



УДК 159.9.078

## **Влияние самочувствия испытуемого и особенностей психодиагностической процедуры на уровень регистрируемой жизнестойкости личности**

М. Ю. Кузьмин

*Иркутский государственный университет, г. Иркутск  
mirroy@mail.ru*

И. А. Конопак

*Иркутский государственный университет, г. Иркутск  
iakonopak@gmail.com*

**Аннотация:** в статье анализируется зависимость результатов, получаемых при исследовании жизнестойкости личности, от самочувствия испытуемого на момент тестирования, а также от особенностей выполнения методик – при использовании традиционных методов или сенсорного экрана. Авторы приходят к выводу, что жизнестойкость не зависит от особенностей выполнения теста, однако зависит от уровня активации нервной системы, самочувствия и прежде всего настроения при исследовании.

**Ключевые слова:** жизнестойкость, Тест жизнестойкости, комплекс «Эгоскоп», самочувствие испытуемых.

Категория жизнестойкости как особое качество личности активно изучается в современной зарубежной и отечественной психологии (S. Kobasa, S. Maddi, D. Koshaba, Д. А. Леонтьев, Т. В. Наливайко, М. В. Логинова, Е. Ю. Мандрикова, Е. И. Рассказова и др.). По мнению автора данного понятия С. Мадди, жизнестойкость формирует у людей мотивацию к занятию экзистенциально эффективными способами совладания, заботе о своем здоровье и включению в поддерживающее социальное взаимодействие [4]. С. Мадди полагает, что жизнестойкость включает три аттитюда – вовлеченность (включенность), контроль и вызов (принятие риска). По описанию С. Мадди, аттитюд вовлеченности позволяет личности активно устанавливать новые для себя связи и отношения. Аттитюд контроля означает принятие субъектом ответственности за свое текущее положение. Наконец, аттитюд вызова, или принятия риска, представляет собой убежденность человека в том, что все то, что с ним случается, способствует его развитию за счет знаний, извлекаемых из опыта – неважно, позитивного или негативного. Человек, рассматривающий жизнь как способ приобретения опыта, готов действовать в отсутствие надежных гарантий успеха, на

свой страх и риск, считая стремление к простому комфорту и безопасности обедняющим жизнь личности [2].

Проблема в том, что, хотя качество жизнестойкости является важным фактором совладания со стрессом, само его проявление, вернее то, насколько испытуемый отдает себе отчет в выраженности у себя жизнестойкости, зависит от испытываемого стресса. Результаты диагностики жизнестойкости, как и других психологических качеств, зависят от самочувствия испытуемого в момент психодиагностической процедуры. Кроме того, на них влияет и личность экспериментатора. А. Анастаси указывает, что результаты тестирования меняются в зависимости от функционального состояния испытуемого. Также есть данные о влиянии на результаты диагностики устройства рабочего места для испытуемого, цвета бланков, размера тестируемой группы, типа инструкции, внешности психодиагноста, его возраста и расовой принадлежности. Подразумевается, что во всех этих случаях важным является восприятие испытуемыми тех или иных параметров диагностического процесса [1].

Л. Джуэлл описывает результаты нескольких исследований, свидетельствующих о влиянии эмоционального состояния диагностов на результаты психодиагностики. Так, в исследовании Бэрона было показано, что негативное настроение интервьюера способствовало снижению рейтинговых оценок по результатам интервью. В работах Макан и Дипбоуи, Филипс и Дипбоуи, Даггерти, Турбан и Каллендер было продемонстрировано, что благоприятная оценка данных о будущих интервьюируемых (например, оценка документов об образовании) влияет на склонность интервьюера выставить более высокие оценки интервьюируемым по результатам интервью.

