

1 ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ, ИСТОРИЯ ПСИХОЛОГИИ

FTAXP 15.41.21
ӘОЖ УДК 159.9

<https://doi.org/10.46914/2959-3999-2023-1-1-5-14>

О.С. САНГИЛБАЕВ,*¹

псих.ғ.д., профессор.

*e-mail: ospan_seidulla@mail.ru

ORCID ID: 0000-0003-2067-3010

Ж.К. ТУРНИЯЗОВА,¹

докторант.

e-mail: zturniyazova@inbox.ru

ORCID ID: 0000-0002-7824-0325

Б.П. МЫРЗАТАЕВА,¹

псих.ғ.к., қауымд.профессор.

e-mail: bibymariya@mail.ru

ORCID ID: 0000-0002-7990-2132

А.М. ШУКЕЕВА,¹

докторант.

e-mail: aiuzhan_84@mail.ru

ORCID ID: 0000-0003-4991-9061

¹«Тұран» университеті, Алматы қ., Қазақстан

ӨМІРГЕ ТӨЗІМДІЛІК КОМПОНЕНТЕРІ БОЙЫНША ЭМПИРИКАЛЫҚ ЗЕРТТЕУЛЕРДІ ТАЛДАУ

Андатпа

Өмірге төзімділік мәселесі қазіргі уақытта өте өзекті. Қоғамдағы қарқынды әлеуметтік, экономикалық, саяси өзгерістер, техникалық және технологиялық өзгерістердің жылдамдығы адамның психологиялық денсаулығына әсер етіп, күйзеліске, неврозға, орынсыз мінез-құлық, депрессиялық күйлерге әкеледі. Қазіргі әлемде адамзат күйзеліспен, функционалдық жүктемелермен және өмірдің мәнін жоғалту сияқты мәселелермен көп кездесуде. Осыған байланысты мақалада жеке тұлғаның өміршеңдігін зерттеудің маңыздылығы көрініс тапты. Мақаланың мақсаты – шетелдік және отандық ғалымдардың еңбектеріндегі өмірге төзімділік компоненттерінің эмпирикалық зерттеулерін талдау болып табылады.

Тірек сөздер: өмірге төзімділік, күйзеліс, өмірге төзімділіктің құрылымдық компоненттері, копинг-стратегия, мінез-құлықты игеру.

Кіріспе

Қазіргі әлем өте тұрақсыз және шиеленісті, ол өткінші және өзгермелі, және бұл әлеуметтік өзгерістер адамға әсер етпеуі мүмкін емес. Қазақстандағы да, шетелдегі де зерттеушілер маңызы бар факторларының көбеюін, адамдардың үйреншікті мінез-құлқының өзгеруін көрсетеді [1]. Пандемия жағдайында өзін-өзі оқшаулау кезеңдері және Қазақстандағы қаңтар оқиғалары адамның жалпы әл-ауқатына тікелей және теріс әсер ететін күйзелістің, алаңдаушылықтың, депрессияның – ішкі күйлердің айтарлықтай жоғарылауымен байланысты болды [2].

Қазіргі әлемде өмірге төзімділікке арналған сұрақтар өзекті болып табылады, өйткені жалпы өмір сапасы біздің өмірдегі қиындықтарға қалай төзе алатынымызға байланысты. Өмірдің

кез келген саласындағы әртүрлі жағдайларға бейімделу үшін (тұлғааралық қарым-қатынас, кәсіби белсенділік, жеке рухани өсу және денсаулық) адамға өмірге төзімділіктің құрылымдық компоненттерін, копинг-стратегияларын және қиындықтарды жеңу қабілетін дамыту қажеттілігі мен өзіңізге, күшіңізге деген сеніміңізді жоғалтпай, шешім қабылдауға және оның салдарын жасауды қажет етеді. Қазіргі заманда мұндай қасиетті шетелдік және отандық психологтар «hardiness» немесе «өмірге төзімділік» деп анықтайды. Өмірге төзімділікті қалыптастыру және нығайту маңызды міндет болып табылады, өйткені өмірге төзімділік стресстік жағдайлардан сәтті күресуге мүмкіндік беретін және ішкі шиеленісті төмендететін психологиялық фактор болып табылады. Өмірге төзімділік – стресстік жағдайлардан сәтті шығуға мүмкіндік беретін және ішкі күйзелісті төмендететін психологиялық фактор [3].

Бұл жерде «hardiness» немесе «өмірге төзімділік» туралы көптеген зерттеулер стресстік жағдайлардан шығу және жеңу, қоғамға бейімделу, сонымен қатар физикалық, психологиялық, психикалық, әлеуметтік сонымен бірге, денсаулық мәселелерімен байланыстылығын көрсеткен.

S.R. Maddi ерекше тұлғалық қасиет «hardiness» теориясы жеке тұлғаның шығармашылық әлеуетінің мәселелерін дамытуға және стрессті реттеуге байланысты пайда болды [4].

S.R. Maddi пікірінше, «hardiness» – бұл стресстік жағдайларды ықтимал апаттардан мүмкіндіктерге айналдыру бойынша қиын тапсырманы орындауға батылдық (батылдық) және ынталандыруды қамтамасыз ететін сыртқы әлеммен өзара әрекеттесу кезіндегі өзіне деген көзқарастар мен сенімдердің жиынтығы [4].

S.R. Maddi 3C: Commitment, Control, Challenge (тартылу, бақылау, тәуекелге қабылдау – аударған Д.А. Леонтьев) кіретін «hardiness» құрылымын немесе құрылымын жасады.

Кейіннен S.R. Maddi әртүрлі үлгілерде, кәсіби қызметтің әртүрлі салаларында «hardiness» сапасына әртүрлі зерттеулер жүргізді және D. Khoshiba бірге «hardiness» арттыру тренингін жасады [5].

S.R. Maddi және бірлескен авторлар әскери және мемлекеттік қызметкерлердің үлгісінде табандылық пен діндарлықтың депрессия мен ашумен, сондай-ақ күресу тетіктері мен әлеуметтік қолдаумен қалай байланысатынын зерттеді.

