнім рівнем сформованості життєстійкості молодих людей – та їх власними уявленнями про її високий рівень. Така неузгодженість може пояснюватись певною компенсацією суб'єктивною оцінкою життєстійкості її реального стану.

У ході дослідження особливостей психофізіологічного компоненту життєстійкості менеджерів комерційних організацій, ми звернули увагу на наступні індивідуально-типологічні характеристики: екстраверсія – інтроверсія, спонтанність – сенситивність, агресивність – тривожність та ригідність – лабільність (рис. 6). Молоді респонденти переважно відносяться до екстравертованого типу. У дихотомії спонтанність – сенситивність переважає другий показник, що свідчить про чутливість, конформність, а також про риси залежності. У парі стеничність (агресивність) – тривожність обидві характеристики є достатньо вираженими, що свідчить про надмірну боязливість у питаннях прийняття рішень, а також про можливі панічні реакції та нав'язливі страхи. Серед досліджуваних переважають особи лабільного типу над особами ригідного типу, що свідчить про гнучкість та пристосовуваність респондентів.

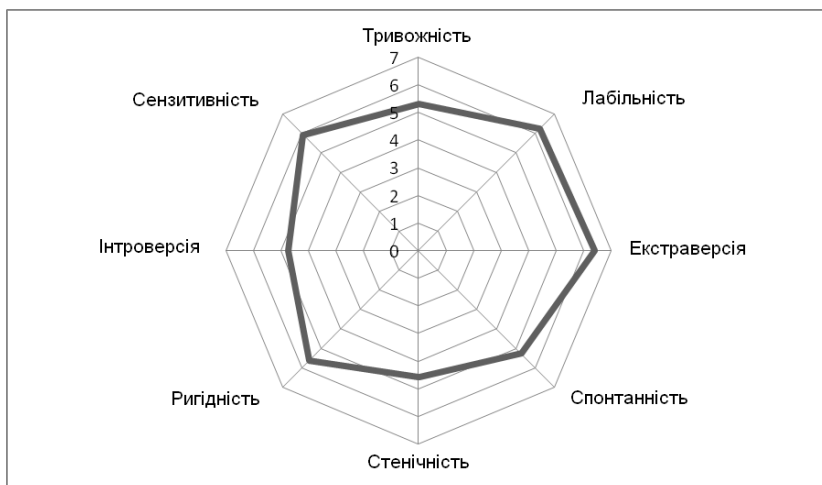


Рис. 6. Узагальнений індивідуально-психологічний портрет молодої людини

Характерною для молодих людей є вираженість таких властивостей, як екстраверсія та лабільність (і у чоловіків, і у жінок). У деяких випадках поєднання високих балів за даними шкалами може говорити про мінливість настрою, мотиваційну нестійкість, підвищену емотивність і демонстративність. Однак, розглядаючи загальну картину, ми фіксуємо збалансованість цих якостей їх дихотомічними парами.

Аналіз розподілу середніх показників у групі жінок і чоловіків за t-критерієм Ст'юдента показав нам статистично значущу різницю за шкалами «стенічність» і «тривожність». Такий результат у поєднанні з високими балами по обох шкалах (що говорять про акцентованість даних якостей), свідчить про те, що жінкам більш властиві деструктивні реакції в складних ситуаціях. Стенічність вказує на схильність до агресивної манери самоствердження всупереч інтересам оточуючих, аж до явних агресивних висловлювань чи дій, тривожність – на схильність до надмірного хвилювання у різних життєвих ситуаціях.

У житті кожної молодої людини виникають труднощі, негаразди, кризи. І молодь по-різному їх переживає: одні,

долаючи складні ситуації, стають стійкішими, аналізують та використовують отриманий досвід; інші, розчарувавшись у власних силах, втрачають цілі та смисл життя. У ході дослідження нами був проведений кластерний аналіз, процедура якого дозволила виділити кластери, котрі відображають чотири основні групи молоді.

До першого кластеру (26,4% досліджуваних) увійшли респонденти з низькими показниками смисложиттєвих орієнтацій (цілі, процес, результат, локус контролю-Я, локус контролю-Життя), з високими показниками інтроверсії та з низькими показниками залученості, контролю та прийняття ризику. Молодих людей, що увійшли до даної групи, можна охарактеризувати як таких, що не будують плани на майбутнє, живуть вчорашнім днем, не задоволені власним життям, результати своєї діяльності оцінюють як незначні. Вони не здатні контролювати життя, не можуть будувати плани на майбутнє. У міжособистісній взаємодії нетовариські, стримані, відсторонені від усіх. Через низьку залученість вони відчують відторгнутість від життя, вважають себе поза життям. Вони не вірять у можливість контролювати свою діяльність, передбачають безплідність власних намагань вплинути на розвиток подій, така молодь закрита від зовнішнього світу, не змінює звичний для неї спосіб дій. Дану групу молодих людей ми умовно назвали «Нежиттєстійкими».

