

УДК 159.9.07

Особенности жизнестойкости студентов в трудах российских исследователей

Луговская Марина Юрьевна

Доцент, кандидат филологических наук
Байкальский государственный университет,
664003, Российская Федерация, Иркутск, ул. Ленина, 11;
e-mail: 010633@bgu.ru

Аннотация

В статье предпринято осмысление психологического феномена жизнестойкости у различных социальных групп людей посредством детального анализа исследовательских работ в этой области, созданного за последние несколько десятилетий. Впервые проводится обзор теоретических и практических наработок в области изучения жизнестойкости студентов: личностных характеристик студентов с высокой, средней и низкой жизнестойкостью. Анализируются работы, включающие этнический компонент студентов и особенности, которые возникают, когда берется во внимание этот фактор; рассматривается жизнестойкость студентов в сравнении с подростками и взрослыми людьми. Данная статья представляет библиографический интерес для ученых, которые предпринимают экспериментально ориентированные исследования жизнестойкости студентов, а также для широкого круга педагогических работников высшей школы.

Для цитирования в научных исследованиях

Луговская М.Ю. Особенности жизнестойкости студентов в трудах российских исследователей // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2024. Т. 13. № 4А. С. 185-196.

Ключевые слова

Жизнестойкость, динамика жизнестойкости, жизнестойкость студентов, уровень жизнестойкости, тест жизнестойкости С. Мадди, развитие жизнестойкости, жизнестойкость студентов-иностранцев.

Введение

В педагогической плоскости большие перспективы связываются с работами, исследующими жизнестойкость обучающихся. Сам конструкт жизнестойкости сегодня активно изучается, что немаловажно, вырабатываются практические подходы к применению полученных в ходе исследований знаний. Жизнестойкость как опорный психологический феномен-конструкт личности сегодня еще недостаточно популяризирована среди педагогов-практиков. А между тем могло бы быть результативным, если бы в учебную деятельность в качестве методологической основы было внедрено отслеживание динамических показателей уровня жизнестойкости обучающихся и работа по его повышению. Это положительно отразилось бы на динамике учебной мотивации, о чем свидетельствует эмпирическое исследование, проведенное автором статьи в 2023-2024 гг.

Педагогика высшей школы как имеющая дело с кризисным возрастом – пограничным между детством и взрослой жизнью – могла бы, взяв на вооружение наработки в области теории и практики развития жизнестойкости, применять эти данные для успешного прохождения кризиса адаптации студентов и повышения уровня их академической мотивации.

Понимая под жизнестойкостью такую личностную устойчивость и потенциальную преобразующую энергию, связанную с интересом к миру и жизни в целом, с уверенностью в своей возможности влиять на события, готовностью отвечать за результаты такой преобразовательской деятельности, нужно отметить, что поддержание ее уровня на высоких отметках, а в некоторых случаях и планомерная работа над повышением этого уровня, – важная стратегическая цель в педагогике и педагогической психологии.

Существенное значение имеет тот факт, что жизнестойкость динамична, но не динамична равномерно. Характер ее динамики связывается с рядом факторов: генетическим, социальным, соматическим, возрастным и другими.

Основоположником теории жизнестойкости – Сальвадором Мадди – постулируется, что в раннем возрасте жизнестойкость более пластична вследствие общей большей пластичности человеческой психики на ранних этапах развития индивидуума. Тем не менее способность меняться жизнестойкость сохраняет на протяжении всей жизни человека.

Студенческий возраст – это период становления характера человека, кристаллизации его ценностной сферы, формирования навыков самостоятельного совладания со стрессовыми ситуациями, поэтому целенаправленная работа с жизнестойкостью студентов имеет большое значение, так же, как и крайне важно стимулировать исследовательский интерес педагогов и психологов к этим темам.

Предлагаемая статья содержит обзор основных работ, связанных с эмпирическими исследованиями жизнестойкости и поиском возможных корреляций этого ядерного феномена человеческой личности с другими не менее важными феноменами психики. Статья может послужить трамплином для дальнейшего изучения темы и появления новых трудов в этой области.

Результаты исследования

В научной психологии присутствует большое количество исследований, в которых рассматривается жизнестойкость у различных социальных групп людей. Жизнестойкость студентов тоже широко исследовалась. Есть сравнительные исследования, в которых изучается

жизнестойкость у старшеклассников и у студентов. Исследование О.Г. Холодковой и Е.А. Кабанченко показало, что «средний ранг» жизнестойкости старшеклассников превышает этот показатель у студентов. Из этого можно сделать вывод, что «у старшеклассников лучше сформировано представление о себе как о сильной личности, обладающей свободой выбора и способной самостоятельно принимать решения в соответствии со своими жизненными целями» [Холодкова, Кабанченко, 2018, 68].