Материалдар мен әдістер

Өмірге төзімділік тесті 1984 ж. американдық психолог Сальваторе Мадди әзірлеген ағылшын тіліндегі Hardiness Survey бағдарламасының орыс тіліндегі бейімделуі болып табылады. Орыс тіліне бейімделудің түпнұсқа нұсқасын құрастырған Д.А. Леонтьев және Е.И. Расказова және оның қысқартылған және қайта расталған вариантын ұсынған Е.Н. Осин мен Е.И. Расказова болды. Содан соң қысқартылған нұсқасын орыс тіліне аударып, растаған М.В. Альфимова және В.Е. Голымбет.

20 ғасырдың соңында өмірге төзімділік концепциясы стресс психологиясы саласындағы зерттеулерді онтологиялық мазасыздық және онымен күресу жолдары туралы экзистенциалды идеялармен байланыстыруға мүмкіндік береді, сонымен бірге қазіргі кездегі ең өзекті мәселелердің біріне экзистенциалды көзқарастарға негізделген іс жүзінде тиімді жауап ретінде қарастырған (Мадди, 1998, 2002, 2004) [6].

Әдебиетке шолу

I. Solcova және J. Sykora зерттеулері мазасыздық тудыратын жағдайларда «hardiness» пен стресстің арақатынасына арналды. Төзімділік көрсеткіштері жоғары адамдарда стресстік жағдайға тап болған кезде әлсіз физиологиялық жауаптар болды. Сонымен қатар, бақылау деңгейі жоғары адамдарда жүрек соғу жиілігінің өзгергіштігінің жоғары жылдамдығы анықталды, бұл мұндай адамдардың ұқсас жағдайларды жеңу әрекеттерінің ауырлығын білдіреді [7].

Bjørn H. Johnsen мен норвегиялық бір топ зерттеушілер полицейлердің үлгісін зерттеу барысында модератор ретіндегі «hardiness» тек өзін-өзі тиімділік пен жұмысқа қанағаттану арасындағы қатынас үшін ғана табылғанын анықтады. Өмірге төзімділігі жоғары субъектілер үшін оң әсер, өмірге төзімділігі төмен субъектілер үшін теріс әсер анықталды. Зерттеушілер

полиция қызметкерлерін іріктеуде «hardiness»-ті пайдалану өзін-өзі тиімді ету сенімдерін нығайтуға бағытталған оқыту және модельдеумен қатар жүруі керек деген қорытындыға келді. Бұл өз кезегінде жұмысқа қанағаттануға әкеледі.

A. Tantry, A.P. Singh «hardiness» әртүрлі мамандықтардағы мамандар үлгісінде зерттеп, банк ісі, білім беру, полиция, денсаулық сақтау сияқты әртүрлі кәсіп өкілдерінің арасында айтарлықтай айырмашылықтар бар екенін анықтады [9].

S. Corso-de-Zúñiga, B. Moreno-Jiménez, E. Garrosa, L.M. Blanco-Donoso, I. Carmona-Cobo 2017 ж. кәсіби қызметке байланысты «hardiness» зерттеуін жүргізді. Нәтижелер «hardiness» жұмыс ресурстары мен жұмыс арасындағы қарым-қатынасты ішінара делдал ететінін және жұмыстан шаршауды азайтатынын көрсетті. «Hardiness» мотивациялық процесте жеке ресурс рөлін атқарады және ол сонымен бірге жұмыстан шаршаудың алдын алу қызметін атқарады [10].

N.D. Tho зерттеуі «hardiness»-тың әсері мен қажеттілік дәрежесін, сонымен қатар оның жеке құрамдас бөліктерін студент-кәсіпкерлерді дайындауда ашты. Нәтижелер оқуға оң әсерін көрсетті [11].

Норвегиялық ғалымдар тобы A.G. Thomassen, S.W. Hystad, B.H. Johnsen, G.E. Johnsen, P.T. Bartone жүргізген зерттеу нәтижелері «hardiness»-тың тұлғалық ресурс ретіндегі маңыздылығын атап көрсетті, бұл әскери кадрларды таңдауға және оларды дайындауға әсер етуі мүмкін. Стресспен күресу стратегиялары PTSD белгілері туралы ескертулерді алдын-алуын арттырады [12].

Mojgan Karbakhsh, Shokouh-Alsadat Banijamali және Morvarid Ahadi дәрігерлердің мамандығына, жынысына, жасына және отбасылық жағдайына байланысты «hardiness» (өмірге төзімділікті) бағалай отырып, сондай-ақ «hardiness» пен агрессия, тұлғааралық сезімталдық пен оқудағы табыс арасындағы байланысты зерттеді [13].

C.M. Kowalski, J.A. Schermer бакалавриат студенттеріндегі өмірге төзімділікті, алаңдаушылықты, ойлауды, зейінділікті, невротизмді, мазасыздықты, соматизацияны, күресуді және денсаулықты бағалады. «Hardiness» невротизммен, ойланушылықпен, алаңдаушылықпен және алаңдаушылықпен теріс корреляцияға ие болды, ал зейінмен, өзін-өзі бақылаумен және денсаулықпен оң корреляцияланды [14].

Осы типтегі әрі қарайғы зерттеулерге қызықты серпін АҚШ әскери академиясының курсанттары арасындағы көшбасшылықтың тиімділігіне «hardiness» қатар «Big five» («Үлкен бестік») тұлғалық факторларының әсерін зерттеу болды. Шын мәнінде, бұл ғалымдар тобы жүргізген бірінші зерттеу, олардың кейбіреулері жоғарыда аталған (Paul T. Bartone, Bjørn Helge Johnsen), тұлға факторлары мен «hardiness» арасындағы байланысты зерттейді [15].

