

Секция «Психология»

**Жизнестойкость и осмысленность жизни иногородних  
студентов-первокурсников**

**Муртазина Инна Ралифовна**

*Аспирант*

*Санкт-Петербургский государственный университет, Факультет психологии,*

*Санкт-Петербург, Россия*

*E-mail: murtinna@yandex.ru*

В настоящее время в рамках раздела психологии, занимающегося проблемами выбора и принятия решений, все большее значение приобретают экзистенциальные теории выбора. Критериями выбора в данных теориях выступают ценности и смыслы субъекта. Один из крупнейших представителей данного направления - известный американский исследователь С. Мадди - высказывает идею о том, что принимаемое человеком решение по своей направленности может вести его либо в будущее, либо, напротив, удерживать его в прошлом [3]. В связи с чем, люди с разным психологическим складом склонны к одному из двух вариантов выбора: предпочтение будущего или воспроизведение прошлого опыта. Очевидно, что альтернативы не эквивалентны, поскольку, предпочитая неизменность, человек воспроизводит уже имеющийся опыт, не находя причин действовать иначе, чем он действовал до этого, осуществляя выбор в пользу будущего, человек обретает новый опыт, получает новую информацию, постоянно развиваясь [3]. Люди, принимающие решение в пользу будущего (неизвестности), имеют более высокий уровень жизнестойкости по сравнению с теми, кто склонен регулярно отдавать предпочтение неизменности. Наиболее разработанной на сегодняшний день является концепция жизнестойкости, предложенная С. Мадди, где под жизнестойкостью понимается система убеждений, способствующих позитивному преодолению стрессогенных жизненных событий. Понятие жизнестойкости включает в себя три компонента: вовлеченность, контроль и принятие риска. На основе данной концепции С. Мадди создан тест жизнестойкости, ориентированный на измерение установок, помогающих справляться со сложными жизненными ситуациями. Так, выделяются установки на участие в собственной жизни («вовлеченность»), на активное стремление контролировать события («контроль») и на принятие риска, понимаемое как готовность субъекта принимать новые и необычные обстоятельства и активно справляться с ними. Жизнестойкость позволяет человеку выносить тревогу, возникающую при выборе будущего в ситуации экзистенциальной дилеммы [2]. Понимание жизнестойкости как одного из факторов, обеспечивающих осуществление самодетерминации, ведет к необходимости изучения его соотношений с другими составляющими данной экзистенциальной способности человека. Как отмечает Д.А. Леонтьев, одним из наиболее близких жизнестойкости понятием является осмысленность жизни, поскольку оба предполагают наличие у человека системы убеждений, служащих внутренней опорой и позволяющих противостоять стрессорам и напряжению [2].

Целью нашей работы стало изучение особенностей жизнестойкости и осмысленности жизни иногородних студентов-первокурсников в сравнении с первокурсниками, получающими образование в родном городе. При поступлении в иногородний вуз выпускник неизбежно сталкивается с выбором между изменениями привычных условий жизни, от-

делением от родительской семьи, самостоятельностью и сохранением привычных для него условий жизни и контекста родительской семьи. Отдавая предпочтение вузу родного города, выпускник воспроизводит привычные для него условия существования, изменения наблюдаются только в учебной деятельности. Делая выбор в пользу иногороднего вуза, первокурсник сталкивается с кардинальными переменами во всех сферах жизни, сталкивается с трудностями, преодолеть которые ему помогает жизнестойкость. В связи с этим мы предположили, что показатели жизнестойкости и осмысленности жизни иногородних студентов будут выше, нежели у студентов, обучающихся в родном городе.

В исследовании приняли участие 257 выпускников в возрасте от 16 до 22 лет: 110 иногородних студентов-первокурсников Санкт-Петербургского государственного университета и Северо-Западного государственного медицинского университета им. И.И. Мечникова, а также 147 старшеклассников, впоследствии первокурсников, получающих образование в родном городе (пермские школьники). Сбор эмпирических данных осуществлялся с помощью методики «Тест жизнестойкости» С. Мадди в адаптации Д. А. Леонтьева, Е. И. Рассказовой [2], теста смысложизненных ориентаций (СЖО) Д. А. Леонтьева [1], а также разработанной нами анкеты. Для выявления значимых различий в выраженности компонентов жизнестойкости применялся t-критерий Стьюдента и дисперсионный анализ.

В результате проведенного исследования было обнаружено, что уровень жизнестойкости и осмысленности жизни иногородних студентов статистически значимо выше, чем у первокурсников, обучающихся в родном городе. Так, в целом иногородние первокурсники характеризуются высоким уровнем жизнестойкости и осмысленности жизни. Студенты полагают, что необходимо быть вовлеченными в ситуацию и держать ее под своим контролем, активно влияя на происходящее. Иногородние первокурсники имеют определенные цели в будущем, в целом удовлетворены своей жизнью и находят ее интересной и наполненной смыслом. Считают, что способны контролировать свою жизнь, обладают достаточной свободой выбора, сама жизнь в большей мере зависит от их собственных решений и действий. Иногородние студенты стремятся контролировать собственные действия, своевременно вносить в них коррективы и мобилизовать свои силы для преодоления препятствий на пути к поставленным целям. Считают, что все, что с ними происходит, способствует их развитию и приобретению нового опыта; готовы действовать в отсутствие надежных гарантий, в условиях неизвестности и неопределенности.

Что касается первокурсников, оставшихся в родном городе, для них характерен менее высокий уровень вовлеченности в процесс своей жизни, убежденность, что человеку не дано полностью контролировать свою жизнь. Смысл жизни они видят в настоящем и будущем, при этом не в полной мере удовлетворены прожитой ее частью. Имеют определенные цели в жизни, но не стремятся занять позицию активного ее творца. Способны планировать свою деятельность, но не всегда склонны оценивать ее результаты, контролировать свои действия, также не всегда готовы преодолевать возникающие на пути к поставленной цели препятствия.

Таким образом, можно предположить, что в ситуации значимого жизненного выбора жизнестойкость и осмысленность жизни могут выступать в качестве факторов, обуславливающих готовность субъекта предпочесть новую ситуацию (неизвестность)

уже привычным условиям жизни (неизменности).

### **Литература**

1. Леонтьев Д.А. Тест смысложизненных ориентации (СЖО). 2-е изд. М.: Смысл. 2000. 18 с.
2. Леонтьев Д.А., Рассказова Е.И. Тест жизнестойкости. М.: Смысл. 2006. 63 с.
3. Мадди С.Р. Смыслообразование в процессе принятия решения // Психологический журнал. 2005. Том 26. № 6. С. 87-101.