УДК 151.8

ТЕСТ «ЖИЗНЕСПОСОБНОСТЬ ЧЕЛОВЕКА»: РАЗРАБОТКА И ПСИХОМЕТРИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ

Рыльская Елена Александровна,
Российская академия народного хозяйства и государственной службы при Президенте Российской Федерации, Челябинский филиал, профессор кафедры экономики и менеджмента, доктор психологических наук, доцент, г. Челябинск, Россия.
E-mail: elena_rylskaya@mail.ru

Аннотация
В статье отражена процедура разработки и проверки психометрических характеристик теста «Жизнеспособность человека». Приводятся данные о надежности, валидности, стандартизации методики. Представлены содержание теста, ключ для обработки результатов и спецификация. Материалы, опубликованные в статье, могут быть полезны специалистам по управлению персоналом, психологам и исследователям.

Ключевые понятия:
жизнеспособность, тест, надежность, валидность, стандартизация.

Исторические тенденции экономического развития с перманентно возрастающей убедительностью свидетельствуют о повышении значимости человеческого капитала в решении насущных задач производственной сферы, составляющей материальную основу социального бытия. В сложные, переломные, кризисные периоды от человека требуются особые качества, в число которых в настоящее время включают жизнеспособность – категорию, сравнительно недавно появившуюся в научном междисциплинарном тезаурусе.

Сегодня жизнеспособность имеет устойчивую и определенную позицию в концепции человеческого капитала – важнейшего интегративного показателя современной экономической и политической государственности, глобального стратегического ресурса благосостояния любой социальной системы [2]. Наряду с такими концептами, как работоспособность, способность к инновационной деятельности и обучению, жизнеспособность человека рассматривается как базовая составляющая человеческого капитала, требующая не только специального внимания в теории познания, но и всестороннего учета в практике управления. Соответственно, возникает необходимость адекватного измерения количественных показателей жизнеспособности, которые могут оказывать заметное влияние на решение поливариативных производственных задач человеком, выступающим в качестве объекта и субъекта управленческой деятельности. В рамках данной статьи излагаются результаты проверки психометрических характеристик теста жизнеспособности взрослого человека – основного творческого ресурса, производительной составляющей человеческого капитала.

Первый вариант теста жизнеспособности человека (ТЖЧ) был опубликован в 2009 году. Эта версия теста включала 78 вопросов и три шкалы: адаптивность, саморегуляция, смысложизненные ориентации [4]. В дальнейшем были предприняты попытки усовершенствования авторской концептуальной модели жизнеспособности в контексте коммуникативной методологии научного исследования, позволившего разработать предтеорию жизнеспособности, включающую комплекс теоретически обоснованных представлений об изучаемом феномене, его структуре и критериях, что являлось необходимым основанием для продолжения работы над тестом.

С позиции обозначенной предтеории жизнеспособность рассматривалась как

интегральная способность сохранения человеком своей целостности, актуализируемая в связи с необходимостью решения жизненных задач и обеспечивающая динамическое удержание жизни в постоянном сопряжении с требованиями социального бытия и человеческого предназначения, что субъективно воспринимается как удовлетворенность собственной жизнью. В качестве основного объективного критерия жизнеспособности был выделен нормативно-ролевой функциональный критерий жизнеспособности как унитарного ресурса, который реализуется в решении нормативных жизненных задач.

Была расширена структура жизнеспособности, внесены изменения в состав и наименование шкал теста, добавлены пункты опросника. В этой версии он включал 106 вопросов, сгруппированных в четыре шкалы: способности адаптации, способности саморегуляции, способности саморазвития и осмысленность жизни. Предполагалось, что указанные качества (потенциалы) выступают в синергетическом единстве, обеспечивая качественно новый эмерджентный эффект.

Надежность опросника проверялась на выборке взрослых людей (N=50) в возрасте от 35 до 52 лет (23 женщины, 27 мужчин). Выборка стратифицирована по признаку занятости: работающие – 27; безработные, представители «социального дна» – 23.

