

большое количество времени на выполнение предлагаемых методик, многие их фигур так и остались не дорисованными.

Для повышения уровня творческого воображения в старшем дошкольном возрасте необходимо уделять особое внимание специальным развивающим занятиям (конструированию, лепке, изобразительной деятельности, музыке и др.) с включением заданий, требующих от детей самостоятельного воссоздания и создания новых образов и ситуаций, для того чтобы их воображение оказывалось на более высоком уровне развития. Для развития творческого воображения имеет большое значение словесное творчество, игровая деятельность, театральная деятельность, изобразительное искусство.

### Литература

- 1 Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. – СПб. : Питер, 2002. – 720 с.
- 2 Боровик, О. В. Развитие воображения. Методические рекомендации / О. В. Боровик. – М. : Просвещение, 2000. – 142 с.
- 3 Венгер, Л. А. Развитие познавательных способностей в процессе дошкольного возраста / Л. А. Венгер [и др.]. – М. : Педагогика, 1986. – 224 с.

УДК 316.613.42-055.26

*Л. А. Максимова*

### ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ЖИЗНЕСТОЙКОСТИ БЕРЕМЕННЫХ ЖЕНЩИН

*В статье рассматриваются психологические особенности жизнестойкости беременных женщин, ситуативной и личностной тревожности, уровня адаптивных возможностей. Особое внимание уделено взаимосвязи жизнестойкости с уровнем ситуативной и личностной тревожности.*

В настоящее время проблема устойчивости человека перед лицом жизненных трудностей весьма актуальна, так как она отражается на психологическом здоровье человека, провоцируя стрессы, неврозы, неадекватное поведение, депрессивные состояния. Поэтому все больше интереса среди исследователей вызывают вопросы субъективного благополучия, качества жизни, вопросы жизнеспособности и жизнестойкости человека. Идея жизнестойкости подразумевает оптимальную реализацию человеком своих психологических возможностей в неблагоприятных жизненных ситуациях «психологическую живучесть» и «расширенную эффективность» в этих ситуациях.

Д. А. Леонтьев и Е. И. Рассказова определяют жизнестойкость, как то, что «характеризует меру способности личности выдерживать стрессовую ситуацию, сохраняя внутреннюю сбалансированность и не снижая успешность деятельности» [1, с. 3].

Такой период в жизни женщины как беременность ставит актуальность вопроса о её жизнестойкости. Это связано с тем, что беременность является острым переходным периодом, который нередко сопровождается кризисными переживаниями. В ходе беременности существенно изменяются сознание женщины и ее взаимоотношения с миром. Кроме того, этот период можно рассматривать как ситуацию адаптации (как необходимость приспособления к изменяющимся условиям существования), в это время задействуются все системы физиологической и психологической адаптации. Все это может осложняться стрессовыми факторами, чувством тревоги (возникающие осложнения в течение беременности, отношений с близкими и т. п.) и фрустрирующими

факторами (не оправданы ожидания, связанные с появлением ребенка; необходимость отказа от значимых целей; ущемление потребностей).

Исследование жизнестойкости беременных женщин проводилось на базе Гомельского учреждения здравоохранения «Гомельская городская клиническая больница № 3», отделения патологии, гинекологии, обсервации. Выборочную совокупность составили 60 женщин (19–45 лет).

Для проведения исследования нами были выбраны 2 методики: «Тест жизнестойкости» С. Мадди, адаптация Д. А. Леонтьева, Е. И. Расказовой [1, с. 59]; методика Ч. Д. Спилбергера на выявление личностной и ситуативной тревожности, адаптация Ю. Л. Ханина [4, с. 75].

При проведении теста «Жизнестойкость» С. Мадди было выявлено, что большая часть опрошенных беременных женщин имеют средние значения показателя жизнестойкости: 38 (63 %), 17 беременных (29 %) имеют высокие значения показателя жизнестойкости. Было выявлено 5 женщин (8 %) с низким уровнем жизнестойкости.

Далее был выявлен уровень личностной и ситуативной тревожности беременных женщин.

Средний уровень ситуативной тревожности имеют 35 человек (59 %), 20 (33 %) – высокий уровень, 5 человек (8 %) получили низкие показатели ситуативной тревожности. По личностной тревожности 21 человек (35 %) имеют средние значения, 37 человек (62 %) – высокие значения. 2 человека (3 %) получили низкие значения.

Сопоставив полученные данные жизнестойкости с ситуативной и личностной тревожностью выявили, что все беременные с низкой жизнестойкостью имеют высокие значения по ситуативной и личностной тревожности. Среди женщин со средними показателями жизнестойкости преобладает средний уровень ситуативной тревожности и высокий уровень по личностной тревожности. Женщины с высокими показателями жизнестойкости имеют, в подавляющем большинстве, средние значения по ситуативной и личностной тревожности.

Таким образом, чем выше уровень жизнестойкости беременных женщин, тем ниже их ситуативная и личностная тревожность.

#### Литература

1 Леонтьев, Д. А. жизнестойкости / Д. А. Леонтьев, Е. И. Расказова. – М. : Смысл, 2006. – 63 с.

УДК 159.922

*Н. С. Малашкіна*

#### **ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ЖИЗНЕСТОЙКОСТИ ЛИЧНОСТИ В ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ**

*В статье представлен анализ результатов исследования жизнестойкости в юношеском возрасте студентов ВУЗа и, получающих среднее специальное образование. Дано описание понятия «жизнестойкость» и включающих его компонентов: вовлеченность, контроль, принятие риска. Рассмотрено влияние на жизнестойкость ступени получения образования, структуры семьи, алкоголизации семьи, места проживания, широта круга общения.*

Основополагающей концепцией жизнестойкости в российской психологии является концепция Д. А. Леонтьева о личностном потенциале как базовой индивидуальной