

## **Эмоционально-когнитивное оценивание жизненных трудностей как показатель психологической устойчивости учащихся начального профессионального образования**

*А. В. Олейников, г. Псков*

Проблема психологической устойчивости личности к жизненным трудностям рассматривается в связи с нестабильностью социальных процессов в современном обществе, предъявляющей повышенные требования к личности, которой приходится учитывать социальные требования, изменяться и сохранять при этом собственные убеждения, оставаться в относительно устойчивом равновесии [3, с. 246]. Психологическая устойчивость личности рассматривается в настоящем исследовании как многомерный личностный конструкт, играющий ведущую роль в процессе эмоционально-когнитивного оценивания жизненных трудностей, определяющий эффективность противодействия негативным воздействиям и обеспечивающий сохранение психологического благополучия. Уровень психологической устойчивости личности определяется на основе показателей воспринимаемой степени интенсивности жизненных трудностей и уровня психологического благополучия личности [3, с. 249].

Учащиеся начального профессионального образования (далее НПО) составляют базу для обеспечения всех отраслей производства страны профессиональными кадрами, что необходимо для стабилизации и развития экономики, влияющей на социальную обстановку и качество жизни граждан. В то же время учащиеся НПО составляют группу риска снижения психологической устойчивости личности. Эмпирическое исследование психологической устойчивости учащихся НПО позволило установить более низкий её уровень в сравнении с учащимися общеобразовательной школы [3, с. 251]. В качестве главной причины, лежащей в основе снижения и развития уровня психологической устойчивости у данной группы учащихся, был установлен уровень психологического благополучия и таких его аспектов, как личностный рост,

цели в жизни и открытость новому опыту [3, с. 249]. Уровень психологического благополучия был определён как ведущий показатель психологической устойчивости учащихся НПО [3, с. 251]. В то же время роль эмоционально-когнитивного оценивания жизненных трудностей в структуре показателей психологической устойчивости учащихся НПО требует уточнения.

Субъективное восприятие, переживание, осмысление, личностная значимость ситуации при оценке степени её тяжести [3; 4] являются индикаторами степени соответствия внутренних ресурсов личности требованиям ситуации. Данные процессы выступают показателями эмоционально-когнитивного оценивания жизненных трудностей, измеряемыми посредством шкалирования оценки восприятия их интенсивности и частоты переживания. В рамках эмпирического исследования психологической устойчивости учащихся НПО данные показатели выявлялись с помощью модифицированного варианта анкеты «Трудные жизненные ситуации». В настоящем исследовании эмоционально-когнитивное оценивание жизненных трудностей рассматривается как процесс их восприятия и переживания, состоящий в оценке степени их интенсивности и глубины негативных эмоциональных состояний, вызванных ими, и определяющий степень осознанности взаимодействия с окружающей средой в ситуациях её негативного воздействия.

Субъективное отражение выходит на первый план и при анализе степени развития неблагоприятных состояний. Осознание данных состояний как затяжных в современной литературе соотносится со снижением такого интегрального варианта самооценки как психологическое благополучие личности [1, с. 195; 2; 5]. При рассмотрении данного феномена исследователи [1; 5] делают акцент на когнитивной и эмоциональной оценке человеком собственной личности и жизни. В контексте исследования психологической устойчивости наиболее актуальным представляется эвдемонистический взгляд на природу психологического благополучия, предполагающий приоритет личностного роста и наиболее полно представленный в работах К. Рифф [5]. Автор выделяет шесть основных компонентов психологического благо-

получия: самопринятие, позитивное отношение к окружающим, автономия, управление окружающей средой, жизненные цели и личностный рост и соответственно данным компонентам предлагает психодиагностический опросник «Шкалы психологического благополучия». Данный опросник был адаптирован Т. Д. Шевелепковым и П. П. Фесенко. Под психологическим благополучием авторы понимают самооценку, самоотношение, делая акцент на субъективной эмоциональной оценке человеком себя и собственной жизни, а также на аспектах самоактуализации и личностного роста [1, с. 195]. В настоящем исследовании психологическое благополучие рассматривается как осознанное состояние, отражающее когнитивную и эмоциональную оценку удовлетворённости различными сферами собственной жизни.

