

УДК 159.9**Изучение стратегии поведения индивида, используемой для достижения субъективного благополучия, в условиях преодоления социального кризиса****Зайцева Инна Борисовна**

Психолог,

Центр аттестации сил обеспечения транспортной безопасности,
125057, Российская Федерация, Москва, просп. Ленинградский, 80;

e-mail: inka-68@mail.ru

Аннотация

В статье освещаются проблемы изучения механизмов преодоления кризисных ситуаций различными группами населения, а также значение психосоциальных факторов в возникновении кризиса и в организации процесса адаптации человека в социуме для достижения им ожидаемого уровня социального благополучия. Подобные ситуации, характеризующиеся нарушением привычного распорядка жизни, выходом из зоны психологического комфорта, приводят к необходимости выработки индивидом наиболее эффективной стратегии поведения для максимально успешной адаптации к новым условиям социальной среды. Это является важным стимулом для человека играть активную роль во взаимодействии с социумом, в организации собственной среды развития. Результаты проведенного исследования позволили выявить повышение активности человека в решении задач по преодолению кризиса в условиях приспособления к новой социальной среде. Именно в таких условиях индивиду приходится вырабатывать наиболее оптимальные жизненные стратегии и выстраивать перспективы реализации собственного личностного и профессионального потенциала.

Для цитирования в научных исследованиях

Зайцева И.Б. Изучение стратегии поведения индивида, используемой для достижения субъективного благополучия, в условиях преодоления социального кризиса // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2019. Т. 8. № 3А. С. 206-214.

Ключевые слова

Кризис, личность, активность, взаимодействие, социальное благополучие, адаптация.

Введение

В эпоху глобальных социально-экономических и культурных перемен все более актуальной становится проблема личностных кризисов, обусловленных изменениями значимых сторон системы отношений личности. Стремительные изменения в обществе стимулируют взрослого человека к непрерывному развитию, а лабильность социальных норм размывает ориентиры развития личностной идентичности. Естественное противоречие между стремлением соответствовать социальным ожиданиям и мотивацией к сохранению собственной индивидуальности, ведет к внутренним конфликтам и, как следствие, к кризисам развития личности, которые усугубляются неустойчивыми внешними ориентирами.

Понятие кризиса происходит от греческого слова *krisis* — «решение, поворотный пункт, исход, суд», то есть имеется в виду крутой перелом в течение какого-либо процесса, меняющий его форму и направление, а также момент выбора.

Через кризисы и сопутствующие им выборы происходит развитие идентичности человека, характер выбора сказывается также на дальнейшей успешности или неуспешности жизни человека.

Идентификация происходит через закрепление типичных форм и способов взаимодействия человека с другими членами социума и позволяет реализовывать потребность в принятии, любви, принадлежности к определенной социальной группе [Bidart, 1997].

Основная часть

Среди современных психологических теорий распространены концепции, акцентирующие внимание на различных аспектах кризисов в жизни человека. Представление о том, что с кризисом связаны изменения в социально-профессиональной сфере и в деятельности отражены в работах Ниемела П., 1987; Зеер Э.Ф. 1998, 2003; Сыманюк Э.Э., 2003, 2005; Горелова Г.Г., 2000; Глуханюк Н.С., 2001.

Большую часть своей жизни человек проводит среди других людей, что делает этих людей соучастниками и соисполнителями разномасштабных целей в его жизни: от тривиальных задач до судьбоносных проектов. Социальное окружение способно не только предоставлять интеллектуальную, эмоциональную и практическую помощь, необходимую для успешного достижения целей, но также воздвигать непроходимые барьеры на подступах к ним.

Психосоциальные факторы, к числу которых принадлежит поддержка и противодействие со стороны значимых других, также ощутимо влияют на успешность осуществления личностью чего-то значимого в жизни и потому детерминируют ее психологическое благополучие.

Чтобы раскрыть вклад психосоциальных факторов в порождение кризиса, необходимо исследовать социальную поддержку и противодействие в контексте реализации личностью смысла индивидуальной жизни.

При этом следует учитывать, что противоречия развития личности в качестве субъекта жизни могут быть как внутрилличностными, так и межличностными, и произрастать как из ее взаимодействия с индивидуальной жизнью, так и из совместного с другими людьми бытия.