2020 жылдың басында атақты норвегиялық төзімділік зерттеушісі Paul Bartone 40 жылдық ғылыми зерттеулерге негізделген өмірге төзімділік туралы кітап жазып, шығарды. Автор адамдарды күйзелістің денсаулыққа, бақытқа және өнімділікке теріс әсерінен қорғайтын төзімділік ресурсы ретіндегі «hardiness»-тың маңыздылығын растады. Кітапта тәжірибелік зерттеулер, төзімділік туралы ақпарат, шынайы өмірлік оқиғалар және төзімділікті дамытуға көмектесетін жаттығулар бар. Кітаптың аннотациясында бұл ұғымға автордың анықтамасы берілген: «hardiness – күйзелістің деструктивті әсеріне төтеп беру қабілетіңіз – адамның қиын және күтпеген жағдайларға бейімделуіне және тиімді күресуіне үлкен әсер етеді» [16].

Д.А. Леонтьев 2000 ж. «hardiness» тұлғалық айнымалысын «өмірге төзімділік» сөзімен белгілеуді ұсынды, оған «өмір» сөзін «hardiness» қосып, сол арқылы ұғымға ерекше мән, ерекше мазмұн беріп, бұл құбылыстың мағыналық және эмоционалдық жүктемесін арттырады.

Д.А. Леонтьевтің пікірінше, «Өмірге төзімділік – белгілі бір дәрежеде қалыптасу мен дамуға қолайлы көзқарастар мен сенімдер жүйесі. Бұл адамның өмірлік қиындықтарды жеңуде табысқа жетуіне жауапты адамның интегративті қасиеті, бұл адамның стресстік жағдайға төтеп беру, ішкі тепе-теңдікті сақтау және қызметтің табыстылығын төмендетпеу қабілетінің өлшемін сипаттайтын нәрсе» [17].

Д.А. Леонтьев сонымен қатар тұрақтылықтың үш құрамдас бөлігін – тартылу (commitment), бақылау (control), тәуекелді қабылдау (challenge) бейімдеді. Бірге Е.И. Расказова S. Muddy өмірге төзімділік тестін орыс тіліндегі нұсқасын әзірлеу және сынау бойынша жұмыс жасады.

А.А. Нестерова 2017 ж. әскери қызметкерлердегі өзін-өзі ұйымдастыру мен өмірге төзімділік арасындағы байланысты зерттеді. Нәтижелер әскери ерлердегі табандылық көбіне эмоционалдық өзін-өзі бақылау деңгейімен, ал әйелдерде – мақсат қою деңгейімен оң байланысты екенін көрсетті [18].

Е.С. Писменюк стресске әсер етудің әртүрлі деңгейлері бойынша ерекшеленетін топтардағы басшылардың тұрақтылығы мен мотивациясының сипаттамалары арасындағы байланыс ерекшеліктерін қарастырады [19].

М.А. Фризен өз зерттеуінде мұғалімдердің басқа кәсіптік топтармен салыстырғанда өмірге төзімділік ерекшеліктері мен оның ауырлық деңгейлері әртүрлі, өмірге төзімділікті мұғалімдер әртүрлі қолданады, басқарушылық қызметке қатысуына байланысты айырмашылықтары бар, сондай-ақ олармен байланысты әртүрлі болуы мүмкін деп болжайды [20].

Басқа зерттеу агрессивтілік пен тұлғаның өмірге төзімділік арасындағы байланысты ашады. М.Г. Чухрова, О.Е. Митрофанова, Т.А. Фил, С.В. Пронин, А.А. Александрова 50 триатлоншы-спортсмендерді зерттеді. Тұлғаның өмірге төзімділігінің жеке құрамдас бөліктері агрессивтілік көрсеткіштерімен корреляцияланатыны және оны конструктивті бағытқа түрлендіретіні көрсетілді және статистикалық түрде расталды [21].

Е.А. Шерешкова орта жасы 40 жасты құрайтын педагогикалық мамандықтарда оқитын сырттай бөлім студенттерінің тұлғалық қасиеттері мен өмірге төзімділік қатынасын зерттеді. Нәтижелер өмірге төзімділіктің көпшілдікпен, экспрессивтілікпен, үстемдікпен, радикализммен, жоғары мақтаншақтықпен, экстраверсиямен оң, ал уайыммен, сәйкестікпен теріс байланысты екенін көрсетті [22].

А.А. Земскова Ресей төтенше жағдайлар министрлігінің курсанттары арасындағы өмірге төзімділіктің жеке ерекшеліктерімен байланысын зерттеді. Зерттеу нәтижелері көрсеткендей, өмірге төзімділік құрылымы биологиялық (психофизиологиялық) құрамдас, әлеуметтік және психологиялық сипатталады. Өмірге төзімділіктің предикторы ретінде өмірдің мәнділігі, мінез-құлықпен копинг-стратегиялары – өзін-өзі бақылау, жауапкершілікті қабылдау, қашудан аулақ болу; тұлғалық бейімделу потенциалы және оның құрамдас бөліктері – мінез-құлықты реттеу және қарым-қатынас потенциалы; кейіпкер акцентуациясының қатаң және эмоционалды түрлері; сыртқы теріс мотивация; психофизиологиялық көрсеткіштер – вагосимпатикалық тепе-теңдік (LF/HF), орташа реакция уақыты болып табылады [23].

Нәтижелер мен талқылау

Зерттеу нәтижелерінің негізінде мысал ретінде Multidisciplinary Eurasian Studies журналында «Өмірге төзімділік пен копинг-стратегиялары арасындағы жас ерекшеліктеріне байланысты зерттеу» атты тақырыпта жарияланған қазақстандық авторлар А.А. Қасымжанова мен О. Ковтунның ғылыми-зерттеу жұмыстарының нәтижелерін қарастырамыз.

Зерттеуге 90 респондент қатысып, олар жасына қарай үш топқа бөлінген: 18-ден 25 жасқа дейін – 30 адам, 26-дан 39 жасқа дейінгі топ – 30 адам, 40 және одан жоғары топ – 30 адам. Әртүрлі жастағы адамдарда өмірге төзімділік компоненттері пен копинг-стратегиялары арасындағы байланысты зерттеу үшін зерттелетін құбылыстар арасындағы маңызды корреляция анықталған. Бұл Спирменнің рангілік корреляция коэффициенті (SPSS23.0) арқылы жасалған. Спирмен коэффициенті Лазарустың «Мінез-құлықты игеру әдістері» сауалнамасы және С. Маддидің өмірге төзімділік тест нәтижелері бойынша алынған нәтижелер негізінде зерттеу жұмысы жүргізілген.

