

ЖИЗНЕСТОЙКОСТЬ СТУДЕНТОВ - МЕДИКОВ В СИТУАЦИИ НЕОПРЕДЕЛЕННОСТИ

Jelena Shaplavska, Irīna Plotka

Daugavpils Universitāte

Vienības iela 13, Daugavpils, Latvija

E-mail: irinaplotka@inbox.lv; lena.sapl@inbox.lv

Аннотация

Статья посвящена исследованию жизнестойкости студентов-медиков в ситуации неопределенности. Цель- выявить связь жизнестойкости и толерантности к неопределённости у студентов-медиков. Методы- тест жизнестойкости С. Мадди, в адаптации Е. Шаплавской и И. Плотки (2008) и методика определения толерантности к неопределенности С. Баднера, в адаптации Г. Солдатовой (2003). Результаты исследования позволяют расширить научное знание о природе личностных ресурсов и дают основания для рекомендаций по развитию жизнестойкости у будущих врачей с учетом их специализации уже на этапе подготовки специалиста в Вузе.

Ключевые слова: жизнестойкость, вовлеченность, контроль, принятие риска, толерантность к неопределенности.

Актуальность темы как научной проблемы

Проблема личностного выбора, его детерминированности и степени его свободы, самой его сущности и основных условий проявления, вопросы принятия решения в сложных жизненных ситуациях и в опыте повседневности – эти и другие вопросы всегда находились в области внимания психологов различных школ и направлений. Опыт современности, социальная ситуация развития современного человека выводят на первый план проблемы принятия ответственности за собственную жизнь, проблемы принятия решения относительно своего «Я», относительно будущего, которое присутствует в опыте человека уже сейчас – в виде тех возможностей, которые открываются перед ним в каждый момент времени. В связи с этим проблема личностного выбора становится как нельзя более актуальной, и понятие о выборе становится центральным при определении сущности человеческого бытия.

В самом общем виде выбор Д. А. Леонтьев (2003) характеризует как разрешение неопределенности на различных уровнях человеческой деятельности в условиях множественности альтернатив. Он считает, что выбор имеет свою мотивационно-смысловую и операциональную структуру, инструментальные средства и динамику формирования и развертывания.

Maddi (1998) рассматривает подлинный выбор как шаг, содержание и направленность которого наделяет жизнь человека уникальным смыслом. Его важное экзистенциальное значение заключается в том, приводит ли выбор человека к принципиально новому опыту (выбор будущего) либо удерживает в рамках прежнего, знакомого ему опыта (выбор прошлого). То, какой выбор свойственно совершать человеку, становится основой его жизненного стиля.

Постоянный выбор прошлого, то есть выбор привычных способов реагирования в проблемных жизненных ситуациях, обусловленный стремлением к комфорту и безопасности, через некоторое время приводит к недостатку у человека информации, что ведет к однозначности его отношений с миром, снижению когнитивной проницательности, скуке, а позже – к жизненному застою, ощущению собственного бессилия, в конечном итоге, к жалобам на бессмысленность существования. Жизненный стиль такого человека – конформизм, большая уязвимость перед стрессогенными обстоятельствами, подверженность ряду экзистенциальных недугов.

Выбор будущего, напротив, стимулирует человека, провоцирует процесс постоянного самообновления, экзистенциального развития, расширения своего представления о мире и лучшего понимания своих взаимоотношений с ним и, как следствие, приводит к формированию жизнестойкости, или экзистенциальной отваги.

«Выбор прошлого» или «выбор будущего», который мы совершаем, обусловлен тем, насколько мы считаем важным быть активным и заинтересованным, насколько уверены в своей возможности справляться с трудностями.

