

## САМОСОЗНАНИЕ КАК ПРЕДИКТОР ЖИЗНЕСТОЙКОСТИ ПРЕПОДАВАТЕЛЕЙ ВЫСШЕГО УЧЕБНОГО ЗАВЕДЕНИЯ

Е.И. Петанова

*Аннотация.* Выборку исследования составили 57 преподавателей СПбГУ. Были использованы методики: «жизнестойкость», «способность самоуправления», «самоотношение». Регрессионный анализ выявил, что предикторами жизнестойкости являются элементы самосознания: самоотношение и самоуважение, операции самоуправления прогнозирование и принятие решения.

*Ключевые слова:* преподаватели высшего учебного заведения, жизнестойкость, самоотношение, самоуправление, предикторы.

## IDENTITY AS A PREDICTOR OF RESILIENCE IN TEACHERS OF HIGHER EDUCATIONAL INSTITUTIONS

E. I. Petanova

*Annotation.* The sample of the study was 57 teachers of St. Petersburg State University. Methods were used: «viability», «self-management», «self-relationship». Regression analysis revealed that the predictors of resilience are elements of self-consciousness: self-attitude and self-respect, self-prediction and decision-making.

*Key words:* teachers of higher educational institution, resilience, self-attitude, self-government, predictors.

Несмотря на то, что российские преподаватели вузов «привыкли» проявлять жизнестойкость и, вопреки внешним и внутренним стресс-факторам, качественно выполнять свои профессиональные обязанности, психологи и медики утверждают, что личностные ресурсы противостояния стресс-факторам не безграничны, и чрезмерные психофизиологические нагрузки приводят к снижению качества профессиональной деятельности и нарушениям здоровья преподавателей вуза (Рыжов А.Я., Белякова Е.А. и др., 2010).

В связи с этим становится все более актуальным изучение жизнестойкости преподавателей российских вузов, а также выделение

психологических детерминант их жизнестойкости.

Жизнестойкость преподавателей вузов и взаимосвязи жизнестойкости и регуляторных аспектов самосознания личности ранее не изучались. Наша гипотеза состоит в том, что жизнестойкость преподавателей детерминируется (наряду с другими психофизическими факторами), такими аспектами самосознания, как самоуправление и самоотношение, а предикторами жизнестойкости могут являться компоненты самоуправления и самоотношения. Цель исследования состояла в выделении предикторов жизнестойкости преподавателей вузов из структуры таких аспектов их самосознания, как самоуправление и самоотношение.

Теоретические предпосылки исследования. Концепт жизнестойкость введен в психологическую науку С. Мадди, который определил жизнестойкость как базовое качество личности, обеспечивающее преодоление трудных жизненных и профессиональных обстоятельств. Большинство исследователей не считают компоненты жизнестойкости врожденными качествами, они утверждают, что жизнестойкость формируется в детстве и в подростковом возрасте, а развивается уже в более зрелом возрасте. Жизнестойкость взаимосвязана с социальной поддержкой, культурным шоком, практиками здоровья, напряженностью и темпом жизни, все это позволяет предположить чувствительность этой личностной переменной к изменяющимся условиям жизнедеятельности человека и использовать ее показатели для определения ресурсов стрессоустойчивости личности.

Под жизнестойкостью преподавателей мы понимаем: а) личностное состояние, достигаемое преподавателями в процессе упорной деятельности в образовательной среде вуза; б) личностный ресурс преподавателей как фактор противодействия профессиональным и жизненным неурядицам. Структура жизнестойкости включает: вовлеченность в жизнедеятельность, контроль и готовность к рискам (Леонтьев Д.А., Рассказова Е.И., 2006). В связи с этим есть основание предполагать, что компоненты жизнестойкости детерминируются такими регуляторными механизмами самосознания как самоуправление и самоотношение.

В российской психологической науке проблема самоуправления во множестве аспектов представлена в исследованиях казанской психологической школы и берет начало в трудах Н.М. Пейсахова (1991), стремившегося в фундаментальном концепте самоуправления человека выделить прикладное значение, и, в частности, изучить способность самоуправления субъектов образовательной среды. В самоуправлении преподавателей вуза может отражаться их способность прогнозировать результаты профессиональной деятельности, ставить перед собой образовательные и научные цели, планировать свои действия, выдвигать критерии оценки их качества, извлекать необходимую информацию о процессе деятельности и вносить в него поправки.