С.В. Львова своими исследованиями подтверждает эту же тенденцию и пишет, что «жизнестойкость школьников выше, чем у студентов. Высокая жизнестойкость характеризуется общительностью, открытостью внешнему миру, раскованностью в проявлениях чувств, самобытностью, уникальностью как для себя, так и для окружающих, умением принять себя таким, каков есть, неподверженностью самобичеваниям и самообвинениям, ощущением, что жизнь наполнена смыслом и имеет цель. Жизнестойкость напрямую зависит от стрессоустойчивости. Жизнестойкость студентов ниже, чем у школьников, за счет того, что студенты больше подвержены стрессу» [Львова, 2021, 71].

Например, М.В. Логинова [Логинова, 2010] выявила у студентов психологическое содержание жизнестойкости личности. Автор анализировала варианты выхода студентов из различных конфликтных ситуаций и пришел к выводам, что жизнестойкость представляет собой способную развиваться сложную систему, состоящую из убеждений о собственном ресурсном потенциале и о ресурсности других людей, из навыков эффективного поведения в трудных ситуациях, при эмоциональных перегрузках, когда взаимодействие с социумом оканчивается для человека неудачно. Такие убеждения способствуют формированию и упрочению готовности охотно и заинтересованно справляться с задачами повышенной сложности, полноценно управлять ими. Жизнестойкость нужна человеку для совладания с трудностями, увеличения личностного потенциала, использования негативного опыта для дальнейшей жизни, новых проектов.

М.В. Логинова в ходе исследования студентов, определяя жизнестойкость «как сложное психологическое образование», вывела свою формулу «содержания жизнестойкости: она характеризуется высокой экстраверсией, пластичностью, активностью, искренностью, интернальной локализацией контроля» [там же, 7]. Исследователь считает, что жизнестойкость личности студентов психологически проявляется в особенностях их темперамента (эмоциональной возбудимости и ригидности) и в стратегиях конструктивных копингов (ориентированных на решение задачи, не на эмоции), а также обращает внимание, что «структурные компоненты жизнестойкости меняются в зависимости от курса и формы обучения» [Логинова, 2010, 4].

Исследователь видит возможность прогнозировать на основе этих личностных характеристик уровень жизнестойкости у студентов. М.В. Логинова предлагает и типизацию личности студентов по этим признакам, согласно которой первый тип – «активный высоко жизнестойкий проблемно-ориентированный», второй – «активный средне жизнестойкий проблемно-ориентированный», третий – «пассивный низко жизнестойкий эмоционально ориентированный» [там же, 6].

Автор заключает, что есть врожденная уязвимость в отношении жизнестойкости у интровертов, эмоционально возбудимых и ригидных людей. М.В. Логинова выводит отсюда и описание жизнестойкого студента: это эмоционально устойчивый человек, пластичный, активный, экстраверт, он использует копинги, направленные на решение проблемы, отрицательно относится к эмоциональному реагированию. Он самодостаточный, готов

преодолевать трудности, ответственен, самостоятелен, сложности квалифицирует как новые возможности, способен к самообразованию, способен найти баланс между желаемым и возможным.

М.В. Логинова определяет жизнестойкость как довольно стабильную глубинную личностную характеристику, которая складывается из того, сколько усилий по самосовершенствованию и преодолению жизненных проблем предпринимает личность. А сама эта мера усилий, которую личность способна предпринять, зависит скорее от врожденной уязвимости.

С опорой на профиль личности, созданный М.В. Логиновой, можно проводить работу по выявлению врожденно уязвимых людей с потенциально низкой жизнестойкостью среди студентов с целью последующей тренинговой, коучинговой, коррекционной работы с этой группой, чтобы их адаптация в новом коллективе к новым учебным задачам была более экологичной.

Ряд исследований исследует связь жизнестойкости студентов с потенциалом личности. Так, С.А. Богомаз и Д.Ю. Баланев исследовали инновационный потенциал, а также поведение студентов и их жизнестойкость, обнаружив в ходе исследования положительную связь между этими психологическими феноменами. Инновационное поведение (термин О.М. Краснорядцевой) – это такая форма активности человека, которая, по мнению исследователей, «обеспечивает выход за рамки собственных установок и поведенческих паттернов не вследствие актуализированных потребностей» [Богомаз, Баланев, 2009, 23], а под влиянием трех факторов: внутреннего потенциала личности, благоприятной среды и готовности человека в моменте реализовать свои возможности. «Инновационный потенциал человека, – пишут С.А. Богомаз и Д.Ю. Баланев, – складывается из личностных качеств человека, разного рода компетентностей и витальности (жизнестойкости). Таким образом, исследователи квалифицируют жизнестойкость как один из основных компонентов инновационного потенциала личности. Есть положительная связь жизнестойкости и с гибкостью мышления» [там же, 24].