С. Мадди предполагает, что жизнестойкие убеждения влияют на оценку ситуации, благодаря готовности активно действовать и уверенности в возможности влиять на ситуацию. Человек с высоким уровнем жизнестойкости будет оценивать сложную

ситуацию (в том числе и ситуацию неопределённости) как менее стрессовую и сможет активно действовать вопреки страху и тревоге. В свою очередь, снижение жизнестойкости неразрывно связано с более частой оценкой ситуации, как несущей угрозу, а себя – как не способного её контролировать (Леонтьев, Мандрикова, 2005).

В данной работе толерантность к неопределённости трактуется, как тенденция восприятия неопределённых ситуаций как желаемых, а противоположную ей характеристику - как источников угрозы.

Неопределённая ситуация характеризуется новизной, сложностью или неразрешимостью (Budner, 1962).

Цель исследования

Целью исследования (Шаплавская, Плотка, 2009) явилось исследование связи жизнестойкости и толерантности к неопределённости у студентов-медиков.

Умение активно и гибко действовать и принимать решения в незнакомых, сложных, противоречивых ситуациях с непредсказуемым исходом, справляясь при этом со стрессами, чувством неуверенности и тревоги, сохраняя внутреннюю сбалансированность и не снижая успешность деятельности, является особенно важным для человека, работающего в сфере медицины. Уже на этапе получения медицинского образования молодые люди сталкиваются с серьёзными требованиями, задачами и ситуациями, связанными с высоким психоэмоциональным напряжением. Такие качества, как жизнестойкость и толерантность к неопределённости могут способствовать социализации молодых людей в медицинскую профессию, а также влиять на успешность их дальнейшей профессиональной деятельности.

Для будущих врачей свойственно в целом преобладание мотивов, порождаемых деятельностью, увлечение самой деятельностью, стремление отстаивать точку зрения, которая, по мнению субъекта, является полезной для выполнения поставленной задачи.

Проведенное исследование позволит расширить научное знание о природе личностных ресурсов и даст основания для рекомендаций по развитию жизнестойкости у будущих врачей с учетом их специализации уже на этапе подготовки специалиста в Вузе.

Выборка

Исследование проводилось на базе Латвийского государственного вуза среди студентов, обучающихся на медицинском факультете. Выборка исследования включала в себя 72 человека. Процентные данные в выборке распределились следующим образом: мужчины- 33%, женщины - 67 %. Средний возраст респондентов 22 года, самому молодому респонденту 19 лет, самому старшему – 25 лет.

Методы исследования

Тест жизнестойкости С. Мадди (The Personal Views Survey III – R, 2001 – 2003). Тест жизнестойкости предназначен для диагностики индивидуального уровня способности к успешным действиям в сложных или стрессовых ситуациях и включает в себя три шкалы, соответствующие трём компонентам жизнестойкости в соответствии с теорией С. Мадди: вовлечённость (установка на участие в происходящем), контроль (установка на активное влияние на происходящие события) и принятие риска (установка на принятие неопределённых ситуаций и действие в них) (Леонтьев, Рассказова, 2006).

Для оценки толерантности к неопределённости использована *методика определения толерантности к неопределённости С. Баднера (TAS (Tolerance Ambiguity Scale)), в адаптации Г.А.Солдатовой (2003).* Данная методика позволяет оценить общий уровень толерантности к неопределённости, а так же обнаружить основной источник интолерантности к неопределённости по отдельным субшкалам: новизна, сложность или неразрешимость. С. Баднер определяет толерантность к неопределённости с точки зрения отношения и эмоциональной оценки субъектом ситуаций неопределённого характера. Поэтому результаты, представленные данной методикой, свидетельствуют о степени эмоционального принятия неопределённости по параметрам новизны, сложности и неразрешимости.

Шкала новизны – показывает толерантность к новым, незнакомым ситуациям и информации.

Шкала сложности – показывает толерантность к сложной, противоречивой информации.

