

Ментальность как компонент жизнеспособности жителей Севастополя

Руководитель: Наличаева С.А.

Планируемые результаты:

1 этап: 1) январь - апрель 2020 года – теоретический анализ проблемы жизнеспособности и ментальности, как компонента жизнеспособности, дезадаптационных проявлений, оказывающих негативное влияние на здоровье человека (написание статьи); 2) май - июль 2020 года - подбор эмпирической и методической базы исследования, и первый этап лонгитюдного исследования жизнеспособности (написание статьи); 3) август - сентябрь 2020 года – разработка методики изучения ментальности как компонента жизнеспособности; 4) октябрь - декабрь 2020 года - стандартизация и апробация методики (написание статьи); 2 этап: 5) январь - февраль 2021 года - анализ компонентов жизнеспособности у жителей Севастополя (проведение научно-методического семинара), 6) март - апрель 2021 года - выявление психологических особенностей ментальности как компонента жизнеспособности у жителей Севастополя (проведение анкетирования и тестирования); 7) май - июнь 2021 года - мониторинг психологических состояний с использованием тестовых методик и аппаратных методов (анкетирование, тестирование - полевые исследования (в границах г.Севастополя)); второй этап лонгитюдного исследования жизнеспособности; 8) июль-август 2021 года - анализ связи компонентов жизнеспособности и дезадаптационных проявлений у жителей Севастополя (написание статьи); 9) сентябрь 2021 - разработка профилактических мероприятий, направленных на борьбу с неблагоприятными состояниями, повышение адаптационных возможностей, развитие компонентов жизнеспособности (тренинги); 10) октябрь 2021 года - реализация программы по развитию компонентов жизнеспособности у групп населения Севастополя (тренинги); 11) ноябрь 2019 - подведение итогов апробации разработок в области профилактики неблагоприятных состояний, повышения адаптационных возможностей и компонентов жизнеспособности (конференция, публикация сборника и написание статьи)

Научный задел:

Получены результаты о связи жизнеспособности с проявлениями дезадаптации российской молодежи, собрана батарея психодиагностических методик для диагностики жизнеспособности, на основе полученных результатов разработаны отдельные темы программ учебных дисциплин "Организационная психология" и "Психология труда, инженерная психология и эргономика". Разработаны программы тренингов развития компонентов жизнеспособности. Наличаева С.А., Дячук А.К. Жизнеспособность как фактор устойчивости к дезадаптационным проявлениям у молодежи // Институт психологии Российской академии наук. Организационная психология и психология труда. 2019. Т. 4. № 2. С. 44-91. Наличаева С.А., Ткаченко А.А., Милованова А.С. Стиль семейного воспитания как фактор развития личности // Семья и личность: проблемы взаимодействия, № 11, С. 63-70 Малахова С.И., Наличаева С.А. Интуитивные компоненты личностной регуляции при принятии решений // Человек в условиях неопределенности: сборник научных трудов в 2-х т. (2018 г., 19-20 апреля, Самара), место издания Самар. гос. техн. ун-т Самара, том 1, С. 183-186 Наличаева С.А. Личностный самоактуализационный потенциал современной молодежи // сборник VIII Всероссийская научно-практическая конференция студентов, аспирантов и молодых ученых (с международным участием) "Социально-психологические проблемы современной семьи", Ставрополь: Логос, 2018, С.194-198 Наличаева С.А., Малахова С.И. Личностные детерминанты психических состояний у педагогов // в сборнике Психология состояний человека: актуальные теоретические и

прикладные проблемы. Материалы III Международной научной конференции "Психология состояний человека: актуальные теоретические и прикладные проблемы", Казань, 2018, С. 367-370

Основные результаты:

Теоретический анализ проблемы жизнеспособности и ментальности, как компонента жизнеспособности, дезадаптационных состояний, оказывающих негативное влияние на здоровье человека (статья). Подбор эмпирической и методической базы исследования. Разработка методики изучения ментальности как компонента жизнеспособности (проведение научно-методического семинара). Стандартизация и апробация методики (статья). Первый этап лонгитюдного исследования компонентов жизнеспособности у жителей Севастополя (статья).

