

Личностный потенциал студентов как фактор активной жизненной позиции

Моисеева Екатерина Викторовна

Приамурский государственный университет им. Шолом-Алейхема

Студент

Аннотация

В статье на основе анализа научной литературы раскрывается понятия «личностный потенциал», «активная жизненная позиция», а также, теоретически проанализирована связь личностного потенциала и активной жизненной позиции. Результаты исследования позволили определить влияние личностного потенциала на реализацию студентами активной жизненной позиции.

Ключевые слова: личностный потенциал, саморазвитие, активная жизненная позиция.

Students' personal potential as a factor of an active lifestyle

Moiseeva Ekaterina Viktorovna

Sholom-Aleichem Priamursky State University

Student

Abstract

Based on the analysis of scientific literature, the article reveals the concepts of "personal potential" and "active lifestyle", as well as theoretically analyzes the relationship between personal potential and active lifestyle. The results of the study allowed us to determine the influence of personal potential on the realization of an active life position by students.

Keywords: personal potential, self-development, active lifestyle

Важность изучения активной жизненной позиции студентов обусловлена тем, что она является установкой и инструментом, позволяющим придерживаться определенной линии поведения, состоящей из моральных, психологических качеств личности, мировоззрения и отражающей ее субъективное отношение к обществу. Развитие личности сопровождается как прогрессом, так и регрессом, и человек сталкивается с факторами риска, препятствующими позитивному развитию.

Современные научные исследования по теме личностный потенциал и активная жизненная позиция представлена в трудах М. Н. Булаева, М. И. Колдина, В. Ю. Ершов, И. А. Блинов, Е. А. Родина, Е. С. Землякова, И. Н. Нестерова, С. В. Майоров, И. А. Филенко, К. Б. Рогачева и других ученых [3, 4, 8, 9, 10].

Методологическая основа исследования: положения подходов к определению личностного потенциала (Д.А. Леонтьев, В.И. Слободчиков, Е.И. Исаев, И.Ю. Соколова, Т.В. Иванова, М.В. Зиннатова, Е.В. Лукьянова, С.В. Кузьмина, Н.В. Власихина и др.), положения подходов к изучению активной жизненной позиции (С.Л. Рубинштейн, В.Л. Мясищев, Б.Г. Ананьев, В.В. Корнилова, О.А. Антонова, С.Н. Краснова, О.А. Сидоренко и др.).

Личностный потенциал, согласно Д.А. Леонтьеву, является интегральной характеристикой личности, лежащей в основе способности сохранять стабильность и самодетерминацию в условиях изменений. Он обеспечивает разностороннее развитие личности и необходим в современных реалиях, где требуется компетентность, активная жизненная позиция и адаптивность. Люди с высоким личностным потенциалом имеют больше преимуществ в управлении своей жизнью и развитии способностей.

Основываясь на трудах А.Д. Леонтьева ёмкую структуру личностного потенциала предлагают М.В. Зиннатова и Е.В. Лукьянова, в их понимании личностный потенциал как целостная система базовых регуляторов, способствующих реализации возможностей человека включает следующие компоненты: жизнестойкость как способность человека адаптироваться к изменениям и преодолевать жизненные трудности; саморегуляция как осознанное и регулируемое состояние; самоизменение как сознательное принятие решений об изменениях; ориентация на действие как принятие инициативы для осуществления намерения [5].

Жизнестойкость рассматривается как система жизненных ценностей и убеждений, взглядов на жизнь и восприятие мира в целом. В исследованиях С. Мадди жизнестойкости отведена особо важная роль в поддержании оптимального уровня работоспособности, активности в особо стрессовых ситуациях, поддержании позитивного настроения и сохранении здоровья в целом [7].

Важным для изучения также, является, активная жизненная позиция студентов она играет важную роль в обучении, поскольку является установкой, определяющей поведение, основанной на моральных и психологических качествах, мировоззрении и отношении к обществу. Активность как способность изменять действительность в соответствии с потребностями и целями, приобретает особое значение.

В психологической литературе термины «жизненная позиция», «жизненная концепция», «внутренняя позиция» стали встречаться еще в 1950-е гг. Но из них прочно вошли в обиход «жизненная позиция» (Б.Г. Ананьев) и «внутренняя позиция» (Л.И. Божович). Подробно остановился на них Б.Г. Ананьев, вслед за В.Н. Мясищевым [11], последний под позицией человека понимал сложную систему отношений личности (к обществу в целом, к общностям, которым она принадлежит, к труду, людям, к самой себе), установок и мотивов, которыми она руководствуется в своей деятельности [1].

По определению Я. Стюарта, жизненная позиция представляет собой ключевые убеждения и идеи человека о самом себе и окружающих, которые

служат обоснованием его решений и поведения. Это основополагающая установка, отражающая отношение индивида к себе и другим людям [11].

Активная жизненная позиция – устойчивая позиция личности, направленная на изменение и преобразование общественных условий жизни в соответствии с ее убеждениями, взглядами и совестью (О.А. Антонова и С.Н. Краснова, О.А. Сидоренко) [2].