В этой связи социально-психологические аспекты жизнедеятельности личности тесно связаны с ее индивидуальными психологическими особенностями.

Иными словами, чем более остро переживается кризис, тем менее стенична и жизнестойка смысловая сфера личности, тем менее устойчива направленность жизнедеятельности человека

на какой-либо смысл, ниже эмоциональная насыщенность и интерес к жизни, меньше удовлетворенность самореализацией и собственной результативностью.

Таким образом личность становится не адаптирована к социуму, что закономерно приводит к утрате человеком чувства уверенности, тревоги и растерянности.

Как отмечает А.А. Бефани, «личность не осознает себя субъектом собственной активности, переживает крах идеалов и жизненных ориентиров, кризис идентичности» [Бефани, 2012,332].

По Э. Эриксону поиск собственной идентичности является «основой развития человека на протяжении всей его жизни. Каждая стадия этого процесса включает в себя некоторый кризис, которым человек должен справиться адаптивным или неадаптивным образом» [Эриксон, 1996].

Переживание подобных ситуаций характеризуется нарушением привычного распорядка жизни и побуждением к изменениям устоев.

Это могут быть такие кризисные ситуации, которые вынуждают человека совершать поступки, круто меняющие его привычный образ жизни, менять место жительства, род деятельности, привычное окружение и т.п. Происходит выход из индивидуальной зоны психологического комфорта.

В анализе содержания идентичности личности в ситуации вынужденной миграции, осуществленной Л.А. Шайгеровой [Шайгерова, 2002, 218] было установлено, что подвергаются воздействию все сферы личности: мотивационно-потребностная, эмоциональная, когнитивная и поведенческая.

Сложная природа взаимоотношений человека с миром отражается не только в результатах профессиональной и творческой деятельности человека, но также в предпочитаемых способах разрешения затруднений, неизбежно возникающих на жизненном пути каждого человека.

Жизнь современного человека изобилует сложными ситуациями, связанными с выбором адекватного способа разрешения различных жизненных затруднений, психологических проблем и конфликтов с окружающими, а также с урегулированием всевозможных кризисов.

Каждый человек сталкивается с необходимостью разрешать сложные психологические проблемы и связанные с ними ситуации в течение всей своей жизни. При этом он стремится к тому, чтобы справиться с ними наиболее эффективными образом.

В той мере, в какой человек сам организует и направляет события жизненного пути, строит собственную среду развития, избирательно относится к тем событиям, которые не зависят от его воли, он является субъектом жизнедеятельности. В понятии жизнедеятельности отражается активная роль человека в собственной судьбе.

От того, насколько эффективно человек справляется с задачами, выдвигаемыми жизнью, зависит, насколько гармонично он развивается как личность, насколько полно раскрывается его индивидуальность. Следовательно, оптимально ли складывается его образ жизни, удовлетворен ли человек собой и жизнью, своим местом в социуме.

Индивидуальное предпочтение способов разрешения неблагоприятных жизненных ситуаций и создания благоприятных, влияет на психологическое, психосоматическое и социальное благополучие человека. А субъективное благополучие – это один из показателей качества жизни человека и общества.

Его основными предпосылками являются различные формы удовлетворенности собой, социальными взаимоотношениями, жизнью, деятельностью, полнотой самореализации и др. «Само переживание благополучия является одной из важных составляющих доминирующего психического состояния» [Куликов, 2000, 476].

В человеке содержится как установка на сохранение социальной реальности (стремление и

готовность человека к восприятию постоянства, неизменности социальных сред в силу их ценности), так и установка на изменение социальной реальности (готовность воспринять или самому внести перемены в социальную среду в силу ценности изменений).

Установка на сохранение позволяет накапливать и передавать опыт, установка на изменение – развиваться и воплощать в жизнь инновации.

Данные установки на социальную реальность можно рассматривать как предрасположенность индивида определенным образом реагировать на явления социальной действительности, а также готовность действовать по отношению к ним определенным образом [Росс, Нисбетт, 1999].

В настоящее время наше общество развивается динамично. Окружающий мир с его сложностью, разобщенностью и изменчивостью может восприниматься человеком, как нестабильность и неопределенность в карьере, прогнозировании своей дальнейшей жизни и личных достижений в различных жизненных вопросах.

