

УДК: 159.93

*Водолазська О.О., кандидат психологічних наук, доцент
Глібко-Долинська О.В., магістрантка соціально-гуманітарного факультету
Державний заклад «Південноукраїнський національний педагогічний
університет імені К.Д. Ушинського»*

ІНДИВІДУАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ЖИТТЄСТІЙКОСТІ ОСОБИСТОСТІ

Анотація. Життєстійкість вважається основним функціональним компонентом життєздатності, зберігає стабільність життєвої системи особистості, є системоутворюючим фактором, що задає параметри основним компонентам життєздатності. Поняття життєстійкості передбачає диспозицію, що включає в себе три порівняно автономних компоненти: залученість, контроль, прийняття ризику. Виразність цих компонентів і життєстійкості в цілому перешкоджає виникненню внутрішньої напруги в стресових ситуаціях за рахунок стійкого подолання стресів і сприйняття їх як менш значущих (Мадді С., 2002). Для ефективності боротьби з життєвими труднощами людині потрібна деяка психологічна живучість або "життєстійкість" - "hardiness", яка сприяє мобілізації внутрішніх ресурсів. Щоб пристосуватися, адаптуватися до різноманітного життєвого напруження, успішно реалізувати себе, людині необхідно виробити навички вирішення проблем, розвинути такі властивості та якості, які б сприяли ефективній самореалізації. Певною мірою це пов'язано з тим, що життєстійкість кожної особистості проявляється завдяки сукупності індивідуально-психологічних якостей та властивостей.

Отже, метою нашого дослідження стало вивчення індивідуально-психологічних особливостей життєстійкості особистості.

Для проведення емпіричної частини дослідження нами використано наступний психодіагностичний інструментарій: «Тест життєстійкості» С.Мадді, в адаптації Д.О.Леонтьєва та Фрайбурзький особистісний опитувальник (FPI) Й. Фаренберга.

Результати кореляційного аналізу показали наявність значущих взаємозв'язків між показниками життєстійкості та факторів особистості, що підкреслює їх роль у постійній життєвій активності.

Аналіз складених профілів дозволив надати психологічну характеристику особам з високим і низьким рівнем життєстійкості.

Ключові слова: життєстійкість, індивідуально-психологічні особливості, властивості особистості, врівноваженість, відвертість.

Вивчення даної проблематики пов'язано з дослідженнями подолання складних ситуацій (Лібін О.В., Лібіна Є.В.); сенсу життя і акме (Чудновський В.Е.); проблеми життєтворчості (Леонтьєв Д.О.); особистісно-ситуативної взаємодії (Коржова Є.Ю.); саморегуляції, активності особистості (Осницький О.К., Моросанова В.І.); психологічних особливостей життєвих ситуацій (Ф.Є.Василюк, С.І.Єріна, В.В.Козлов, М.М.Лебедев, Ш.Магомед-Емінов, К.М.Муздибаєв, Ц.П.Короленко, М.М.Решетніков та ін.).

Поняття життєстійкості, що було введено Сальваторе Мадді та С'юзен Кобейса, знаходиться на перетині теоретичних поглядів екзистенціальної та прикладної галузі психології стресу. За С. Мадді, поняття життєстійкості – це диспозиція, що включає в себе три порівняно автономних компоненти: залученість, контроль, прийняття ризику. Виразність цих компонентів і життєстійкості в цілому перешкоджає виникненню внутрішньої напруги в стресових ситуаціях за рахунок стійкого подолання стресів і сприйняття їх як менш значущих (Мадді С. 2002). Пізніше цей термін Д.О.Леонтьєв запропонував визначати як «життєстійкість», тобто систему установок, певне ставлення до свого життєвого досвіду (Леонтьєв Д.О., 1992).

Феномен життєстійкості є ключовою особистісною змінною, яка опосередковує вплив стресогенних факторів на соматичне і душевне здоров'я, а також на успішність діяльності особистості. Умови протікання життєдіяльності сучасної людини досить часто називають екстремальними, що, насправді, стимулює розвиток стресу і призводить до загального зниження почуття безпеки та захищеності.