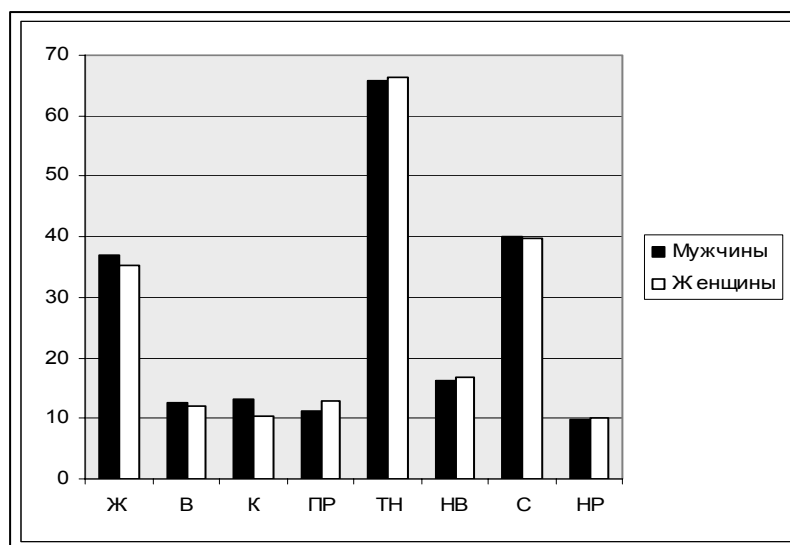
Шкала неразрешимости – показывает толерантность к проблемам, которые трудно разрешимы, например, из-за того, что недостаточно информации, не очевидны альтернативные решения и т.д.

Результаты исследования

Математическая обработка данных проводилась с помощью программы SPSS- 17.0 и MS Excel 2003.

Соответствие эмпирического распределения данных нормально проверялось при помощи данных описательной статистики - сравнения показателей асимметрии и эксцесса с их стандартными ошибками, а также критерия Колмогорова-Смирнова.

Для сравнения средних значений жизнестойкости, толерантности к неопределённости и их компонентов в зависимости от пола в программе MS Excel 2003 был построен график (рис.1).

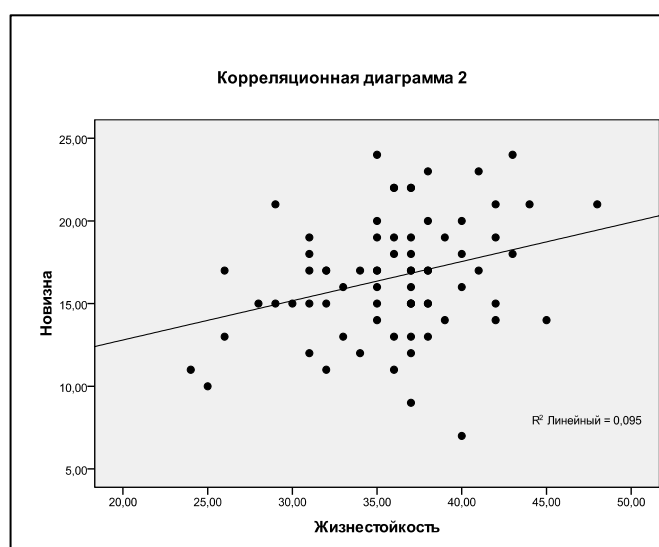


1 рис. Средние значения жизнестойкости, толерантности к неопределённости и их компонентов в зависимости от пола

Результаты показали, что существенных различий в распределении средних показателей жизнестойкости, толерантности к неопределённости и их компонентов в зависимости от пола не наблюдается.

Для проверки наличия статистически значимых связей между переменными применялся корреляционный анализ.

