

УСТОЙЧИВОСТЬ К СКУКЕ И СУБЪЕКТНОСТЬ В КОНТЕКСТЕ ПРОБЛЕМЫ РАЗВИТИЯ ЛИЧНОСТНОГО ПОТЕНЦИАЛА СТУДЕНТОВ ВУЗА

BOREDOM TOLERANCE AND SUBJECTIVITY IN THE CONTEXT OF THE PROBLEM OF UNIVERSITY STUDENTS' PERSONALITY POTENTIAL DEVELOPMENT

В статье рассматриваются феномены скуки и субъектности в контексте проблемы развития личностного потенциала студентов вузов. Скука как состояние проявляется в виде отрицательного эмоционального фона, чувства неудовлетворенности, сниженной активности и рассматривается как фактор, препятствующий проявлению субъектной жизненной позиции. Диагностика предрасположенности к скуке и обучение студентов стратегиям ее преодоления повышает осознанность выбора профессиональной траектории в образовательном пространстве вуза.

Ключевые слова: скука, предрасположенность к скуке, устойчивость к скуке, активность, субъектность, субъект-объектные ориентации, личностный потенциал.

The article examines the phenomena of boredom and subjectivity in the context of the problem of university students' personality potential development. Boredom as a state manifests itself in the form of a negative emotional background, a feeling of dissatisfaction, decreased activity, and is considered as a factor that prevents the manifestation of a subjective life position. Boredom proneness diagnostics and training students strategies to overcome it increases the awareness of choice of a professional path in the university environment.

Key words: boredom, proneness for boredom, boredom tolerance, activity, subjectivity, subject-object orientations, personality potential.

Рохина Елена Владимировна,
канд. психол. наук, старший преподаватель кафедры психологии профессиональной деятельности института психологии, Российский государственный педагогический университет им. А. И. Герцена (г. Санкт-Петербург, РФ). E-mail: elenarokhina@yandex.ru.

Рудыхина Ольга Валерьевна,
канд. психол. наук, доцент кафедры психологии человека института психологии, Российский государственный педагогический университет им. А. И. Герцена (г. Санкт-Петербург, РФ).
E-mail: olga.rudykhina@yandex.ru.

Яркин Пётр Алексеевич,
канд. психол. наук, доцент кафедры психологии социального взаимодействия института психологии, Российский государственный педагогический университет им. А. И. Герцена (г. Санкт-Петербург, РФ).
E-mail: petr.yarkin@gmail.com.

Одним из ключевых направлений современного высшего образования является развитие личностного потенциала обучающихся. От готовности студентов к саморазвитию, их активной жизненной позиции зависит не только

продуктивность их учебной деятельности в вузе, но и дальнейшая успешность профессиональной самореализации и в целом психологическое благополучие.

Личностный потенциал является сложным и многогранным феноменом. В последние годы исследователи приходят к пониманию, что центром его структуры является система саморегуляции, которая управляет индивидуально-психологическими характеристиками человека, проявляющимися в способности к самоопределению, ориентации на достижение целей и способности к совладанию со стрессовыми ситуациями при сохранении внутренней устойчивости [4, 5, 6].

Компоненты личностного потенциала могут быть относительно независимыми друг от друга, однако можно предположить, что успешность их развития зависит от проявления активной жизненной позиции человека, выражающей степень его субъектности. Субъектность – интегральная психологическая характеристика человека, отражающая меру его активного влияния на внутренние и внешние процессы и ориентацию на преобразование своей жизнедеятельности [1 – 4]. Ключевым компонентом субъектности является способность к саморегуляции, что позволяет рассматривать данный феномен в тесной связи с личностным потенциалом, проявляющимся в способности человека управлять своими психологическими ресурсами. Можно предположить, что рефлексивное и деятельностное отношение к жизни как показатели субъектности позволяют человеку продуктивно управлять процессами, происходящими в его внутреннем мире, и эффективно взаимодействовать с внешним миром, что будет содействовать развитию его личностного потенциала.