Характеристика эмоционально-когнитивного оценивания жизненных трудностей как показателя психологической устойчивости учащихся НПО требует рассмотрения его взаимосвязей с их психологическим благополучием. Жизненные трудности способны как снижать уровень психологического благополучия, так и активизировать внутренние ресурсы, повышающие его уровень. Характер взаимодействия данных показателей определяется уровнем психологической устойчивости личности.

Эмпирическое исследование психологической устойчивости учащихся НПО проводилось на базе двух учреждений — профессиональных лицеев № 12 и № 2 г. Пскова. В них приняли участие 342 учащихся 1 и 2 курсов. Из них 170 юношей и 172 девушки. Возраст учащихся находился в пределах от 16 до 19 лет. Также была создана контрольная группа, в которую вошёл 121 учащийся 10 и 11 классов общеобразовательной школы № 20 г. Пскова. Из них 58 юношей и 63 девушки.

Исследование восприятия и переживания жизненных трудностей учащихся НПО осуществлялось с целью выявления особенностей эмоционально-когнитивного оценивания жизненных трудностей учащимися как показателей их психологической устойчивости к ним. Данные показатели измерялись посредством получения ответов испытуемых об актуальных условиях жизни и жизненных событиях, произошедших в течение последних

двух лет. Параметрами диагностики выступали оценки степени трудности данных событий на основании суждений испытуемых об их субъективной значимости, частоте и интенсивности, отражённых в пятибалльной шкале. Инструментом диагностики послужил модифицированный вариант анкеты «ТЖС». Жизненные трудности были сгруппированы следующим образом:

- материальное неблагополучие;
- негативное воздействие социального окружения;
- трудности во взаимодействии с окружающими;
- семейное неблагополучие;
- трудности в учебной деятельности;
- проявления духовно-нравственной жизни в обществе, вызывающие чувство несправедливости.

Исследование особенностей переживания жизненных трудностей учащихся включало исследование особенностей оценки негативных состояний, представленных двумя группами:

- возникающие в трудных жизненных ситуациях;
- возникающие в повседневной жизни.

На основе подсчёта средних значений воспринимаемой интенсивности было установлено, что в качестве наиболее интенсивных жизненных трудностей учащиеся НПО отмечают семейное неблагополучие ( $M = 3,16$ ). Также выраженными оказались средние показатели негативного воздействия социального окружения ( $M = 2,8$ ) и негативных проявлений духовно-нравственной жизни в обществе ( $M = 2,85$ ). Наименьший уровень воспринимаемой интенсивности был установлен в отношении трудностей в учебной деятельности ( $M = 2,2$ ). Средние значения частоты переживания негативных состояний учащимися НПО в ТЖС ( $M = 2,13$ ) оказались выше, чем в повседневной жизни ( $M = 1,99$ ).

Для обобщения показателей эмоционально-когнитивного оценивания жизненных трудностей учащихся НПО был осуществлён факторный анализ показателей с использованием вращения Варимакс. В его результате было выявлено 11 факторов восприятия и 5 факторов переживания жизненных трудностей учащихся НПО.

Факторы восприятия жизненных трудностей учащимися НПО:

- беззащитность перед материальными проблемами в обществе;
- актуальные материальные трудности;
- беззащитность перед социальными проблемами;
- беззащитность перед этническими проблемами;
- беззащитность перед межличностными проблемами;
- восприятие разрыва отношений как ТЖС;
- трудности в групповом взаимодействии;
- трудности, связанные с семейным неблагополучием;
- трудности в процессе обучения;
- неудовлетворённость процессом обучения;
- чувство несправедливости, связанное с проявлениями духовно-нравственной жизни в обществе.

Факторы переживания негативных состояний учащимися НПО:

- чувство беспомощности в ТЖС;
- негативные эмоциональные состояния в ТЖС;
- психосоматические проявления в ТЖС;
- негативные состояния при взаимодействии с окружающими;
- негативные состояния при негативном воздействии социального окружения.