1-кестені талдауда өмірге төзімділіктің тартылу компоненті ($r = 0,5$) мен әлеуметтік қолдау копинг – стратегиясының (статистикалық маңыздылықтың жоғары деңгейінде оң байланыс бар $p \leq 0.01$) арасында маңызды корреляциялық байланысты көрсетуде. Бұл 18 жастан 25 жасқа дейінгі респонденттердің көбінесе қажетті ақпаратты әлеуметтік қолдауға жүгінетінін білдіреді, яғни оқулықтар мен әлеуметтік желілерден қажетті ақпаратты іздеуден, басқалардан кеңестер мен ұсыныстарды сұраудан, әдетте, жеке басына маңызды адамдар ақыл кеңесіне жүгінуден тұрады.

Кесте 1 – 18–25 жасаралығындағы Лазарус әдістемесі бойынша өмірге төзімділік компоненттері мен корреляциялық байланыс көрсеткіші

Өмірге төзімділік параметрлері / Мінез-құлықты игеру компоненттері		Конфронтациялық копинг	Арақашықтық	Өзін – өзі бақылау	Әлеуметтік қолдауды іздеу	Жауапкершілікті қабылдау	Қашу	Жоспарлау	Қайта оң бағалау
Спирмен бойынша	Тартылу	,165	-,232	,125	,465*	-,164	-,433*	,308	,168
	Бақылау	,361*	,074	-,017	,344	-,280	-,286	,244	,294
	Тәуекелді қабылдау	,445*	-,091	-,232	,414*	-,116	-,298	,257	,138
	Өмірге төзімділіктің жалпы көрсеткіші	,332	-,080	,029	,455*	-,182	-,409*	,304	,248
**Корреляция 0,01 деңгейінде маңызды (екі жақты)									
*Корреляция 0,05 деңгейінде маңызды (екі жақты)									
Ескертпе: Авторлармен құрастырылған.									

Өмірге төзімділіктің тартылу компоненті мен копинг-стратегиясы арасында айтарлықтай кері корреляция табылды ($p \leq 0.05$). Бұл деректер тартылу деңгейі неғұрлым жоғары болса, соғұрлым олар копинг-стратегиясына азырақ жүгінеді, басқаша айтқанда, олар мәселені шешуден қашпайды, қиял мен арманға батпайды деп айтуға мүмкіндік береді.

Өмірге төзімділік компоненті – конфронтациялық копинг бақылау арасындағы оң байланыстарының ($p \leq 0.05$) маңыздылығы, бақылау деңгейі неғұрлым жоғары болса, соғұрлым респондент жие ашық көрінетін конфронтациялық копинг әдістеріне жүгіне отырып, кейде проблемалық жағдайды шешуде агрессивті формалардың көрініс алатындығын білдіреді.

Сондай-ақ тәуекелді қабылдау компоненті мен конфронтациялық копинг статистикалық маңыздылық ($p \leq 0.05$) деңгейінде арасында оң байланыс анықталды. Сонымен бірге, тәуекелді қабылдау компоненті мен әлеуметтік қолдауды іздеу стратегиясы ($p \leq 0.05$) арасында айтарлықтай корреляция бар. Бұл нәтижелер осы жас тобының өкілдерінің проблемалық жағдайды шешу жолын таңдауда жауапкершілігін қабылдау және сырттан көмек пен кеңес күту арқылы жағдайға белсенді араласумен қатар жүретінін дәлелдеуге мүмкіндік береді.

1-кестені талдауда өмірге төзімділік және әлеуметтік қолдауды іздеу стратегиясының жалпы көрсеткіштері бойынша оң байланыс, сонымен бірге өмірге төзімділік пен қашу стратегиясының жалпы көрсеткіштері арасында пропорционалды байланыс ($p \leq 0.05$) анықталған.

18 бен 25 жас аралығындағы топта өмірге төзімділік компонентінің жоғары көрсеткішіне ие респонденттер қиын өмірлік жағдайды шешу кезінде басқалардың көмегіне жиі жүгінеді, қиын жағдайда сырттан түсіністік пен қолдау күтеді, олардың кеңестері мен ұсыныстарын тыңдайды.

Сонымен қатар, өмірге төзімділік көрсеткіші бойынша жоғары деңгейіне ие респонденттер, олардың өмірінде туындаған проблемалық жағдайдан қашу немесе алшақтау стратегиясына сирек жүгінетіндігінің белгісі.

Осылайша, Лазарус сауалнамасы бойынша өмірге төзімділік компоненттері мен копинг-стратегиялары арасындағы корреляциялық талдаудың алынған мәліметтері 18-ден 25 жасқа дейінгі жас тобына тән нақты копинг-стратегияларын анықтауға мүмкіндік берген. Қиын өмірлік жағдайлардан шығу үшін бұл жастағы адамға нақты әлеуметтік кеңістікте әлеуметтік қолдауды іздеу және шешім қабылдаудың, қиын жағдайды шешудің шешушісі ретінде кейде агрессивті әдістерін қолдану көмектесетіні анықталған.

26 мен 39 жас аралығындағы топтағы Лазарус сауалнамасы бойынша өмірге төзімділік компоненттері мен копинг-стратегиялары арасындағы байланыс 2-кестеде (10 б.) көрсетілген.