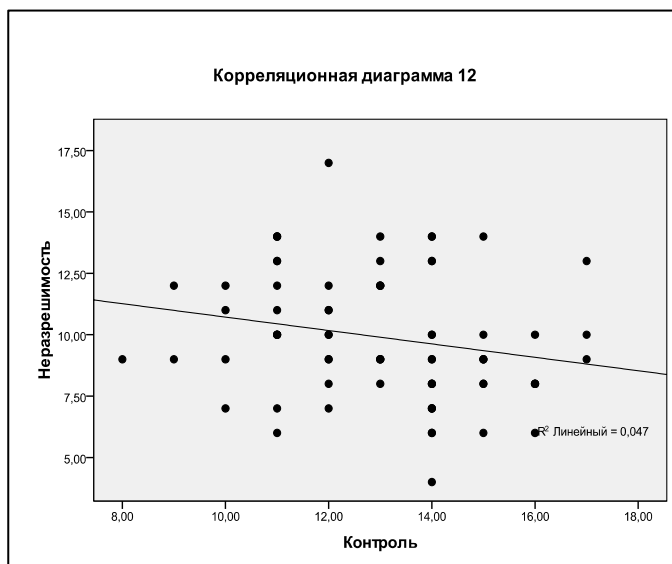
Была выявлена умеренная положительная связь между общим показателем жизнестойкости и таким компонентом толерантности к неопределённости, как новизна ($r = 0,31$; $p=0,01$), т.е. толерантностью к новизне (рис.2). Толерантность к новизне определяет отношение личности к новым, незнакомым ситуациям и информации. При высокой толерантности личность склонна воспринимать незнакомые ситуации как желательные, при низкой – как источник угрозы и стремится таких ситуаций избегать. Результаты исследования показали, что у респондентов с низким уровнем жизнестойкости преобладают средний и низкий уровни новизны, а у респондентов с высоким уровнем жизнестойкости преобладает высокий уровень толерантности к новизне.



2 рис. Корреляционная диаграмма связи между жизнестойкостью и толерантностью к новизне

Также была обнаружена отрицательная связь между контролем и толерантностью к неразрешимости ($r = -0,27$; $p=0,05$) (рис.3). У респондентов с низким и средним уровнями контроля преобладают средний и высокий уровни толерантности к неразрешимости. У респондентов с высоким уровнем контроля преобладает низкий уровень толерантности к неразрешимости, т.е. к проблемам, которые трудно разрешимы из-за того, что недостаточно информации, не очевидны альтернативные решения и т.д. Контроль представляет собой убежденность в том, что борьба позволяет повлиять на результат происходящего, пусть даже без гарантии успеха. Человек с развитым компонентом контроля ощущает, что сам выбирает собственную деятельность, свой путь. Контроль мотивирует человека к поиску активного влияния на стрессогенную проблему, в противовес впаданию в состояние беспомощности и пассивности. Можно предположить, что человек, стремящийся контролировать свою жизнь, надеется только на свои силы, активно влиять на любую ситуацию, предпочитает всегда полностью владеть информацией и контролировать все аспекты сложившейся ситуации. Недостаток информации, неясность ситуации весьма уменьшает возможность взять ситуацию под контроль.

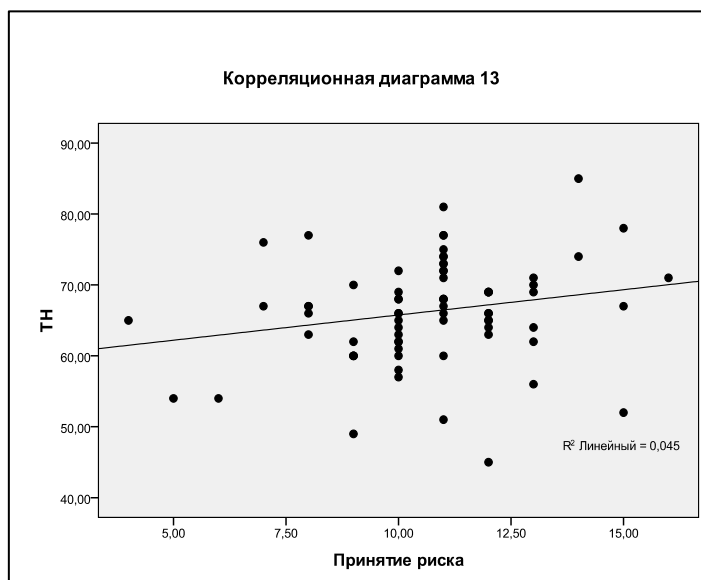
Таким образом, человек с высоким уровнем контроля может воспринимать неразрешимые ситуации как угрозу и даже избегать их, по скольку не может их полностью контролировать. С другой стороны, человек с низким уровнем контроля, ощущающий свою беспомощность и впадающий в пассивность в трудных ситуациях, может более спокойно воспринимать неразрешимые ситуации, так как склонен надеяться на внешние факторы – других людей, среду, судьбу или случай. Возможно, ситуация, которая кажется неразрешимой, снимает некоторую ответственность с человека и он надеется, что всё само собой разрешится без его участия.