Другий кластер (29,2% досліджуваних) об'єднав тих, хто має високі показники прийняття ризику, екстраверсії, спонтанності та низькі показники локусу контролю-Я. Такі молоді люди схильні приймати ті події, які з ними відбуваються, як виклик та випробовування, що дає можливість для нового досвіду, нових вражень. Але водночас, вони не впевнені в тому, що здатні контролювати власну діяльність, не впевнені в ефективності власних дій, часто ставлять перед собою завдання, які нескладно виконати. У професійній діяльності вони активні, товариські, але неповністю залучені у професію, не відчують задоволення від неї. Їх дії і вчинки мають спонтанний характер. Вони не вірять в те, що можуть контролювати все, що з ними відбувається. Цю групу молоді ми умовно назвали «Ризиковані».

До третього кластеру (32,7% досліджуваних) потрапили респонденти з високими показниками залученості, контролю, цілей та низьким показником локусу контролю-Життя. Не зважаючи на те, що вони повністю «розчинилися» у діяльності, намагаються контролювати власне життя, мають власну мету, певною мірою це – фаталісти, впевнені в тому, що людське життя не підвладне свідомому контролю⁴ не мають значущих планів на майбутнє. Представників даної групи ми умовно назвали «Залученими і контролюючими».

Четвертий кластер (11,6% досліджуваних) склали ті молоді люди, які мають високі показники залученості, контролю, прийняття ризику, екстраверсії, смисложиттєвих орієнтацій та низький показник тривожності. Така молодь, на наш погляд, має високий рівень життєстійкості. Адже вона залучена до роботи і цим задоволена, впевнена у власних силах і в тому, що може впливати і контролювати власне життя, свідомо йде на ризик, щоб отримати кращий результат. У міжособистісній взаємодії такі молоді люди відкриті для співпраці, емоційні, приємні у спілкуванні. Вони ставлять перед собою цілі та впевнено йдуть до них, з надією дивляться у майбутнє, виносять уроки з минулого. Цій групі респондентів ми дали умовну назву «Життєстійкі».

Отже, проведені теоретико-емпіричні дослідження дозволяють нам визначити феномен життєстійкості як інтегральну властивість особистості, що дозволяє боротись з труднощами життя та позитивно адаптуватись до нових умов. Життєстійкість поєднує в собі соціальні складові, смисложиттєві орієнтації та психофізіологічні характеристики. Більшість досліджуваної молоді має показники життєстійкості, котрі перебувають у межах середніх значень. Високим при цьому є показник «прийняття ризику». Отримані дані дають підстави припустити, що представники сучасної молоді прагнуть «жити на повну», готові ризикувати, навіть коли досягнення успіху сумнівне, шукають позитив в усьому, що з ними відбувається. Вони переконані, що не лише успіхи, а і невдачі є рушійною силою особистісного зростання, а здобутий життєвий досвід – джерелом неоцінених знань. Сучасна молодь відкрита до спілкування, лабільна у пристосуванні до нових життєвих

умов. Поряд з тим, значна група молоді має низький рівень життєстійкості й потребує її розвитку. Тому перспективною нам здається розробка технологій соціально-психологічного впливу з метою підвищення рівня життєстійкості молоді.

Література:

Андреева И. Н. Эмоциональный интеллект и эмоциональная креативность / И. Н. Андреева // Азбука эмоционального интеллекта. – СПб., 2012. – С. 85-94.

Березина Т. Н. Эмоциональная креативность личности: определение и структура / Т. Н. Березина, Р. Н. Терещенко // Психология и психотехника. – 2012. – № 2. – С. 43-50.

Валуева Е. А. Диагностика эмоциональной креативности / Е. А. Валуева // Социальный и эмоциональный интеллект: от процессов к измерениям: [сб. науч. работ / науч. ред. Д. В. Люсин, Д. В. Ушаков]. – М., 2009. – С. 216-228.

Васютинський В. Інтеракційна психологія влади: монографія / В. Васютинський. – К., 2005.

Гилфорд Дж. Три сторони інтелекта / Дж. Гилфорд // Психология мышления. – М., 1982.

Грановская Р. М. Психологическая защита / Р. М. Грановская. – СПб., 2007.

Емельянов Ю.Н. Активное социально-психологическое обучение / Ю.Н. Емельянов. – Л., 1985.

Засекіна Л. В. Віртуальний дискурс у комунікативному просторі студентів / Л. В. Засекіна // Розвиток особистості в різних умовах соціалізації: колективна монографія. – К., 2016. – С. 193-211.

Калька Н. М. Феномен селфі як спосіб презентації «Я» у віртуальному просторі / Н. М. Калька // Науковий Вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. – 2015. – Вип. 2. – С. 156-164.

Куницына В. Н. Межличностное общение: учебник / В. Н. Куницына, Н. В. Казаринова, В. М. Погольша. – СПб., 2003.

Лобанов А. П. Социальный интеллект: от Торндайка до Гилфорда / А. П. Лобанов, О. Н. Подунова // Социальный интеллект: Проблемы исследования и диагностики: [учеб.-методич. пособие / под ред. А. П. Лобанова]. – Мн., 2003. – С. 5-17.