Як зазначає С. Л. Рубінштейн, життєстійкість може пояснюватися аспектами психологічної стійкості: 1) стійкість, стабільність; 2) врівноваженість, відповідність; 3) опірність (резистентність). За словами вченого, стійкість проявляється у подоланні таких труднощів як здатність зберігати віру в себе, бути впевненим у собі, своїх можливостях, здатність до ефективної психічної саморегуляції. Стабільність визначається як збереження здатності особистості функціонувати, здійснювати самоврядування, розвиватися, адаптуватися. Знижена стійкість призводить до того, що, опинившись в ситуації ризику людина долає її з негативними наслідками для психічного та соматичного здоров'я, для особистісного розвитку, для сформованих міжособистісних стосунків (*Рубінштейн С.Л., 1995*).

Ідея самоконструювання поведінки особистості у стресових ситуаціях вважається, останнім часом, досить актуальною, що підтримується інформаційною насиченістю і прискоренням ритму життя. Відповідальність за своє життя, за його успішність цілком і повністю покладається на саму людину. Щоб пристосуватися, адаптуватися до такого напруження, успішно реалізувати себе, людині необхідно виробити навички вирішення проблем, розвинути такі властивості та якості, які б сприяли ефективній самореалізації. Тому особливо цікавим є вивчення феномену життєстійкості, який визначається як паттерн структури установок і навичок, що дозволяє перетворити зміни в навколишньому середовищі у можливості особистості (*Мадді С., 2002*). Певною мірою це пов'язано з тим, що життєстійкість кожної особистості проявляється завдяки сукупності індивідуально-психологічних якостей та властивостей.

Отже, метою нашого дослідження стало вивчення індивідуально-психологічних особливостей життєстійкості особистості.

Для проведення емпіричної частини дослідження нами використано наступний психодіагностичний інструментарій: «Тест життєстійкості» С.Мадді, в адаптації Д.О.Леонтьєва та Фрайбурзький особистісний

опитувальник (FPI) Й. Фаренберга. У дослідженні прийняли участь 72 особи - студенти фізико-математичного факультету Південноукраїнського національного педагогічного університету імені К. Д. Ушинського. Статистичний аналіз отриманих даних проведено за допомогою програми SPSS for Windows 13.0.

Результати кореляційного аналізу, які показали наявність взаємозв'язків між показниками життєстійкості (за методикою С.Мадді) та властивостей особистості (за Фрайбурзьким особистісним опитувальником Й.Фаренберга) ($p < 0,01$), ($p < 0,05$), подано у табл.1.

Таблиця 1

Значимі коефіцієнти кореляції між показниками життєстійкості та властивостями особистості за FPI

Фактори FPI	Показники життєстійкості			
	З	К	ПрР	ЗПЖ
I	-337**	-413**	-279**	-391**
II	-254*	-278**		-276**
III	-444**	-488**	-358**	-501**
IV	-359**	-283**	-325**	-377**
V	304**	238*		258*
VI		205*	215*	250*
VIII	-388**	-524**	-374**	-475**
IX	-330**	-459**	-277**	-413**
XI	-458**	-456**	-375**	-497**

Примітка. 1) Коми та нулі опущені; 2) ** значущий кореляційний зв'язок на рівні $p < 0,01$; *- значущий кореляційний зв'язок на рівні $p < 0,05$; 3) Умовні скорочення показників життєстійкості: З – залученість; К – контроль; ПрР – прийняття ризику; ЗПЖ – загальний показник життєстійкості; 4) умовні скорочення показників шкал властивостей особистості: I- невротичність; II- спонтанна агресивність; III – депресивність; IV- роздратованість; V-товариськість; VI – врівноваженість; VII – спонтанна

агресивність ; VIII - сором'язливість ; IX –відвертість; X- екстраверсія-інтроверсія ; XI - емоційна лабільність; XII – маскуліність-фемініність.