Таким образом, самоуправление в преподавательской деятельности – это целенаправленное управление различными формами профессиональной активности: общением, поведением, научной деятельностью и переживаниями. У преподавателей вуза в связи с введением новых целей и критериев оценки их деятельности возникает необходимость в анализе адекватности ранее освоенных приемов деятельности, они начинают осознавать необходимость перехода к выработке нового алгоритма управления профессиональной активностью. В связи с этим изучение самоуправления преподавателей вуза само по себе составляет теоретическую и практическую значимость.

В нашей гипотезе другим предиктором жизнестойкости может быть самоотношение – обобщенное образование, отражающее более или менее устойчивую степень положительности или отрицательности отношения индивида к самому себе (Пантелеев С.Р., 1991). Ранее нами была изучена взаимосвязь самоотношения и смысло-жизненных ориентиров преподавателей высшей школы и было выявлено, что такой компонент самоотношения как самопонимание взаимосвязан с удовлетворенностью процессом жизни и ее результатом, осмысленностью и целеустремленностью жизнедеятельности (Petanova E., Stoyanova R., 2016). Из результатов этого эмпирического исследования следовало, что чем адекватнее и позитивнее самоотношение преподавателя, тем большим смыслом наполняется его

жизнь, а, возможно, это оказывает позитивное влияние и на его жизнестойкость.

Дизайн эмпирического исследования. В исследования участвовали 57 преподавателей психологического, экономического, географического, филологического факультетов СПбГУ. Профессиональный статус преподавателей: ассистенты кафедр 20 %, старшие преподаватели 20%, доценты 40%, профессора 20 %.

Психодиагностические методики: методика диагностики способности к самоуправлению (Н.М. Пейсахов, 1991); методика изучения уровня жизнестойкости (С. Мадди в адаптации Д.А. Леонтьева и Е.И. Рассказовой, 2006); методика диагностики особенностей самоотношения (В.В. Столин и С.Р. Пантелеев, 1991). При обработке данных применялась программа SPSS 10.

По результатам психодиагностики видно (таблица 1), что жизнестойкость преподавателей в целом соответствует нормативным для российской выборки показателям, кроме «принятия риска». В трактовке С. Мадди, принятие риска (challenge) – убежденность человека в том, что все то, что с ним случается, способствует его развитию за счет знаний, извлекаемых из опыта, (неважно, позитивного или негативного). Так как данный показатель у преподавателей вуза выше, чем нормативный, то можно сказать, что респонденты-преподаватели готовы к риску и деятельному включению в проблемные ситуации.

Выявлено, что операции самоуправления у преподавателей преимущественно имеют степень выраженности «выше среднего», а показатели по компонентам самоотношения преподавателей соответствуют уровню «признак наблюдается», т.е. уровень выраженности этих компонентов ниже среднего (таблица 1).

Для выявления предикторов жизнестойкости среди компонентов самосознания нами был осуществлен регрессионный анализ (таблица 2). Уровень значимости свидетельствует о том, что регрессионные модели, построенные на основе данных респондентов, попавших в выборку, справедливы для всей генеральной совокупности в целом. Значения коэффициента детерминации R составляет 0,670 ( $>0,5$ ), что свидетельствует о наличии тесной линейной взаимосвязи между

жизнестойкостью и интегральным самоотношением, способностью к прогнозированию преподавателей.

Таблица 1 – Выраженность компонентов жизнестойкости, операций самоуправления, элементов самоотношения преподавателей вуза (M – среднее значение; S.D. – стандартное отклонение)