По мнению Д. А. Леонтьева, саморазвитие происходит в разных формах (усиление «Я», проявляющееся в направленности на саморегуляцию и самодетерминацию активности, и обогащение личности, сопровождающееся развитием и усложнением внутреннего мира) [5]. Эти варианты личностного развития можно сопоставить с типологическими формами субъектности. Наиболее полно феномен субъектности раскрыт Е. Ю. Коржовой в целостной концепции человека как субъекта жизнедеятельности. Она описала понятие «субъект-объектные ориентации в жизненных ситуациях» и разработала одномерную и двухмерную типологии субъект-объектных ориентаций. Субъект-объектные ориентации относятся к базовым жизненным ориентациям человека, характеризующим принципы его взаимодействия с окружающим миром, и дифференцируются по критерию его активности – пассивности и творческой – приспособительной направленности [2, с. 102]. Исследование субъект-объектных ориентаций и их типологических форм открывает перспективы для углубления понимания, как развивать личностный потенциал человека.

В психологии субъектности накоплен богатый теоретико-эмпирический материал [1, 2, 3], однако отсутствует единое представление о факторах раз-

вития субъектности. Остается открытым вопрос, как стимулировать и поддерживать субъектную жизненную позицию, в частности у студентов вузов. Несмотря на широкие возможности для самореализации, учащейся молодежи зачастую трудно осознанно выбрать дальнейшие направления личностного и профессионального развития. Более того, в студенческие годы активизируются поиски жизненных смыслов. Согласно В. Франклу, в юношеском возрасте такие вопросы наиболее актуальны и имеют особую значимость [12, с. 24].

Как известно, смыслоутрата и отсутствие целей могут приводить к длительному переживанию негативных эмоциональных состояний: скуке, тоске, унынию [8, 11, 14]. Молодые люди не всегда могут продуктивно разрешить вопросы смыслообразования и выбора, что нередко приводит к отказу от активных поисков векторов личностного развития и снижению интереса к учебной деятельности.

Переживание скуки может быть обусловлено как особенностями организации образовательного процесса, так и собственной позицией студентов, которая проявляется в пассивном усвоении знаний, безынициативности и несамостоятельности. В психологических исследованиях скука редко изучается в качестве самостоятельного психологического феномена. Отметим, что исследования роли скуки в жизнедеятельности человека, а также его устойчивости и предрасположенности к скуке, малочисленны и разрозненны. Скука определяется в большей степени как явление эмоциональной сферы, которое характеризуется чувством неудовлетворенности, порождает отказ человека от индивидуальной активности, а при длительном переживании снижает качество жизни [8].

Феномен скуки достаточно полно проработан в философском знании. Например, Б. Паскаль, А. Шопенгауер, М. Хайдеггер и Б. Хюбнер, рассматривая скуку, делали акцент на ее ценностно-смысловой природе. С позиции Б. Хюбнера скука – это врожденная и устойчивая характеристика человеческого существования, нуждающегося в целях [13, с. 22 – 32]. При этом, подчеркивает философ, если цели в жизни нет или человек ставит недостижимую цель, то могут возникать такие тягостные состояния, как скука, тоска, уныние, депрессия. В контексте культурологического исследования Э. Р. Макогон описывает социальную природу скуки, находя источники ее возникновения в противоречии между уровнем развития цивилизации и культуры общества [7].

С нашей точки зрения, важно рассмотреть феномен скуки в рамках психологии именно с аксиологической позиции. Проведенный анализ исследований позволяет нам считать предрасположенность и устойчивость к скуке характеристиками высшего уровня диспозиций, отражающих ценностно-смысловые ориентации личности [10, с. 8, 52–58].

Мы предполагаем, что устойчивость студентов к переживанию скуки будет стимулировать, поддерживать субъектную жизненную позицию и соз-

давать условия для развития их личностного потенциала. Для верификации гипотезы сформулирована цель исследования: изучить ценностно-смысловые характеристики молодых людей с разной степенью устойчивости к переживанию скуки и определить ценностно-мотивационные характеристики студентов с разными типами субъект-объектных ориентаций.

Методы и методики

В исследовании мы использовали следующие психодиагностические методики:

- 1) опросник субъект-объектных ориентаций в жизненных ситуациях (Е. Ю. Коржова) [2];
- 2) опросник «Предрасположенность к скуке» (Р. Ф. Фармер, Н. Д. Сандберг, адаптация Е. В. Рохиной) [9];
- 3) методика исследования ценностных ориентаций (М. Рокич);
- 4) методика «Опросник ценностей» (Ш. Шварц);
- 5) тест смысловых ориентаций (Д. А. Леонтьев).