Встановлено, що показники життестійкості демонструють як додатні, так і від'ємні значущі кореляційні зв'язки з показниками властивостей особистості. Так, показники К (контроль) і ЗПЖ (загальний показник життєдіяльності) виявили додатні зв'язки з показниками товариськості (V) і врівноваженості (VI)– ($p < 0,05$). Показник З (залученість) додатньо пов'язаний лише з показником товариськості (V) - ($p < 0,01$); а з показником врівноваженості (VI) - ($p < 0,05$) виявив зв'язок показник ПрР (прийняття ризику). Від'ємні значущі кореляційні зв'язки пов'язують усі зазначені показники життестійкості (З(залученість); К (контроль); ПрР (прийняття ризику); ЗПЖ (загальний показник життестійкості)) з показниками: I(невротичність) - ($p < 0,01$); III (депресивність) - ($p < 0,01$); IV (роздратованість) - ($p < 0,01$); VIII (сором'язливість); IX (відвертість); XI (емоційна лабільність) - ($p < 0,01$).

Отримані результати кореляційного аналізу дозволяють припустити наявність індивідуально-психологічних особливостей у осіб, котрі розрізняються рівнем життестійкості. Для того, щоб більш детально розглянути цю наявність , нами було застосовано метод «асів» , за допомогою якого із усієї вибірки досліджуваних було виокремлено групу осіб ($n=17$) з високим значенням (Ж+) загального показника життестійкості (ЗПЖ) і групу осіб ($n=11$) з низьким значенням (Ж-) загального показника життестійкості (ЗПЖ). На рис.1 подано профілі показників властивостей особистості зазначених груп. Візуальний аналіз профілів показує, що кожен з них має свою конфігурацію та особливості розташування відносно середньої лінії (5,5 стенів). На осі ОХ відкладені показники властивостей особистості, а на осі ОУ- значення показників, виражене у стенах.

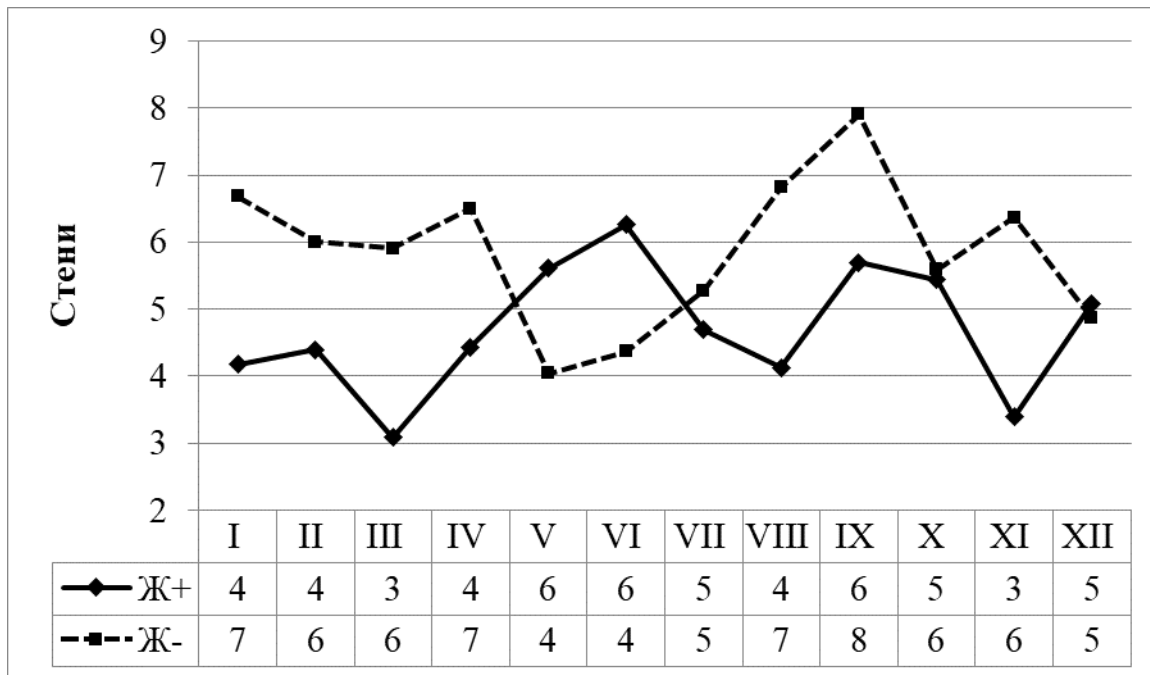


Рисунок 1. Профілі властивостей груп осіб з різним рівнем життєстійкості

Значення, які розташовані на площині вище середньої лінії ряду, характеризують високі показники властивостей, а протилежне розташування показників характеризують низькі значення. Аналіз профілів дозволяє описати властивості осіб з високим і низьким рівнем життєстійкості.

