

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ Н.Г.
ЧЕРНЫШЕВСКОГО»

Кафедра Общей и консультативной психологии

наименование кафедры

Личностные особенности проявления резильентности

наименование темы выпускной квалификационной работы полужирным шрифтом

АВТОРЕФЕРАТ ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЫ
МАГИСТРА

студента (ки) 2 курса 251 группы

направления
(специальности)

37.04.01 «Психология»

код и наименование направления (специальности)

факультета психологии

наименование факультета, института, колледжа

Оськина Виктория Андреевна

фамилия, имя, отчество

Научный руководитель
(руководитель)

Зав. кафедрой, д. псих. н.,
доцент

должность, уч. степень, уч. звание

С.В. Фролова

подпись, дата

инициалы, фамилия

Зав. кафедрой

д. псих. н., доцент

должность, уч. степень, уч. звание

С.В. Фролова

подпись, дата

инициалы, фамилия

Введение

Актуальность исследования. В условиях современного общества, характеризующегося неопределенностью развития, глобальными изменениями в экономической, политической, культурной и иных сферах, существует социальный запрос на лиц, способных не просто адаптироваться к переменам как позитивного, так и негативного характера, но и сохранять «психологический иммунитет», устойчивость по отношению к неблагоприятным факторам среды, самодетерминацию личностного и профессионального роста, способность к восстановлению после переживания тех или иных стрессовых событий.

В соответствии с этим, в фокусе внимания зарубежных и отечественных исследователей оказывается резильентность, а также конституциональные и личностные свойства, обеспечивающие ее проявление на эмоциональном, когнитивном и конативном уровнях психической деятельности субъекта. Взаимопроникновение резильентности и таких личностных конструктов как эмоциональная креативность, общительность, открытость, эмоциональная стабильность, экстраверсия обуславливает творческое и произвольное преобразование эмоциональных реакций субъектом в трудных ситуациях, его психологическую устойчивость к неблагоприятным факторам среды, ориентацию на Других в своей жизнедеятельности, сензитивность и открытость к их чувствам и переживаниям.

Таким образом, конструирование типологии проявления резильентности позволит расширить теоретические представления о роли данного феномена в структуре личности, а также о конституциональных и личностных факторах, способствующих или препятствующих проявлению резильентности, что отражает актуальность данного исследования.

Объект исследования: феномен резильентности.

Предмет исследования: личностные особенности проявления резильентности.

Цель исследования: конструирование типологии проявления резильентности.

Задачи исследования:

1. изучить теоретические представления о категории «личность» в психологии;
2. раскрыть психологическую специфику феномена «резильентность», дифференцировать его от понятия «жизнестойкость»;
3. проанализировать отечественные и зарубежные исследования личностных особенностей проявления резильентности;
4. осуществить психологическое обследование испытуемых по выбранным методикам исследования;
5. сконструировать типологию проявления резильентности с помощью факторного анализа.

Гипотеза исследования: личностные особенности проявления резильентности индивидами возможно дифференцировать на четыре типа: 1) высокая резильентность просоциально синтонного типа личности, 2) резильентность сензитивной личности с развитой саморегуляцией, 3) недостаточная резильентность доброжелательно-уступчивого типа личности, 4) низкая резильентность эмоционально-неустойчивого типа личности.

Методы исследования: психологическое тестирование и методы математической обработки статистических данных. Психологическое тестирование осуществлялось с использованием следующих методик:

1. «Краткая шкала резилентности» Б. Смита и соавторов в адаптации А.А. Золотаревой и др.;
2. «Опросник эмоциональной креативности» Дж. Эйверилла в адаптации И.Н. Андреевой;

3. «Фрайбургский личностный опросник» (форма Б) Й. Фаренберга и др. в адаптации А.А. Крылова, Т.И. Ронгинской.

К методам математической обработки статистических данных относится факторный анализ (метод факторизации: метод главных компонент; тип вращения: varimax) в статистической программе IBM SPSS Statistics, v. 23 for Windows.

Теоретико-методологическую основу исследования составили:

- подходы к пониманию категории «личность» в психологии таких авторов, как К. Платонов, А. В. Петровский, Л. Хьелл и Д. Зиглер, З. Фрейд, А. Адлер и К. Юнг, Г. Олпорт, Р. Кеттел, Б. Скиннера, А. Бандура, Дж. Келли, А. Маслоу, К. Роджерсом, Э. Эриксоном, Э. Фроммом, К. Хорни, К.С. Холл, Г. Линдсей, К. Левина, Ф. Перлз, Г. Мюррея, К. А. Абульхановой-Славской, Л.С. Выготского, С.Л. Рубинштейн, Б.Ф. Ломов, В.Н. Мясищев.

