

АНАЛІЗУВАННЯ ПЕРСПЕКТИВИ ПОБУДОВИ МАЙБУТНЬОГО ОСОБАМИ ЮНАЦЬКОГО ВІКУ ЧЕРЕЗ ДОСЛІДЖЕННЯ РЕГУЛЯТОРНО-ТЕМПОРАЛЬНИХ КОНСТРУКТІВ ОСОБИСТОСТІ

Ю. В. Холова, С. І. Бабатіна

Херсонський державний університет, litofaine@gmail.com

Нагальним є несприятливе життєве середовище щодо гармонійного життєфункціонування особистості. Сучасні дослідження науковців, психологів, педагогів, антропологів, які досліджують особистість у складних життєвих умовах, досліджуючи її витривалість, особливості життєвої стійкості, стресостійкості, та здатності в умовах, що є життєвими і актуальними, все ж таки вміти вбачати і стратегічно планувати власне майбутнє як життєстійкість, стресостійкість, стратегічно планувати життєвий шлях, прагнути до саморозвитку, до самоактуалізації, а отже планувати власну часову та життєву перспективи.

Життєстійкість особистості – це особистісний конструкт, який дозволяє особистості застосовувати ефективні копінг-стратегії у подоланні складних життєвих ситуацій, долати життєві складнощі, труднощі, а отже свідомо конструювати власне майбутнє. Ця здатність людини дозволяє ефективно функціонувати у соціокультурному просторі, розвиватися та досягати власної само ефективності і саморозвитку, зберігати адаптивну спроможність та гармонійність особистісного і професійного розвитку.

Важливим питанням залишається вивчення життєстійкості як регуляторної ланки і часової перспективи, саморегуляції особистості, само актуалізації як темпоральної ланки гармонійного функціонування особистості в юнацькому віці, так як в цей час формується особистісна ідентичність, професійне самовизначення, формування Я-концепція, формується доросла зріла особистість і вибудовується перспектива майбутнього. Тому важливо розвивати вміння справлятися з труднощами дорослого життя, формувати

регуляційні механізми поведінки, навчити юнаків ефективному способу взаємодії зі світом.

Життєстійкість осіб юнацького віку не є універсальною або фіксованою особистісною характеристикою. Її значення змінюється в залежності від виду стресу, його контексту, а також соціально-психологічних умов життєдіяльності.

Розвиток життєстійкості як інтегральної характеристики особистості та її складових є предметом наукових пошуків і досліджень вітчизняних та зарубіжних вчених: Л. Александрової, Б. Ананьєва, С. Богомаз, Д. Кошаби, Д. Леонтьєва, М. Логінової, С. Мадді, Т. Наливайко, Р. Рахімової, С. Рубінштейна, П. Тіллїха, А. Фомінової та інші. Особистіно-регуляторні якості стали предметом наукових пошуків І. Беха, М. Боришевського, О. Конопкіна, В. Моросанової, О. Осницького. Особливості зв'язку життєстійкості з елементами самоорганізації, самореалізації, саморегуляції діяльності і поведінки особистості у своїх працях обґрунтовували Л. Дика, А.Дьомін, В. Моросанова, К. Муздибаєв, О. Осницький та інші.

Мета дослідження полягає у визначенні особливостей взаємозв'язку життєстійкості з регулятивними характеристиками особистості у юнаків.

Виклад основного матеріалу. Життєстійка поведінка є способом виживання. Наприклад, це максимальна мобілізація в екстремальних умовах, в ситуації, коли існує пряма загроза життю людини або життю її близьких. Також, життєстійкість може бути особистісною рисою, що визначає стиль поведінки людини, її спрямованість на подолання труднощів, здатність гнучко та мобільно реагувати на зміни ситуації, умови взаємодії. *Ця здатність є головним механізмом для зарадної поведінки у теперішньому та побудові цілей і планів у майбутньому.*

Головна функція життєстійкості полягає у можливості будувати ефективну соціальну взаємодію та знаходити оптимальні шляхи саморозвитку та самоздійснення особистості у складних життєвих обставинах. Таким чином, життєстійкість можна розглядати в якості особистісного потенціалу

ефективного саморозвитку в стресових ситуаціях та екстремальних життєвих умовах і як здатність не втратити сенсу життя [5].