В число трудноразрешимых жизненных ситуаций входит внутренняя миграция населения из регионов в крупные мегаполисы.

С психологической точки зрения индивиду, прибывшему в новую среду, приходится сталкиваться с рядом трудностей.

При этом каждый человек претерпевает различные негативные воздействия, сталкиваясь с проблемными ситуациями, попадая в непривычные условия жизнедеятельности, новые системы социальных норм и др., что не может не отразиться на личности.

Но одновременно с этим, такие условия создают возможность каждому человеку для личностного развития, принятия на себя ответственности за принимаемые решения, выработку новых паттернов поведения и способов решения проблемных ситуаций.

Здесь важнейшим компонентом адаптации выступает согласование самооценок и притязаний субъекта с его возможностями и с реальностью социальной среды [Татевасов, 1994, 10].

Современный человек с его личностными особенностями включается в рыночные конкурентные отношения.

Именно в таких условиях индивиду приходится выстраивать перспективы своего собственного личностного и профессионального развития

Необходимость выживания, достижения субъективного благополучия заставляет его выбирать работу, обеспечивающую более высокие материальные возможности и возможности карьерного роста.

Так исследователи И. Гурвич, Дж Хакман и Е. Лоулер, Ю.П. Поваренков и др. выделяют взаимосвязь субъективного благополучия личности с трудовыми процессами – наличием и содержанием труда, взаимоотношениями в трудовой сфере, психологическими и социально-психологическими особенностями трудовой деятельности [Поваренков, 2002, 341].

Среда организация непосредственно связана с членством и местоположением субъекта в организационной структуре отражает его представления о собственных социальных ролях, своем месте в социальной структуре и в наибольшей степени связана с потребностью в уважении и признании [Bidart, 1997].

В связи с тем, что профессиональная деятельность в жизни каждого человека занимает важное место, значительная часть кризисов профессионального становления может быть названа кризисами самоопределения.

От того, какие вопросы ставит перед собой человек в периоды этих кризисов и как он на них

отвечает, существенно зависят содержание и направление его дальнейшего профессионального пути.

В связи с этим объектом внимания отечественных и зарубежных исследователей становится изучение стратегии поведения для достижения субъективного благополучия различных групп населения.

Результаты исследования и их обсуждение

В приведенном ниже эмпирическом исследовании по изучению стратегии поведения индивида для решения задач по преодолению кризиса и достижению наиболее полной самореализации сравнивалась частота смены места работы за определенный период жизни (до 10 лет) в двух группах: 1 –

жители крупного мегаполиса (Москва), в течение своей жизни не менявшие постоянного места жительства; 2 – внутренние мигранты (граждане РФ), сменившие место жительства и проживающие в Москве в течение 10-ти лет.

Проведенный опрос респондентов позволил получить количественную оценку, по которой можно сопоставить уровень выраженности и распространенности в группах интересующего нас качества.

Исследовательскую выборку составили 120 человек, поделенных на две группы:

1-я группа (M1) – жители г. Москвы (граждане РФ), в течение своей жизни не менявшие постоянного места жительства – 60 человек

(30 мужчин и 30 женщин (50% и 50% соответственно).

Среди них – сотрудники крупных промышленных холдингов, расположенных в г. Москве и ближнем Подмосковье. В эту группу вошли:

30 чел. в возрасте 30-35 лет, 2) 18 чел. в возрасте 36-50 лет; 3) 12 чел. в возрасте 51-65 лет.

На момент исследования 6 имели среднее профессиональное образование (на базе техникума); 43 высшее профессиональное образование; 11 незаконченное высшее образование.

2-я группа (M2) – иногородние мигранты (граждане РФ), сменившие место жительства, срок проживания которых в г. Москве составил не менее 10-ти лет – 60 человек.

(30 мужчин и 30 женщин (50% и 50% соответственно).

Состав группы – сотрудники крупных промышленных холдингов, расположенных в г. Москве и ближнем Подмосковье.

В эту группу вошли:

1) 38 чел. в возрасте 30- 35 лет; 2) 19 чел. в возрасте 36-50 лет;

3) 3 чел. в возрасте 51-65 лет.