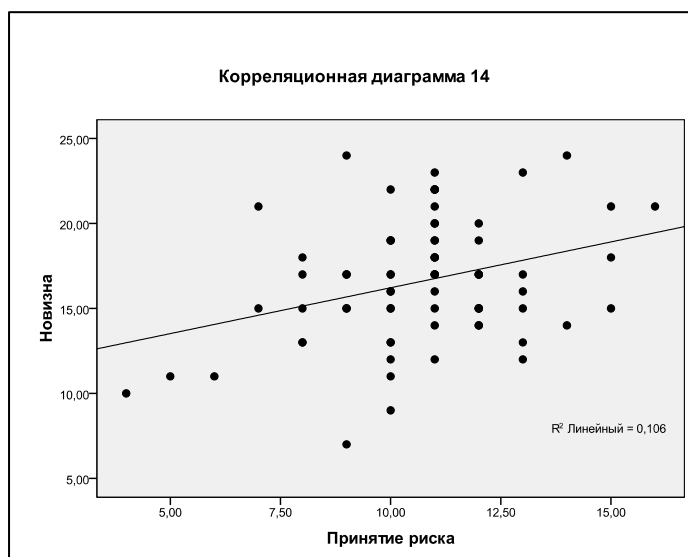
3 рис. Корреляционная диаграмма связи между контролем и толерантностью к неразрешимости

Положительная связь была обнаружена между принятием риска и общим показателем толерантности к неопределённости ($r = 0,25$; $p=0,05$), т.е. тенденцией воспринимать неопределённые, новые, сложные, неразрешимые ситуации как желательные. У респондентов с низким уровнем принятия риска преобладают средний и низкий уровни толерантности к неопределённости, у респондентов со средним уровнем принятия риска преобладает высокий уровень толерантности к неопределённости, у респондентов с высоким уровнем принятия риска преобладает средний уровень толерантности (рис.4).

В данной выборке была также выявлена положительная линейная связь между толерантностью к новизне и принятием риска ($r = 0,25$; $p=0,05$) (рис.5). У респондентов с низким уровнем принятия риска преобладают средний и низкий уровни толерантности к новизне, у респондентов со средним уровнем принятия риска преобладает высокий уровень новизны, а у респондентов с высоким уровнем принятия риска преобладает средний уровень принятия новизны.



4 рис. Корреляционная диаграмма связи между принятием риска и общим показателем толерантности к неопределенности



5 рис. Корреляционная диаграмма связи между принятием риска и толерантностью к новизне

Выводы и рекомендации

Полученные результаты свидетельствуют о том, что респонденты данной выборки склонны воспринимать незнакомые ситуации как желательные.

Полученные результаты подтверждаются ранее проведенными исследованиями Д. А. Леонтьева, которые также показали, что люди с высоким уровнем жизнестойкости сознательно из двух ситуаций выбирают новую, неизвестную, рассматривая её как более желательную (Леонтьев, Мандрикова, 2005).

