

УДК 159.99

РОЛЬ ЖИЗНЕСТОЙКОСТИ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОМ РАЗВИТИИ ЛИЧНОСТИ

Данильчик О. В., ст. преподаватель,

Данильчик С. С., к.т.н., доцент

Белорусский национальный технический университет

Минск, Республика Беларусь

Аннотация: рассмотрено понятие жизнестойкости, составляющие данного понятия, описана роль жизнестойкости в профессиональном развитии и влиянии на карьерный рост. Проведено исследование уровня жизнестойкости студентов БНТУ.

Ключевые слова: жизнестойкость, контроль, принятие риска, вовлеченность, профессиональное развитие.

THE ROLE OF RESILIENCE AND IN THE PROFESSIONAL DEVELOPMENT OF THE INDIVIDUAL

Danilchik O. V., senior lecturer,

Danilchik S. S., Candidate of Technical Sciences, Associate Professor

Belarusian National Technical University

Minsk, Republic of Belarus

Summary: the concept of resilience, which make up this concept, is considered, the role of resilience in professional development and the impact on career growth is described. A study of the level of vitality of BNTU students was conducted.

Key words: vitality, control, risk acceptance, involvement, professional development.

Современный мир постоянно предъявляет все больше требований к личности как субъекту общественных отношений. Социально-экономическая ситуация в мире приводит к изменениям на рынке труда и требованиям к работнику. В таких условиях одним из критериев конкурентоспособности становится личностная характеристика – жизнестойкость.

Жизнестойкость (hardiness) предполагает внутренний ресурс человека, благодаря которому у личности формируется самосознание. Жизнестойкость выражается в способности личности выдерживать стрессовую ситуацию, сохранять внутреннюю сбалансированность и не снижать успешность выполнения поставленных задач. Л. Александрова отмечает, что развитие личностных установок, включаемых в понятие “hardiness”, может стать «основой более позитивного мироощущения, повышения качества жизни, превращения препятствий и стрессов в источник роста и развития. А главное, это тот внутренний ресурс, который подвластен самому человеку, установка, которая придает жизни ценность и смысл в любых обстоятельствах» [1]. Данная проблема изучается и другими учеными (С. Мадди, Д. Леонтьев, Л. Александрова, Ю. Стакина и др).

Результаты исследований применяются на практике в работе психологических служб на предприятиях. Многочисленные исследования показывают стабильную положительную корреляцию уровня жизнестойкости не только с эффективностью деятельности, но и с удовлетворенностью всеми аспектами работы, уверенностью в том, что организация предоставляет достаточную автономию и свободу принятия решений. Сотрудники с низким уровнем жизнестойкости более подвержены профессиональному выгоранию, особенно в условиях стресса, утомлению в ситуации монотонной деятельности, а также чаще отсутствуют в рабочее время из-за проблем со здоровьем [3].

Для изучения оценки качества жизни и жизнестойкости среди студентов было проведено исследование. В нем приняло участие 85 студентов машиностроительного, энергетического факультетов и факультета технологий управления и гуманитаризации БНТУ. Выборка состояла из мужчин 19–20 лет, все учатся на специальностях технического профиля.

Для исследования применялась методика «Жизнестойкость» (С. Мадди в адаптации Д. Леонтьева) [2]. Методика исследования жизнестойкости имеет 3 шкалы: вовлеченность, контроль и принятие риска [2].

Вовлеченность определяется как «убежденность в том, что вовлеченность в происходящее дает максимальный шанс найти нечто стоящее и интересное для личности» [2]. Человек с развитым ком-

понентом вовлеченности получает удовольствие от активного участия в собственной деятельности и социальных контактов.

Контроль представляет собой убежденность в том, что борьба позволяет повлиять на результат происходящего, пусть даже это влияние не абсолютно и успех не гарантирован [2]. Контроль связан с интернальным подходом к событиям в жизни человека.

Принятие риска – убежденность человека в том, что все то, что с ним случается, способствует его развитию за счет знаний, извлекаемых из опыта, неважно, позитивного или негативного. Человек, рассматривающий жизнь как способ приобретения опыта, готов действовать при отсутствии надежных гарантий успеха, на свой страх и риск, считая стремление к простому комфорту и безопасности обедняющим жизнь личности. В основе принятия риска лежит идея развития через активное усвоение знаний из опыта и последующее их использование [2].

Интегрированным показателем этих шкал является показатель жизнестойкости.

Результаты исследования по методике «Жизнестойкость» показаны в таблице 1.

Таблица 1 – Результаты по тесту «Жизнестойкость»

Факультет		Вовлеченность	Контроль	Принятие риска	Жизнестойкость
МСФ N=35	Среднее значение	30,17	29,12	17,09	76,09
	Станд. отклонение	7,58	7,86	4,24	15,31
	Медиана	30	29	17	78
	Мода	30	30	19	81
ЭФ N=34	Среднее значение	32,48	28,74	15,42	76,65
	Станд. отклонение	9,17	7,39	4,09	16,64
	Медиана	32	29	16	79
	Мода	20	30	17	79
ФТУГ N=16	Среднее значение	31,31	27,68	16,75	75,75
	Станд. отклонение	8,36	7,58	6,90	18,01
	Медиана	31,5	27,5	15,5	80,5
	Мода	30	33	20	82

Для сравнительного анализа оценки различий между выборками использовался Н-критерий Крускала-Уоллиса. Значимых различий по шкалам теста между студентами разных факультетов не выявлено. Более высокий уровень жизнестойкости наблюдается у студентов ФТУГ (выборка однородна). На других факультетах выборка более неоднородна, хотя и присутствуют отдельные более высокие результаты.

Результаты исследования показывают, что у студентов в основном сформированы личностные черты и навыки, позволяющие преобразовать в возможности возникающие трудности.

Список использованных источников

1. Александрова Л. А. К концепции жизнестойкости в психологии // Сибирская психология сегодня: Сб. научных трудов. Вып. 2. Кемерово, 2004. С. 82–90. [Электронный ресурс]. URL: <http://institut.smysl.ru/article/alekseeva.php>. – Дата доступа 25.09.2022

1. Леонтьев Д. А. Тест жизнестойкости / Д. А. Леонтьев, Е. И. Рассказова. – Москва : Смысл, 2006. – С. 15–17.

2. Овчарова Р. В. Методология исследования жизнестойкости личности // Вестник курганского университета. – 2019. № 2 (53). С. 57–60. [Электронный ресурс]. Режим доступа: <http://https://www.elibrary.ru/item.asp?id=40801913>. – Дата доступа 25.09.2022.

3. Стакина Ю. М. Сравнительный анализ психологического конструкта «Жизнестойкость» у студентов православного и светского вузов / Ю.М. Стакина, О.В. Шангина / Вестник ПСТГУ. – 2011. Вып. 2 (21). С. 114–127. [Электронный ресурс]. Режим доступа: <https://pstgu.ru/download/1315378769.114-127.pdf> – Дата доступа 19.09.2022.