На момент исследования 9 имели среднее профессиональное образование (на базе техникума); 37 высшее профессиональное образование; 14 незаконченное высшее образование.

Задача, которая ставилась в исследовании, заключалась в получении ответа на вопрос, имеются ли статистически значимые различия по количеству респондентов в обеих группах, связанных с частотой смены работы за период до 10 лет?

Для анализа данных, полученных эмпирическим путем, использовались методы описательной и индуктивной статистики (сравнение, ранжирование, критерий согласия Пирсона). При обработке данных использовался статистический пакет SPSS Statistic 19.0.

Полученные параметры исследования представлены в таблице №1

Таблица 1 - параметры исследования

Социальный параметр	Количественное значение (кол-во раз)	Кол-во (чел.) %				Уровень значимости (p)
		Москвичи (M1)		Иногородные (M2)		
Смена работы за период до 10 лет	0	26	43,3%	16	26,7%	p<0,05
	1-2	18	30%	15	25%	
	3-5	16	26,7%	23	38,3%	
	Более 5 раз	0	0%	6	10%	
ВСЕГО		60	100%	60	100%	

Из таблицы видно, что социальный параметр частой смены работы наиболее характерен для иногородних, а стабильное сохранение рабочего места в одной компании наиболее часто встречается в группе москвичей.

Для выявления статистически значимых различий по числу респондентов в обеих группах используем критерий согласия Пирсона или (Хи-квадрат).

(Хи-квадрат) – это непараметрический метод, который позволяет оценить значимость различий между фактическим (выявленным в результате исследования) количеством исходов или качественных характеристик выборки, попадающих в каждую категорию, и теоретическим количеством, которое можно ожидать в изучаемых группах при справедливости нулевой гипотезы.

Выражаясь проще, метод позволяет оценить статистическую значимость различий двух или нескольких относительных показателей.

В приведенной таблице p-уровень статистической значимости (*p-level*) это вероятность того, что данный результат правильно представляет популяцию, выборка из которой исследовалась.

Это только *вероятность*-невозможно с абсолютной гарантией утверждать, что результаты исследования характерны для всей популяции.

По уровню значимости можно заключить, что это весьма вероятно.

В психологии традиционно считается, что 95 или более шансов из 100 означают, что вероятность правильности результатов достаточно высока для того, чтобы их можно было распространить на всю популяцию.

Эта цифра установлена в процессе научно-практической деятельности.

Значение вероятности чаще всего записывают в виде десятичной дроби.

В нашем случае 5 шансов из 100 записываются как 0,05.

Чтобы результат считался правильным, его уровень значимости должен быть *ниже* этого числа ($p < 0,05$). Это означает, что вероятность неправильности результатов (p) менее 0,05 (т.е. меньше 5%) [Константинов, 2006, 213-214].

Производя сравнительный анализ результатов, обнаруживаем достоверно значимые различия (хи квадрат Пирсона = 9,910 при $p < 0,05$) между двумя группами респондентов по двум параметрам :1)- ни разу не меняли работу за 10 лет 43,3% москвичей и 26,7% иногородних, и 2)- смена работы за 10 лет 3-5 раз у 26,7% москвичей и 38,3 % иногородних.

Полученные достоверно значимые различия параметра в двух группах наглядно представлены на рисунке:

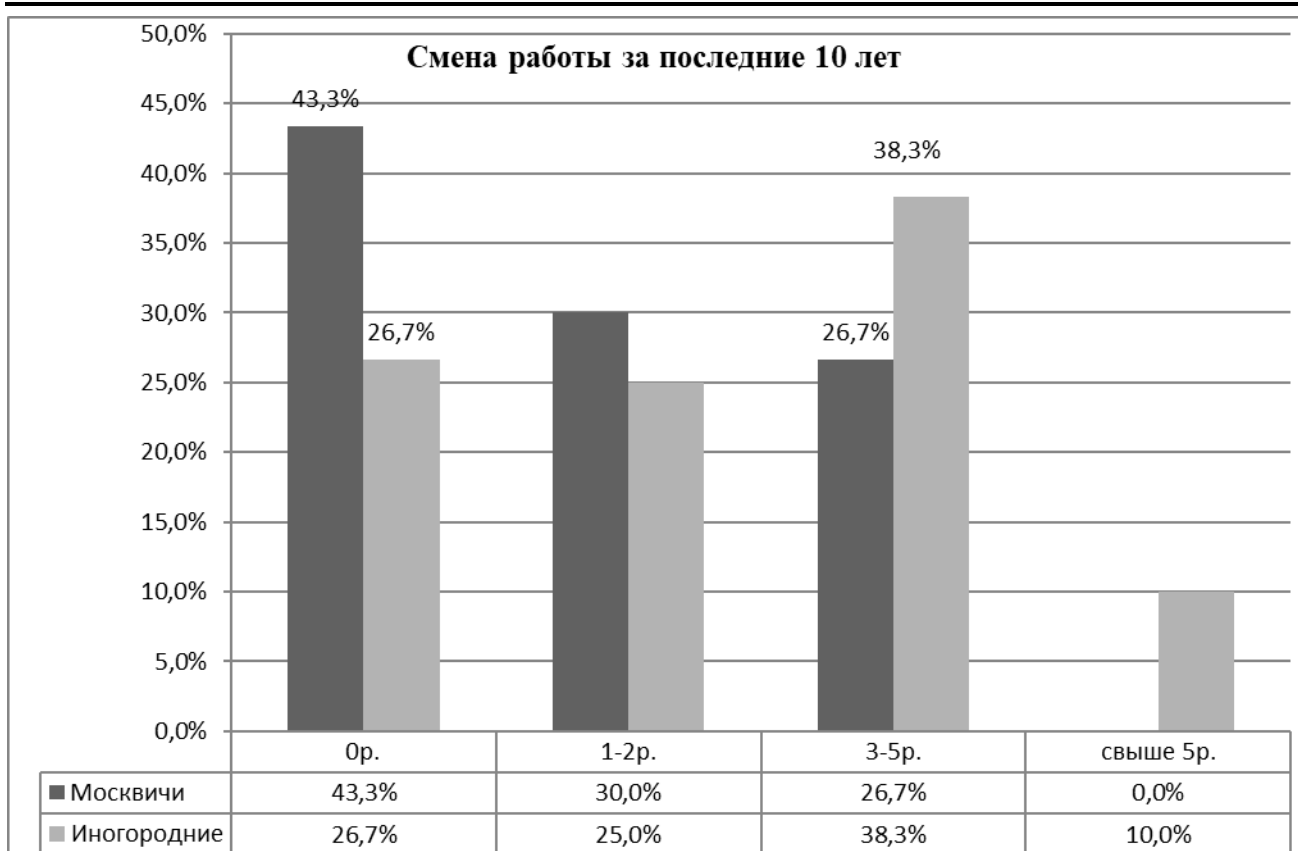


Рисунок 1 – Различия параметра в двух группах

Заключение

Сравнение табличных результатов позволяет нам сделать выводы о том, что готовность к частой смене работы характерна в большей степени для иногородних.

Результаты данного исследования в большинстве своем соответствуют и подтверждают основные положения концепции адаптации личности к изменениям жизненной ситуации и социального окружения.

Таким образом личность, попавшая в новый социум, стремится преодолеть кризис нестабильности и неопределенности, максимально адаптироваться к новым условиям жизни. А выработка определенных стратегий поведения определяет взаимодействие личности с окружающим миром и всеми сферами жизни.

Иными словами, в случае изменения жизненной ситуации (переезд в крупный мегаполис) и в связи с адаптацией к новому социальному окружению увеличивается собственная активность личности, направленная на достижение субъективного благополучия, что приводит к более активным действиям в поиске работы, удовлетворяющей требованиям индивида.

Библиография

1. Бефани А.А. Эмоциональный компонент психологического благополучия личности: эвдемонистический подход // Вісник Одеського національного університету. Психологія. 2012. Т.17. Вип. 8(20). С. 332.
2. Константинов В.В. Экспериментальная психология. СПб.: Питер, 2006. С. 213-214.
3. Куликов Л.В. Детерминанты удовлетворенности жизнью. СПб., 2000. С. 476.
4. Поваренков Ю.П. Психологическое содержание профессионального становления человека. М., 2002. 341 с.