Однородность-согласованность теста проверялась известным и простым методом «расщепления». Корреляционные коэффициенты для различных шкал и жизнеспособности в целом показаны в таблице 1.

Таблица 1

Показатели внутренней согласованности теста «Жизнеспособность человека»

Жизнеспособность	0, 890**
Способности адаптации	0, 858**
Способности саморегуляции	0, 870**
Способности саморазвития	0, 872 **
Осмысленность жизни	0, 899 **

Условные обозначения: ** – корреляция значима на уровне 0,01.

Стабильность опросника была подтверждена посредством ретеста с интервалом в три недели (таб. 2).

Высокозначимыми оказались показатели ретеста и через 24 месяца после первоначального тестирования.

Таблица 2

Ретестовая надежность теста «Жизнеспособность человека»

Жизнеспособность	0, 897**
Способности адаптации	0,899**
Способности саморегуляции	0, 887**
Способности саморазвития	0, 898**
Осмысленность жизни	0, 901**

Условные обозначения: ** – корреляция значима на уровне 0,01.

Наибольшую сложность представляла проверка *конструктной (концептуальной) валидности* методики, что связано со слабой разработанностью в отечественной науке, как самого концепта «жизнеспособность», так и отсутствия (на момент разработки методики) отечественного диагностического инструментария, измеряющего переменные, с которыми можно было бы соотнести показатели жизнеспособности. В качестве наиболее пригодной оказалась категория «жизнестойкость», рассматриваемая нами как опорная переменная жизнеспособности и измеряемая адаптированным Д.А. Леонтьевым и Е.И. Рассказовой тестом жизнестойкости С. Мадди [3].

Оказалось, что жизнестойкость и жизнеспособность коррелируют между собой как на общесистемном уровне, так и на уровне отдельных компонентов (табл. 3).

Таблица 3

Конвергентная валидность опросника «Жизнеспособность человека»

Жизнеспособность – жизнестойкость	0, 681**
Способности адаптации – контроль	0,287*
Способности саморегуляции – контроль	0, 662**
Способности саморазвития – принятие риска	0, 310**
Осмысленность жизни – жизнестойкость	0, 583**
Принятие риска – осмысленность жизни	0,398**

Условные обозначения: ** – корреляция значима на уровне 0,01.

* – корреляция значима на уровне 0,05.

Конвергентная валидность ТЖЧ проверялась также посредством вычисления корреляции со шкалой чувства связности (вариант теста SOC A. Antonovsky в адаптации Е.Н. Осина). Было выявлено нали-

чие значимых связей этой шкалы со всеми компонентами жизнеспособности и шкалой чувства связности: 0,590** – для общей жизнеспособности; 0, 444** – для шкалы «Способности адаптации»; 0,436** – для шкалы «Способности саморегуляции»; 0,351** – для шкалы «Способности саморазвития»; 0,333** – для шкалы «Осмысленность жизни».

Проверка критериальной валидности теста (обоснованной сопоставлением его показателей с данными, полученными на основе объективных (внешних) критериев жизнеспособности) человека потребовала стратификации выборки по критерию решения жизненных задач. Соответственно, были сформированы две новые выборки по принципу крайних групп: N^1=24 и N^2=27. В первую вошли испытуемые, характеризующиеся как представители «социального дна». Они не имели определенного места жительства, семьи и работы (так называемые «бомжи») и были определены как условно «нежизнеспособные», т.е. не решившие жизненные задачи зрелости. Вторая выборка включала «добропорядочных» граждан, имеющих стабильную семью, работу, детей. Эти испытуемые относились к условно «жизнеспособным», соответственно решившим основные жизненные задачи периода зрелости: социальное и профессиональное самоопределение, создание семьи и осуществление общественно полезной деятельности [1]. Для обработки полученных результатов применялся непараметрический критерий Манна-Уитни (эмпирическое значение критерия U=78,500).

Проверка социальной желательности теста позволила выявить согласованность изменений социально желательных ответов по сравнению с искренними. Следовательно, предельно высокие баллы по тесту (близкие к 288 или 10 стенам) баллам могут свидетельствовать о желании испытуемых произвести более благоприятное впечатление.

