

Григорова Юлия Борисовна, студент аспирантуры УрФУ

им. первого Президента России Б. Н. Ельцина, УрГИ

ПОЛОВОЗРАСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ЖИЗНЕСТОЙКОСТИ

Аннотация: статья посвящена изучению актуального вопроса обусловленности уровня жизнестойкости возрастом и полом человека. Автор приводит результаты исследования уровня жизнестойкости на выборке 172 человека в возрасте от 17 до 65 лет (86 женщин и 86 мужчин). Для сбора эмпирических данных использовалась русскоязычная версия опросника «Hardiness Survey» С. Мадди. С помощью процедуры многофакторного дисперсионного анализа удалось установить, что в исследуемой выборке уровень жизнестойкости зависит от совместного влияния возраста и пола, но не от действия каждого из этих факторов по отдельности. Автор делает вывод, что с возрастом уровень жизнестойкости женщин имеет тенденцию возрастать, а уровень жизнестойкости мужчин колеблется в разных возрастных группах. Результаты исследования дополняют существующие данные о демографических особенностях жизнестойкости. Они могут быть использованы для организации дальнейших исследований жизнестойкости.

Ключевые слова: жизнестойкость, возрастные различия, половые различия, позитивная психология.

Abstract: Article is devoted to studying of topical issue of conditionality of level of Hardiness by age and a sex of the person. The author gives results of a research of level of Hardiness on selection 172 persons aged from 17 up to 65 years (86 women and 86 men). For collecting empirical data the Russian-language version of the questionnaire of "Hardiness Survey" of S. Maddi was used. By means of the procedure of the multiple-factor dispersive analysis it was succeeded to establish that

in the studied selection the level of Hardiness depends on joint influence of age and a floor, but not on action of each of these factors separately. The author draws a conclusion that with age the level of Hardiness of women tends to increase, and the level of Hardiness of men fluctuates in different age groups. Results of a research supplement the existing data on demographic features of Hardiness. They can be used for the organization of further researches of Hardiness.

Key words: hardiness, age distinctions, sexual distinctions, positive psychology.

С появлением и интенсивным развитием позитивной психологии внимание исследователей стали привлекать факторы, способствующие устойчивости к стрессам. В рамках теории салютогенеза (Salutogenese) А. Антоновского, утверждается, что способность человека противостоять стрессу зависит от соотношения силы стрессоров и ресурсов резистентности. Это позволяет говорить о том, что: 1) стрессоры не обязательно являются патогенными, 2) у человека есть ресурсы для управления стрессорами [1]. В последнее время в качестве такого внутреннего ресурса человека все чаще называют жизнестойкость.

С. Мадди, автор теории жизнестойкости, считает, что наличие именно этой личностной характеристики обеспечивает человеку совладание с жизненными трудностями. Она представляет собой систему убеждений человека о мире и себе, которая помогает преодолевать стрессовые ситуации, воспринимать их как возможность развития, а не катастрофу. Жизнестойкие люди полностью включены в действия, которые они предпринимают (включенность), думают, что они имеют определенное влияние на свою собственную жизнь (контроль) и рассматривают напряженные ситуации как возможность роста (принятие риска). Этот позитивный подход к жизни обеспечивает жизнестойкому человеку возможность преодолеть неблагоприятные ситуации [5].

Исследователи анализировали обусловленность жизнестойкости факторами возраста и пола [2; 3; 5]. С. Р. Мадди с соавторами обнаружили, что уровень жизнестойкости положительно коррелирует с возрастом. Они отмечают, что жизнестойкость как личностная характеристика требует развития, следовательно, у людей более юного возраста ее показатели могут быть немного ниже. Сравнение уровня жизнестойкости в группах студентов и педагогов, подтверждают эту идею [4]. С другой стороны, в исследованиях многих российских психологов была установлена обратная зависимость: в возрасте до 31-35 лет показатели жизнестойкости оказались выше, чем в группах более старшего возраста [2; 3]. При этом исследователям не удалось обнаружить различия в уровне жизнестойкости у представителей разного пола.

Таким образом, противоречивые данные предшествующих исследований, оставляют открытым вопрос о половозрастных факторах жизнестойкости. Поэтому целью нашего исследования стало изучение совместного влияния факторов пола и возраста на уровень жизнестойкости и отдельные его составляющие.

Для сбора эмпирических данных мы использовали русскоязычную версию опросника «Hardiness Survey» С. Мадди, адаптированную Д. А. Леонтьевым и Е. И. Рассказовой [2]. Для математической обработки результатов исследования использовались описательные статистики, критерий Колмогорова-Смирнова и многофакторный дисперсионный анализ. Расчеты проводились с помощью пакета статистических программ IBM SPSS Statistics 23.

Выборку исследования составили 172 человека в возрасте от 17 до 65 лет (из них 86 женского и 86 – мужского пола). Среди участников исследования были представители разных профессий: от рабочих специальностей, до офисных работников и научных сотрудников. Большая часть участников исследования проживает в городе (132 человек), остальные в сельской местности (40 человек). 37 человек – имеют среднее образование, 69 человек – высшее, остальные – студенты.

