

## Жизнестойкость молодых мужчин и женщин Тувы с разным супружеским статусом

**Момбей-оол Сырга  
Мергеновна,**

старший преподаватель, Тувинский  
государственный университет,  
г. Кызыл

---

*В статье даются результаты исследования жизнестойкости молодых людей в зависимости от супружеского статуса. Рассматриваются особенности вовлеченности в жизнь, принятия риска в жизни, а также уровня подконтрольности жизни молодым людям с разным супружеским статусом. Предпринята попытка сравнения показателей общей жизнестойкости молодых мужчин и женщин, которые являются свободными от семейно-брачных отношений, а также отдельно молодых людей, которые состоят в браке.*

---

*жизнестойкость • мужчины • женщины • супружеский статус • вовлеченность • принятие риска • тувинская молодежь • контроль • брак*

---

*The article presents the results of a study of the resilience of young people depending on their marital status. The article considers the features of involvement in life, risk-taking in life, as well as the level of control over life for young people with different marital status. An attempt is made to compare indicators of the overall vitality of young men and women who are free from marital relations, as well as separately of young people who are married.*

---

*resilience • men • women • marital status • involvement • risk-taking • Tuvan youth • control • marriage*

---

Семейные взаимоотношения являются самыми поддерживающими из всех человеческих отношений, следовательно, при утрате и разводе человек лишается этого источника. Различия в социально-психологических отношениях молодых людей с разным брачным статусом приводят к различиям в социальной регуляции и контроля их жизни. Так, женатые и замужние люди испытывают на себе больше проявлений социального контроля. Супруги наставляют друг друга относительно образа жизни, важных решений в жизни, они находятся под присмотром друг у друга и ищут более адекватные пути выхода из трудных жизненных ситуаций в случае необходимости. Брак снижает проявление неадаптивных форм поведения, связанных с избеганием, соматизацией и уходом от проблемных ситуаций. Дети же выступают дополнительной мотивацией в выборе жизнестойких форм преодоления сложностей. Также необходимо взять во внимание различия

в материальных ресурсах между молодыми людьми с разным супружеским статусом. Молодые люди, которые ведут общий быт и хозяйство, выигрывают от экономии при общих покупках, оплате услуг и жилья. Наличие детей является, конечно, серьезным вызовом для семейного бюджета, но государственная система социальной поддержки семьи и детства является одним из гарантов помощи семьям с детьми.

В настоящее время не проводилось исследований по проблеме особенностей жизнестойкости тувинской молодежи в зависимости от супружеского статуса. Не разработаны методы диагностики жизнестойкости, адаптированные для российско-азиатского менталитета, что значительно сужает возможности изучения данного феномена. Необходимо расширить понимание феномена жизнестойкости, в том числе за счет определения особенностей жизнестойкости молодых людей в зависимости от супружеского статуса.

Важный социально-психологический фактор, который действует на жизнестойкость молодых людей через супружеский статус, — это социальные взаимоотношения и взаимодействия. Современная наука утверждает, что присутствие или чувство общности с другим человеком имеет положительное влияние на психосоматическое здоровье человека, а через него на общую жизнестойкость человека [4]. Это можно отследить через мотивационные, эмоциональные или нейроэндокринные эффекты. Люди, состоящие в браке более социально интегрированы по нескольким причинам, ведь в браке они взаимодействуют как минимум через супруга, дети создают дополнительные социальные связи, которых нет у людей, никогда не бывших женатыми. Необходимо отметить традицию многодетности у тувинского этноса, в семьях, зачастую довольно молодых, имеется более 3–5 детей. А также необходимо взять во внимание мощные родоплеменные социальные связи у тувинцев, которые имеют большое значение. Содержание и качество социально-психологических связей с окружающим социумом определяет уровень социальной поддержки, которая прямо и косвенно связана с жизнестойкостью. Социальная поддержка со стороны семьи и рода является буфером, смягчающим негативное влияние

стресса на психосоматическое здоровье человека, его мироощущение и устойчивость перед лицом трудностей [2].

Исходя из цели и задач исследования в исследовании применялся тест жизнестойкости, который представляет собой адаптацию Леонтьевым Д. А. опросника «Hardiness Survey», разработанного американским психологом Сальваторе Мадди [5]. По нему, жизнестойкость — это система убеждений о себе, мире, отношениях с ним, которые позволяют человеку выдерживать и эффективно преодолевать стрессовые ситуации. В одной и той же ситуации человек с высокой жизнестойкостью реже испытывает стресс и лучше справляется с ним. Жизнестойкость включает в себя три сравнительно самостоятельных компонента: вовлеченность, контроль, принятие риска. Выраженность жизнестойкости в целом и ее компонентов препятствует возникновению внутреннего напряжения в стрессовых ситуациях за счет стойкого совладания (*hardycoping*) со стрессами и восприятия их как менее значимых [3].