В связи с этим возникает вопрос, каким образом можно контролировать влияние как личности психодиагноста, так и самочувствия самого испытуемого на жизнестойкость. На наш взгляд, одним из путей решения данной проблемы является использование аппаратных технологий при проведении диагностики жизнестойкости личности. Изучение уровня активации нервной системы перед началом тестирования позволит установить, насколько бодр испытуемый, а предложение опросника, направленного на изучение эмоционального фона, – насколько высок или низок уровень его настроения. С другой стороны, использование аппаратуры нивелирует участие психодиагноста, который выполняет только роль оператора, обеспечивая взаимодействие испытуемого с устройством, предлагающим вопросы и фиксирующим варианты ответов.

Обратной стороной использования аппаратуры при проведении психодиагностической процедуры является то обстоятельство, что, помимо системы «человек – человек», в которой находится испытуемый, возникает система «человек – компьютер». Данная система еще мало изучена в рамках виртуальной психологии Н. А. Носова, однако можно предполагать, что взаимодействие человека и компьютера имеет свои особенности, также влияющие на результаты диагностики.

В связи с этим целью нашего исследования стало изучение влияния самочувствия испытуемого и особенностей психодиагностической процедуры на уровень регистрируемой жизнестойкости личности.

Для изучения жизнестойкости мы использовали Тест жизнестойкости, представляющий собой адаптацию методики С. Мадди Hardiness Survey, выполненную Д. А. Леонтьевым и Е. И. Рассказовой. Кроме того, мы применили Тест смысложизненных ориентаций (СЖО) Д. А. Леонтьева [3].

Исследованию подверглись 40 студентов 1-го курса факультета психологии. Испытуемые были поделены на две группы – экспериментальную и контрольную, по 20 человек в каждой. Первой группе предстояло выполнить методики при помощи комплекса «Эгоскоп» – когда ответы испытуемых на предложенные вопросы фиксируются на специальном сенсорном экране. Контрольной группе методики предлагались в традиционной бланковой форме. Учитывая тот факт, что все испытуемые в начале своего обучения на факультете психологии уже проходили тестирование при помощи данных методик, мы могли уточнить, насколько меняется уровень жизнестойкости в зависимости от того, выполняется ли методика на бланке или на комплексе «Эгоскоп».

Перед началом тестирования вне зависимости от его характера (будет ли оно выполняться на бланке или на сенсорном экране) у испытуемых измерялся уровень простой зрительно-моторной реакции (ПЗМР), сложной зрительно-моторной реакции (СЗМР). Кроме того, они выполняли методику САН.

Результаты ПЗМР используются для исследования уровня активации центральной нервной системы, результаты СЗМР – для исследования операторской работоспособности, стрессоустойчивости. При проведении тестов ПЗМР и СЗМР испытуемому на экране монитора предъявляются стимулы: в первом случае одного цвета, во втором – двух разных цветов. Методика САН позволяет получить экспресс-оценку самочувствия, активности и настроения испытуемого. Все три теста выполнялись при помощи комплекса «Психофизиолог».

На первом этапе мы изучили и сравнили средние показатели испытуемых обеих групп по данным тестам (табл. 1).

Таблица 1

Показатели средних значений компонентов жизнестойкости

Группа	Вовлеченность	Контроль	Принятие риска	Цели	Процесс	Результат	Локус контроля	Локус контроля – жизнь	ОЖ
Среднее значение	35,9	28,7	19,3	30,4	30,9	24,6	20	32	103
Среднее значение, контрольная группа	35,7	27,5	19,2	31,4	31,2	24,5	20	32	103
Среднее значение, экспериментальная группа	33,3	26,8	18,1	27,6	27,8	22,4	19	29	94,7

Как следует из таблицы, средние значения тех, кто выполнял задания на бланке, несколько выше тех, кто работал на комплексе «Эгоскоп». Однако анализ стандартных отклонений показал, что они практически не различаются (табл. 2).