2-кестенің талдауда тартылу мен жоспарлау стратегиясы арасындағы статистикалық маңызды байланысты ($p \leq 0.05$) және тартылу мен жауапкершілікті алу арасындағы теріс корреляцияны бөліп көрсетуге мүмкіндік берді. Осындай байланыстың болуы белсенді қатысуды көрсетеді. ағымдағы жағдай, талдау және мәселені шешудің арқасында, өткен тәжірибе мен

нақты жағдайларға сүйене отырып, адам проблемалық жағдайды мақсатты және жүйелі түрде шешеді. Алайда, сонымен бірге қиыншылықтың туындауындағы өз рөлін мойындау және оны шешудегі жауапкершілік төмендейді. Бұл жас тобындағы респонденттердің өз мінез-құлқы және ондағы қателіктерді талдау деңгейі төмендігі мен мәселе туындаған кездегі жеке жауапкершілікті түсіну деңгейінің айтарлықтай төмендететіндігінің көрінісін білдіреді.

Кесте нәтижелеріне сүйенетін болсақ, айтарлықтай статистикалық деңгейде $p \leq 0.05$ жағдайды бақылау мен оң қайта бағалау арасында оң байланыс бар екені, сондай-ақ бақылау мен қашу стратегиясы арасындағы теріс корреляция $p \leq 0.05$ анықталған. Белсенді әрекеттер қиын жағдаймен күресуде сәтті жеңуге көмектесетініне сенімділік туғызса, онда бұл топтың респонденттері жеке өсудің тағы бір стимулы ретінде ағымдағы жағдайды оңды түрде қайта ойлаумен және қарастырумен сипатталады. Сонымен қатар, бақылау деңгейінің көрсеткіштері жоғары респонденттер проблеманың бар екенін жоққа шығару арқылы оны шешуден қашуға сирек тырысады. Мұның бәрі бірге қиын жағдайда жағымсыз тәжірибелерді жеңуге мүмкіндік береді.

Кесте 2 – 26–39 жасаралығындағы Лазарус әдістемесі бойынша өмірге төзімділік компоненттері мен корреляциялық байланыс көрсеткіші

Өмірге төзімділік параметрлері / Мінез-құлықты игеру компоненттері		Арақашықтық	Өзін – өзі бақылау	Әлеуметтік қолдауды іздеу	Жауапкершілікті қабылдау	Қашу	Жоспарлау	Қайта оң бағалау
Спирмен бойынша	Тартылу	,140	-,307	-,024	-,376*	-,353	,369*	,355
	Бақылау	-,191	-,274	-,180	-,247	-,397*	,203	,408*
	Тәуекелді қабылдау	,141	-,060	,020	-,148	-,376*	,153	,240
	Өмірге төзімділіктің жалпы көрсеткіші	,065	-,264	-,064	-,294	-,474**	,343	,445*
**Корреляция 0,01 деңгейінде маңызды (екі жақты)								
*Корреляция 0,05 деңгейінде маңызды (екі жақты)								
Ескертпе: Авторлармен құрастырылған.								

Тәуекелді қабылдаудың өмірге төзімділік компоненті мен қашу стратегиясы арасында кері корреляция бар ($p \leq 0.05$) екендігін көруге болады. Бұл қиын жағдайды шешу кезінде осы топтың респонденттері тәжірибеден алынған білімді белсенді түрде меңгерумен және болып жатқан оқиғалардың дамуға ықпал ететініне сенімділікпен сипатталады, сондықтан олар проблеманың бар екенін жоққа шығарудан өте сирек аулақ болады, олардан алыстамай шешуге ұмтылады.

Өмірге төзімділіктің жалпы көрсеткіші мен жағдайды оңды қайта бағалау стратегиясы арасында статистикалық маңызды байланыс анықталған. Сондай-ақ, жалпы өмірге төзімділік көрсеткіші мен қашу стратегиясының арасында статистикалық маңыздылықтың жоғары деңгейінде теріс корреляция ($p \leq 0,01$) көрсетіліп отыр. Анықталған нәтижелерге сүйене отырып, өмірге төзімділік деңгейінің жоғары көрсеткіштеріне ие респонденттерге қиын өмірлік жағдайды әрі қарай өзін-өзі дамытуға ынталандыру ретінде түсіну немесе қабылдау тән екенінің белгісі болып табылады. Олар қиын өмірлік жағдайларды жеңудің продуктивті дағыланған және ешқашан олардан қашпайды.

Жоғарыда айтылғандарды қорытындылай келе, 26 жастан 39 жасқа дейінгі респонденттер тобында қиын жағдайды шешу кезінде жеке өсу мен өзін-өзі дамытуға бағытталған конструктивті стратегияларды қолдану және продуктивті емес стратегияларды қолдану, атап айтқанда қашу стратегиялары айтарлықтай төмендейді.

Сонымен бірге А.А. Касымжанова мен О. Ковтунның ғылыми-зерттеу жұмысында 40 жас-тан жоғары респонденттерге жүргізілген әдістемелердің нәтижелері қарастырылған. Оны әдебиеттер тізімінде берілген мақаласында толықтай көре аласыз.

Сонымен осы зерттеуге сәйкес қысқаша қорытындылай келе, Лазарус сауалнамасы бойынша өмірге төзімділік компоненттері пен копинг-стратегияларының арасында байланыстар анықталған. Бұл 40 жасқа қарай адамдардың өмірге төзімділік деңгейі жоғарлап және қиын өмірлік жағдайларда жауапкершілікті қабылдаудан қарағанда, оны шешудегі конструктивті копинг-стратегияларын пайдаланылатының туралы болжам туғызады. Бұл парадоксальды нәтиже жауапкершілікті қабылдау стратегиясын конструктивті стратегия ретінде пайдаланудың себептерін анықтауы мүмкін факторлар үшін одан әрі зерттеулерді жоспарлауға мүмкіндік береді.

Сондай-ақ, стресстік жағдайлардан шығу және өмірге төзімділікті дамыту процесінде копинг-стратегияларын қолдануда жасқа байланысты тәуелділік бар екенін осы зерттеулердің нәтижелерінен көруге болады. Есею барысында конструктивті копинг-стратегияларын қолдану өмірге төзімділіктің жоғары деңгейіне сәйкес келетіндігі айтылған [24].

