

# ОПУБЛИКОВАТЬ СТАТЬЮ

в изданиях НИЦ "Социосфера"



[ПОДРОБНЕЕ](#)

## СОЦИОСФЕРА

- *Российский научный журнал*
- *ISSN 2078-7081*
- *РИНЦ*
- *Публикуются статьи по социально-гуманитарным наукам*

## PARADIGMATA POZNÁNÍ

- *Чешский научный журнал*
- *ISSN 2336-2642*
- *Публикуются статьи по социально-гуманитарным, техническим и естественно-научным дисциплинам*

[ПОДРОБНЕЕ](#)



## СБОРНИКИ КОНФЕРЕНЦИЙ

- *Широкий спектр тем международных конференций*
- *Издание сборника в Праге*
- *Публикуются материалы по информатике, истории, культурологии, медицине, педагогике, политологии, праву, психологии, религиоведению, социологии, технике, филологии, философии, экологии, экономике*



[ПОДРОБНЕЕ](#)

## ЖИЗНЕСПОСОБНОСТЬ В КОНТЕКСТЕ ОБЩЕГО ИНТЕЛЛЕКТА ПОДРОСТКОВ

М. В. Сапранкова

Л. С. Рычкова

*Аспирант, методист,  
Центр довузовской подготовки,  
доктор медицинских наук, профессор,  
Южно-Уральский государственный  
университет (НИУ),  
г. Челябинск, Россия*

---

**Summary.** The authors present an analysis of the relationship between intelligence and resilience. It is noted that there is an increase in the level of resistance to difficult life situations of a teenager. The data obtained indicate the presence of a direct correlation between the constructs. Conclusions were made on the study of the level of expression of intelligence in adolescents with different levels of vitality, the presence of a statistical relationship between intelligence and vitality was proved.

**Keywords:** resilience; intelligence; mental resource; coping behavior.

---

В настоящее время меняется характеристика современного общества посредством встраивания информационных процессов в жизнь человека. Повышается степень активности, гибкости и мобильности. Подростки в таких условиях, требуют особого внимания психологов и педагогов, направленного на развитие ресурсов и профилактику дезадаптации.

Жизнеспособность повышает уровень преодоления стрессовых ситуаций подростка, что позволяет справляться с негативным влиянием средовых факторов и в целом влияет на уровень адаптивности к окружающему миру, в условиях перестройки организма и психики характерной для данного возрастного периода.

Интеллектуальная сфера подростка является возможным ресурсом для формирования жизнеспособности. Актуальность исследования данной проблематики заключается в том, что жизнеспособность – это система личных убеждений о себе, мире и отношениях с ним, которые позволяют человеку противостоять и эффективно преодолевать стрессовые ситуации. В одной и той же ситуации человек с высоким уровнем жизнеспособности реже испытывает тревогу, напряжение, стресс и справляется с ними лучше, поэтому необходимо изучать особенности формирования жизнеспособности в контексте общего интеллекта на разных возрастных этапах развития.

Термин жизнеспособность впервые ввел Б. Г. Ананьев, который под жизнеспособностью понимал общую работоспособность человека. По определению Б. Г. Ананьева, основным фактором сохранения жизнеспособности и здоровья, является тренируемость интеллектуальных функций. В настоящее время жизнеспособность, отчасти, является родственным понятию «жизнестойкость» и, прежде всего, отражает наличие существующих внутренних возможностей человека, которыми он может воспользоваться в различных жизненных ситуациях.

В отечественной психологии аспекты жизнестойкости были рассмотрены: в теории жизнестроительства Д. А. Леонтьева, как расширение человеком мира, своих жизненных отношений; как «психологическая устойчивость» (И. Н. Грызлова, Е. Н. Евстафьев, В. К. Калинин, М. Тышкова, Н. И. Шевандрин); М. Ю. Кузьмин определил связь жизнестойкости с кризисом идентичности; как «жизнеспособность» у М. П. Гурьянова.

Можно выделить общее, что вкладывается в содержание этих понятий – психологический аспект сопротивления личности жизненным невзгодам и трудностям, возможности и способности личности трансформировать кризисные обстоятельства в ситуации саморазвития.

Жизнеспособность человека связана с возможностью преодоления различных стрессов, поддержанием высокого уровня физического и психического здоровья, а также с оптимизмом, самоэффективностью и субъективной удовлетворенностью собственной жизнью [1].

В психологической теории деятельности С. Л. Рубинштейна и психологии способностей, жизнестойкость выступает интегральной способностью человека к деятельности по преодолению жизненных трудностей, как результат развития и применения этой способности.