Таблица 2  
Показатели стандартных отклонений компонентов жизнестойкости

Сигма	Вовлеченность	Контроль	Приятие риска	Цели	Процесс	Результат	Локус контроля – я	Локус контроля – жизнь	Оценка жизнестойкости
Общая сигма	7,261	6,61	4,45	5,59	6,54	4,69	3,8	5,2	15
Сигма, контрольная группа	7,048	6,53	4,41	5,66	6,22	4,73	3,9	5,2	15,1
Сигма, экспериментальная группа	7,026	6,5	4,44	5,7	6,2	4,74	3,9	5,1	15,2

Также при помощи U-критерия Манна – Уитни было установлено, что не существует значимых различий в выраженности аттитудов жизнестойкости и смысложизненных ориентаций у студентов, выполнявших задание при помощи ПО «Эгоскоп» и при помощи бланков.

На следующем этапе мы проанализировали, существуют ли различия в результатах по Тесту жизнестойкости и методике СЖО студентов экспериментальной и контрольной групп по сравнению с данными, полученными в начале года. Следует также заметить, что U-критерий Манна-Уитни не выявил значимых различий в результатах данных студентов на начало учебного года.

При помощи критерия знаковых рангов Уилкоксона было установлено, что у студентов экспериментальной группы произошел сдвиг по уровню выраженности такого аттитюда жизнестойкости, как «Вовлеченность» ( $W = -1,91, p < 0,05$ ) по сравнению с результатами, полученными в начале года. Получается, что в начале учебного года студенты демонстрировали несколько большую вовлеченность в происходящие вокруг них события, чем в конце года.

Вместе с тем точно по той же шкале Теста жизнестойкости и в том же направлении различаются результаты студентов контрольной группы ( $W = -1,98, p < 0,05$ ). Получается, что результаты не зависят от того, выполнялась ли методика на бланке либо на сенсорном экране. Таким образом, мы можем сделать вывод, что показатель жизнестойкости не зависит от того, проводились ли соответствующие методики в традиционной бланковой форме или при помощи комплекса «Эгоскоп».

Следующим этапом нашего исследования стало изучение влияния самочувствия испытуемого на жизнестойкость.

Проведенный корреляционный анализ выявил однозначную положительную связь между шкалами тестов жизнестойкости и СЖО и шкалами методики САН (табл. 3). Особенно тесной оказывается эта связь для такой

шкалы, как «Контроль» ( $r = 0,39$ ,  $r = 0,34$ ,  $r = 0,36$ ,  $p < 0,01$ ). Получается, что чем выше уровень самочувствия, активности, настроения, тем выше испытуемый оценивает выраженность у него шкалы «Контроль».

Таблица 3

Значимые корреляционные связи между компонентами  
жизнестойкости и методики САН

Шкала	Самочувствие	Активность	Настроение
Вовлеченность		0,32	0,32
Контроль	0,39	0,34	0,36
Принятие риска			
Цели			
Процесс			
Результат			0,36
Локус контроля – я	0,31		
Локус контроля – жизнь			
Оценка жизнестойкости			0,31

Поскольку большинство корреляций связаны со шкалой «Настроение» методики САН, следующим шагом нашего исследования стало разделение всей выборки по уровню настроения. По нашему предположению, в зависимости от выраженности настроения на момент начала исследования уровень жизнестойкости будет существенно различаться.

Среднее значение по шкале «Настроение» составило 5,4,  $\sigma = 1.6$ . Выбрав испытуемых с высоким показателем по данной шкале (8 человек) и низким показателем по ней (также 8 человек), мы при помощи критерия Манна-Уитни выявили различия в выраженности шкал Теста жизнестойкости и СЖО.

Анализ показал, что значимые различия в результатах экспериментальной и контрольной групп существуют как по шкале «Вовлеченность» Теста жизнестойкости, так и по шкалам «Цели», «Процесс», «Результат», «Локус контроля – я» и «Оценка жизнестойкости» методики СЖО (табл. 4). Таким образом, выраженность данных показателей во многом определяется уровнем настроения испытуемого на начало исследования.