- подходы к определению понятия психологической резильентности таких авторов, как Э. Вернер, Д. Геллерштейн, Э. Мастен, Р. Йехуда, К. Пантер-Брик, С. Хобфолл, Н. Стивенс, А. Зальта, Д. Бонанно, Д.А. Леонтьев, А.Н. Хаминич, М. Rutter, N. Henderson, Garmezy, E.D. Miller, Ф.И. Валиева, К.А. Иванова, Дж. Ричардсон, Е.Б. Забелина, Е.К. Кузнецова, С. Askerman, А.А. Муравьева, О.Н. Олейникова, Л.А. Александрова, А.В. Махнач, А.И. Лактионова, Б.Г. Ананьев, И.А. Хоменко, Л.В. Бударина;

- подходы к определению понятия жизнестойкости и жизнеспособности таких авторов, как С. Мадди и С. Кобас, С.В. Книжникова, А. А. Нестерова, Ю. В. Науменко.

Эмпирическая база исследования. Исследование проводилось в онлайн-формате с использованием сервиса для сбора данных Яндекс.Формы. Выборку исследования составили 67 испытуемых, из которых 42 человека женского пола, 25 человек мужского пола. Возраст выборки находится в диапазоне от 21 до 35 лет (средний возраст – 28 лет).

Научная новизна и теоретическая значимость исследования состоят в уточнении роли компонентов эмоциональной креативности (подготовленность, новизна, эффективность, аутентичность), невротичности, спонтанной агрессивности, реактивной агрессивности, депрессивности, раздражительности, общительности, уравновешенности, застенчивости, открытости, экстраверсии-интроверсии, эмоциональной лабильности, маскулинности-феминности в проявлении резильентности субъектом; в теоретическом конструировании и эмпирической проверке типологии проявления резильентности.

Практическая значимость исследования заключается в возможности применения полученных результатов в рамках консультативной психологии в целях фасилитации просоциальных и адаптивных личностных особенностей, способствующих проявлению резильентности субъектом.

Апробация результатов исследования. Основные результаты работы были представлены в докладе «Личностные особенности проявления резилиенса» на XIV Ежегодной научно-практической конференции молодых учёных факультета психологии «Проблемы современной психологии: теория, практика, эксперимент» (16 февраля 2024 года, Саратов).

Структура и объем магистерской работы. Магистерская диссертация изложена на 63 листах машинописного текста, иллюстрирована 4 таблицами и состоит из введения, двух глав, выводов, заключения, списка литературных источников, приложений.

Основное содержание работы

Во введении к данной работе определена актуальность, объект, предмет, степень научной разработанности темы, теоретическая основа исследования, практическая значимость, а также гипотезы исследования.

В первой главе в ходе осуществленного теоретического исследования рассмотрены как классические концепции, которые предоставляют

многогранное понимание категории "личность", учитывая широкий спектр внутренних и внешних факторов изучению и, несомненно, являются значимыми как для истории и методологии психологии, так и подход К. А. Абульхановой-Славской и её соавторов, феноменология и проявления резилентности.

Во второй главе приведено эмпирическое исследование. Описаны результаты психологической диагностики резильентности и личностных особенностей испытуемых, по которым были сконструированы и описаны типологии проявления резильентности. Сформулированы психологические рекомендации по развитию резильентности.

Для конструирования типологии проявления резильентности нами был использован факторный анализ (метод главных компонент, вращение varimax).

Метод главных компонент – это один из старейших методов факторизации, который позволяет уменьшить размерность данных, потеряв наименьший объем информации. Метод вращения факторов varimax основан на статистической гипотезе об ортогональности (независимости, несвязанности) факторов, данный метод позволяет уменьшить объем переменных с высокими факторными нагрузками, за счет возрастает процент совокупной объясненной дисперсии фактора.

Важно отметить, что для корректной реализации факторного анализа биполярная переменная «Пол», биполярные шкалы «Маскулинизм-феминизм», «Экстраверсия-интроверсия», которые входят в состав «Фрайбургского личностного опросника», были разделены на субшкалы, характеризующие их противоположные полюсы.

По результатам расчета факторного анализа можно заключить, что оптимальной для наших данных является четырехфакторная модель личностных особенностей проявления резильентности.