Ученые Д.А. Леонтьев, Е.И. Рассказова, Е.Ю. Мандрикова, Е.Н. Осин, А.В. Плотникова провели совместное исследование влияния жизнестойкости на личностный выбор. Исследованию подверглась группа экзистенциальных психологов-студентов. Оказалось, пишет Л.И. Анцыферова, что «в ситуации личностного выбора жизнестойкость выступает фактором, определяющим готовность выбирать новую, непривычную ситуацию, ситуацию неопределенности в противовес равнодушному, безличному выбору или выбору привычной и знакомой ситуации» [Анцыферова, 1998, 53]. Поэтому жизнестойкость не сводится к роли буфера в стрессовой ситуации, а представляет собой, по мнению коллектива авторов, «один из ключевых параметров индивидуальной способности к зрелым и сложным формам саморегуляции, одну из опорных переменных личностного потенциала» [Никитина, 2017, 102].

Жизнестойкость среди студенчества изучали И.В. Боязитова и М.М. Эркенова. Сферой их интересов также стал потенциал личности как основа жизнестойкости в студенческом возрасте. И.В. Боязитова и М.М. Эркенова провели работу по определению особенностей личности и направленности развития навыковой сферы, которые становятся для студента предикторами развития высокого уровня жизнестойкости. Так, исследователи пришли к выводам, что «смыслоразнообразные ориентации, внутренний локус контроля, самоактуализация, самодетерминация и самоэффективность личности, сопряженные с успешностью самоопределения в целях, с организацией целенаправленной деятельности, активным преодолением стрессогенных ситуаций, выступают личностным потенциалом, определяющим

развитие жизнестойких убеждений в студенческом возрасте» [Боязитова, Эркенова, 2018, 19].

Е.С. Макеева и И.И. Руфицкая исследуют жизнестойкость как фактор психологического благополучия студентов [Макеева, Руфицкая, 2022]. Они определяют, что имеется связь «между показателями психологического благополучия и структурными компонентами жизнестойкости <...> при повышении уровня психологического благополучия у испытуемых появляется стремление к получению нового жизненного опыта и личностно-профессиональной реализации» [там же, 47]. Эти выводы косвенно свидетельствуют, что развитую жизнестойкость можно конвертировать в улучшение показателей успеваемости обучающихся.

Развивая творческий потенциал личности студента через игровые и проблемно-ориентированные методики обучения, проектную деятельность, воспитательные мероприятия, связанные с самодеятельностью, секциями и кружками по интересам, можно положительно воздействовать на жизнестойкость. С.А. Водяха, Ю.К. Водяха и Ю.А. Рябова провели исследование жизнестойкости креативных студентов и выявили, что «между креативными и некреативными респондентами были выявлены существенные различия по всем компонентам жизнестойкости. Наиболее выражены различия между творческими студентами и их некреативными сверстниками в вовлеченности. Таким образом, можно заключить, что творческие способности позволяют личности чаще испытывать удовольствие от собственной деятельности, помогают найти такое поле деятельности, которое будет способствовать удовлетворению сущностных потребностей» [Водяха, Водяха, Рябова, 2020, 35].

Н.М. Волобуева опубликовала исследование, где условием развития жизнестойкости студентов рассматривается наличие у них психологической культуры [Волобуева, 2006]. Исследователь постулирует, что «жизнестойкость как сложноструктурированное личностное качество, проявляется в активной включенности студентов в процесс обучения, осознании ими своей ведущей роли в этом процессе и умении извлекать опыт и делать выводы из различных, в том числе и сложных, учебных и жизненных ситуаций. Процесс развития жизнестойкости представляет собой переход на новый уровень функционирования, отличающийся от предыдущего уровнем развития отдельных ее компонентов (вовлеченность, контроль и принятие риска) и характером их взаимосвязей» [там же, 6].

Также Н.М. Волобуева дает ценные обобщения относительно выраженности компонентов жизнестойкости: «В студенческом возрасте структурные компоненты жизнестойкости имеют разный уровень выраженности: наиболее выражен такой компонент, как вовлеченность, наименее – принятие риска, т.е. студенты в большей мере готовы активно включаться в процесс деятельности и в меньшей мере – воспринимать происходящее как опыт, на основе которого можно учиться. При этом структура жизнестойкости в этом возрасте является индивидуально-вариативной» [там же, 6-7].

Под психологической культурой Н.М. Волобуева понимает «высокий уровень осмысленности жизни, самооценки личностных качеств, коммуникативных способностей, саморегуляции, активности, эмоционального интеллекта, гармоничности внутреннего мира» [там же, 7]. Автор поясняет, что «студенты с развитой жизнестойкостью ориентированы на будущее (с неразвитой жизнестойкостью – на прошлое), имеют адекватную самооценку (с неразвитой – заниженную или завышенную), у них развита потребность продумывать способы своих действий и поведения для достижения поставленных целей и способность вносить коррекцию при обнаружении несоответствия полученных результатов целям (с неразвитой – такая потребность и способность не развиты); способны понимать и управлять как своими эмоциями, так и эмоциями партнера, доминирование культурно-психологических стремлений к

саморазвитию на основе самопознания и их соразмерность с потенциальными возможностями реализации себя как личности (с неразвитой – доминирование культурно-психологических стремлений к принятию себя)» [там же, 7].