Л. А. Александрова определяет основные компоненты жизнеспособности, которые образуют два блока: блок общих способностей, который включает в себя базовые личностные установки, интеллект, самосознание, смысл и ответственность и блок специальных способностей, включает навыки взаимодействия с людьми, а также навыки преодоления различных типов сложных ситуаций [4].

Жизнеспособность включает в себя три компонента [1]:

1. Вовлеченность определяется как «убежденность в том, что вовлеченность в происходящее дает максимальный шанс найти нечто стоящее и интересное для личности». Человек с развитым компонентом вовлеченности получает удовольствие от собственной деятельности. Отсутствие подобной убежденности порождает ощущение себя «вне» жизни.

2. Контроль представляет собой убежденность в том, что борьба позволяет повлиять на результат происходящего, пусть даже это влияние не абсолютно и успех не гарантирован. Противоположность этому – ощущение собственной беспомощности. Человек с сильно развитым компонентом контроля ощущает, что сам выбирает собственную деятельность, свой путь.

3. Принятие риска – 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. В основе принятия риска лежит идея развития через активное усвоение знаний из опыта и последующее их использование.

Большое внимание уделяется отношениям человека с миром; при развитии жизнеспособности характер отношений человека с миром становится более открытым, что увеличивает способность испытывать любовь, получать поддержку, повышает интерес к миру и окружающим.

Одной из главных основ жизнеспособности, является активность, в противоположность пассивности. Характерная черта активности личности формируется именно в ранние периоды жизни, после она мало изменяется. Исследование имеет большое практическое значение, необходимо формировать такое качество как жизнеспособность в детском и подростковом возрасте, выстраивая единую линию воспитания.

Так А. Н. Фомина в своей монографии приводит результаты исследования, которые показывают, что именно в подростковом возрасте активизируются структуры, связанные с компонентами жизнеспособности: активный поиск осмысленности их сегодняшней жизни, развитие самооценки на основе сознательной рефлексии, выработка отношений к различным жизненным ситуациям и отношений к своим переживаниям этих ситуаций.

Можно выделить общие качества жизнеспособности подростков: высокая адаптивность; уверенность в себе; независимость; стремление к достижениям; ограниченность контактов.

В подростковом возрасте на первый план в развитии жизнеспособного поведения выходят навыки саморегуляции, которые постепенно начинают управляться смыслами, самоконтролем.

Личностный компонент, представлен «высоким уровнем самооценки» и «самоуважения» личности.

Когнитивный компонент отражает силу убежденности человека в собственной эффективности.

Эмоциональный компонент характеризует «смелость» человека в социальных контактах.

Поведенческий компонент, интегрируя вышеперечисленные составляющие, обеспечивает внешнюю реализацию поведенческого репертуара уверенности в себе.

Таким образом, понятие жизнеспособность отражает психологическую живучесть и расширенную эффективность человека, связанную с его мотивацией преобразовывать стрессогенные жизненные события. Сензитивным периодом для формирования жизнеспособности является детский и подростковый возраст, а первостепенную роль в процессе формирования этого качества играет интеллект и детско-родительские отношения. Среди компонентов жизнеспособности можно выделить: блок общих способностей (базовые личностные установки, интеллект, самосознание, смысл и ответственность) и блок специальных способностей (навыки взаимодействия с людьми, навыки преодоления различных типов сложных ситуаций); вовлеченность, контроль и принятие риска; личностный компонент,

когнитивный компонент, эмоциональный компонент и поведенческий компонент [3].

В подростковом возрасте особенно важно интеллектуальное развитие. Важным психическим новообразованием младшего подросткового возраста является развитие произвольности всех психических процессов. Подросток уже вполне самостоятельно может организовать свое внимание, память, мышление, воображение. Быстро развивается смысловая логическая память, понятийное мышление. При этом мышление приобретает способность к гипотетико-дедуктивным рассуждениям, то есть способность строить умозаключения на основе выдвинутых гипотез. Подросток становится способным к умственным экспериментам, мысленному решению задач.

Предметом мышления становится не только решение внешне заданных задач, но и сам процесс своего мышления, то есть мышление приобретает рефлексивный характер.

Интеллект является основной формой познания действительности. Существует три разновидности в понимании функции интеллекта: 1) способность к обучению, 2) оперирование символами, 3) способность к активному овладению закономерностями окружающей нас действительности.

Самое существенное для человеческого интеллекта состоит в том, что он позволяет отражать закономерные связи и отношения предметов и явлений окружающего мира, тем самым дает возможность творчески преобразовывать действительность, решать различные задачи и эффективно адаптироваться в обществе.

В соответствии с задачами определенного типа выделяют различные виды интеллекта.