5. Росс Л., Нисбетт Р. Человек и ситуация. Перспективы социальной психологии. М., 1999. 429 с.
6. Гатевасов Р.В. Адаптация. Народонаселение // Энциклопедический словарь. М.: Большая Российская энциклопедия, 1994. С.10.
7. Шайгерова Л.А. Психология идентичности личности в ситуации вынужденной миграции: дис. ... канд. псих. наук. М., 2002. 218 с.
8. Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис. М., 1996. 344 с.
9. Bidart C.L. Amitie, un lien social. La Decouverte, 1997. 403 p.

The study of individual's behavior strategy used in achieving the subjective well-being in conditions of overcoming the social crisis

Inna B. Zaitseva

Psychologist,
Center for the Certification of Transport Security Forces,
125057, 80, Leningradskii av., Moscow, Russian Federation;
e-mail: inka-68@mail.ru

Abstract

In this article we cover the problems of studying the mechanisms of overcoming crisis situations by different society groups, as well as the meaning of psychosocial factors in the beginning of the crisis and the organization of one's adaptation process in the society in order to achieve the expected level of social well-being. Such situations, characterized by disruption of the habitual life order and stepping outside one's psychological comfort zone, lead to the necessity of developing the most effective behavior strategy by the individual in order to reach the most successful adaptation level to the conditions of a new social environment. This is a very important stimulus for a person – to play an active role in the interaction with society, and in the organization of one's own development environment. The research results enabled to reveal the increasing of individual's activity in the solution of the tasks of overcoming the crisis in the conditions of adapting to a new social environment. It is in such conditions the individual has to develop the most optimal life strategies and to build perspectives of the realization of one's personal and professional potential. A person who has fallen into a new society seeks to overcome the crisis of instability and uncertainty, to adapt as much as possible to new living conditions. And the development of certain behavioral strategies determines the interaction of the individual with the surrounding world and all spheres of life.

For citation

Zaitseva I.B. (2019) Izuchenie strategii povedeniya individa, ispol'zuemoi dlya dostizheniya sub"ektivnogo blagopoluchiya, v usloviyakh preodoleniya sotsial'nogo krizisa [The study of individual's behavior strategy used in achieving the subjective well-being in conditions of overcoming the social crisis]. *Psikhologiya. Istoriko-kriticheskie obzory i sovremennye issledovaniya* [Psychology. Historical-critical Reviews and Current Researches], 8 (3A), pp. 206-214.

Keywords

Crisis, Personality, Activity, Interaction, Social well-being, Adaptation.

References

1. Befani A.A. (2012) Emotsional'nyi komponent psikhologicheskogo blagopoluchiya lichnosti: evdemonisticheskii podkhod [The emotional component of the psychological well-being of an individual: the eudaimonistic approach]. *Visnik Odes'kogo natsional'nogo universitetu. Psikhologiya* [News of the Odessa National University. Psychology], 17, 8(20), p. 332.
2. Bidart C.L. (1997) *Amitie, un lien social*. La Decouverte.
3. Erikson E. (1994) *Identity, Youth and Crisis*. W.W. Norton & Company
4. Konstantinov V.V. (2006) *Eksperimental'naya psikhologiya* [Experimental psychology]. St. Peterburg: Piter Publ.
5. Kulikov L.V. (2000) *Determinanty udovletvorennosti zhizn'yu* [Determinants of life satisfaction]. St. Petersburg.
6. Povarenkov Yu.P. (2002) *Psikhologicheskoe sodержanie professional'nogo stanovleniya cheloveka* [The psychological content of the professional development of man]. Moscow.
7. Ross L., Nisbett R. (2011) *The Person and the Situation: Perspectives of Social Psychology*. Pinter & Martin.
8. Shaigerova L.A. (2002) *Psikhologiya identichnosti lichnosti v situatsii vynuzhdennoi migratsii*. *Doct. Dis.* [Psychology of personality identity in a situation of forced migration]. Moscow.
9. Tatevasov R.V. (1994) Adaptatsiya. Narodonaselenie [Adaptation. Population]. In: *Entsiklopedicheskii slovar'* [Encyclopedic Dictionary]. Moscow: Bol'shaya Rossiiskaya entsiklopediya Publ.