В фокусе исследования Т.В. Наливайко и З.А. Шакуровой находятся социальные факторы (характер коммуникаций, средовые, демографические характеристики). Исследовали изучали особенности проявления жизнестойкости в структуре социально-психологических свойств личности студентов. Учеными Т.В. Наливайко и З.А. Шакуровой на основе факторного анализа делается вывод, что «жизнестойкость в структуре личности студента определяется как паттерн обусловленных сложившимся опытом деятельности регуляторных процессов и внутреннего согласия с собой и зависит от половых и социально-демографических факторов» [Наливайко, Шакурова, 2010, 44].

Т.В. Наливайко и З.А. Шакурова считают, что жизнестойкость студентов из небольшого города «определяется установками самореализации в настоящем, тактическими навыками применения стилевой саморегуляции для решения актуальных проблем и ситуаций. Жизнестойкость студентов, обучающихся в большом городе на престижных специальностях, определяется паттерном волевых установок личности, стратегических навыков (возможностью и умением строить жизненную перспективу), удовлетворенностью собственной самореализацией. Жизнестойкость женщин – паттерн самооценочных свойств личности, самоосознания и самоотношения, для мужчин она связана с системой осмысления жизни, целеполагания» [там же, 48].

Г.В. Ванаква в ходе масштабного опроса, проведенного в Приамурском государственном университете им. Шолом-Алейхема, осуществила исследование социальных представлений самих студентов о феномене «жизнестойкости». Анализ результатов показал редуцированные представления о жизнестойкости у большинства студентов, что еще раз говорит в пользу необходимости более широкого освещения и популяризации информации об этом важном феномене личности человека. Однако справедливости ради стоит отметить, что необходимость жизнестойкости отмечали все респонденты. Студентам также предлагалось провести самоанализ собственной личности, поступков, ситуаций своей жизни, своих чувств и мыслей. Самоанализ, в ходе которого студенты оценивали себя по десятибалльной шкале, продемонстрировал, что «43% опрошенных считают, что у них средний уровень жизнестойкости (5 баллов), 20% – ниже среднего (от 1 до 4 баллов), 30% – выше среднего; 7% – ответили, что это качество есть, но баллы не указали» [Ванаква, 2015, 24].

Интересно, что контент-анализ социальных представлений о феномене жизнестойкости, который проводился Г.В. Ванаквой у тех же студентов, выявил пять смысловых групп (список представлен в порядке убывания присутствия блоков в семантическом поле феномена «жизнестойкости»): отношения в семье, отношения с другими людьми, неуспешные проекты, сложные жизненные ситуации, не приходилось соприкасаться. Также, добавляет автор, «контент-анализ трудных ситуаций, в которых оказались студенты и где им помогла жизнестойкость, позволил выявить такие критерии жизнестойкости, как самоанализ, саморегуляцию и самоопределение» [там же, 21].

На основе эмпирического исследования В.Г. Ванаква вывела такое определение жизнестойкой личности: «это зрелая личность, умеющая преодолевать трудности и препятствия, ценить жизнь, конструктивно изменять ее и самоизменяться через рефлекссию, саморегуляцию и самоопределение» [там же, 22]. Г.В. Ванаква постулирует, что «жизнестойкость личности означает социальную и психологическую зрелость, определение ею

своего места в мире, в обществе, наличие ценностных ориентиров» [там же, 4]. Студентов же ученый относит к еще не окрепшему типу созревающих личностей, вследствие чего части студентов, по мнению ученого, нужна поддержка психолога, особенно на кризисных этапах. Студенческому периоду свойственна усиленная рефлексия по поводу себя и других, переосмысливаются авторитеты и социальные ценности. Выбор профессии «становится для молодого человека мерилем ценности его жизни. Самая интенсивная рефлексия и наиболее низкая самоудовлетворенность смыслом жизни характеризует людей моложе 25 лет, на этот возраст и приходится студенчество» [там же, 21-22].

Описывает В.Г. Ванакова студентов с низкой жизнестойкостью так: им «свойственны неадекватная (заниженная) самооценка, слабый уровень воли и саморегуляции своего поведения, пессимизм, неуверенность, тревожность, неумение делать выбор и принимать решение (низкий уровень самоопределения)» [там же, 15].

В своем исследовании В.Г. Ванакова последовательно проводит мысль о том, что студентам крайне необходима поддержка психологов: принятие трудного решения, кризис адаптации в вузе, высокие требования к первокурсникам. «Именно здесь, – считает Г.В. Ванакова, – студентам требуется жизнестойкость. Не все выпускники российских школ готовы к этому. Особенно трудно студентам, проживающим в общежитии. Помочь студентам-первокурсникам адаптироваться к студенческой жизни, развить жизнестойкость и есть функция психологической службы. Для того, чтобы адекватно осуществлять психологическую поддержку студентов, психологам и педагогам необходимо знать особенности юношеского возраста, а также возрастную динамику от курса к курсу» [там же, 21].