Первый тип проявления резильентности. В связи с преобладающими по факторным нагрузкам переменными данному типу нами было дано название **«Высокая резильентность просоциально синтонного типа личности»**. Преобладающие факторные нагрузки представлены такими переменными как: «резильентность» (0,491); «аутентичность» эмоциональной креативности (-0,392), «эмоциональная лабильность» (0,363), «возраст» (0,343), низкая «реактивная агрессивность» (-0,297). Опираясь на наибольшие по модулю факторные нагрузки, можно описать психологическое содержание данного личностного типа проявления резильентности следующим образом: развитая способность к эффективному и быстрому восстановлению после столкновения со стрессогенными факторами (высокая резильентность), стремление к переживанию чувств, разделяемых с другими людьми (низкая аутентичность эмоциональной креативности), миролюбивое отношение к социальному окружению, дружелюбность (низкая реактивная агрессивность), эмоциональная отзывчивость, синтонность, потребность вчувствоваться в эмоции окружающих и делиться с ними своими переживаниями (эмоциональная лабильность). Такой тип проявления высокой резильентности становится более выраженным с возрастом. Можно предположить, что интерес к сопереживанию, разделению чувств с другими людьми не позволяет надолго оставаться фиксированным на переживании своих эгоцентрически ограничивающих травматических состояниях и способствует более быстрому восстановлению после столкновения с жизненными трудностями.

Второй тип проявления резильентности. Данный фактор с опорой на значения факторных нагрузок переменных был условно обозначен нами как **«Эффективная резильентность сензитивной личности с развитой саморегуляцией»**. Преобладающие факторные нагрузки имеют такие переменные, как низкая «спонтанная агрессивность» (-0,564), раздражительность (0,483), «резильентность» (0,389). Опираясь на

наибольшие по модулю факторные нагрузки, можно описать психологическое содержание данного личностного типа проявления резильентности следующим образом: способность к эффективному и быстрому восстановлению после столкновения со стрессогенными факторами (выраженная резильентность), произвольность, взвешенность поступков, мудрость (низкая спонтанная агрессивность), впечатлительность, чувствительность, склонность к спонтанному выражению чувств (раздражительность).

Третий тип проявления резильентности. Данный выявленный фактор на основании факторных нагрузок переменных получил условное название «**Недостаточная резильентность доброжелательно-уступчивого типа личности**». Преобладающие факторные нагрузки имеют такие переменные, как: низкая «реактивная агрессивность» (-0,584), низкая «депрессивность» (-0,415), «общительность» (0,350), «возраст» (0,356), «резильентность» (-0,249). Опираясь на наибольшие по модулю факторные нагрузки, можно описать психологическое содержание данного личностного типа проявления недостаточной резильентности следующим образом: слабо выраженная способность психического восстановления после столкновения со стрессогенными факторами (низкая резильентность), миролюбивое отношение к другим людям, вплоть до проявления конформизма, уступчивости и подчиняемости в социальных коммуникациях (низкая реактивная агрессивность), склонность к сохранению нейтрального или преподнятого настроения (низкая депрессивность), высоко выраженная потребность в общении с другими людьми. Такой тип проявления недостаточной резильентности становится более выраженным с возрастом. Можно предположить, что смещение интереса в сторону социального окружения и выстраивания взаимоотношений ценой уступок и снижения значимости собственных жизненных задач приводит к нивелированию

возможностей развития личностных ресурсов для восстановления после ситуаций столкновения с жизненными трудностями.

Четвертый тип проявления резильентности. Данный выявленный фактор в соответствии с факторными нагрузками переменных был условно обозначен как **«Низкая резильентность эмоционально-неустойчивого, внутренне конфликтного типа личности»**. Положительный полюс фактора (преобладающие факторные нагрузки) представлен такими переменными как: «эмоциональная лабильность» (0,648), «маскулинность» (0,589), «уравновешенность» (0,578), «депрессивность» (0,488); «застенчивость» (0,400). Отрицательный полюс фактора (преобладающие факторные нагрузки) представлен переменной «резильентность» (-0,491).

Опираясь на наибольшие факторные веса, можно описать психологическое содержание данного личностного **типа с проявлением слабой резильентности** следующим образом: неустойчивость эмоционального состояния, частые колебания настроения, повышенная возбудимость, раздражительность, недостаточность саморегуляции; ориентация на лидерство и успех в деятельности, сопряженная с болезненным переживанием неудач как унижения собственной личности; внешне демонстрируемая уравновешенность при внутренней напряженности и трудностях в социальных контактах; преобладание сниженного эмоционального фона. Такой тип личности в целом характеризуется неспособностью к эффективной адаптации в трудной ситуации и быстрому восстановлению личностных ресурсов после ее переживания.

Выводы по результатам эмпирического исследования

Выдвинутая гипотеза в ходе предпринятых эмпирических изысканий подтвердилась. Личностные особенности проявления резильентности индивидами возможно дифференцировать на четыре типа: 1) высокая резильентность просоциально синтонного типа личности, 2) резильентность

сензитивной личности с развитой саморегуляцией, 3) недостаточная резильентность доброжелательно-уступчивого типа личности, 4) низкая резильентность эмоционально-неустойчивого типа личности.