Так, представники групи осіб з високим рівнем життєстійкості характеризуються врівноваженістю, товариськістю, відвертістю. Їм властиве задоволення собою і своїми успіхами, відсутність внутрішньої напруги, готовність виконувати усі суспільні норми і вимоги(VI) . Ці характеристики супроводжуються яскравістю емоційних проявів, уважним ставленням до оточуючих людей, проявами доброти і м'якосердя (V) . Вони здатні бути відвертими, адекватно реагувати на спілкування з оточуючими, мінімально виявляти суб'єктивне незадоволення (IX). Діяльність і взаємодія цих людей з оточуючими пов'язана з життєрадісністю, енергійністю, підприємливістю. Особи з високим рівнем життєстійкості відрізняються від інших людей багатством, гнучкістю та багатогранністю психіки, невимушеністю у міжособових стосунках, упевненістю в своїх силах, успішністю у виконанні різних видів діяльності (III).

Особи з низьким рівнем життєстійкості демонструють відвертість, сором'язливість, роздратованість, невротичність. Адекватні реакції на процедуру дослідження (IX) супроводжуються невпевненістю, нерішучістю, коливанням у вирішенні питань, постійним чеканням неприємностей (VIII). Цим досліджуваним властива конфліктна поведінка, як форма захисту від травмуючих особистіть переживань (IV), тривожність, збудливість у поєднанні з швидким виснаженням, підвищена чутливість (I).

Отже, емпіричне дослідження осіб з високим та низьким рівнями життєстійкості свідчить про своєрідність, неповторність сукупності властивостей особистостей кожного типу, що обумовлює суб'єктивну унікальність подолання життєвих труднощів людьми у складних умовах розвитку сучасного суспільства.

ЛІТЕРАТУРА

1. Леонтьев Д.А. Жизненный мир человека и проблема потребностей. / *Психол. журн.* 1992. Т. 13. № 2. С. 107 - 117.
2. Мадди Сальвадоре Р. Теории личности: сравнительный анализ. / пер. с англ. И.Авидон, А.Батусин и П.Румянцева. СПб.: Издательство «Речь», 2002. 567 с.
3. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. СПб.: Питер, 1995. 688 с.
4. Санникова О.П. Эмоциональность в структуре личности. Одесса: Хорс. 1995. 264 с.

Vodolazska O.O., candidate of psychological sciences, associate professor
Glibko-Dolinska O.V., magistrantka, socialhumanitarian faculty State
establishment the «Pivdenoukrainskiy national pedagogical university of the
name of K.D. Ushinskogo»

INDIVIDUALLY PSYCHOLOGICAL FEATURES TO ZHITTESTIYKOSTI OF PERSONALITY

Zhittestiykist' is considered the basic functional component of viability, keeps stability of the vital system of personality, is a sistemoutvoryuyuchim factor

which sets parameters the basic components of viability. For efficiency of fight against vital difficulties a man some psychological vitality or "zhittestiykist'" is needed - "hardiness", which is instrumental in mobilization of internal resources. To adapt, to adapt oneself to various vital tension, successfully to realize itself, it is necessary to produce skills of decision of problems a man, rozviti such properties and qualities which would be instrumental in effective self-realization.

To a certain extent it is related to that zhittestiykist' of every personality shows up due to an aggregate individually psychological qualities and properties. For the leadthrough of empiric part of research we are use the following psikhodiagnostichniy tool: «Test of zhittestiykosti» of S.Maddi, in adaptation of D.O.Leont'eva and Frayburz'kiy personality questionnaire (FPI) And. Farenberga.

The results of cross-correlation analysis rotined the presence of meaningful intercommunications between the indexes of zhittestiykosti and factors of personality which underlines their role in permanent vital activity.

The analysis of the made types allowed to give psychological description persons with the high and low level of zhittestiykosti.

Keywords: zhittestiykist', individually psychological features, properties of personality, even temper, frankness.