Сравнение особенностей эмоционально-когнитивного оценивания жизненных трудностей учащихся НПО с данными контрольной выборки показало более высокую степень воспринимаемой интенсивности жизненных трудностей учащимися общеобразовательной школы. В особенности это относится к трудностям во взаимодействии с окружающими и негативным проявлениям духовно-нравственной жизни в обществе. При этом как у учащихся НПО, так и у учащихся общеобразовательной школы, рассматриваемые жизненные трудности в целом интенсивнее переживаются девушками. Сравнительный анализ с использованием параметрического критерия Стьюдента позволил установить, что большинство особенностей жизненных трудностей учащиеся НПО оценивают как менее интенсивные в сравнении со школьниками. Причём ни одна особенность не оказалась

более характерной для учащихся НПО. Данные различия были выявлены в отношении всех жизненных трудностей. Наибольшее число значимых различий было выявлено в восприятии интенсивности трудностей во взаимодействии с окружающими, в учебной деятельности и негативных проявлений духовно-нравственной жизни в обществе. Наименьшее число значимых различий было выявлено в восприятии интенсивности материального неблагополучия. В результате сравнительного анализа особенностей переживания жизненных трудностей учащихся НПО и общеобразовательной школы было установлено, что юноши НПО в меньшей степени подвержены возникновению негативных состояний в ТЖС в сравнении со школьниками. При этом девушки НПО реже переживают их в ТЖС, но чаще — в повседневной жизни в сравнении со школьницами.

Таким образом, в результате исследования показателей эмоционально-когнитивного оценивания жизненных трудностей учащихся НПО было установлено, что в качестве наиболее интенсивных жизненных трудностей ими оцениваются негативное воздействие социального окружения и семейное неблагополучие. Была установлена меньшая степень воспринимаемой учащимися НПО интенсивности жизненных трудностей в сравнении с учащимися средней школы. Негативные состояния чаще переживаются учащимися НПО в ТЖС, чем в повседневной жизни. При этом в сравнении с учащимися общеобразовательной школы они в меньшей степени подвержены переживанию ТЖС. Причем значимые различия показателей эмоционально-когнитивного оценивания были выявлены и в отношении особенностей жизненных трудностей и их переживания, оцениваемых учащимися НПО как наиболее интенсивные. Учитывая предположительно превосходящую степень негативного воздействия объективных элементов данных ситуаций на учащихся НПО, представляется возможным сделать вывод о значительно меньшей степени осознания ими жизненных трудностей и состояний, вызываемых ими, в сравнении с учащимися общеобразовательной школы.

Исследование психологического благополучия осуществлялось с помощью стандартизированной методики диагностики психологического благополучия личности Т. Д. Шевелепкова и

П. П. Фесенко (модификация методики К. Рифф «Шкалы психологического благополучия») [1, с. 195] и включало выявление уровня психологического благополучия и таких его аспектов как:

- позитивные отношения с окружающими (степень доверительности и близости отношений);
- автономия (степень независимости в суждениях и поступках);
- управление средой (умение справляться с повседневными делами и оказывать влияние на окружающую обстановку);
- личностный рост;
- цели в жизни;
- самопринятие (принятие собственной личности при осознании положительных и отрицательных сторон);
- баланс аффекта (доминирующий фон настроения);
- осмысленность жизни;
- человек как открытая система (степень открытости новому опыту).

Распределение значений показателей психологического благополучия учащихся НПО позволило констатировать его низкий уровень у многих юношей НПО (39,3 %) и характеризовать большинство из них как переживающих бесцельность и бессмысленность существования (50,7 %), нежелающих и неспособных развиваться (79,3 %), закрытых для нового опыта (60,7 %). У многих девушек НПО уровень психологического благополучия также оказался низким (46,9 %), что в целом определяется теми же аспектами, что и у юношей, однако в большей степени проблемами в межличностных отношениях (47,6 %), доминирующим негативным эмоциональным фоном (38,8 %) и недостатком самостоятельности (37,4 %), чем проблемами личностного роста (49,7 %), открытости новому опыту (40,8 %) и целей в жизни (38,8 %).

Для обобщения показателей психологического благополучия учащихся НПО был осуществлен их факторный анализ с использованием вращения Варимакс. В его результате было выявлено три фактора психологического благополучия учащихся НПО.

Первый фактор вообрал в себя такие аспекты психологического благополучия, как доминирующий позитивный фон настро-

ения, принятие многообразия собственной личности, наличие близких и доверительных отношений с окружающими, общий уровень психологического благополучия, способность справляться с повседневными делами. Исходя из высокого значения нагрузки первой переменной ( $-0,946$ ) и логической взаимосвязи её с остальными, данный фактор получил название «Настроение». Следует отметить, что у учащихся НПО в структуру «Настроения» вошёл общий уровень психологического благополучия ( $0,754$ ). Это свидетельствует о том, что данный фактор имеет наибольшее значение в отношении уровня психологического благополучия учащихся НПО.