Про феномен життєстійкості (hardiness) і його значення для людини вперше заговорив американський психолог С. Мадді, з точки зору якого поняття «життєстійкість» відображає психологічну живучість і розширену ефективність людини, пов'язану з її мотивацією до подолання стресогенних життєвих ситуацій [1].

Життєстійкість представляє собою систему переконань про себе, світ, відносини із світом. Життєстійкість людини пов'язана із можливістю подолання різних стресів, підтримкою високого рівня фізичного і психологічного здоров'я, а також з оптимізмом, самоефективністю, суб'єктивною задоволеністю власним життям, здатністю до *неперервного особистісного саморозвитку* [2].

Отже, життєстійкість – це досить складне та неоднозначне поняття, яке характеризує здатність людини витримувати всі складності життя та успішно протистояти життєвим проблемам та труднощам.

М. Логінова, вивчаючи психологічний зміст життєстійкості студентів, стверджувала, що життєстійка людина – це людина що має життєстійкі переконання, які визначаються компонентами її структури (залученість, контроль, ризик), яка веде життєстійкий спосіб життя (підтримує власне фізичне і психічне здоров'я), використовує власний досвід для подолання життєвих труднощів і стресів [4]. Відповідно до цього життєстійкість є інтегральною характеристикою особистості, що розвивається і включає в себе цілі, плани, самовідношення як частину самосвідомості, стильової характеристики поведінки.

Згідно з концепцією С. Мадді, компоненти життєстійкості формуються в дитинстві і частково в підлітковому віці, але їх можна розвивати і в інших вікових періодах. *Життєстійкість найчастіше пов'язана з переживанням продуктивності свого життя та успішною самореалізацією в майбутньому.*

На думку Т. Титаренко та Т. Ларіної, зріле ставлення до складних ситуацій передбачає можливість тверезо, спокійно, терпляче сприймати себе завжди, і в часи везіння, удачі, натхнення, і в періоди застою, нудьги, втоми, і навіть в добу загибелі надій, краху найзаповітніших мрій і бажань. Люди, які мають позитивне ставлення до себе, як правило, досягають успіху і вважають саме свою життєстійкість його головною передумовою. Сильне бажання, емоційне збудження, підйом енергії, ріст відповідальності також підвищує життєстійкість [5].

Життєстійка людина використовує «гнучку» саморегуляцію, що дає їй можливість контролювати власну працездатність, приймати рішення припинити чи продовжувати діяльність всупереч втомі [3, с. 5]. Тому життєстійка людина частіше відчуває задоволеність своєю працею і як наслідок демонструє високу ефективність діяльності у різних сферах життя.

Теоретичне аналізування за порушеною темою дозволило нам визначити регуляторні ланки (життєстійкість, саморегуляція) і темпоральні ланки (часова перспектива, самоактуалізація) як предиктори гармонійного функціонування особистості в юнацькому віці, що забезпечують ефективність побудови перспективи майбутнього. Маємо на меті емпіричним шляхом перевірити результати теоретичного узагальнення.

Дослідження проводилося на базі Херсонського державного університету, соціально-психологічному факультеті. Емпіричну вибірку склали студенти третього курсу, віком від 19 до 21 року. Загальна кількість досліджуваних склала 31 чоловік.

Для дослідження порушеної проблеми ми обрали наступні методики: опитувальник життєстійкості С. Мадді в адаптації Д. Леонтьєва та О. Расказової (з метою дослідження рівня життєстійкості студентів та його структурних компонентів), опитувальник «Стильові особливості саморегуляції поведінки – ССП-98» В. Моросанової (з метою діагностики профілів саморегуляції особистості студентів) та методика «Діагностика самоактуалізації особистості» (опитувальник САМОАЛ) (для виявлення

структурних компонентів самоактуалізації особистості як показника регулятивної характеристики).

В результаті проведення емпіричного дослідження нами було виявлено, що для більшості досліджуваних студентів третього курсу властиво середній рівень прояву залученості, контролю, життєстійкості та високий рівень прийняття ризику. Тобто, для них є більш властиво ситуаційний прояв упевненість в тому, що навіть в неприємних і важких ситуаціях, стосунках краще залишатися залученим: бути в курсі подій, у контакті з навколишніми людьми, присвячувати максимум своїх зусиль, часу, уваги тому, що відбувається, брати участь в тому, що відбувається. Також властиво ситуаційна схильність до прояву контролю за обставинами, організувати пошук шляхів впливу на результати стресогенних змін, в противагу впаданню в стан безпорадності та пасивності. Ситуаційно схильні справлятися зі стресами, проявляти психологічну живучість, гнучкість поведінки в подоланні стресів та проявляти мотивацію подолання стресогенних життєвих ситуацій. Однак при цьому для них характерно розглядати життя як спосіб отримання досвіду, готові діяти в умовах, коли відсутні стовідсоткові гарантії успіху, на свій страх і ризик.