Стандартизация опросника. Выборка стандартизации составила 522 человека: N=522, где 260 мужчин (N^1=260) и 262 женщины (N^2=262); рабочие (N^1=75), служащие (N^2=79), безработные (N^3=71), работники бизнес-структур (N^0=76), управленческие работники (N′=76), люди без определенного места жительства (N′′=68), военнослужащие (N′′′=77), в возрасте от 30 до 40 (N^1=173), от 41 до 51 (N^2=169) от 52 до 60(N^3=180). Распределение показателей жизнеспособности по критерию Колмогорова-Смирнова не отличается от нормального. Выраженность жизнеспособности в среднем не различается у мужчин и женщин.

Рассчитанные в процессе стандартизации средние значения и стандартные отклонения для жизнеспособности и каждого из ее компонентов были переведены в стандартную 10- балльную шкалу стенов, которая представлена в таблице 4.

Обработка результатов. Для подсчета баллов ответам на положительные пункты присваиваются баллы от 3 до 0 («да» – 3 балла, «скорее да, чем нет» – 2 балла, «скорее нет, чем да» –1 балл, «нет» – 0 баллов). Ответам на отрицательные пункты присваиваются баллы от 0 до 3 («да» – 0 баллов, «скорее да, чем нет» – 1 балл, «скорее нет, чем да» –2 балла, «нет» –3 балла). Затем суммируются показатели для каждой шкалы и общий балл жизнеспособности. Ключ для обработки результатов теста представлен в таблице 5.

Таблица 4

Перевод «сырых» значений опросника «Жизнеспособность человека» в стены

Стены	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
«Сырые» значения	119 135	136 152	153 169	170 186	187 203	204 220	221 237	238 254	255 271	272 288

Таблица 5

Ключ для обработки результатов теста «Жизнеспособность человека»

Шкалы	Положительные пункты	Отрицательные пункты
Способности адаптации	5, 11, 21, 40, 48, 65, 81, 105	1, 2, 9, 10, 18, 19, 28, 34, 35, 39, 52, 53, 54, 60, 66, 71, 73, 77, 78, 84, 87, 88, 91, 95, 97, 99, 100, 102, 103, 104
Способности саморегуляции	4, 8, 16, 37, 38, 46, 61, 64, 68, 76, 82, 90, 98, 101	24, 32, 43, 79, 86, 93
Способности саморазвития	14, 26, 31, 44, 47, 50, 56, 58, 59, 63, 69, 74, 75, 85	13, 15, 20, 22, 30, 41, 45, 51, 55, 62, 67, 70, 92, 106
Осмысленность жизни	3, 6, 7, 12, 25, 27, 29, 33, 36, 42, 49, 72, 80, 96	17, 23, 57, 83, 89, 94

Тест «Жизнеспособность человека» предназначен для оценки показателя жизнеспособности человека зрелого возраста (ориентировочно от 30 до 60 лет) как интегральной способности к сохранению собственной системной целостности, которая позволяет успешно решить основные жизненные задачи этого возрастного периода. Высокие показатели по тесту означают легкость приспособления к новым жизненным условиям, свидетельствуют о самостоятельности, флексибильности, легкости овладения разными видами деятельности, уверенности и успешности. Высокая жизнеспособность соотносится со стремлением к самопознанию, саморазвитию, с рефлексивностью и убежденностью человека в том, что все, что с ним случается, способствует его развитию за счет знаний, извлекаемых из опыта. Жизнеспособный человек готов действовать как в привычных, так и в экстремальных условиях. Он воспринимает свою жизнь как интересную, эмоционально насыщенную, имеет четкие цели, придающие его жизни осмысленность и временную перспективу. Высокие показатели по тесту в целом присущи людям, состоящим в благополучном браке, имеющим хорошие взаимоотношения с собственными детьми, профессионально состоявшимся, не имеющим аддикций и проблем с законом.

В дальнейшем предполагается проверка экологической валидности опросника, исследование связей жизнеспособности с успешностью различных видов деятельности и региональными особенностями жизни испытуемых.