Методы статистической обработки эмпирических данных: первичная описательная статистика, сравнительный анализ (t-критерий Стьюдента для независимых выборок) с использованием программы STATISTICA 8.0.

В исследовании участвовали студенты РГПУ имени А.И. Герцена (N = 269; возраст от 18 до 22 лет). Исследование проводилось на разных выборках в два этапа. На первом этапе, посвященном изучению субъектности, объем выборки составил 217 студентов. На втором этапе, посвященном изучению предрасположенности к переживанию скуки, объем выборки составил 52 студента.

Результаты и их обсуждение

На первом этапе было установлено: группа с выраженностью объектной ориентации (N = 84) статистически значимо превосходит группу с субъектной ориентацией (N = 133) в направленности на ценности гедонизма ($t_{эмп} = 3,31$; $p \leq 0,001$), власти ($t_{эмп} = 2,33$; $p \leq 0,05$), безопасности ($t_{эмп} = 2,08$; $p \leq 0,05$). В группе студентов с выраженностью субъектной ориентации достоверно выше (по сравнению с группой с объектной ориентацией) ориентир на ценности универсализма ($t_{эмп} = -3,34$; $p \leq 0,001$), самостоятельности ($t_{эмп} = -3,71$; $p \leq 0,001$), стимуляции ($t_{эмп} = -3,38$; $p \leq 0,001$). Полученные результаты демонстрируют, что молодые люди с *выраженностью объектной жизненной ориентации* выделяются стремлением к чувственным удовольствиям, социальному престижу, безопасности в семье и обществе. Молодых людей с выраженностью субъектной ориентации отличает более высокая значимость исследовательской активности, самостоятельности в мышлении и поведении, стремление к разнообразию и глубоким переживаниям, к терпимости и защите других людей и природы. Представленные факты отражают существенные различия в ценностно-мотивационных ориентирах у молодых людей с низким и высоким уровнем субъектности: студенты с пассивной жизненной

позицией в большей степени устремлены к собственному благополучию, а студенты с активной жизненной позицией в большей степени направлены на благополучие других людей и преобразование окружающей действительности.

На втором этапе нашего исследования были определены ценностно-смысловые ориентации студентов с разной степенью предрасположенности к скуке: «предрасположенные» (N = 26) и «устойчивые» (N = 26) к скуке ($t_{эмп} = 30,3$; $p \leq 0,001$).

Сравнительный анализ ценностных ориентаций показал, что ценности личной жизни одинаково значимы в иерархии ценностей исследуемых групп. Тем не менее «предрасположенные» и «устойчивые» к скуке расходятся в оценке значимости таких терминальных ценностей, как «наличие хороших и верных друзей», «интересная и активная жизнь», «развлечения». «Предрасположенные» к скуке студенты признают важность дружбы, но при этом жизненная активность для них менее важна. Можно предположить, что активные действия по установлению, поддержанию и расширению дружеских связей для «предрасположенных» к скуке студентов не характерны. Анализ иерархии инструментальных ценностей показал, что есть различия в предпочтении ценностей самоутверждения и образованности. Признавая важность самоутверждения и независимости, «предрасположенные» к скуке не придают высокой значимости исполнительности и непримиримости к недостаткам.

Сравнительный анализ смысловых ориентаций позволил утверждать, что наличие целей в жизни ($t_{эмп} = -5,2$; $p \leq 0,001$), восприятие своей жизни в настоящем как эмоционально насыщенной ($t_{эмп} = -8,1$; $p \leq 0,001$), контролируемой и управляемой ($t_{эмп} = -4,5$; $p \leq 0,001$), положительная оценка результативности ($t_{эмп} = -7,9$; $p \leq 0,001$) и общая осмысленность жизни ($t_{эмп} = -7,7$; $p \leq 0,001$) в большей степени характерны для «устойчивых» к скуке. Полученные результаты отражают высокую удовлетворенность прожитой частью жизни и достаточно ясные жизненные перспективы у студентов, «устойчивых» к скуке.

Выводы

Результаты проведенного исследования позволяют предположить, что устойчивость к переживанию скуки можно рассматривать как одну из ключевых характеристик ценностно-мотивационной сферы студентов с высокими показателями субъектности. Устойчивость к скуке, вероятно, будет существенно влиять на потенциал самоопределения как один из ключевых компонентов личностного потенциала.