Второй фактор вобрал в себя такие аспекты психологического благополучия как стремление и способность к саморазвитию и личностному росту ( $0,843$ ), открытость новому опыту ( $0,833$ ), осмысленность жизни ( $0,791$ ), наличие целей в жизни ( $0,705$ ). На основе наличия такого общего признака данных аспектов как стремление, данному фактору было присвоено соответствующее название. Следует отметить, что у учащихся НПО в структуру «Стремления» также вошел общий уровень психологического благополучия ( $0,564$ ). Это свидетельствует о том, что данный фактор наряду с «Настроением» играет значимую роль в отношении уровня психологического благополучия учащихся НПО.

Третий фактор вобрал в себя два противоположных показателя самостоятельности личности в отношении собственных мыслей и решений ( $-0,982$  и  $0,959$ ), и в соответствии с этим был назван «Автономия».

Сравнительный анализ с использованием параметрического критерия Стьюдента позволил установить, что уровень психологического благополучия учащихся НПО в целом ниже, чем в контрольной группе [3, с. 249].

Для выявления взаимосвязей обобщённых показателей эмоционально-когнитивного оценивания жизненных трудностей и психологического благополучия учащихся НПО был осуществлён их корреляционный анализ с использованием параметрического критерия Пирсона. В результате анализа было выявлено, что обобщённые показатели психологического благополучия



«Настроение» и «Автономия» имеют исключительно обратные значимые связи с обобщёнными показателями эмоционально-когнитивного оценивания жизненных трудностей. «Настроение» имел обратные связи со всеми показателями переживания негативных состояний, а «Автономия» — с показателем негативных состояний при взаимодействии с окружающими в повседневной жизни ( $p = -0,166$ ;  $r = 0,006$ ). Показатель «Стремление» имел прямые связи с показателями восприятия жизненных трудностей во всех теоретически выделенных группах, кроме трудностей в учебной деятельности. А именно с показателями восприятия «Беззащитности перед материальными проблемами в обществе» ( $p = 0,135$ ;  $r = 0,037$ ), «Беззащитности перед социальными проблемами» ( $p = 0,213$ ;  $r = 0,001$ ), «Трудностей в групповом взаимодействии» ( $p = 0,128$ ;  $r = 0,047$ ), семейного неблагополучия ( $p = 0,143$ ;  $r = 0,023$ ) и негативных проявлений духовно-нравственной жизни в обществе ( $p = 0,401$ ;  $r = 0,000$ ). С восприятием «Трудностей в учебном процессе» связь обратная ( $p = -0,127$ ;  $r = 0,037$ ). «Стремление» имел прямые связи с показателями чувства беспомощности в ТЖС ( $p = 0,126$ ;  $r = 0,046$ ) и негативных состояний при негативном воздействии социального окружения в повседневной жизни ( $p = 0,127$ ;  $r = 0,036$ ).

Прямые связи показателя «Стремление» с показателями воспринимаемой интенсивности большинства жизненных трудностей и частотой переживания некоторых негативных состояний представляется возможным интерпретировать как отражение активизации внутренних ресурсов при встрече с трудностями, повышения осознанности и накопления соответствующего жизненного опыта в результате их преодоления, выражающееся в уровне аспектов психологического благополучия в структуре показателя «Стремление» (стремление и способность к саморазвитию и личностному росту, открытость новому опыту, осмысленность жизни, наличие целей в жизни), что указывает на связь уровня данного показателя с уровнем психологической устойчивости. Данные особенности эмоционально-когнитивного оценивания жизненных трудностей учащихся НПО следует рассматривать в качестве показателей их психологической устойчивости и факторов её

развития. Обратная связь с показателем «Стремление» позволяет выделить трудности в учебной деятельности в качестве обратного показателя психологической устойчивости учащихся НПО и фактора её снижения. В то же время исключительно обратные связи показателей «Настроение» и «Автономия» с показателями эмоционально-когнитивного оценивания жизненных трудностей следует интерпретировать как отражение тенденции аспектов психологического благополучия в структуре данных показателей к снижению в ситуациях негативного воздействия.