Сонымен, қазіргі уақытта «өмірге төзімділік» түсінігі психология ғылымында қалыптасқан объект болып табылады, бұл бағыттағы жұмыстар сәтті дамып, көптеген бағдарламалар құрастырылуда деп қорытынды жасауға болады. «Hardiness» немесе «өмірге төзімділік» туралы көптеген зерттеулер өз-өзін игеру және стресстік жағдайларды жеңу, қоғамда бейімделу мәселелеріне, сонымен қатар физикалық, психологиялық, психикалық, әлеуметтік денсаулыққа байланысты, өкінішке орай өмірге төзімділік компоненттері мен копинг-стратегияларымен байланысын зерттеу әліде толықтай зерттеулерді қажет етеді.

Қорытынды

Бұл жұмыс барысында тұлғаның өмірге төзімділік мәселелері қарастырылып, отандық және шетелдік ғалымдардың эмпирикалық зерттеулері талданды, сонымен бірге психологиядағы «hardiness» немесе өмірге төзімділікке анықтама берілді. Өмірге төзімділіктің құрылымы ашылып, зерттеушілердің өмірге төзімділікті қалай қарастыратыны және оның ерекшеліктері түсіндірілді.

Өмірге төзімділік – бұл С. Маддидің пікірінше, күйзеліске төзімділіктің кілті болып табылатын тұлғалық қасиет. Тұлғаның өмірге төзімділік компонентін қарастыратын болсақ:

- 1) өмірге төзімділік ұстанымы – тартылу, бақылау, тәуекелге қабылдау;
- 2) айналадағы адамдарға төзімділікпен қарау;
- 3) өмірге төзімділік, яғни трансформациялық копинг.

Жұмыста А.А. Қасымжанова, I. Solcova, J. Sykora, A. Tantry, A.P. Singh, S. Corso-de-Zúñiga, B. Moreno-Jiménez, E. Garrosa, L.M. Blanco-Donoso, I. Carmona- Cobo, N.D. Tho, A.G. Thomassen, S.W. Hystad, B.H. Johnsen, G.E. Johnsen, P.T. Bartone, Mojgan Karbakhsh, Shokouh-Alsadat Banijamali и Morvarid Ahadi, C.M. Kowalski, J. A. Schermer, Д.А. Леонтьев, А.А. Нестерова, М.А. Фризен, Е.А. Шерешкова, А.А. Земскова және т.б. ғылыми жұмыстарының эмпирикалық зерттеулерінің нәтижелері талданды.

ӘДЕБИЕТТЕР

- 1 Чертовикина А.С. Психотравмирующие факторы в условиях изоляции // Проблемы современного педагогического образования. – 2018. – № 60. – С. 485–489.
- 2 Макарова Е.Ю., Цветкова Н.А. Психологические особенности реакций на стресс, обусловленный режимом самоизоляции в период пандемии COVID-19 // E-Scio. – 2020. – № 10. – С. 145–157.
- 3 Куликова Т.И. Управление временем как фактор стрессоустойчивости современного учителя // GESJ: Education Science and Psychology. 2018. No. 2. С. 33–38.
- 4 Maddi S.R. Hardiness: An Operationalization of Existential Courage // Journal of Humanistic Psychology. 2002. Tom 44. P. 279–298. doi: 10.1177/sps. 0022167804266101
- 5 Maddi S.R. The story of hardiness: Twenty years of theorizing, research, and practice // Consulting Psychology Journal: Practice and Research. 2002. Tom 54. P. 173–185. doi: 10.1037/ sps. 1061-4087.54.3.173
- 6 Maddi S.R., Brow M., Khoshaba D.M., Vaitkus M. Relationship of hardiness and religiousness to depression and anger // Consulting Psychology Journal: Practice and Research. 2022. Tom 58. P. 148–161. doi: 10.1037/ sps. 1065- 9293.58.3.148

- 7 Solcova I., Sykora J. Relation between psychological Hardiness and Physiological Response. Homeostasis in Health & Disease. Feb. 2021. No. 36. P. 30–34.
- 8 Johnsen B.H., Espevik R., Saus E.-R., Sanden S., Olsen O.K., Hystad S.W. Hardiness as a Moderator and Motivation for Operational Duties as Mediator: the Relation Between Operational Self-Efficacy, Performance Satisfaction, and Perceived Strain in a Simulated Police Training Scenario // Journal of Police and Criminal Psychology. Tom 32. No. 4. P. 331–339. URL: <https://link.springer.com/article/10.1007/s.11896-017-9225-1>
- 9 Tantry A., Singh A.P. A study of psychological hardiness across different professions of Kashmir (J&K), INDIA Int. J. of Adv. 2016. Res. 4. P. 1258–1263. (ISSN 2320-5407): www.journalijar.com
- 10 Corso-de-Zúñiga S., Moreno-Jiménez B., Garrosa E., Blanco-Donoso L.M., Carmona-Cobo I. Personal resources and personal vulnerability factors at work: An application of the Job Demands-Resources model among teachers at private schools in Peru. Current Psychology. 2020. No. 39. P. 325–336. doi: 10.1007/s.12144-017-9766-6
- 11 Tho N.D. Hardiness in Learning and Study Outcomes of Business Students. 2017. No. 4. P. 207–222. URL: <http://digital.lib.ueh.edu.vn/handle/UEH/55499>
- 12 Thomassen Ådne G., Hystad Sigurd W., Johnsen Bjørn Helge, Johnsen Grethe E., Bartone Paul T. The effect of hardiness on PTSD symptoms: A prospective mediational approach, Military Psychology. 2017. No. 30. P. 142–151. doi: 10.1080/s.08995605.2018.1425065
- 13 Karbakhsh M., Banijamali S., Ahadi M. The Study of Hardiness and Its Association with Aggression and Interpersonal Sensitivity in Physicians. Iranian Red Crescent Medical Journal. 2019. No. 20. doi: 10.5812/ircmj.65867
- 14 Kowalski C.M., Schermer J.A. Hardiness, Perseverative Cognition, Anxiety, and Health-Related Outcomes: A Case for and Against Psychological Hardiness. Psychological Reports. 2019. No. 122(6). P. 2096–2118. doi: 10.1177/0033294118800444
- 15 Bartone P.T., Eid J., Johnsen B.H., Laberg J.C., Snook S.A. Big five personality factors, hardiness, and social judgment as predictors of leader performance. Leadership & organization development journal (Online), Leadership and organization development journal. 2009. No. 30(6). P. 498–521. doi: 10.1108/01437730910981908
- 16 Stein S.J., Bartone P.T. Hardiness: making stress work for you to achieve your life goals. Wiley & Sons. 2020. 288 p.
- 17 Леонтьев Д.А. Тест жизнестойкости / Д.А. Леонтьев, Е.И. Рассказова. – М.: Смысл, 2006. – 63 с.
- 18 Нестерова А.А. Взаимосвязь самоорганизации и жизнестойкости у военнослужащих // Экстремальная психология: теория и практика. – 2017. – № 2. – С. 62–66.
- 19 Письменюк Е.С. Жизнестойкость и мотивация менеджеров в стрессовых ситуациях // Вестник Южно-Уральского государственного университета. Серия: Психология. – 2018. – № 3. – С. 32–39.
- 20 Фризен М.А. Жизнестойкость как внутренний ресурс профессиональной деятельности педагога // Организационная психология. – 2018. – № 2. – С. 72–85.
- 21 Чухрова М.Г. Анализ жизнестойкости в контексте агрессивности личности / М.Г. Чухрова О.Е. Митрофанова, Т.А. Филь, С.В. Пронин, А.А. Александрова // Мир науки, культуры, образования. – 2018. – № 5(72). – С. 359–362.
- 22 Шерешкова Е.А. Взаимосвязь личностных свойств и жизнестойкости будущих педагогов // Вестник Шадринского государственного педагогического университета. – 2019. – № 1(41). – С. 116–124.
- 23 Земскова А.А., Кравцова Н.А. Жизнестойкость как интегральная характеристика личности, у курсантов МЧС России. Медико-биологические и социально-психологические проблемы безопасности в чрезвычайных ситуациях. – 2019. – № 3. – С. 94–105. doi: 10.25016/2541-7487-2019-0-3-94-105
- 24 Касымжанова А.А., Ковтун О. Исследование возрастных особенностей взаимосвязи копинг-стратегий и жизнестойкости. Multidisciplinary Eurasian Studies. – 2022. – № 1. – С. 120–125. ISSN 27999939