При выборе в пользу будущего (неизвестности, риска) жизнестойкие убеждения помогают им справиться и действовать вопреки страху и тревоге по поводу нового, неизвестного будущего. Все то что происходит с ними, способствует их развитию за счет знаний, извлекаемых из опыта (позитивного или негативного), т.е. человек готов активно действовать в отсутствие надежных гарантий успеха, на свой страх и риск, считая стремление к простому комфорту и безопасности обедняющим его жизнь. А борьба позволяет повлиять на результат происходящего и мотивирует человека к поиску активного влияния на стрессогенную проблему, в противовес впаданию в состояние беспомощности и пассивности. Человек, стремящийся контролировать свою жизнь, надеется только на свои силы, активно влияет на любую ситуацию, предпочитает всегда полностью владеть информацией и контролировать все аспекты сложившейся ситуации.

Недостаток информации, неясность ситуации весьма уменьшает возможность взять ситуацию под контроль.

Направленность на деловую активность является психологической предпосылкой жизнестойкости будущего врача, она положительно и тесно взаимосвязана с качеством контроля в структуре жизнестойкости личности, что позволяет рассматривать эти психологические свойства в диаде как взаимодополняющие друг друга. Выраженную взаимно детерминирующую связь для процесса профессионально-личностной адаптации будущего врача имеют также направленность на взаимодействие и принятие риска как компонента жизнестойкости.

Высокая жизнестойкость является адаптационным ресурсом личности будущего специалиста, при этом развитая способность уверенного профессионального и жизненного поведения, убежденность в контролируемости жизни есть наиболее значимый её компонент. Безусловно наибольшего уровня жизнестойкость достигает в период профессиональной зрелости субъекта труда. Личностные составляющие жизнестойкости (вовлеченность, контроль, принятие риска) дифференцируются под влиянием ведущей деятельности субъекта. На примере данного исследования видно, что значимую роль в становлении жизнестойкости, наполнении деятельности экзистенциальным смыслом у студентов-медиков данной выборки играют компоненты контроля и принятия риска.

Конечно, у каждого человека три компонента жизнестойкости могут иметь разные степени выраженности. Однако, Maddi (1998) подчёркивает, что для сохранения здоровья и оптимального уровня работоспособности и активности в стрессогенных условиях необходима выраженность всех трёх компонентов, поскольку их суммарный эффект превышает сумму эффектов каждого в отдельности. Выраженность этих трёх компонентов и жизнестойкости в целом препятствует возникновению внутреннего напряжения в стрессовых ситуациях за счёт стойкого совладания со стрессами и восприятия их как менее значимых.

В целом исследование показало, что жизнестойкость может определять готовность и желание человека решать сложные, незнакомые проблемы, действовать в условиях неопределённости, помогая справляться со своей тревогой, сопровождающей выбор нового будущего (неизвестности), а не прошлого (неизменности). Это согласуется с результатами исследований (Леонтьев, Осин, 2007; Мандрикова, 2005), которые также показали, что у респондентов, сознательно выбирающих неизвестность, неопределённость, наблюдается более высокий уровень жизнестойкости и толерантности к неопределённости, чем у тех, кто стремится к неизменности, воспроизведению прошлого опыта.

Полученные результаты могут свидетельствовать о том, что люди, готовые действовать в новых, незнакомых ситуациях, более активно участвуют в том, что происходит в жизни, готовы учиться на собственных ошибках и извлекать из этого позитивный опыт. При этом они стремятся контролировать события и всегда владеть наиболее полной информацией. В отличие от них, люди, стремящиеся избегать каких-либо изменений в жизни, менее вовлечены в процесс своей жизни, считая её неподконтрольной их усилиям и тяжелее воспринимая неудачи. Выявленные связи показывают, что показатели жизнестойкости и толерантности к неопределённости могут быть индикатором личностного потенциала студентов, как будущих профессионалов.

Результаты исследования могут быть использованы при решении задач оценки и формирования профессиональной пригодности для медицинских работников, или представителей других профессий, связанных с частыми эмоциональными перегрузками, стрессовыми ситуациями, с высокой интенсивностью межличностного взаимодействия.