Тест «Жизнеспособность человека»

1. Временами мне очень хотелось бы покинуть свой дом.
2. Мне кажется, что меня никто не понимает.
3. У меня отсутствуют неприятности из-за моего поведения.
4. Я человек общительный.
5. Иногда я так настаиваю на своем, что люди теряют терпение.
6. Запоры у меня бывают очень редко.
7. Я охотно берусь воплощать новые идеи.
8. Я могу назвать себя целеустремленным человеком.
9. У меня мало уверенности в себе.
10. Иногда я испытываю сильное желание нарушить правила приличия или кому-нибудь навредить.
11. Обычно я полон энергии.
12. В жизни я имею ясные цели и намерения.
13. Самая трудная борьба для меня – это борьба с самим собой.
14. Мышечные судороги или подергивания у меня бывают крайне редко (или почти не бывают).
15. Свои планы на будущее я люблю разрабатывать в малейших деталях.
16. Придерживаюсь девиза «Выслушай совет, но сделай по-своему».
17. Меня ужасно задевает, когда меня критикую или ругают.
18. Окружающие отмечают, что я недостаточно критичен к себе и своим действиям, но сам я это не всегда замечаю.
19. Моя жизнь представляется мне вполне осмысленной и определенной.
20. Мне трудно себя заставить что-либо переделывать, даже если качество сделанного меня не устраивает.
21. Если бы мне пришлось решить, как прожить жизнь заново, я прожил бы ее совсем иначе.
22. Мои повседневные дела приносят мне удовлетворение.
23. Все окружающее вызывает у меня растерянность и беспокойство.
24. Я был бы довольно спокоен, если бы у кого-нибудь из моей семьи были неприятности из-за нарушения закона.
25. Я избегаю риска, плохо справляюсь с неожиданными ситуациями.
26. Не всегда замечаю свои ошибки, чаще это делают окружающие меня люди.
27. Жизнь кажется мне волнующей и захватывающей.
28. Всегда стараюсь продумать способы достижения цели, прежде чем начну действовать.
29. Чтобы скрыть свою застенчивость, мне приходится затрачивать большие усилия.
30. Лучше синица в руках, чем журавль в небе.
31. Я могу сказать, ради чего я живу.
32. В жизни я нашел свое призвание.
33. Мне трудно поддерживать разговор с людьми, с которыми я только что познакомился.
34. Предпочитаю сохранять независимость даже от близких мне людей.
35. При большом объеме работы неминуемо страдает качество результатов.
36. Думаю, что я человек обреченный.
37. Я часто о чем-нибудь тревожусь.
38. Всю свою жизнь я строго следую принципам, основанным на чувстве долга.
39. Люблю перемены в жизни, смену обстановки и образа жизни.
40. Бывает, что я настаиваю на своем, даже когда не уверен в своей правоте.
41. Моя жизнь в моих руках, я сам управляю ею.

42. Мои родители и (или) другие члены моей семьи придираются ко мне больше, чем надо.

43. Не люблю посвящать кого-либо в свои планы, редко следую чужим советам.

44. В жизни я осуществил многое из того, что мною было задумано.

45. Считаю, что человек всегда может осуществить свой жизненный выбор.

46. В школе я усваивал материал медленнее, чем другие.

47. Неожиданности дарят мне интерес к жизни.

48. В ожидании важных событий я стремлюсь заранее представить последовательность своих действий, при том или ином развитии ситуации.

49. Редко отступаюсь от начатого дела.

50. Мне легко заставить других людей бояться себя, и иногда я делаю это ради забавы.

51. Если я считаю, что прав, то меня мало волнует мнение окружающих о моих действиях.

52. Счастливее всего я бываю, когда один.

53. В моей жизни был один или несколько случаев, когда я чувствовал, что кто-то посредством гипноза заставляет меня совершать те или иные поступки.

54. Если в работе не удалось добиться устраивающего меня качества, стремлюсь переделать ее, даже если окружающим это не важно.

55. Обычно я резко реагирую на возражения, стараюсь думать и делать все по-своему.