REFERENCES

- 1 Chertovikova A.S. (2018) Psihotravmirujushhie faktory v usloviyah izoljatsii // Problemy sovremennogo pedagogicheskogo obrazovanija. No. 60. P. 485–489. (In Russian).
- 2 Makarova E.Ju., Cvetkova N.A. (2020) Psihologicheskie osobennosti reakcij na stress, obuslovlennyj rezhimom samoizoljatsii v period pandemii COVID-19 // E-Scio. No. 10. P. 145–157. (In Russian).
- 3 Kulikova T.I. (2018) Upravlenie vremenem kak faktor stressoustojchivosti sovremennogo uchitelja // GESJ: Education Science and Psychology. No. 2. P. 33–38. (In Russian).
- 4 Maddi S.R. (2002) Hardiness: An Operationalization of Existential Courage // Journal of Humanistic Psychology. V. 44. P. 279–298. doi: 10.1177/sps.0022167804266101. (In English).

- 5 Maddi S.R. (2002) The story of hardiness: Twenty years of theorizing, research, and practice // Consulting Psychology Journal: Practice and Research. V. 54. P. 173–185. doi: 10.1037/ sps. 1061-4087.54.3.173. (In English).
- 6 Maddi S.R., Brow M., Khoshaba D.M., Vaitkus M. (2022) Relationship of hardiness and religiousness to depression and anger // Consulting Psychology Journal: Practice and Research. V. 58. P. 148–161. doi: 10.1037/ sps. 1065- 9293.58.3.148. (In English).
- 7 Solcova I., Sykora J. (2021) Relation between psychological Hardiness and Physiological Response. Homeostasis in Health & Disease. Feb. No. 36. P. 30–34. (In English).
- 8 Johnsen B.H., Espevik R., Saus E.-R., Sanden S., Olsen O.K., Hystad S.W. Hardiness as a Moderator and Motivation for Operational Duties as Mediator: the Relation Between Operational Self-Efficacy, Performance Satisfaction, and Perceived Strain in a Simulated Police Training Scenario // Journal of Police and Criminal Psychology. V. 32. No. 4. P. 331–339. URL: <https://link.springer.com/article/10.1007/s.11896-017-9225-1>. (In English).
- 9 Tantry A., Singh A.P. (2016) A study of psychological hardiness across different professions of Kashmir (J&K), INDIA Int. J. of Adv. Res. 4. P. 1258–1263. (ISSN 2320-5407): www.journalijar.com. (In English).
- 10 Corso-de-Zúñiga S., Moreno-Jiménez B., Garrosa E., Blanco-Donoso L.M., Carmona-Cobo I. (2020) Personal resources and personal vulnerability factors at work: An application of the Job Demands-Resources model among teachers at private schools in Peru. Current Psychology. No. 39. P. 325–336. doi: 10.1007/s.12144-017-9766-6. (In English).
- 11 Tho N.D. (2017) Hardiness in Learning and Study Outcomes of Business Students. No. 4. P. 207–222. URL: <http://digital.lib.ueh.edu.vn/handle/UEH/55499>. (In English).
- 12 Thomassen Ådne G., Hystad Sigurd W., Johnsen Bjørn Helge, Johnsen Grethe E., Bartone Paul T. (2017) The effect of hardiness on PTSD symptoms: A prospective mediational approach, Military Psychology. No. 30. P. 142–151. doi: 10.1080/s. 08995605.2018.1425065. (In English).
- 13 Karbakhsh M., Banijamali S., Ahadi M. (2019) The Study of Hardiness and Its Association with Aggression and Interpersonal Sensitivity in Physicians. Iranian Red Crescent Medical Journal. No. 20. doi: 10.5812/ircmj.65867. (In English).
- 14 Kowalski C.M., Schermer J.A. (2019) Hardiness, Perseverative Cognition, Anxiety, and Health-Related Outcomes: A Case for and Against Psychological Hardiness. Psychological Reports. No. 122(6). P. 2096–2118. doi: 10.1177/0033294118800444. (In English).
- 15 Bartone P.T., Eid J., Johnsen B.H., Laberg J.C., Snook S.A. (2009) Big five personality factors, hardiness, and social judgment as predictors of leader performance. Leadership & organization development journal (Online), Leadership and organization development journal. No. 30(6). P. 498–521. doi: 10.1108/01437730910981908. (In English).
- 16 Stein S.J., Bartone P.T. (2020) Hardiness: making stress work for you to achieve your life goals. Wiley & Sons. 288 p. (In English).
- 17 Leont'ev D.A. (2006) Test zhiznestojkosti / D.A. Leont'ev, E.I. Rasskazova. M.: Smysl., 63 p. (In Russian).
