

Секция «Возрастная психология и психология развития»

Развитие жизнестойкости у подростков 11-14 лет

Мылкова Ангелина Сергеевна¹, Касимова Антонина Евгеньевна²

1 - Иркутский государственный университет, Иркутск, Россия; 2 - Иркутский государственный университет, Иркутск, Россия

E-mail: mylkova@gmail.com

Учение об особом качестве личности - жизнестойкости - была предложена С. Мадди (по Л.А. Александрова, 2004) в начале 80-х годов XX века. Согласно его гипотезе, жизнестойкость состоит из трех аттитюдов: вовлеченности (включенности), контроля и вызова (принятия риска). Вовлеченность или включенность (commitment) определяется как уверенность человека в том, что его включенность в происходящее дает максимальный шанс найти нечто стоящее и интересное. Наоборот, отсутствие такой убежденности порождает чувство отвергнутости, покинутости. Аттитюд контроля (control) представляет собой убежденность в том, что борьба позволяет влиять на результаты происходящего, пусть и без гарантии. Наконец, аттитюд вызова или принятия риска (challenge) представляет собой убежденность человека в том, что любые изменения вокруг способствуют его развитию, неважно, позитивны они или негативны.

Отдельной проблемой при изучении жизнестойкости личности является вопрос его динамики в подростковом возрасте. Подростковый возраст охватывает период от 10-11 лет до 13-14 лет и является одним из самых сложных и ответственных в жизни ребенка. Этот возраст считается кризисным, поскольку происходят резкие качественные изменения, затрагивающие все стороны развития и жизни. Кризис подросткового возраста связан с изменением социальной ситуации развития и ведущей деятельности. В подростковом возрасте социальная ситуация развития представляет собой переход от зависимого детства к самостоятельной и ответственной взрослости. В свою очередь, если у младших школьников ведущей деятельностью является учебная, то в подростковом возрасте она сменяется на интимно-личностное общение. Именно в процессе общения со сверстниками происходит становление нового уровня самосознания ребенка, формируются навыки социального взаимодействия, умение подчиняться и в тоже время отстаивать свои права. Кроме того, общение является для подростков очень важным информационным каналом. В результате подростковый возраст характеризуется эмоциональной неустойчивостью и резкими колебаниями настроения (от экзальтации до депрессии). Поведение подростков зачастую бывает непредсказуемым, за короткий период они могут продемонстрировать абсолютно противоположные реакции. Соответственно, изучение особенностей развития жизнестойкости в подростковом возрасте, по нашему мнению, может помочь в разработке рекомендаций по наиболее продуктивному развитию в рамках данного возрастного этапа.

В нашем исследовании приняли участие подростки в возрасте 11-14 лет в количестве 86 человек (42 девочки и 44 мальчика). Исследование проводилось в период с 2013 по 2015 гг. Уровень жизнестойкости замерялся у подростков дважды - в 6-м и в 7-м классах. При этом для изучения жизнестойкости использовались Тест жизнестойкости Д.А. Леонтьева и методика смысложизненных ориентаций Д.А. Леонтьева (Леонтьев, 2005, 2006).

Прежде всего, мы проанализировали особенности выраженности качества жизнестойкости у подростков. Оказалось, что в целом у подростков 11-12 лет (6-й класс) уровень как Жизнестойкости, так и ее аттитюдов находится в пределах статистической нормы (Леонтьев, 2006). При этом у девочек оно сравнительно более выражено, чем у мальчиков ($t=2,3$, $p<0.02$). По-видимому, это связано с тем, что у девочек по сравнению с мальчиками значимо более выражен аттитюд Вовлеченности ($t=2,3$, $p<0.01$). Получается, что девочки более общительны, чем мальчики; они активнее включаются в различные социальные

группы, находя в них необходимую для себя поддержку.

Следующим шагом стало изучение того, изменился ли уровень жизнестойкости подростков за год. В результате проведенного нами повторного исследования на той же группе учащихся было обнаружено следующее. Так, у подростков 7-го класса, хотя и происходит увеличение выраженности качества жизнестойкости, однако различия в его выраженности в зависимости от гендерной принадлежности оказываются незначимы. И девочки, и мальчики в целом показывают среднюю выраженность жизнестойкости и ее аттитюдов.

Анализ испытуемых 6-го и 7-го класса при помощи t-критерия Стьюдента для парных выборок не выявил каких-либо значимых различий в выраженности жизнестойкости либо ее аттитюдов. Получается, что нельзя говорить о том, что жизнестойкость испытуемых поменялась в течение года. Далее мы проанализировали особенности выраженности смысложизненных ориентаций подростков различного возраста. Оказалось, что у подростков 6-го класса в целом наблюдаются средние показатели по всем шкалам теста СЖО. Отметим, что девочки в среднем демонстрируют большую выраженность по таким шкалам, как Цели, Локус-контроля Я, Локус-контроля Жизнь, а мальчики - по таким шкалам, как Процесс и Результат. Получается, что девочки более ориентированы на цели жизни; им лучше удается ее контролировать. Наоборот, мальчики больше нацелены на результат и процесс его достижения. Однако если у девочек указанные различия значимы по t-критерию Стьюдента, то у мальчиков - незначимы.

Наоборот, у учащихся 7-го класса значимых различий ни по одной из шкал методики СЖО между мальчиками и девочками не обнаружено. Таким образом, к 7-му классу и девочки, и мальчики демонстрируют практически одинаковую выраженность смысложизненных ориентаций.

Анализ испытуемых 6-го и 7-го класса при помощи t-критерия Стьюдента для парных выборок выявил значимые различия по таким шкалам, как Цели ($t=-1,9$, $p<0.01$) и Результат ($t=-3,4$, $p<0.01$). По сравнению с 6-м классом подростки 7-го класса гораздо более сдержаны в оценке удовлетворенности своими целями и результатом деятельности. При этом дополнительный анализ показал, что, если различия по шкале Результат присущи и мальчикам ($t=-2,5$, $p<0.01$), и девочкам ($t=-2,6$, $p<0.01$), то по шкале Цели - только девочкам ($t=-2,6$, $p<0.01$).

На основании проведенного исследования можно сделать следующие выводы:

Во-первых, мы обнаружили, что у подростков различного пола наблюдается дифференциация по выраженности тех или иных компонентов жизнестойкости. Так, что девочки более общительны, чем мальчики; они активнее включаются в различные социальные группы, находя в них необходимую для себя поддержку. Они более ориентированы на цели жизни; им лучше удается ее контролировать. Наоборот, мальчики больше нацелены на результат и процесс его достижения.

Во-вторых, качество жизнестойкости развивается со временем. Однако, если, будучи измеренным при помощи Теста жизнестойкости, оно не демонстрирует яркую динамику, то, измеренное при помощи методики СЖО обнаруживает изменение по целому ряду шкал. С возрастом подростки проявляют гораздо большую сдержанность в оценке удовлетворенности своими целями и результатом деятельности.

Источники и литература

- 1) Анн Л. Психологический тренинг с подростками. — СПб.: Питер, 2005
- 2) Леонтьев Д.А., Рассказова Е. И. – Тест жизнестойкости. – М.: Смысл, 2006. – 63 с.

- 3) Леонтьев Д.А. – Тест смысложизненных ориентаций (СЖО). 2-е изд. – М.: Смысл, 2006. – 18 с.
- 4) Лидерс А.Г. Психологический тренинг с подростками. — М.: Издательский центр «Академия», 2004.