Длительное переживание скуки в период обучения в вузе может приводить к снижению удовлетворенности образовательной средой и жизнью в целом. Мы предполагаем, что в такой ситуации эмоциональный фон станет дискомфортным, потребности студентов в самоопределении будут фрустрированы. Это нарушит автономию и способность управлять своим

взаимодействием с окружающей средой и, как следствие, приведет к сложностям в реализации потенциала самоопределения.

Комплексным показателем успешности развития личностного потенциала у студентов может стать выраженная субъектность и устойчивость к скуке.

Перспектива развития темы – эмпирическое изучение предрасположенности и устойчивости к скуке у студентов с разной степенью выраженности субъектности, анализ взаимосвязи между устойчивостью к скуке и разными типами субъект-объектных ориентаций. Подобное исследование будет способствовать более глубокому пониманию психологических механизмов, влияющих на актуализацию субъектности, расширит представления о выраженности устойчивости к переживанию скуки в контексте различных типологических форм субъектности и внесет вклад в понимание факторов и стратегий развития личностного потенциала студентов.

Литература

1. Брушлинский А. В. Психология субъекта / Отв. ред. проф. В. В. Знаков. – М.: Институт психологии РАН; СПб.: Алетейя, 2003. – 272 с.
2. Коржова Е. Ю. Психологическое познание судьбы человека. – СПб.: Изд-во РГПУ им. А. И. Герцена; изд-во «Союз», 2002. 334 с.
3. Коржова Е. Ю., Волкова Е. Н., Рудыхина О. В., Туманова Е. Н. Психология человека как субъекта жизнедеятельности и жизненного пути личности: основные итоги исследований // Известия Российского государственного педагогического университета им. А. И. Герцена. 2018. – № 187. – С. 40 – 50.
4. Леонтьев Д. А. Что дает психологии понятие субъекта: субъектность как измерение личности // Эпистемология и философия науки. – 2010. – Т. 25, № 3. – С. 135 – 153.
5. Леонтьев Д. А. Что такое развитие // Практики развития 1.0.: вызовы, концепции, инструменты / Ред.-сост. М. Кукушкин. – М.: Смысл, 2018. – С. 40 – 55.
6. Леонтьев Д. А. Три мишени: личностный потенциал – зачем, что и как? // Образовательная политика. – 2019. – № 3 (79). – С. 10 – 16.
7. Макогон Э. Р. Скука как экзистенциал культуры: Автореф. дис. ... канд. фил. наук. Ростов-на-Дону: Таганрогский гос. радиотехнич. ун-т. 1999. – 19 с.
8. Посохова С. Т., Рохина Е. В. Предрасположенность к скуке как признак психологической уязвимости личности // Вестник Санкт-Петербургского университета. Серия 16. Психология. Педагогика. – 2015. – № 4. – С. 46 – 55.
9. Рохина Е. В. Психометрические характеристики русскоязычной версии опросника «Предрасположенность к скуке» Р. Ф. Фармера, Н. Д. Сандберга // Электронное научное издание «Письма в Эмиссия.Оффлайн» (The Emissia.Offline Letters): Электронный научный журнал. – 2019. – № 11. URL: <http://www.emissia.org/offline/2019/2786.htm> (дата обращения: 15.12.2021).
10. Рохина Е. В. Психологические факторы предрасположенности к скуке: Дис. ... канд. психол. наук. Санкт-Петербург: Рос. гос. пед. ун-т им. А. И. Герцена, 2020. – 200 с.
11. Тардьё Э. Скука: Психологическое исследование / Пер. с фр. – Изд. 2-е. – М.: Изд-во ЛКИ, 2007. – 256 с.
12. Франк В. Человек в поисках смысла. – М.: Прогресс, 1990. – 368 с.
13. Хюбнер Б. Смысл в бес-СМЫСЛЕННОЕ время: метафизические расчеты, просчеты и сведение счетов. – Минск: Экономпресс, 2006. – 384 с.
14. Sommers J., Vodanovich S. J. Boredom proneness: Its relationship to psychological- and physical health symptoms // Journal of Clinical Psychology. 2000. Vol. 56 (1). P. 149–155.