

**Заключение.** Проведенное исследование частично подтвердило существование взаимосвязи конфликтных проявлений в поведении с социально-психологическими качествами личности студентов социально-психологического профиля.

1. Шейнов, В.П. Управление конфликтами: теория и практика / В.П. Шейнов. – Минск: Харвест, 2010. – 912 с.
2. Конфликтология: учебно-методический комплекс по учебной дисциплине / сост. Ж.Л. Данилова. – Витебск: ВГУ имени П.М. Машерова, 2017. – 119 с.

## ЛИЧНОСТНЫЕ ФАКТОРЫ САМОРЕАЛИЗАЦИИ СТУДЕНТОВ

*Т.Е. Косаревская, М.Г. Ткач  
Витебск, ВГУ имени П.М. Машерова*

Проблема реализации потенциальных возможностей человека приобрела сегодня новое звучание в связи с ростом темпа и разнообразия изменений во всех сферах жизни. Более динамичный мир требует новых подходов к решению этой старой проблемы, ставя во главу угла динамические аспекты личности – ее готовность к желательным изменениям и устойчивость к нежелательным.

На современном этапе развития психологической науки человек рассматривается, прежде всего, как активный субъект жизнедеятельности, стремящийся к самореализации. Активность человека обеспечивает личностное развитие, создавая основу для динамической устойчивости личности как сложной и целостной психологической системы. Внешний мир является сферой реализации жизненных планов, потребностей и стремлений человека.

По словам А. Маслоу, «...нет такого комплекса условий, который автоматически порождает бы развитие и самоактуализацию. Все зависит от самого человека, при этом решающим является призвание, цель, смысл, направленность на дело» [2]. Поэтому, на наш взгляд, наиболее актуальной проблемой является определение психологических основ и ресурсов самореализации личности, изучение личностного потенциала и его компонентов.

К наиболее изученным в настоящее время личностным ресурсам относятся:

- активная мотивация преобразования и преодоления, отношение к стрессам как к возможности приобрести личный опыт и личностный рост;
  - сила «Я-концепции», самоуважение, самооценка, собственная значимость, самодостаточность;
  - активная жизненная установка: чем активнее отношение к жизни, тем больше психологическая устойчивость в стрессовых ситуациях;
  - позитивность и рациональность мышления;
  - эмоционально-волевые качества;
  - состояние здоровья и отношение к нему как ценности.
- Кроме того, существенную роль играют информационные и инструментальные ресурсы:
- способность адекватно оценивать и контролировать ситуацию;
  - профессиональные умения, компетентность, технологии освоения новых знаний и навыков;
  - социально-психологическая компетентность: создание и сохранение значимых межличностных отношений, способность давать и получать поддержку;
  - способность к когнитивному структурированию и осмыслению ситуации;
  - материальные ресурсы, позволяющие восстановить физиологические потребности; безопасность жизни.

Продуктивным для разработки выше названной проблематики оказалось понятие личностного потенциала, который был определен Д.А. Леонтьевым как «интегральная системная характеристика индивидуально-психологических особенностей личности, лежащая в основе способности личности исходить из устойчивых внутренних критериев и ориентиров в своей жизнедеятельности и сохранять стабильность смысловых ориентаций и эффективность деятельности на фоне давлений и изменяющихся внешних условий» [1, с. 107]. В структуре личностного потенциала могут быть интегрированы такие характеристики и свойства личности как осмысленность жизни, оптимизм, жизнестойкость, коммуникативная толерантность и самоэффективность.

Цель исследования – выявление компонентов личностного потенциала у студентов.

**Материал и методы.** В исследовании участвовали 200 студентов 1–4 курсов, получающие педагогическое образование в Витебском государственном университете имени П.М. Машерова. Использовались следующие методики: адаптированный опросник «Жизнестойкость» (С. Мадди, Д.А. Леонтьев, Е.И. Рассказова), методика диагностики общей коммуникативной толерантности (В.В. Бойко), опросник «Смысложизненные ориентации» (Д.А. Леонтьев), адаптированная шкала общей самооффективности (Р. Шварцер и М. Ерусалем, В.Г. Ромек), опросник диспозиционного оптимизма (Гордеева-Сычѳев-Осин), методы статистической обработки данных.

**Результаты и их обсуждение.** Данные по опроснику «Смысложизненные ориентации» свидетельствуют о том, что испытуемые обладают направленностью на будущее, имеют определенные цели, строят планы на ближайшее будущее. Студенты принимают свое настоящее и довольны тем, что есть на данный момент. По опроснику диспозиционного оптимизма по субшкале «позитивные ожидания» студенты демонстрируют высокий балл (среднее значение по шкале – 11,47).

Общий показатель жизнестойкости в обследованной выборке оказался не высоким: результаты в пределах нормы наблюдаются у 19% девушек и у 17% юношей, показатели ниже нормы выявлены у 65% девушек и у 71% юношей.

Изучение коммуникативной толерантности показало, что значительная часть испытуемых, а именно 65% респондентов, показали средний уровень толерантности, который можно считать наиболее оптимальным. Такая толерантность позволяет, с одной стороны, принимать окружающих людей с разнообразием их характеристик, а с другой стороны, сохранять собственные ценностные ориентиры и образ жизни.

Практически половина опрошенных студентов оценивает свою эффективность на среднем уровне. Соответственно низкий уровень имеют – 42%; высокий – 11% респондентов.

Для переменной «Диспозиционный оптимизм», среднее значение, полученное на выборке студентов, сравнивалось с показателями диспозиционного оптимизма для мужчин и женщин, полученными в других исследованиях. Статистически значимых различий не обнаружено. Для переменных «самоэффективность» и «коммуникативная толерантность» выявленные различия обнаружены на уровне статистической тенденции (уровень значимости  $p \leq 0,1$ ). Таким образом, полученные нами результаты соответствуют ранее представленным данным для испытуемых юношеского возраста.

**Заключение.** Понятие личностного потенциала позволяет перейти к комплексному анализу индивидуально-психологических особенностей личности, обеспечивающих процесс самореализации. Проведено эмпирическое исследование основных компонентов личностного потенциала студентов, дана качественная и количественная характеристика компонентов личностного потенциала. Потенциал личности превращается в социальную ценность через механизмы самореализации. Перспективным представляется исследование индивидуальных вариантов реализации личностного потенциала, который выступает значимым условием жизненной успешности человека.

1. Леонтьев, Д.А. Личностный потенциал. Структура и диагностика / Д.А. Леонтьев. – М.: «Смысл», 2011. – 675 с.
2. Маслоу, А. Маслоу о менеджменте: самоактуализация, просвещенный менеджмент, организационная теория / А. Маслоу. – СПб.: Питер, 2003. – 413 с.

## СЕМЕЙНЫЙ СТРЕСС: ЕГО ЛАТЕНТНОСТЬ И ПОСЛЕДСТВИЯ

*Е.П. Лукьянова  
Витебск, ВГУ имени П.М. Машерова*

Особой областью в изучении психологии семьи является проблема семейного стресса. Изучением семьи в трудной жизненной ситуации или в ситуации стресса в зарубежной психологии занимались R. Beavers, G. Bodenmann, J. Lewis, H.I. McCubbin, G. Vailant. В отечественной науке интерес к изучению данной проблеме возник позже. Изучению семейного стресса в нашей стране посвящено множество психологических исследований, но она ещё не достаточно разработана как на теоретическом, так и на практическом уровне. В частности, практически не освещены механизмы