Результаты этапа: Актуальность темы исследования заключается в том, что в современном мире все чаще возникает необходимость в решении проблемы сохранения стабильности жизни и деятельности человека в обстоятельствах, способствующих дестабилизации. Современным жителям Севастополя важно уметь противостоять негативным внешним факторам и уметь влиять на собственные ресурсы, развиваться вопреки трудностям. Жизнеспособность является основой адаптации человека к неблагоприятным социально-психологическим, экономическим и эпидемиологическим факторам. При низких показателях жизнеспособности чаще проявляется стресс, синдром выгорания, которые приводят к психосоматическим, психическим расстройствам и физическим заболеваниям. Жизнеспособность позволяет самостоятельно выживать и развиваться вопреки воздействиям различных дестабилизирующих внешних факторов среды. Недостаточно изученным является вопрос связи жизнеспособности и ментальности. Рассмотрение ментальности жителей Севастополя как компонента их жизнеспособности и фактора адаптации и совладания со стрессом и выгоранием определяет новизну исследования. На первом этапе реализации проекта достигнута цель: исследовать ментальность жителей Севастополя как компонент их жизнеспособности. Проведен теоретический анализ проблем жизнеспособности и ментальности как компонента жизнеспособности; подобрана выборка и методы исследования; разработана методика для изучения ментальности у разных групп населения Севастополя; проведен анализ компонентов жизнеспособности; выявлены психологические особенности ментальности как компонента жизнеспособности у жителей Севастополя; проведена диагностика проявлений психологического выгорания; проанализирована связь компонентов жизнеспособности и дезадаптационных проявлений у жителей Севастополя. Полученный материал позволит разработать программу развития жизнеспособности и профилактики дезадаптационных проявлений (выгорания) у населения Севастополя. В исследовании использованы теоретические методы, психодиагностические методики для диагностики жизнеспособности, синдрома выгорания, культурно-ценностных ориентаций, показателей индивидуального культурного профиля. В исследовании использована авторская анкета для анализа особенностей ментальности жителей Севастополя. Полученные данные обработаны с использованием методов математической статистики в статистическом пакете. Исследование проведено в городе Севастополе в период с февраля 2020 года по июль 2020 года. Всего в исследовании приняло участия 320 человек (126 мужчин и 194 женщины, в возрасте от 18 до 61 года). При анализе данных учитывались следующие параметры: пол, возраст, семейное положение, род занятий, профессия и т.д. Описаны особенности управления ресурсами совладания со стрессом у жителей Севастополя в аспекте их жизнеспособности. Получено, что жизнеспособность и ее компоненты отрицательно связаны со стрессом у молодежи, а стресс отрицательно связан с настойчивостью, совладанием и адаптацией, семейными и социальными взаимоотношениями, то есть важным ресурсом устойчивости молодежи к стрессу является

жизнеспособность. У молодежи города Севастополя при развитых компонентах жизнеспособности, преобладают конструктивные способы совладания со стрессом. Жизнеспособность у жителей Севастополя связана с готовностью прийти на помощь, оптимизмом, уверенностью в себе, порядочностью, целеустремленностью, умением ограничивать себя, решительностью, смелостью, трудолюбием, ценностью свободы, здоровья, развития, семьи. Жизнеспособность связана с представлениями молодежи о хорошем человеке, как о том, который обладает пониманием и состраданием, умением помогать, с поиском социальной поддержки, вступлением в социальный контакт. Жизнеспособность рассмотрена, как индивидуальная способность к управлению в контексте культурных норм, условий среды и социума своими ресурсами, развитие человека вопреки трудностям и проблемам. Анализ средних значений компонентов жизнеспособности, культурного профиля и выгорания, качественный анализ особенностей ментальности, анализ статистически значимых различий в возрастных и профессиональных подгруппах, анализ различий в показателях ментальности и культурного профиля у респондентов в подгруппах с высокими и низкими показателями жизнеспособности, анализ корреляционных связей показателей жизнеспособности, ментальности, дезадаптации (выгорания), культурного профиля и факторный анализ позволили подтвердить следующие гипотезы: - существуют различия в компонентах жизнеспособности у жителей Севастополя разных возрастных групп; - существуют различия в проявлении синдрома выгорания у жителей Севастополя разных возрастных групп; - существует связь жизнеспособности и ментальности у жителей Севастополя; - высокие показатели компонентов жизнеспособности способствуют адаптации и совладанию со стрессом и выгоранием у жителей Севастополя; - существуют профессиональные особенности в проявлении дезадаптации (синдрома выгорания) у жителей Севастополя. Полученные результаты могут быть использованы в рамках психологического сопровождения отдельных групп населения, развития жизнеспособности у жителей Севастополя, в работе педагогов и психологов с целью повышения адаптивности и жизнеспособности населения Севастополя. Полученные результаты могут использоваться в учебном процессе в рамках подготовки будущих психологов, в программах дисциплин: «Социальная психология», «Психология личности», «Психодиагностика», «Организационная психология», «Психология труда, инженерная психология и эргономика» и др. Полученные данные могут создать основу для программы дисциплины «Психология жизнеспособности профессионала» и программ дополнительного образования.