Большинство обобщённых показателей восприятия жизненных трудностей учащихся НПО отражают уровень их психологической устойчивости. При этом в целом они имеют амбивалентные связи с уровнем психологического благополучия учащихся, что связано со спецификой различных аспектов психологического благополучия как показателей психологической устойчивости. Значимые связи такого рода были выявлены с показателями восприятия негативных проявлений духовно-нравственной жизни в обществе, семейного неблагополучия и «Беззащитности перед социальными проблемами». Следует отметить, что именно эти жизненные трудности оцениваются учащимися НПО в качестве наиболее интенсивных. Трудности в учебной деятельности представляют собой обратный показатель психологической устойчивости учащихся НПО и имеют обратную взаимосвязь с уровнем их психологического благополучия. Частота переживания «Чувства беспомощности» в ТЖС и «Негативных состояний при взаимодействии с окружающими» в повседневной жизни может отражать уровень психологической устойчивости учащихся НПО. Однако показатели переживания негативных состояний учащихся НПО в целом не имеют выраженной взаимосвязи с уровнем их психологической устойчивости, и в основном связаны со снижением уровня их психологического благополучия.

Резюмируя содержание данной статьи, можно вынести следующие положения:

1. Уровень психологической устойчивости учащихся НПО определяется на основе показателей эмоционально-когнитивного оценивания жизненных трудностей и психологического бла-

гополучия и является более низким в сравнении с учащимися общеобразовательной школы. Эмоционально-когнитивное оценивание жизненных трудностей рассматривается как процесс их восприятия и переживания, состоящий в оценке степени их интенсивности и глубины негативных эмоциональных состояний, вызванных ими, и определяющий степень осознанности взаимодействия с окружающей средой в ситуациях её негативного воздействия. Роль данного показателя в структуре психологической устойчивости учащихся НПО определяется характером его взаимосвязей с их психологическим благополучием.

2. Учащиеся НПО имеют более низкий уровень показателей эмоционально-когнитивного оценивания жизненных трудностей в сравнении с учащимися общеобразовательной школы. Наибольшее число значимых различий было выявлено в восприятии интенсивности трудностей во взаимодействии с окружающими, в учебной деятельности и негативных проявлений духовно-нравственной жизни в обществе, а также переживании негативных состояний в ТЖС. В качестве наиболее интенсивных жизненных трудностей учащимися НПО оцениваются негативное воздействие социального окружения, семейное неблагополучие и негативные проявления духовно-нравственной жизни в обществе.
3. Обобщённые показатели восприятия жизненных трудностей учащихся НПО за исключением трудностей в учебной деятельности отражают уровень их психологической устойчивости. При этом показатели восприятия жизненных трудностей, оцениваемых учащимися НПО в качестве наиболее интенсивных, имеют амбивалентные значимые связи с уровнем их психологического благополучия, повышая одни его аспекты и снижая другие. Показатели переживания негативных состояний учащихся НПО в целом не имеют выраженной взаимосвязи с уровнем психологической устойчивости, но в основном связаны со снижением уровня их психологического благополучия.

### *Литература*

1. Горьковая И. А., Баканова А. А., Маликова Т. В. и др. Технологии психологической помощи в кризисных и чрезвычайных ситуациях : Учебно-методический комплекс. СПб.: Изд-во РГПУ им. А. И. Герцена. 2008.
2. Куликов Л. В., Дмитриева М. С., Долина М. Ю. и др. Факторы психологического благополучия личности // Теоретические и прикладные вопросы психологии. Вып. 3. Ч. 1 / Ред. А. А. Крылов. СПб.: 1997. С. 342–350.
3. Олейников А. В. Психологическое благополучие как показатель психологической устойчивости учащихся начального профессионального образования // Известия Российского государственного педагогического университета им. А. И. Герцена. № 160. СПб., 2013. С. 246–252.
4. Тышкова М. Исследование устойчивости личности детей и подростков в трудных ситуациях // Вопросы психологии. 1987. № 1. С. 27–34.
5. Ryff C. D., Keyes C. L. M. The structure of psychological well-being revisited // Journ. Pers. Soc. Psychol. 1995. Vol. 69, No. 4. P. 719–727.