

ОПТИМИСТЫ И ПЕССИМИСТЫ В СИТУАЦИИ ОТНОСИТЕЛЬНОЙ НЕОПРЕДЕЛЕННОСТИ ЭКОНОМИЧЕСКИХ КРИЗИСОВ

Водопьянова Наталия Евгеньевна

(ФГБОУ ВПО «Санкт-Петербургский государственный университет»)

Работа выполнена при поддержке гранта РГНФ, проект № 15-06-10638

В постоянно меняющейся общественной, политической и экономической реальности с высокой плотностью социально-экономических кризисов для сохранения психологической устойчивости россиянам требуются не только материальные, но также личностные ресурсы совладания с трудными жизненными испытаниями и обстоятельствами. В этой связи целью серии наших исследований является поиск психологических ресурсов субъектов труда, способствующих совладанию с трудными ситуациями, в том числе с ситуациями неопределенности.

Психологические ресурсы понимаются нами как актуализированные потенциальные возможности человека в виде установок и мировоззрения, когнитивных, волевых усилий и практических действий, способствующие совладанию со стресс-факторами прошлых, настоящих или будущих трудных жизненных ситуаций и стресс-реакциями (состояниями) [3].

Среди личностных ресурсов преодоления стрессогенных жизненных ситуаций особое место занимают когнитивные ресурсы, выражающиеся в жизненной позиции, оптимистических или пессимистических мировоззренческих установках и мироощущениях человека. По результатам многих исследований, оптимисты и пессимисты отличаются по умонастроению, направленности на практическую ориентацию в мире, по оценкам событий прошлого и настоящего времени, а также по стратегиям преодоления жизненных трудностей. Оптимизм и пессимизм представляют собой существенно различающиеся жизненные позиции личности как субъекта жизненного пути [1, 2, 4, 5, 7].

С позиций субъектно-ресурсной парадигмы оптимизм и реализм понимаются нами как диспозиционные ресурсы совладания с жизненными трудностями и кризисами, а стратегии преодоления трудных, кризисных ситуаций – как ситуационные ресурсы субъектов жизнедеятельности [3, 6].

В результате обобщения представлений о феноменах оптимизма и пессимизма с позиций субъектно-ресурсной парадигмы, нами проведена серия исследований в ситуациях обострения экономических кризисов 1998 и 2014 годов. Общей целью наших исследований являлось расширение представлений о роли жизненной позиции в виде оптимизма, пессимизма и реализма в оценке неопределенности кризисных ситуаций и стратегиях их преодоления менеджерами среднего звена. В качестве гипотез исследования выступали следующие предположения.

1. Оптимисты по сравнению с пессимистами ниже оценивают «катастрофичность» (неопределенность, психологическую трудность, продолжительность, негативные последствия) ситуации социально-экономических кризисов, легче адаптируются к ним, больше полагаются на собственные ресурсы.

2. Оптимисты по сравнению с пессимистами чаще предпочитают активные стратегии совладающего поведения в трудных ситуациях.

3. Оптимисты и реалисты характеризуются более высоким уровнем ресурсообеспеченности и жизнестойкости по сравнению с пессимистами.

Задачи исследования: 1) сравнить оптимистов и пессимистов по оценке «катастрофичности» кризисной ситуации и прогнозу ее негативного влияния на качество их жизни (адаптированность); 2) определить особенности оптимистов, пессимистов и реалистов по их представлениям о личных ресурсах и стратегиях преодоления кризисной ситуации; 3) изучить взаимосвязи типов мировоззренческой жизненной позиции с субъективными оценками ресурсообеспеченности и жизнестойкости.

Организация и методы и исследования. При наличии разных социально-экономических причин кризисы имеют общие последствия для субъектов

труда в виде сокращения рабочих мест и реальной угрозы потери работы. Поэтому угроза увольнения использовалась нами в качестве общего стрессогенного фактора неопределенности ситуации социально-экономических кризисов, начавшихся в 1998 и 2014 годах. В нашем эмпирическом исследовании использовались следующие идентичные методики для обеих кризисных ситуаций:

- Шкала оптимизма и активности – AOS (Водопьянова, 2009) для выявления типов жизненной позиции: «Активный оптимист», «Пассивный оптимист», «Активный пессимист», «Пассивный пессимист», «Реалист»;