В.В. Корнилова отмечает, что социально активная жизненная позиция личности проявляется во всех сферах деятельности: трудовой, политической, экономической, социальной, нравственной и др. Как нравственная активность, жизненная позиция выражает морально ответственное поведение личности и ее готовность к действию. Социально активная жизненная позиция студента характеризуется проявлением ответственности, независимости, толерантности, инициативности, эмпатийности, бескорыстости, порядочности, честности, добросовестности – нравственной воспитанности личности, пониманием общественной значимости поднимаемых и решаемых ею нравственных проблем [6].

Изучение активной жизненной позиции студентов является ключевым аспектом формирования их личностного потенциала, который включает жизнестойкость, саморегуляцию и ориентацию на действие. Эта позиция не только определяет моральные и психологические качества, но и отражает отношение к обществу, что особенно важно в условиях современных вызовов. Активная жизненная позиция способствует адаптации, развитию навыков и ответственности, что является необходимым для успешной социализации и самореализации личности в различных сферах жизни.

Цель исследования – теоретически обосновать и экспериментально исследовать связь личностного потенциала студентов и их активной жизненной позиции.

Проанализировав научную литературу по проблеме личностного потенциала и активной жизненной позиции студентов, было решено провести исследование с помощью методик: «Тест жизнестойкости С. Мадди», опросник «Способы совладающего поведения» Р. Лазаруса, С. Фолкмана, методика «Индекс автономного функционирования» Н. Вайнштейна. В данном исследовании приняли участие 50 студентов высшего образования ФГБОУ ВО «Приамурский государственный университет имени Шолом-Алейхема» в возрасте от 18 до 23 лет.

В табл. 1 респонденты делятся на две группы по степени выраженности индекса автономного функционирования для того чтобы провести сравнительный анализ выраженности жизнестойкости и копинг-стратегий. В исследовании только у одного 18-летнего студента выявлена низкая выраженность индекса автономного функционирования (2%), основная же часть выборки разделилась на группы студентов со средним (58%) и ярко выраженным (40%) индексом автономного функционирования. Поэтому, считаем целесообразным сравнивать эти две группы.

Таблица 1 – Сравнение жизнестойкости у студентов с разной выраженностью индекса автономного функционирования

		Жизнестойкость		
		низкий уровень	средний уровень	высокий уровень
Индекс автономного функционирования	не выражен	0%	0%	100%
	выражен	31%	57,7%	17,3%
	ярко выражен	10%	85%	5%

Показатели жизнестойкости у студентов с разной выраженностью индекса автономного функционирования. Более высокий уровень вовлечённости имеют респонденты с ярко выраженным индексом автономного функционирования, вероятно они более активно участвуют в учебном процессе, внеучебной деятельности и жизни в целом, что способствует их жизнестойкости и успешной адаптации.

Показатели контроля и принятия риска также выше у студентов с ярко выраженным индексом автономии, они чувствуют себя более уверенно в своей способности управлять ситуациями, более открыты к новым возможностям и готовы принимать вызовы, что поддерживает их активную жизненную позицию.

Таблица 2 – Средние значения жизнестойкости и копинг-стратегии у студентов с разной выраженностью индекса автономного функционирования

	Индекс автономного функционирования		
	не выражен	выражен	ярко выражен
Вовлечённость	45	31,2	34,5
Контроль	39	25,6	27,7
Принятие риска	22	15,1	16,5
Конфронтация	9	9,3	9,1
Дистанцирование	8	10,0	10,6
Самоконтроль	11	13,4	12,4
Поиск социальной поддержки	11	11,2	11,4
Принятие ответственности	2	6,8	6,9
Бегство	9	13,5	13,2
Планирование решения проблемы	5	12,1	12,6
Положительная переоценка	11	13,3	14

Копинг-стратегии в группах студентов со средним и ярко выраженным индексом автономного функционирования. Показатели незначительно отличаются друг от друга, но заметно, что условно деструктивные стратегии совладания более выражены у студентов со средним индексом автономного

функционирования, а продуктивные менее. И наоборот, при ярко выраженном индексе автономности (активной жизненной позиции) повышаются показатели продуктивных копинг стратегий и понижаются показатели деструктивных, исключая «дистанцирование».

Таблица 3 – Копинг-стратегии высокого уровня у студентов с разной выраженностью индекса автономного функционирования

Копинг-стратегии	Индекс автономного функционирования		
	не выражен	выражен	ярко выражен
Конфронтация	0%	20,7%	15%
Дистанцирование	0%	27,6%	30%
Самоконтроль	0%	69%	55%
Поиск социальной поддержки	0%	31%	55%
Принятие ответственности	0%	0%	0%
Бегство	0%	55,2%	45%
Планирование решения проблемы	0%	44,8%	60%
Положительная переоценка	0%	62%	70%

Так же рассмотрели напряжённые копинг-стратегии у студентов в двух группах. 70% студентов с высокими значениями индекса автономного функционирования используют положительную переоценку как копинг-стратегию, 60% выбирают планирование решения проблем, по 55% отдают предпочтение стратегиям «самоконтроль» и «поиск социальной поддержки».