Вместе с тем не менее интересны результаты анализа связей компонентов жизнестойкости с результатами уровня зрительно-моторной реакции студентов. Оказалось, что существует значимая корреляция между шкалами «Контроль», «Принятие риска», «Локус контроля – я» и шкалой «Уровень сенсомоторных реакций» ( $r = 0,32$ ,  $r = 0,4$ ,  $r = 0,32$ ,  $p < 0,01$ ), между шкалой «Принятие риска» и шкалой «Уровень быстроедействия» ( $r = 0,39$ ,  $p < 0,01$ ), а также оценкой стабильности этой реакции ( $r = 0,39$ ,  $p < 0,01$ ). Оказалось, что чем выше среднее время реакции, тем менее выражен показатель «Принятие риска» ( $r = -0,39$ ,  $p < 0,01$ ), а чем выше суммарное число ошибок и число упреждающих реакций, тем меньше уровень показателя «Локус контроля – я» ( $r = -0,36$ ,  $r = -0,32$ ,  $p < 0,01$ ).

Таблица 4

Значимые различия в уровне жизнестойкости в зависимости от выраженности шкалы «Настроение» методики САН

Шкала	U-критерий	p-уровень
Вовлеченность	10,50	0,03
Контроль	18,50	0,17
Принятие риска	31,50	1,00
Цели	9,50	0,04
Процесс	8,50	0,03
Результат	1,00	0,00
Локус контроля – я	7,50	0,02
Локус контроля – жизнь	15,50	0,16
Оценка жизнестойкости	5,50	0,01

Проведенное исследование показало, что уровень жизнестойкости и ее компонентов не зависит от того, проводилось ли соответствующее исследование при помощи бланков или при помощи комплекса «Эгоскоп». Вместе с тем можно отметить влияние настроения испытуемого в начале тестирования на результаты, получаемые при помощи Теста жизнестойкости и методики СЖО. Полученные результаты указывают на то, что, чем выше активация нервной системы, характеризующаяся высоким уровнем сенсорных реакций, быстрой реакции, низким числом ошибок, тем выше жизнестойкость.

Полученные результаты могут быть использованы при планировании исследований, связанных с категорией жизнестойкости личности.

#### Литература

1. Анастаси А., Урбина С. Психологическое тестирование / А. Анастаси, С. Урбина. – СПб. : Питер, 2007. – 688 с: ил.
2. Леонтьев Д. А., Рассказова Е. И. Тест жизнестойкости / Д. А. Леонтьев, Е. И. Рассказова. – М. : Смысл, 2006. – 63 с.
3. Леонтьев Д. А. Тест смысловых ориентаций / Д. А. Леонтьев. – М. : Смысл, 2005. – 44 с.
4. Khoshaba D. Early Antecedents of Hardiness / D. Khoshaba, S. Maddi // Consulting Psychology Journal. – 1999. – Vol. 51, N 2. – P. 106–117.

## **Influence the way one feels and the psychodiagnostic procedures to the registered level of hardiness**

M. Y. Kuzmin, I. A. Konopak

**Annotation.** The article examines dependence results of hardiness study on the way one feels and the psychodiagnostic procedures – traditional method or use touch-sensitive screen. The article demonstrates that results of hardiness does not depend on features of

psychodiagnostic procedures, but depend on level of nervous system activation and personal mood.

**Key words:** hardiness, test of hardiness, Egoskop, way one feels.

*Кузьмин Михаил Юрьевич*  
кандидат психологических наук,  
преподаватель  
Иркутский государственный университет  
664025, Иркутск, ул. Чкалова, 2  
e-mail: mirroy@mail.ru

*Kuzmin Mikhail Yur'evich*  
Candidate of Psychological Sciences,  
lecture  
Irkutsk State University  
2, Chkalov st., Irkutsk, 664025  
e-mail: mirroy@mail.ru

*Конопак Игорь Александрович*  
кандидат философских наук,  
декан факультета психологии  
Иркутский государственный университет  
664025, г. Иркутск, ул. Чкалова, 2  
e-mail: iakonopak@gmail.com

*Konopak Igor Aleksandrovich*  
Candidate of Philosophical Sciences  
Dean of Psychology department  
Irkutsk State University  
2, Chkalov st., Irkutsk, 664025  
e-mail: iakonopak@gmail.com