1) Вербальный интеллект – это способность управлять словесной информацией. Благодаря вербальному интеллекту человек анализирует полученную информацию, а также воспроизводит ее в виде речевых сигналов.

2) Невербальный интеллект – это интеллект, который опирается на образы и представления, т. е. визуализацию. Он взаимосвязан с развитием мыслительной деятельности наглядно-действенного типа.

В подростковом возрасте наблюдается тенденция снижения роли невербального интеллекта в сторону вербального.

Е. С. Логинова доказала, что взаимосвязь между параметрами вербального и невербального интеллекта снижается к 9–10 годам, но взаимодействие внутри вербального и невербального интеллекта остается высоким, а ведущим радикалом становится регулирующая функция речи и механизмы организации деятельности.

Для подростков с явным преобладанием невербального интеллекта характерны проявления интровертированного типа, так же таким подросткам свойственна эмоциональная неустойчивость, зависимость, повышенная чувствительность к угрозе, осторожность, послушание. В период кри-

зиса такие особенности могут обостриться, вызывая тревожно-зависимое поведение с эмоциональными контрастами.

3) Эмоциональный интеллект – компонент социального интеллекта, включающий способность отслеживать собственные чувства и чувства других людей, различать их и использовать эту информацию для управления мышлением и действиями; совокупность факторов, которые позволяют личности чувствовать, мотивировать себя, регулировать настроение, контролировать импульсивные проявления, удерживать от фрустрации и, таким образом, добиваться успеха в повседневной жизни.

Необходимо отметить, что эмоциональный интеллект формируется в течение всей жизни, под влиянием эмоциональности человека, представлений об эмоциях и когнитивных способностей.

Таким образом, под интеллектом понимают совокупность всех познавательных функций индивида, позволяющие отражать закономерные связи и отношения предметов и явлений окружающего мира, тем самым дает возможность творчески преобразовывать действительность, решать различные задачи и эффективно адаптироваться в обществе. Основные виды интеллекта: вербальный, невербальный и эмоциональный. Интеллектуальное развитие очень важно в подростковом возрасте. Подросток уже вполне самостоятельно может организовать свое внимание, память, мышление, воображение, а также мышление приобретает рефлексивный характер, развиваются умения абстрагировать понятия, отделять логические операции и классифицировать высказывания по их логическому типу.

В нашем исследовании была выделена гипотеза: уровень невербального интеллекта имеет различие при разных уровнях сформированности жизнеспособности у подростков. Согласно этим критериям мы выбрали методику «Жизнеспособность человека» Е. А. Рыльской [2], интеллект определяли «Универсальным интеллектуальным тестом (УИТ СПЧ) Н. А. Батурина, Н. А. Курганского. Исследование проводилось на старшеклассниках (67 человек) школ города Челябинска и студентах (70 человек) медицинского колледжа в возрастном диапазоне от 14 до 19 лет.

В представленной выборке было характерно преобладание средних показателей по шкале вербального интеллекта.

Данные в Таблице 1, полученные после проведения дисперсионного анализа, показывают, что значение  $эмн F > кр F$ , из чего следует, что различия в проявлении показателей являются выраженными.

## Результаты дисперсионного анализа

Источник вариации	SS	df	MS	f	P - значение	F - критическое
Дисперсия средних (Между группами)	5654,43	2	2827,23	13,5	0,015	3,21
Среднее групповых дисперсий (Внутри группы)	8790	42	209,28			
Итого	14444,43	44				

Согласно расчетам, были выявлены достоверные отличия в уровне вербального интеллекта при разных уровнях жизнеспособности у подростков.

Согласно проведенному анализу, феномен жизнеспособности является наиболее общей интегральной характеристикой личности, представляющей собой паттерн смысловых ориентаций, самоотношения, стилевых характеристик поведения, который опирается на природные свойства личности. Анализируя данные в Таблице 1, можно наблюдать значимость ( $p$ ) меньше 0,05, таким образом, гипотеза о наличии различий в уровне интеллекта при разных уровнях жизнеспособности принимается. Была выявлена статистически значимая связь между общим уровнем интеллекта и жизнеспособностью.

Таким образом, по данному исследованию интегральный индекс общего интеллекта взаимосвязан со всеми показателями жизнеспособности. Развитый интеллект дает возможность сформировать такую систему убеждений о себе, о мире, об отношениях с миром, которая позволит стойко совладать со стрессами и воспринимать их как менее значимые. Эта связь, означает, что развитие уровня интеллекта способствует повышению уровня жизнеспособности человека.