Высокий процент студентов, использующих положительную переоценку как стратегию совладания, свидетельствует о их способности адаптироваться к трудным ситуациям, находя в них позитивные аспекты. Это может указывать на высокую степень оптимизма, положительное переосмысление рассматривается как стимул для личностного роста. Планирование решения проблем как активный подход студентов к решению возникающих трудностей предполагает, что студенты не только осознают проблемы, но и готовы принимать меры для их решения.

Стратегия «поиск социальной поддержки» указывает на то, что студенты понимают важность взаимодействия с окружающими и готовы обращаться за помощью, они умеют поддерживать взаимоотношения с людьми и чувствует себя причастными к какому-либо сообществу: семье, дружбе, профессиональному сообществу, рабочему коллективу, что может значительно улучшить их эмоциональное состояние. Стратегия «самоконтроль» показывает, что студенты способны управлять своими эмоциями и поведением в стрессовых ситуациях, что также является важным ресурсом для проявления активной жизненной позиции в рамках социума в котором человек проживает. Дистанцирование, используемое как решение

30% студентов помогает им сохранять объективность и не вовлекаться в проблемы эмоционально, а рассматривать более рациональные подходы к решению трудностей.

Студенты со средним, менее выраженным индексом автономного функционирования используют преимущественно следующие стратегии: «самоконтроль» (69%), «положительная переоценка» (62%), «бегство» (55,2%). По сравнению со студентами из группы с ярко выраженной автономностью они:

- преимущественно выбирают «самоконтроль» как способ преодоления, могут быть менее уверенными в своих действиях и решениях, меньше полагаются на себя и свои внутренние ресурсы.

- в меньшей степени способны к положительному переосмыслению проблемных ситуаций, в меньшей степени готовы сталкиваться с трудностями, планировать и решать проблемы.

- предпочитают избегать трудности, при этом меньше ищут социальную поддержку, в межличностных взаимодействиях более подвержены конфронтации или отреагированию негативных эмоций.

Таким образом, активная жизненная позиция, рассматриваемая через выраженность индекса автономного функционирования положительно связана с личностным потенциалом (жизнестойкость и продуктивные копинг-стратегии).

Чем выше жизнестойкость и её показатели, и чем более выражены копинг-стратегии, ориентированные на самоопределяющее, инициативное поведение, требующее усилий, действий, работы над собой (позитивная переоценка, планирование решения проблемы, поиск социальной поддержки, самоконтроль), тем более выражен индекс автономного функционирования.

Личностный потенциал — важный фактор активной жизненной позиции, поскольку он способствует личностному росту и развитию навыков, необходимых для успешной жизни. Люди с активной жизненной позицией открыты к новым идеям и возможностям, готовы изучать новое и выходить за пределы своей зоны комфорта. Это расширяет их горизонты и позволяет находить неожиданные пути для достижения успеха. Таким образом, личностный потенциал служит основой для формирования активной жизненной позиции, так как он предоставляет необходимые ресурсы для достижения целей и активного участия в жизни.

Библиографический список

1. Ананьев Б.Г. Человек предмет познания. Л., 1969. 228 с.
2. Антонова О.А. Формирование активной жизненной позиции будущих педагогов-психологов: Учебно-методическое пособие. Казань: Издательство "Познание", 2008. 176 с.
3. Булаева, М. Н. Особенности проявления личностного потенциала студентов // Проблемы современного педагогического образования. 2023. № 78-2. С. 58-60.

4. Землякова, Е. С., Нестерова И. Н. К вопросу о формировании активной жизненной позиции как фактора развития личности // Формирование профессиональной направленности личности специалистов - путь к инновационному развитию России : Сб. ст. VI Всерос. науч.-практ. конф., Пенза, 16-17 дек. 2024 г. Пенза: Пензенский государственный аграрный университет, 2024. С. 167-170.
5. Зиннатова М.В., Лукьянова Е.В. Феномен личностного потенциала в психологии // Lurian Journal. 2023. № 4(4). С. 19-30.
6. Корнилова В.В. Формирование социально активной жизненной позиции студентов // Личность, семья и общество: вопросы педагогики и психологии. 2014. №39-1. С. 1-8.
7. Мадди С. Смыслообразование в процессах принятия решения // Психологический журнал. 2005. Т. 26. № 6. С. 17-21.
8. Майоров С. В., Блинов И. А. Проблема развития личностного потенциала студентов // Пермский период: Сборник материалов XI Международного научно-спортивного фестиваля курсантов и студентов образовательных организаций, посвященного 145-летию уголовно-исполнительной системы Российской Федерации. Пермь: Пермский институт Федеральной службы исполнения наказаний, 2024. С. 74-75.
9. Родина Е. А., Филенко И. А. Добровольческая деятельность как инструмент формирования активной жизненной позиции у студентов // Организация работы с молодежью. 2022. № 2.
10. Рогачева К. Б. Личностный потенциал студентов как фактор преодоления сложных жизненных ситуаций // Научный вестник Гуманитарно-социального института. 2024. № 18. С. 14.
11. Стюарт И., Джоинс В. Современный транзактный анализ. СПб: Метанойя, 2017. 444 с.