В студенчестве на первый план выходят проблемы поиска смысла жизни, кристаллизации жизненных целей. И гармоничное прохождение этих важных вех развития является крайне значимым для психического здоровья человека. Именно в студенчестве проблема поиска и ориентация на будущее – ключевые, аффективно заряженные. Между тем «у значительной части студентов, – поясняет В. Г. Ванакова – жизнестойкость, позволяющая позитивно выходить из кризисных и конфликтных ситуаций, не сформирована как устойчивое образование личности. Без внешней профессиональной психологической помощи они часто не в состоянии самостоятельно найти конструктивное решение в ситуационных и возрастных кризисных обстоятельствах» [там же, с. 7].

Есть опыт, когда отечественные исследователи изучают иностранных студентов в российских вузах. С.К. Малахаева постулирует, что «ценностные ориентации студентов, обучающихся за рубежом, отличаются самостоятельностью, повышенным уровнем достижений, ориентацией на построение карьеры и конформностью» [Малахаева, Уварова, Кедрова, 2017].

Коллектив авторов – А. Яро, Г.Г. Горелова, Г.В. Мануйлов – рассматривали «жизнестойкость как один из ресурсов адаптации иностранных студентов» и установили взаимосвязь «компонентов жизнестойкости с личностными особенностями испытуемых, формирующих определенную – положительный или отрицательный – тип адаптации» [Яро, Горелова, Мануйлов, 2023, 18]. Ученые выделили следующие типы адаптации: положительные (адаптивный, конформный и интерактивный) и отрицательные (депрессивный, ностальгический, отчужденный).

А. Яро, Г.Г. Горелова, Г.В. Мануйлов зафиксировали, что конформный и интерактивный тип адаптации не связан с личностными качествами студентов. Чем ниже жизнестойкость, тем вероятнее, что у студента отрицательный тип адаптации. В группе с положительными типами

адаптации сильны показатели вовлеченности и принятия риска. В группе с отрицательными типами адаптации значимыми связями являются вовлеченность для типа «ностальгический». Все компоненты жизнестойкости имеют положительную корреляцию с адаптивностью: чем выше уровень жизнестойкости и ее компонентов, тем выше уровень адаптивности. Авторы исследования отмечают, что «студенты, у которых определилась вовлеченность в новую деятельность, получают удовольствие от этой деятельности и уверены, что преодоление трудности приводит к успеху, а полученный опыт способствует собственному развитию. Именно эти индивидуальные особенности лежат в основе положительного типа адаптации. Следовательно, жизнестойкость выступает в качестве личностного ресурса в процессе социально-психологической адаптации иностранных студентов» [там же, 23].

У иностранных студентов с низким уровнем жизнестойкости проявляется неуверенность в себе, реакция страха на трудности, тревожность, напряжение в тех ситуациях, которые связаны с жизненными сложностями. Для них характерна тоска, ностальгия, беспомощность, тяга к родителям, на родину. Этот комплекс состояний может стать предиктором депрессивного расстройства. «Низкая вовлеченность, – поясняют А. Яро, Г.Г. Горелова, Г.В. Мануйлов, – означает, что иностранные студенты проявляют потерю связи со своей родной культурой, разрыв с прошлыми ценностями и невозможность обрести новые, чувство отвергнутости, неуверенность в себе. Интересно появление положительной корреляции ностальгии с таким компонентом жизнестойкости, как контроль ($r = 0,529$), в то время как в других группах показатель контроля имел обратную связь с отрицательными типами адаптации. Возможно, что у студентов с преобладанием ностальгии увеличивается контроль над собственным поведением и деятельностью с тем, чтобы реализовать свои цели в новых жизненных обстоятельствах» [там же, 23-24].

Имеются также сравнительные исследования жизнестойкости российских и иностранных студентов. Е.Л. Николаев, Е.Ю. Лазарева и Р.Э. Якубов изучали особенности проявлений и взаимосвязей жизнестойкости у российских и иностранных студентов вуза и вывели, что различия показателей жизнестойкости у исследованных российских и иностранных студентов выявлены не были. «В то же время, – отмечают авторы исследования, – у российских и иностранных студентов имеются определенные различия в выраженности жизнестойкости с учетом факторов пола и возраста. Так, мотивация к учебной и профессиональной деятельности больше выражена у российских студентов мужского пола, а толерантность к неопределенности больше выражена у иностранных студентов женского пола. У иностранных студентов вовлеченность в учебную деятельность выше в младшей возрастной группе, а у российских студентов выше в группе старшего возраста.

В группе иностранных студентов также отмечено, что высокие характеристики жизнестойкости чаще взаимосвязаны с психологическим благополучием и стремлением к получению нового опыта. У российских студентов высокие показатели жизнестойкости больше взаимосвязаны с психическим здоровьем, психологическим благополучием, отсутствием вредных привычек по употреблению психоактивных веществ и выраженной стрессоустойчивостью» [там же, 429].