Що стосується стильової саморегулятивної поведінки студентів третього курсу, то для них більш характерним є середній рівень загальної саморегуляції, планування, моделювання, програмування, оцінки результатів і самостійності та високий рівень гнучкості. Тобто, для більшості студентів третього курсу є більш властиво достатній рівень загальної сформованості індивідуальної системи свідомої саморегуляції довільної власної активності, на достатньому рівні вміють висувати та утримувати цілі, усвідомлено планувати діяльність, усвідомлюючи при цьому зовнішні та внутрішні значимі умови, вміють програмувати власні дії, оцінювати адекватно себе та результати своєї діяльності, мають достатній рівень розвиненості регулятивної автономності та володіють високим рівнем сформованості регуляторної гнучкості, тобто здатності перебудовувати, вносити корекції в систему саморегуляції при зміні зовнішніх і внутрішніх умов.

Характерно середній рівень розвитку самоактуалізації. Тобто, студенти можуть ситуаційно проявляти своє прагнення до більш повного виявлення і розвитку власних особистісних можливостей.

Виявлено, що на такий рівень розвитку самоактуалізації студентів третього курсу впливають такі соціально-психологічні аспекти, як: високий рівень самоповаги та здатність оцінити свої достоїнства, позитивні риси та схильність сприймати природу людини в цілому як позитивну. А також низький рівень гнучкості їх поведінки, що говорить про нездатність швидко і адекватно реагувати на мінливу ситуацію; низький рівень сензитивності, що свідчить про нерозвинену рефлексію у студентів третього курсу, здатності до визначення своїх почуттів, потреб; низький рівень контактності, що говорить про нездатність досліджуваних до швидкого встановлення глибоких і тісних емоційно-насичених контактів з людьми, до суб'єкт – суб'єктного спілкування та низький рівень їх пізнавальних потреб, що свідчить про відсутність у них прагнення до придбання знань про навколишній світ.

За допомогою кореляційного аналізу було встановлено взаємозв'язок життєстійкості з такою стильовою саморегулятивною поведінкою, як моделювання, оцінка результатів та загальний рівень саморегуляції. Що свідчить більше на даний час про орієнтацію у сьогоденні, ніж перспективність планування майбутнього. Для студентів третього курсу це нормативний показник. Також нами було виявлено взаємозв'язок життєстійкості з самоактуалізацією, а саме з ціннісними орієнтаціями особистості, що прагне до самореалізації, гнучкістю поведінки, сенситивністю та контактністю. Крім цього було встановлено ціннісних орієнтацій особистості, що самоактуалізується, з залученістю, контролем та прийняттям ризику.

Тобто, рівень життєстійкості студентів залежить від того, чим краща у них саморегуляція поведінки, здатні виділяти значущі умови досягнення цілей як в поточній ситуації, так і в перспективному майбутньому, чим більше вміють адекватно оцінювати результати своєї діяльності та можливі причини невдач, чим більше студенти поділяють цінності особистості, що самоактуалізується,

схильні контактувати з оточуючими, проявляють гнучкість у власній поведінці та не схильні до надчутливості до власних переживань та потреб.

Література:

1. Александрова Л.А., Горбатов М.М., Серый А. В., Яницкий М. С. Сибирская психология сегодня: Сб. научн. трудов. Кемерово, 2004. Вып. 2. Кузбассвузиздат, С. 82-90.
2. Кузікова С. Б. Психологічні основи становлення суб'єкта саморозвитку в юнацькому віці. Суми. 2012. 410 с.
3. Леонтьев Д. А., Е. И. Рассказова. Тест жизнестойкости. М. 2006. С. 3-63.
4. Логинова М.В. Психологическое содержание жизнестойкости личности студентов: автореф. дисс. на соискание науч. степени канд. психол. наук: спец. 19.00.01 «Общая психология, психология личности, история психологии». Москва, 2010. 24 с.
5. Титаренко Т. М., Ларіна Т. О. Життєстійкість особистості: соціальна необхідність та безпека. К. 2009. 76 с.