Сравнение средних тенденций по выборке с результатами апробации теста жизнестойкости [2], показало, что у людей, принимавших участие в исследовании, уровень вовлеченности ниже среднего, уровень контроля – на уровне среднестатистической нормы, а уровень принятия риска – выше среднего.

Общий балл по тесту жизнестойкости в исследуемой выборке также оказался ниже среднестатистической нормы, выявленной в ходе апробации методики [2].

Полученные данные позволяют заключить, что участники исследования испытывают некоторое чувство отверженности, порой они ощущают себя «вне» жизни. Они не всегда чувствуют уверенность в себе и великодушие мира, что делает их менее вовлеченными в жизнь. Вместе с тем, они убеждены в том, что их собственная активность способна повлиять на результат происходящих событий. Хотя и понимают, что это влияние не абсолютно и не гарантирует в обязательном порядке успех. Вместе с тем, они убеждены, что все события в жизни способствуют их развитию за счет извлекаемого опыта и знаний. И тут неважно позитивен или негативен этот опыт. Признание пользы любого опыта дает этим людям готовность действовать даже в условиях отсутствия гарантий успеха, на свой страх и риск, т.к. стремление к комфорту и безопасности рассматривается ими как обедняющее жизнь личности. Риск в данном случае подразумевает идею развития через активное усвоение знаний из опыта и последующее их использование.

Применение критерия Колмогорова-Смирнова показало, что распределение участников исследования с разным уровнем жизнестойкости и отдельных ее параметров в нашей выборке соответствует параметрам нормального распределения, что позволяет использовать в дальнейшем многофакторный дисперсионный анализ данных.

Для применения дисперсионного анализа выборка была разделена на 4 возрастные группы: 17-32 года; 33-35 лет; 36-60 лет; более 61 года.

Результаты дисперсионного анализа показали, что уровень жизнестойкости и отдельных ее установок не зависит от возраста или пола респондентов. А вот совместно эти факторы оказывают влияние на общий уровень жизнестойкости ($F=2,817$; $p=0,041$) и на уровень вовлеченности ($F=2,638$; $p=0,05$) и уровень контроля ($F=3,258$; $p=0,023$).

Сравнивая средние тенденции в группах разного возраста и пола, мы пришли к выводу о том, что самый высокий уровень жизнестойкости отмечается среди мужчин молодого возраста ($X=74,3$ балла) и женщин средней и поздней зрелости ($X_{36-60\text{лет}}=74,96$ и $X_{\text{более } 61 \text{ года}}=75,96$ соответственно). Самый низкий уровень жизнестойкости оказался у женщин в возрасте 17-32 лет ($X=61,85$).

Самый высокий уровень вовлеченности был обнаружен среди мужчин молодого возраста ($X=25,5$) и женщин пожилого возраста ($X=26,2$). Самый низкий уровень этой установки был зафиксирован в группах женского пола в возрасте до 35 лет ($X_{17-32\text{года}}=20,41$; $X_{32-35\text{лет}}=20,78$).

Больше всех убеждены в том, что борьба позволяет влиять на жизнь пожилые женщины старше 32 лет ($X_{32-35\text{лет}}=30,42$; $X_{36-60\text{лет}}=29,41$). Меньше всего это убеждение характерно для молодых женщин в возрасте от 17 до 32 лет ($X=23,4$).

Таким образом, результаты исследования показали, что с возрастом уровень жизнестойкости женщин имеет тенденцию возрастать, а уровень жизнестойкости мужчин колеблется в разных возрастных группах. Полученные данные позволяют предположить, что развитие жизнестойкости носит нелинейный характер. Однако, эта гипотеза требует дальнейшего подтверждения, возможно с применением других методов математической обработки, требующих большего объема выборки. Также полезным представляются лонгитюдные исследования жизнестойкости у мужчин и женщин., т.к. проведенное нами исследование не позволяет в полной мере говорить о возрастной динамике.

Библиографический список:

1. Зотова, О. Ю. Психологическое благополучие личности [Текст] / О.Ю. Зотова. Екатеринбург, 2017. – 312 с.
2. Леонтьев, Д. А. Тест жизнестойкости [Текст] / Д. А. Леонтьев, Е. И. Рассказова. Москва, 2006. – 63 с.
3. Постникова, М. И. Особенности жизнестойкости молодежи [Текст] / М. И. Постникова. Научный диалог. – 2016. – №1 (49). – С. 298-310.
4. Шварева, Е. В. Жизнестойкость у подростков из разной образовательной среды [Текст] / Е. В. Шарева. Наука и современность. – 2010. – №6-1. – С. 411-414.
5. Maddi, S. R. The personality construct of hardiness, V: Relationships with the construction of existential meaning in life / S. R. Maddi, D.M. Khoshaba, R. Harvey, M. Fazel, N. Resurreccion. Journal of Humanistic Psychology. – 2011. – Vol. 51(3). – 369–388.