В заключение нельзя не отметить, что есть учебное пособие, написанное Н.О. Леоненко и А.М. Паньковой, где подробно рассматриваются «Этнопсихологические особенности и условия развития жизнестойкости студентов» [Леоненко, Панькова, 2015]. Учебник содержит данные кросс-культурного исследования жизнестойкости студентов девяти стран: России, Китая, Польши, Болгарии, Словакии, Финляндии, Кыргызстана, Казахстана, Беларуси.

Выборочно изложим многочисленные и разнообразные результаты этого масштабного

исследования. Например, «при анализе российской и китайской выборки оказалось, что интегральный показатель жизнестойкости китайских студентов статистически выше, чем у российских. Сравнительный анализ отдельных компонентов жизнестойкости показал, что в китайской выборке достоверно более выражены такие компоненты жизнестойкости как «вовлеченность» и «принятие риска». Показатель жизнестойкости «контроль», напротив, статистически значимо преобладает у респондентов российской группы. Согласно авторской интерпретации, вовлеченность отражает способность личности к максимальному сосредоточению на выполняемой деятельности, непосредственному переживанию процесса жизни и его восприятию как интересного и увлекательного. Преобладание этой установки в структуре жизнестойкости китайских испытуемых соотносится с культурантропологическими данными, характеризующими образ жизни китайцев как сфокусированный именно на ситуации» [там же, 46].

Авторами фиксируется более высокий показатель «Принятие риска» у китайских студентов в сравнении с их российскими сверстниками. Способность принять вызов является отражением философского отношения к трудностям, при котором опасность воспринимается не как угроза, а как сложная задача, решение которой побуждает к непрерывному росту. В то же время у российских респондентов оказались достоверно более высокими показатели по шкалам «Контроль» (Тест жизнестойкости). Если контроль, свойственный российским студентам, отражает веру в то, что любой человек может оказать влияние на ход жизненных событий, то принятие риска, более выраженное у китайских респондентов, напротив, выражает непосредственное переживание и невозможность заблаговременного предсказания своих действий, что исключает возможность полного контроля» [там же, 47].

В качестве этнической особенности китайских студентов Н.О. Леоненко и А.М. Панькова констатируют «значительно более высокий уровень развития экзистенциальных установок в сравнении с их российскими сверстниками (высокая степень вовлеченности и принятия риска при соразмерном действительности уровне контроля» [там же, 48].

Авторы резюмируют, что «жизнестойкость китайских респондентов характеризуется высоким уровнем экзистенциальных установок – вовлеченность и принятие риска, ориентацией на настоящее, преобладанием духовных ценностей (саморазвитие, креативность, духовное удовлетворение). Психологическое содержание жизнестойкости российских респондентов отличается выраженной тенденцией контроля и ориентацией на будущее при отсутствии источников смыслообразования и процессуальности в настоящем. При этом вектор потребностного будущего определяется ценностями утилитарного характера» [там же, 49].

Заключение

Указанный обзор исследований жизнестойкости студентов показывает, что их количество является сравнительно небольшим. Это означает, что исследовательское пространство значительно и перспективно. Так, например, перспективным представляется проведение исследования применения различных копинг-стратегий в связи с жизнестойкостью студентов, так как «копинг-поведение регулируется посредством реализации копинг-стратегий, которые, в свою очередь, строятся на основе личностных и средовых копинг-ресурсов», по мнению О.Б. Симатовой [Никитина, 2017]. Также недостаточно работ, осмысливающих связь этноса и жизнестойкости. Например, «этническая идентичность», а также будущая «профессиональная идентичность студентов», исследуемые В.Н. Мунгаловым [Мунгалов, Левина, 2016], в связи с жизнестойкостью могут дать интересный ракурс осмысления этих психологических феноменов.

Целесообразна с практической точки зрения и разработка темы повышения жизнестойкости студентов, особенно студентов-иностранцев, испытывающих адаптационный кризис; тема встраивания такой психологической работы в структуру психологических служб вузов, где есть студенты-иностранцы.