- «Анкета уверенности» для определения ресурсов, на которые полагаются специалисты для преодоления ситуации «угроза потери работы». Анкета содержит перечень 10 внутренних (интрасубъектных) условий (ресурсов), которые могут помочь в случае потери работы;

- Анкета «Стратегии преодоления» для выявления предпочитаемых (планируемых) стратегий совладания с трудной ситуацией: «Эмиграция», «Пережидание», «Капитуляция», «Консервация ресурсов-сохранение достигнутого положения или результатов», «Обогащение – увеличение материального благополучия – капитала», «Переориентация – смена работы или профессии»; «Повышение квалификации». Предлагалось выбрать три наиболее вероятные (приоритетные) для стратегии;

- «Катастрофичность» – прогноз неопределенности ситуации, вероятности увольнения и снижения качества жизни респондентов через год после начала кризиса оценивались по шкалам в процентах: минимум «катастрофы» и наихудший прогноз адаптированности – 0 %, максимальная катастрофа и наилучший прогноз адаптированности через год – 100 %;

- Опросник «Потери и приобретения персональных ресурсов» для измерения индекса ресурсности – уверенности в ресурсообеспеченности (Водопьянова, 2009);

- Тест жизнестойкости Мадди в адаптации Д. А. Леонтьева и Е. И. Рассказовой (Леонтьев, Рассказова, 2006).

Выборка. В исследовании участвовали три группы менеджеров среднего и высшего звена: в 1998 г. – 40 человек (20 женщин и 20 мужчин); в 2014 – 2015 годах – 80 человек (40 мужчин и 40 женщин).

Выводы

1. Оптимисты, пессимисты и реалисты отличаются по субъективной оценке «катастрофичности» ситуации экономического кризиса. Пессимисты в отличие от оптимистов и реалистов, склонны драматизировать трудности жизненной ситуации, прогнозировать большую продолжительность и неопределенность кризиса, и преодоление его с большими потерями личных ресурсов.

2. Наиболее высокую оценку степени своей адаптированности имеют активные оптимисты, более низкая степень адаптированности наблюдается у пассивных пессимистов.

3. Оптимисты по сравнению с пессимистами и реалистами убеждены в большей ресурсообеспеченности и сохранности собственных ресурсов после окончания кризиса. Они относятся к кризисной ситуации как «Вызову», что очевидно сказывается на выборе стратегий преодоления кризисных ситуаций.

4. Получено подтверждение гипотезы о том, что оптимизм как системный конструкт представляет собой диспозиционный ресурс, оказывает влияние на выбор стратегий преодоления: чем больше выражена позиция оптимизма и активности, тем чаще предпочтение конструктивных стратегий, способствующих преодолению кризисных ситуаций.

В связи с полученными результатами можно констатировать, что разработка технологий психологического сопровождения и помощи субъектам труда по преодолению кризисных ситуаций должна фокусироваться на развитие ресурсов их оптимистичности и активности жизненной позиции.

Библиографический список

1. Абульханова-Славская К. А. О субъекте психической деятельности. – М., 2003. – 214 с.

2. Водопьянова Н. Е. Активная жизненная позиция личности и профессиональная адаптация в условиях социально-экономического кризиса. // Психологические проблемы самореализации личности. Вып.2. – СПб.: Изд-во С.-Петербург. ун-та. –1998. – С. 144 – 154.

3. Водопьянова Н. Е. Ресурсное обеспечение противодействия профессиональному выгоранию субъектов труда: автореф. дисс. ... докт. психол. наук. – СПб., 2014. – 48 с.

4. Муздыбаев К. Оптимизм и пессимизм личности // Социологические исследования. – 2003. – № 12. – С. 175 – 183.

5. Толочек В. А. Интрасубъектные, интрасубъектные и внесубъектные ресурсы профессиональной успешности субъекта // Социология и управление персоналом. – 2008. – № 2. – С. 155 – 171.

6. Ясько Б. А. Современные теоретические и методологические подходы к исследованию организационного стресса // Вестник Адыгейского государственного университета. Серия «Педагогика и психология». Вып.3. – 2013. – С. 92 – 97.

7. Scheier M. F., Carver Ch. S. On the power thinking: the benefits of being optimistic // Current directions of psychological science. 1993. Vol. 2.