Изучаемые факторы	Средние арифметические показатели	
	преподаватели вуза (M± S.D)	нормативные критерии и степень выраженности
Жизнестойкость	83,32±17,92	80,72±18,53
Вовлеченность	35,7± 7,80	37,64± 8,08
Контроль	27,56± 6,91	29,17± 8,43
Риск	20,06± 5,06	13,91± 4,39
Суммарная способность самоуправления	29,86±10,62	выше среднего
Анализ противоречий	4,16±1,37	выше среднего
Прогнозирование	3,8±1,27	выше среднего
Целеполагание	3,2±1,51	средний
Планирование	3,7±1,56	выше среднего
Критерий качества	3,1±1,27	средний
Принятие решений	4,4±1,50	выше среднего
Самоконтроль	3,9±1,18	выше среднего
Коррекция	3,6±1,03	выше среднего
Самоотношение:		
Глобальное самоотношение	80,97±5.50	средний показатель
Самоуважение	77,07±3.56	признак выражен
Аутосимпатия	73,73±3.73	признак наблюдается
Ожидаемое отношение от других	63,94±2.57	признак наблюдается
Самоинтерес	72,93±2.03	признак наблюдается
Самоуверенность	73,15±1.67	признак наблюдается
Отношение других	59,62±1.01	признак наблюдается
Самопринятие	75,91±1.75	признак выражен
Саморуководство	66,64±2.19	признак наблюдается
Самообвинение	45,62±1.90	признак не наблюдается
Самоинтерес	71,67±1.80	признак наблюдается
Самопонимание	77,16±1.59	признак выражен

Таблица 2 – Результаты регрессионного анализа психодиагностических показателей преподавателей вуза

Регрессионный анализ					
Модель	R	R-квадрат	Скорректированный R-квадрат	Стандартная ошибка оценки	Дарбин-Уотсон
1	,588a	0,346	0,323	12,615	
2	,670b	0,448	0,407	11,799	2,391
а. Предикторы: (константа), Глобальное самоотношение					
б. Предикторы: (константа), Глобальное самоотношение, Операция прогнозирования					
с. Зависимая переменная: Жизнестойкость					

Коэффициент R-квадрат составляет 0,448, что говорит о том, что регрессионная модель описывает 44,8 % случаев, когда позитивное самоотношение и высокая способность к прогнозированию влечет за собой высокий показатель жизнестойкости. Данные результаты свидетельствуют о том, что позитивное эмоциональное отношение личности к самой себе, принятие собственного «Я» в совокупности с высокой способностью предусмотреть и спрогнозировать свою деятельность и окружающие явления, способствуют высокому уровню жизнестойкости, способности успешного преодоления человеком жизненных трудностей.

Обсуждение результатов. Известна цитата из текста С. Мадди: «Если вы чувствуете уверенность в себе и в том, что мир великодушен, вам присуща вовлеченность» (Maddi, 1987, p. 103). Так как выявлена предикторная функция самоотношения по отношению к интегральному показателю жизнестойкости, то можно перефразировать цитату: если преподаватели обладают позитивным самоотношением, то они обладают вовлеченностью в образовательный и научный процесс, эффективным контролем своей деятельности и готовностью к риску в профессиональной деятельности.

«Способность прогнозирования», несомненно, важна в преподавательской деятельности. Прогнозирование основано на анализе прошлого и настоящего, на анализе противоречий между прошлым и настоящим, в результате чего преподаватель может

выделить то, что следует совершенствовать или изменить в «алгоритме» профессиональной деятельности.

Итак, эмпирически установлено, что жизнестойкость преподавателей вуза зависима от самоотношения и способности прогнозирования. Практическая значимость этого результата состоит в том, что развивая позитивность самоотношения и способность к прогнозированию (посредством психологических технологий) возможно, достичь позитивной динамики в жизнестойкости преподавателей, что, несомненно, будет способствовать росту их профессиональной эффективности и профессиональному долголетию.

#### Библиографический список

1. Леонтьев Д. А., Рассказова Е. И. Тест жизнестойкости. М.: Смысл, 2006. 63 с.
2. Пантелеев С.Р. Самоотношение как эмоционально-оценочная система. М., 1991.
3. Практическая психология (научные основы) / Пейсахов Н.М., Шевцов М.Н. Издательство Казанского университета, 1991. 119 с.
4. Рыжов А.Я., Белякова Е.А., Игнатъев Д.И., Шверина О.В. Комплексное исследование профессионального здоровья преподавателей вуза // Проблемы и перспективы современной медицины, биологии и экологии. 2010.
5. Maddi S. R. Hardiness Training at Illinois Bell Telephone // Health promotion evaluation / J.P. Opatz (Ed.). Stevens Point (WI): National Wellness Institute, 1987. P. 101 – 115.
6. Petanova E., Stoyanova R. Self-consciousness of Higher Education Instructors as Determinant of Personal Growth. Advances in Social Science, Education and Humanities Research, volume 40, 3rd International Conference on Education, Language, Art and Inter-cultural Communication (ICELAIC 2016) Atlantis press. P. 41 – 47.