Библиография

1. Анцыферова Л.И. Условия деформаций развития личности и конструктивные силы человека // Абульханова К.А., Брушлинский А.В., Воловикова М.И. (ред.) Психология личности: новые исследования. М.: Издательство Института психологии РАН, 1998. С. 38-66.
2. Богомаз С.А., Баланев Д.Ю. Жизнестойкость как компонент инновационного потенциала человека // Сибирский психологический журнал. 2009. № 32. С. 23-28.
3. Боязитова И.В., Эркенова М.М. Личностный потенциал как основа жизнестойкости в студенческом возрасте // Russian Journal of Education and Psychology. 2018. Том 9. № 12. С. 19-40.
4. Ванаква Г.В. Психологическая поддержка развития жизнестойкости студентов: автореф. дис. ... докт. психол. наук. М., 2015. 40 с.
5. Водяха С.А., Водяха Ю.Е., Рябова Ю.А. Жизнестойкость креативных студентов // Педагогическое образование в России. 2020. № 4. С. 35-40.
6. Волобуева Н.М. Психологическая культура как условие развития жизнестойкости студентов: автореф. дис. ... канд. психол. наук. Белгород, 2006. 21 с.
7. Леоненко Н.О., Панькова А.М. Этнопсихологические особенности и условия развития жизнестойкости студентов. Екатеринбург, 2015. 173 с.
8. Логинова М.В. Психологическое содержание жизнестойкости личности студентов: автореф. дис. ... канд. психол. наук. М., 2010. 24 с.
9. Львова С.В. Жизнестойкость и стрессоустойчивость у старшеклассников и студентов в учебной деятельности // ЦИТИСЭ. 2021. № 1 (27). С. 65-75.
10. Макеева Е.С., Рифицкая И.И. Жизнестойкость как фактор психологического благополучия студентов // Вестник МГЛУ. Серия 2. 2022. № 1 (41). С. 41-47.
11. Малахаева С.К., Уварова М.Ю., Кедярова Е.А. Исследование ценностных ориентаций российских студентов, обучающихся в Китае // Baikal Research Journal. 2017. Т. 8. № 4.
12. Мунгалов В.Н., Левина А.Г. Профессиональная идентичность студентов, получающих профессиональное образование (на примере высшего образования) // Baikal Research Journal. 2016. Т. 7. № 6.
13. Наливайко Т.В., Шакурова З.А. Особенности проявления жизнестойкости в структуре социально-психологических свойств личности студентов // Вестник ЮУрГУ. Серия «Психология». 2010. № 27. С. 44-49.
14. Никитина Е.В. Феномен жизнестойкости: концепция, современные взгляды и исследования // Academy. 2017. № 4 (19). С. 100-103.
15. Николаев Е.Л., Лазарева Е.Ю., Якубов Р.Э. Особенности проявлений и взаимосвязей жизнестойкости у российских и иностранных студентов вуза // Личность в меняющемся мире: здоровье, адаптация, развитие. 2021. Т. 9. № 4 (35). С. 423-432.
16. Симатова О.Б. Стратегии и модели копинг-поведения у лиц юношеского возраста, склонных к прокрастинации // Baikal Research Journal. 2019. Т. 10. № 4.
17. Холодкова О.Г., Кабанченко Е.А. Особенности психологической компетентности родителей подростков // Мир науки, культуры, образования. 2018. № 4. С. 356-358.
18. Яро А., Горелова Г.Г., Мануйлов Г.В. Жизнестойкость как один из ресурсов адаптации иностранных студентов // Психология. Психофизиология. 2023. Т. 16. № 1. С. 18-28.

Features of students' resilience in the works of Russian researchers

Marina Yu. Lugovskaya

Baikal State University,
664003, 11 Lenina str., Irkutsk, Russian Federation;
e-mail: 010633@bgu.ru

Abstract

The article attempts to comprehend the psychological phenomenon of resilience in various social groups of people through a detailed analysis of research works in this field created over the past few decades. For the first time, a review of theoretical and practical developments in the field of studying student resilience is conducted: personal characteristics of students with high, medium and low resilience. The works involving the ethnic component of students and the features that arise when this factor is taken into account are analyzed; the resilience of students in comparison with adolescents and adults is considered. This article is of bibliographic interest to scientists who undertake experimentally oriented research on student resilience, as well as to a wide range of teaching staff at higher education.

For citation

Lugovskaya M.Yu. (2024) Osobennosti zhiznesteikosti studentov v trudakh rossiiskikh issledovatelei [Features of students' resilience in the works of Russian researchers]. *Psikhologiya. Istoriko-kriticheskie obzory i sovremennye issledovaniya* [Psychology. Historical-critical Reviews and Current Researches], 13 (4A), pp. 185-196.

Keywords

Resilience, resilience dynamics, student resilience, resilience level, S. Muddy resilience test, resilience development, resilience of foreign students.