Высокие значения интеллекта сопровождаются высокой жизнеспособностью. Поскольку в современной жизни, насыщенной большим числом разнообразных коммуникаций, «живучесть» человека в социуме в большей степени зависит от его интеллектуальной компетентности, от показателей абстрактно-логического мышления. Связь интеллекта с жизнеспособностью, может объясняться умением человека пользоваться своими внутренними психологическими и эмоциональными ресурсами для эффективного изменения собственной жизни.

Таким образом, высокий показатель жизнеспособности подростков в контексте развитого общего интеллекта может рассматриваться, как лич-

ностный ресурс, а также способность в жизненно важных ситуациях воспользоваться внешними ресурсами.

### Библиографический список

1. Долженко Я. А. Некоторые аспекты изучения проблемы жизнестойкости / Я. А. Долженко // Актуальные вопросы современной педагогики: материалы I Международ. науч. конф. (г. Уфа, июнь 2011 г.). – Уфа: Лето, 2011. – С. 15–18.
2. Рыльская Е. А. Тест «Жизнеспособность человека»: разработка и психометрические характеристики // Социум и власть. 2016. № 1 (57). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/test-zhiznesposobnost-cheloveka-razrabotka-i-psihometricheskie-harakteristiki> (дата обращения: 24.04.2021).
3. Связь жизнестойкости с различными видами интеллекта [электронный ресурс] // <http://www.psychodic.ru/> URL: <http://www.psychodic.ru/arc.php?page=4529>. (дата обращения: 10.03.2022).
4. Шумакова Н. Д. Исследования проблематики интеллекта в контексте жизнестойкости подростков / Н.Д. Шумакова, М.В. Шамардина // Тенденции развития науки и образования. – 2018. – №2. – С. 14–18.



## СРОЧНОЕ ИЗДАНИЕ МОНОГРАФИЙ И ДРУГИХ КНИГ



*Два места издания Чехия или Россия.  
В выходных данных издания  
будет значиться*

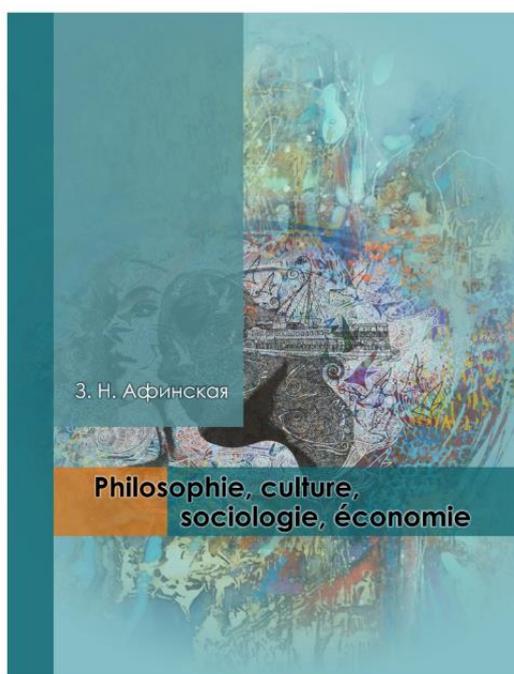
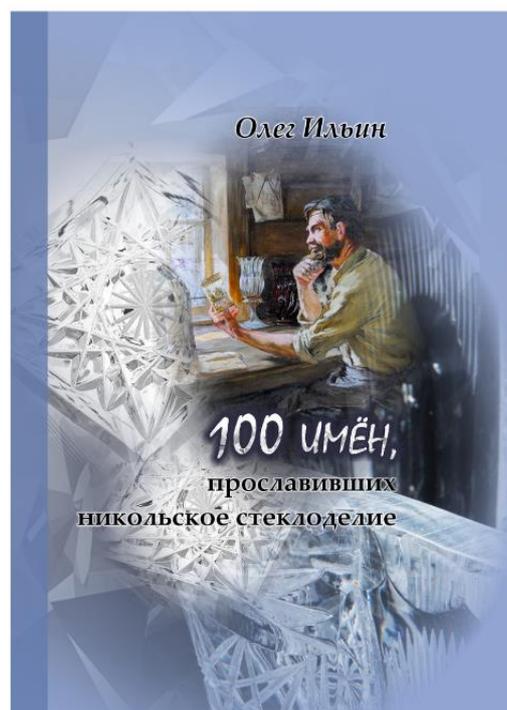
**Прага: Vědecko vydavatelské  
centrum "Sociosféra-CZ"**

*или*

**Пенза: Научно-издательский  
центр "Социосфера"**

## РАССЧИТАТЬ СТОИМОСТЬ

- Корректурa текста
- Изготовление оригинал-макета
- Дизайн обложки
- Присвоение ISBN



## У НАС ДЕШЕВЛЕ

- Печать тиража в типографии
- Обязательная рассылка
- Отсудка тиража автору