Первый тип проявления резильентности – «Высокая резильентность просоциально синтонного типа личности» – характеризуется следующими свойствами: развитая способность к эффективному и быстрому восстановлению после столкновения со стрессогенными факторами (высокая резильентность), стремление к переживанию чувств, разделяемых с другими людьми (низкая аутентичность эмоциональной креативности), миролюбивое отношение к социальному окружению, дружелюбность (низкая реактивная агрессивность), эмоциональная отзывчивость, синтонность, потребность вчувствоваться в эмоции окружающих и делиться с ними своими переживаниями (эмоциональная лабильность). Такой тип проявления высокой резильентности становится более выраженным с возрастом. Можно предположить, что интерес к сопереживанию, разделению чувств с другими людьми не позволяет надолго оставаться фиксированным на переживании своих эгоцентрически ограничивающих травматических состояниях и способствует более быстрому восстановлению после столкновения с жизненными трудностями.

Второй тип проявления резильентности – «Эффективная резильентность сензитивной личности с развитой саморегуляцией» – характеризуется следующими свойствами: способность к эффективному и быстрому восстановлению после столкновения со стрессогенными факторами (выраженная резильентность), произвольность, взвешенность поступков, мудрость (низкая спонтанная агрессивность), впечатлительность, чувствительность, склонность к спонтанному выражению чувств (раздражительность).

Третий тип проявления резильентности – «Недостаточная резильентность доброжелательно-уступчивого типа личности» –

описывается следующим образом: слабо выраженная способность психического восстановления после столкновения со стрессогенными факторами (низкая резильентность), миролюбивое отношение к другим людям, вплоть до проявления конформизма, уступчивости и подчиняемости в социальных коммуникациях (низкая реактивная агрессивность), склонность к сохранению нейтрального или преподнятого настроения (низкая депрессивность), высоко выраженная потребность в общении с другими людьми. Такой тип проявления недостаточной резильентности становится более выраженным с возрастом. Можно предположить, что смещение интереса в сторону социального окружения и выстраивания взаимоотношений ценой уступок и снижения значимости собственных жизненных задач приводит к нивелированию возможностей развития личностных ресурсов для восстановления после ситуаций столкновения с жизненными трудностями.

Четвертый тип проявления резильентности – «Низкая резильентность эмоционально-неустойчивого, внутренне конфликтного типа личности» – характеризуется следующими качествами: неустойчивость эмоционального состояния, частые колебания настроения, повышенная возбудимость, раздражительность, недостаточность саморегуляции; ориентация на лидерство и успех в деятельности, сопряженная с болезненным переживанием неудач как унижения собственной личности; внешне демонстрируемая уравновешенность при внутренней напряженности и трудностях в социальных контактах; преобладание сниженного эмоционального фона. Такой тип личности в целом характеризуется неспособностью к эффективной адаптации в трудной ситуации и быстрому восстановлению личностных ресурсов после ее переживания.

По результатам проведенного исследования сформулированы психологические рекомендации по развитию резильентности личности.

Заключение

По результатам проведенного нами теоретического и эмпирического исследования личностных особенностей проявления резильентности можно заключить, что данная область психологии представляет перспективное направление для дальнейших научных поисков.

Резильентность как сложный и многофакторный личностный феномен неоднозначно трактуется различными исследователями в зависимости от их методологических позиций (в частности, дифференцируясь от концептов «жизнестойкости» и «жизнеспособности» или объединяясь с ними по психологическому содержанию), что обуславливает необходимость разработки четкой теоретической модели резильентности, которая будет включать однозначную дефиницию термина, систему биологических, личностных и социальных детерминант, объясняющих различия в выраженности резильентности у индивидов.

Практическая значимость изучения резильентности не вызывает сомнений: неопределенность и рискогенность социальной среды, возрастание количества неблагоприятных факторов, нарушающих психологическое благополучие личности, определяют необходимость фасилитации у субъекта личностных свойств, способствующих проявлению его резильентности при переживании трудных жизненных ситуаций.

В рамках проведенного нами эмпирического исследования, в соответствии с поставленной целью, была сконструирована типология проявления резильентности. Выдвинутая нами гипотеза полностью подтвердилась: действительно: личностные особенности проявления резильентности индивидами возможно дифференцировать на четыре личностных типа – 1) высокая резильентность просоциально синтонного типа личности, 2) резильентность сензитивной личности с развитой саморегуляцией, 3) недостаточная резильентность доброжелательно-

уступчивого типа личности, 4) низкая резильентность эмоционально-неустойчивого типа личности.

К ограничениям проведенного исследования можно отнести неоднородность выборки по полу и возрасту испытуемых. К перспективам данной работы можно отнести возможность разработки программы психологической профилактики, направленной на развитие личностных особенностей индивидов, способствующих актуализации высокой резильентности при совладании с трудными жизненными ситуациями.