References

1. Antsyferova L.I. (1998) Usloviya deformatsii razvitiya lichnosti i konstruktivnye sily cheloveka [Conditions of deformations of personality development and constructive forces of a person]. In: Abul'khanova K.A., Brushlinskii A.V., Volovikovoi M.I. (eds.) *Psikhologiya lichnosti: novye issledovaniya* [Personality Psychology: New Research]. Moscow: Publishing House of the Institute of Psychology of the Russian Academy of Sciences, pp. 38-66.
2. Bogomaz S.A., Balanov D.Yu. (2009) Zhiznesteikost' kak komponent innovatsionnogo potentsiala cheloveka [Hardiness as a component of human innovative potential]. *Sibirskii psikhologicheskii zhurnal* [Siberian Psychological Journal], 32, pp. 23-28.
3. Boyazitova I.V., Erkenova M.M. (2018) Lichnostnyi potentsial kak osnova zhiznesteikosti v studencheskom vozraste [Personal potential as the basis of hardiness in student age]. *Russian Journal of Education and Psychology*, 9, 12. pp. 19-40.
4. Vanakova G.V. (2015) *Psikhologicheskaya podderzhka razvitiya zhiznesteikosti studentov. Dokt. Diss. Abstract* [Psychological support for the development of students' resilience. Doct. Diss. Abstract]. Moscow.
5. Vodyakha S.A., Vodyakha Yu.E., Ryabova Yu.A. (2020) Zhiznesteikost' kreativnykh studentov [Resilience of creative students]. *Pedagogicheskoe obrazovanie v Rossii* [Pedagogical education in Russia], 4, pp. 35-40.
6. Volobueva N.M. (2006) *Psikhologicheskaya kul'tura kak uslovie razvitiya zhiznesteikosti studentov. Dokt. Diss. Abstract* [Psychological culture as a condition for the development of students' resilience. Doct. Diss. Abstract]. Belgorod.
7. Leonenko N.O., Pan'kova A.M. (2015) *Etnopsikhologicheskie osobennosti i usloviya razvitiya zhiznesteikosti studentov* [Ethnopsychological characteristics and conditions for the development of students' resilience]. Ekaterinburg.
8. Loginova M.V. (2010) *Psikhologicheskoe sodержanie zhiznesteikosti lichnosti studentov. Dokt. Diss. Abstract* [Psychological content of students' resilience. Doct. Diss. Abstract]. Moscow.
9. L'vova S.V. (2021) Zhiznesteikost' i stressoustoichivost' u starsheklassnikov i studentov v uchebnoi deyatel'nosti [Hardiness and stress resistance in high school students and students in educational activities]. *TsITISE* [CITISE], 1 (27), pp. 65-75.
10. Makeeva E.S., Rifitskaya I.I. (2022) Zhiznesteikost' kak faktor psikhologicheskogo blagopoluchiya studentov [Hardiness as a factor in psychological well-being of students]. *Vestnik MGLU. Seriya 2* [Bulletin of Moscow State Linguistic University. Series 2], 1 (41), pp. 41-47.
11. Malakhaeva S.K., Uvarova M.Yu., Kedyarova E.A. (2017) Issledovanie tsennostnykh orientatsii rossiiskikh studentov, obuchayushchikhsya v Kitae [Study of value orientations of Russian students studying in China]// *Baikal Research Journal*. T. 8. № 4.
12. Mungalov V.N., Levina A.G. (2016) Professional'naya identichnost' studentov, poluchayushchikh professional'noe

- obrazovanie (na primere vysshego obrazovaniya) [Professional identity of students receiving vocational education (on the example of higher education)]. *Baikal Research Journal*, 7 (6).
13. Nalivaiko T.V., Shakurova Z.A. (2010) Osobennosti proyavleniya zhiznestoikosti v strukture sotsial'no-psikhologicheskikh svoistv lichnosti studentov [Features of manifestation of hardiness in the structure of socio-psychological properties of students' personality]. *Vestnik YuUrGU. Seriya «Psikhologiya»* [Bulletin of SUSU. Series "Psychology"], 27, pp. 44-49.
 14. Nikitina E.V. (2017) Fenomen zhiznestoikosti: kontseptsiya, sovremennye vzglyady i issledovaniya [Phenomenon of hardiness: concept, modern views and research]. *Academy*, 4 (19), pp. 100-103.
 15. Nikolaev E.L., Lazareva E.Yu., Yakubov R.E. (2021) Osobennosti proyavlenii i vzaimosvyazei zhiznestoikosti u rossiiskikh i inostrannykh studentov vuza [Features of manifestations and relationships of hardiness in Russian and foreign university students]. *Lichnost' v menyayushchemsya mire: zdorov'e, adaptatsiya, razvitie* [Personality in a changing world: health, adaptation, development], 9, 4 (35). pp. 423-432.
 16. Simatova O.B. (2019) Strategii i modeli koping-povedeniya u lits yunosheskogo vozrasta, sklonnykh k prokrastinatsii [Coping behavior strategies and models in adolescents prone to procrastination]. *Baikal Research Journal*, 10 (4).
 17. Kholodkova O.G., Kabanchenko E.A. (2018) Osobennosti psikhologicheskoi kompetentnosti roditelei podrostkov [Features of psychological competence of parents of adolescents]. *Mir nauki, kul'tury, obrazovaniya* [The world of science, culture, education], 4, pp. 356-358.
 18. Yaro A., Gorelova G.G., Manuilov G.V. (2023) Zhiznestoikost' kak odin iz resursov adaptatsii inostrannykh studentov [Resilience as one of the adaptation resources of foreign students]. *Psikhologiya. Psikhofiziologiya* [Psychology. Psychophysiology], 16 (1), pp. 18-28.