HARDINESS OF MEDICAL STUDENTS IN A SITUATION OF UNCERTAINTY

The aim of the research was to study a relationship of hardiness and ambiguity tolerance among medical department students. The research was conducted in a Latvian State higher educational institution among students of the medical department. The sample group consisted of 72 participants. The author used S. Badner's Tolerance Ambiguity Scale (TAS) adapted by G. A. Soldatova and The Personal Views Survey III – R, 2001 – 2003 designed by S. Maddi and adapted by J. Shaplavaska and I. Plotka (2008). The Personal Views Survey III – R is used for the diagnostics of individual level of ability to successful actions in complicated and stressful situations and includes three scales congruent to the three components of hardiness, according to S. Maddi's theory: involvement (attitude to participate in actual events), control (attitude to influence actual events) and risk acceptance (attitude to accept ambiguous situations and act in them).

The research results showed the correlation between hardiness and tolerance to novelty, risk acceptance and general index of the tolerance to ambiguity. In general, the research showed that hardiness can determine readiness and willingness to decide complicated, unknown problems and to act

under the ambiguous circumstances. It helps to cope with anxiety which usually accompanies the choice of the new future (the uncertainty), instead of the past (the constancy). The acquired results could evidence that those people who are ready to act in the new, uncertain situations more actively participate in actual life, ready to learn on their own mistakes and to get a positive experience. At the same time they aim to control the events and always obtain the most objective information. On the opposite, people who aim to avoid the changes in their life are less involved in the actual life, considering it being out of their control and perceiving failures heavier. Exposed correlations show that indices of hardiness and ambiguity tolerance could be the indicators of personal potentials of students as future professionals.

Литература

1. Budner S., 1962, *Intolerance of ambiguity as a personality variable*. Journal of Personality. Vol. 30: p. 29-50.
2. Maddi S., 1998, *Dispositional Hardiness in Health and Effectiveness // Encyclopedia of Mental Health / H. S. Friedman (Ed.)*. San Diego (CA): Academic Press, p. 323- 335.
3. Shaplavskaya J., Plotka I., 2009. The Research of the Correlation between hardiness, its components and students` strategies of overcoming the stressful situation. *Professional Studies: Theory and Practice*, (5). Siauliai: Siauliai College, p. 149-154.
4. Леонтьев Д. А., 2003, *Экзистенциальная тревога и как с ней не бороться // Московский психотерапевтический журнал*. № 2.
5. Леонтьев Д. А., Мандрикова Е. Ю., 2005, *Моделирование «Экзистенциальной дилеммы»: эмпирическое исследование личностного выбора // Вестн. Моск. Ун-та. Сер. 14, Психология*. №4.: 37-42.
6. Леонтьев Д. А., Осин Е. Н., 2007, *Печать экзистенциализма: эмпирические корреляты экзистенциального мировоззрения // Экзистенциальная традиция в философии, психологии, психотерапии*. № 1 (10).
7. Леонтьев Д. А., Рассказова Е. И., 2006, *Тест жизнестойкости*. Москва: Смысл. стр. 63.
8. *Практикум по психодиагностике и исследованию толерантности личности*. / Под ред. Г.У. Солдатовой, Л. А. Шайгеровой, 2003. М.: Изд-во МГУ им. М.В. Ломоносова.
9. Шаплавская Е., Плотка И. (2008). *Исследование жизнестойкости в контексте проблематики совладания со стрессом*. Starptautiska Zinātniska konference, „Latvija un Eiropa: reģionālas attīstības iespējas, risinājumi un perspektīvas“. 28.-29. martā 2008. gada tēzes. 626. lpp. Daugavpils BSA, Latvia.

Īteikta: 2010 m. spalio 15 d.

Priimta publikuoti: 2010 m. gruodžio 2 d.

Pastaba: straipsnis parengtas pagal Latvijos Respublikoje galiojančius straipsnių rengimo reikalavimus.