Компоненты жизнестойкости развиваются в детстве и отчасти в подростковом возрасте, хотя их можно развивать и позднее. С. Мадди подчеркивает важность выраженности всех трех компонентов для сохранения здоровья и оптимального уровня работоспособности и активности в стрессогенных условиях [5]. Можно говорить, как об индивидуальных различиях каждого из трех компонентов в составе жизнестойкости, так и о необходимости их согласованности между собой и с общей (суммарной) мерой жизнестойкости.

В исследовании приняли участие 471 человек от 18 до 35 лет. Из них 228 человек находятся в браке, а остальные 243 обозначают себя как не состоящих в супружеских отношениях. Мужская часть выборки составила 116 мужчин, а женская — 355 респондентов. 31% из числа молодых мужчин находятся в брачных отношениях ( $n = 36$ ), а 69% — не женаты ( $n = 80$ ). Из числа молодых женщин в браке находятся 54% ( $n = 192$ ), свободны — 46% ( $n = 163$ ).

Таким образом, полученные данные свидетельствуют о следующем:

— по шкале вовлеченности большинство молодых людей ( $n = 156$ ) показывают

низкий уровень эмоциональной вовлеченности в жизнь, что составляет 68% от общего числа семейных респондентов;

- уверенность в подконтрольности собственной жизни демонстрирует 21% респондентов ( $n = 48$ ). Низкий уровень контроля показывает 38% молодых людей, состоящих в браке ( $n = 86$ );
- высокие показатели, наоборот, получены по шкале «Принятие риска». Так, у 55% респондентов указанной группы выявлены высокие показатели принятия риска жизни ( $n = 125$ );
- по шкале общей жизнестойкости, 46,9% респондентов, состоящих в браке, демонстрируют низкий уровень жизнестойкости ( $n = 107$ );
- всего лишь 36,4% семейных тувинцев демонстрируют средний уровень жизнестойкости;
- высокий уровень жизнестойкости показывают 16,6% тувинской молодежи, состоящей в семьях.
- по шкале «Вовлеченность» молодежь, не состоящая в семейно-брачных отношениях, показывает высокий уровень вовлеченности в жизнь, они более эмоционально вовлечены в жизнь, такой контингент составляет 69%; лишь 12% свободной от уз брака молодежи показали низкий уровень;
- по шкале «Контроль» у 34,5% свободной молодежи отмечены высокие результаты, низкий уровень отмечается у 27,5%.
- по шкале «Принятие риска» у более половины молодежи (52,6%) отмечены высокий уровень, когда как низкий уровень только у 20% молодежи;
- по шкале «Общая жизнестойкость» у 41,5% свободной молодежи отмечен низкий уровень жизнестойкости, когда как высокий уровень жизнестойкости зафиксирован только у 17,6%.

Таким образом, выяснено, что молодежь, не состоящая в семейно-брачных отношениях, является более вовлеченной в жизнь, а также ощущающей подконтрольность своей жизни собственными усилиями. Необходимо отметить тот

факт, что достоверно значимые различия выявлены только по шкале «Принятие риска» ( $t$ -критерий Стьюдента,  $p = 0,3$ ). Принимают риск жизни молодые люди, состоящие в браке. По остальным шкалам различия не имеют статистической значимости, но имеет исследовательский интерес проведение сравнительного анализа по другим параметрам (по типу родительской семьи по составу, стажу семейной жизни у семейных, образовательного уровня и т.д.).

В целом низкий уровень жизнестойкости тувинской молодежи побуждает к анализу всех факторов, имеющих влияние на данный феномен. Личностные и средовые предикторы жизнестойкости и адаптивных и неадаптивных форм совладания с трудными жизненными обстоятельствами требуют детального анализа для изучения природы низкого уровня жизнестойкости молодежи [2].

### Список источников:

1. Кегич С. И. Социальная зрелость и жизнестойкость студенческой молодежи. С. И. Кедич, В. А. Ситников, А. А. Большухин // Карминские чтения материалы Всероссийской научной конференции «Актуальные проблемы философии, культурологии, психологии, конфликтологии, образования». ПГУПС Императора Александра I. 2015. С. 31 – 36.
2. Момбей-оол С. М. Личностные и средовые предикторы жизнестойкого поведения тувинской молодежи / С. М. Момбей-оол // В сборнике: Актуальные проблемы исследования этноэкологических и этнокультурных традиций народов Саяно-Алтая Материалы V-ой международной научно-практической конференции молодых ученых, аспирантов и студентов, 2018. — С. 112 – 113.
3. Момбей-оол С. М. Взаимосвязь уровня жизнестойкости и копинг-стратегий молодежи, проживающей в Республике Тыва // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2019. Т. 25. № 3. С. 123 – 128.
4. Фоминова, А. Н. Жизнестойкость личности: Монография / А. Н. Фоминова. — Москва : МПГУ, 2012. — 152 с.
5. Maddi S. Hardiness and Mental Health / S. Maddi, D. Khoshaba // Journal of Personality Assessment, 1994. — Oct. — № 2. — Vol. 63. — P. 265 – 274.