- 18 Nesterova A.A. (2017) Vzaimosvjaz' samoorganizacii i zhiznestojkosti u voennosluzhashhih // Jekstremal'naja psihologija: teorija i praktika. No. 2. P. 62–66. (In Russian).
- 19 Pis'menjuk E.S. (2018) Zhiznestojkost' i motivacija menedzherov v stressovyh situacijah // Vestnik Juzhno-Ural'skogo gosudarstvennogo universiteta. Serija: Psihologija. No. 3. P. 32–39. (In Russian).
- 20 Frizen M.A. (2018) Zhiznestojkost' kak vnutrennij resurs professional'noj dejatel'nosti pedagoga // Organizacionnaja psihologija. No. 2. P. 72–85. (In Russian).
- 21 Chuhrova M.G. (2018) Analiz zhiznestojkosti v kontekste agresivnosti lichnosti / M.G. Chuhrova O.E. Mitrofanova, T.A. Fil', S.V. Pronin, A.A. Aleksandrova // Mir nauki, kul'tury, obrazovanija. No. 5(72). – P. 59–362. (In Russian).
- 22 Shereshkova E.A. (2019) Vzaimosvjaz' lichnostnyh svojstv i zhiznestojkosti budushhih pedagogov // Vestnik Shadrinskogo gosudarstvennogo pedagogicheskogo universiteta. No. 1(41). P. 116–124. (In Russian).
- 23 Zemskova A.A., Kravcova N.A. (2019) Zhiznestojkost' kak integral'naja harakteristika lichnosti, u kursantov MChS Rossii. Mediko-biologicheskie i social'no-psihologicheskie problemy bezopasnosti v chrezvychajnyh situacijah. No. 3. P. 94–105. doi: 10.25016/2541-7487-2019-0-3-94-105. (In Russian).
- 24 Kasymzhanova A.A., Kovtun O. (2022) Issledovanie vozrastnyh osobennostej vzaimosvjazi koping-strategij i zhiznestojkosti. Multidisciplinary Eurasian Studies. No. 1. P. 120–125. ISSN 27999939. (In Russian).

О.С. САНГИЛБАЕВ,*¹

д.псих.н., профессор.

*e-mail: ospan_seidulla@mail.ru

ORCID ID: 0000-0003-2067-3010

Ж.К. ТУРНИЯЗОВА,¹

докторант.

e-mail: zturniyazova@inbox.ru

ORCID ID: 0000-0002-7824-0325

Б.П. МЫРЗАТАЕВА,¹

к.псих.н., ассоц. профессор.

e-mail: bibymariya@mail.ru

ORCID ID: 0000-0002-7990-2132

А.М. ШУКЕЕВА,¹

докторант.

e-mail: aiuzhan_84@mail.ru

ORCID ID: 0000-0003-4991-9061

¹Университет «Туран», г. Алматы, Казахстан

АНАЛИЗ ЭМПИРИЧЕСКИХ ИССЛЕДОВАНИЙ КОМПОНЕНТОВ ЖИЗНЕСТОЙКОСТИ

Аннотация

Проблема жизнестойкости весьма актуальна в настоящее время. Бурные социальные, экономические, политические изменения в обществе, скорость технических и технологических изменений отражаются на психологическом здоровье человека, провоцируя стрессы, неврозы, неадекватное поведение, депрессивные состояния. В современном мире человечество все чаще сталкивается со стрессами, функциональными нагрузками, проблемами утраты смысла жизни. В связи с этим значимость исследования жизнестойкости личности нашла отражение в статье. Цель статьи – анализировать эмпирические исследования компонентов жизнестойкости в работах зарубежных и отечественных ученых.

Ключевые слова: жизнестойкость, стресс, структурные компоненты жизнестойкости, копинг-стратегии, совладание поведением.

O.S. SANGILBAEV,*¹

d.ps.s., professor.

*e-mail: ospan_seidulla@mail.ru

ORCID ID: 0000-0003-2067-3010

ZH.K. TURNIYAZOVA,¹

PhD student.

e-mail: zturniyazova@inbox.ru

ORCID ID: 0000-0002-7824-0325

B.P. MYRZATAYEVA,¹

c.ps.s., ass.professor.

e-mail: bibymariya@mail.ru

ORCID ID: 0000-0002-7990-2132

A.M. SHUKKEVA,¹

PhD student.

e-mail: aiuzhan_84@mail.ru

ORCID ID: 0000-0003-4991-9061

¹Turan University, Almaty, Kazakhstan

ANALYSIS OF EMPIRICAL STUDIES OF THE RESILIENCE COMPONENTS

Abstract

The problem of resilience is very relevant at the present time. Rapid social, economic, political changes in society, the speed of technical and technological changes affect the psychological health of a person, provoking stress, neurosis, inappropriate behavior, depressive states. In the modern world, humanity is increasingly faced with stress, functional loads, and the problems of losing the meaning of life. In this regard, the significance of the study of personality hardiness is reflected in the article. The purpose of the article is to analyze empirical studies of resilience components in the works of foreign and domestic scientists.

Key words: resilience, stress, resilience components, coping strategy, mastering behavior.