56. У меня есть желание узнать себя.

57. Глупо осуждать человека, обманувшего того, кто сам позволяет себя обманывать.

58. Могу сказать, что я обязательный человек.

59. Жизнь для меня почти всегда связана с напряжением.

60. Мне неприятно, когда вокруг меня люди.

61. Часто полагаюсь на свои способности ориентироваться по ходу дела и не стремлюсь заранее представить последовательность своих действий.

62. Мне, как правило, везет.

63. Я легко теряю терпение с людьми.

64. Чтобы чувствовать себя уверенно, необходимо знать, что ждет тебя завтра.

65. Переход на новую систему работы не причиняет мне особых неудобств.

66. Мне трудно отказаться от принятого решения даже под влиянием близких мне людей.

67. Часто я перехожу на другую сторону улицы, чтобы избежать встречи с тем, кого я увидел.

68. Я считаю, что мне нет необходимости в чем-либо меняться.

69. Я верю, что все задуманное мною осуществится.

70. Мои жизненные планы и цели вполне определились.

71. Почти каждый день случается что-нибудь, что пугает меня.

72. Если бы мне пришлось сейчас подвести итог своей жизни, я бы сказал, что она была осмысленной.

73. Даже среди людей я чувствую себя одиноким.

74. Я часто обращаюсь к людям за советом.

75. Мои убеждения и взгляды непоколебимы.

76. Не выношу, когда меня опекают и за меня что-то решают.

77. Моя жизнь пуста и неинтересна.

78. У меня нет желания знать свои положительные и отрицательные стороны.

79. Не люблю много раздумывать о своем будущем.

80. В своих планах я чаще надеюсь на удачу, чем на себя.

81. Каждый день кажется мне похожим на все остальные.

82. Я думаю, что можно, не нарушая закона, попытаться найти в нем лазейку.

83. Я хочу лучше и эффективнее работать.

84. Когда я уйду на пенсию, я постараюсь не обременять себя никакими заботами.

85. Есть люди, которые мне настолько неприятны, что я в глубине души радуюсь, когда они получают нагоняй за что-нибудь.

86. Мои планы на будущее обычно реалистичны, и я не люблю их менять.

87. Я посещаю всевозможные общественные мероприятия, потому что это позволяет мне побыть среди людей.

88. В первые дни отпуска (каникул) при смене образа жизни всегда появляется чувство дискомфорта.

89. Не всегда вовремя замечаю изменения обстоятельств и из-за этого терплю неудачи.

90. Люблю придерживаться заранее намеченного на день плана.

91. Когда нужно, я умею заставить изменить себя.

92. Моя жизнь сложилась совсем не так, как я мечтал.

93. Можно простить людям нарушение правил, которые они считают неразумными.

94. Считаю разумным принцип: сначала надо ввязаться в бой, а затем искать средства для победы.

95. Мне трудно самостоятельно добиться задуманного и воспитать себя.

96. Люблю мечтать о будущем, но это скорее фантазии, чем реальность.

97. В любом деле я не боюсь неудач и ошибок.

98. Мои способности и умения полностью соответствуют требованиям моей профессии.

99. Прежде чем взяться за дело, мне необходимо собрать подробную информацию об условиях его выполнения и сопутствующих обстоятельствах.

100. Сколько не анализирую свои жизненные трудности, не могу достичь полной ясности.

101. Как правило, мне бывает трудно выделить главное в сложившейся ситуации.

102. Я охотно знакомлюсь с новыми людьми.

103. Если я плохого мнения о человеке или даже презираю его, то почти не стараюсь скрыть это от него.

104. Когда нужно разобраться в сложной обстановке, чувствую прилив сил.

105. Часто допускаю небрежное отношение к своим обязательствам в случае усталости и плохого самочувствия.

106. Не умею и не люблю заранее планировать свой бюджет.

1. Ананьев Б.Г. О проблемах современного человекознания [Текст] / Б.Г. Ананьев. М., 1977. 388 с.

2. Бурикова И.С. Опыт психологического измерения человеческого капитала (на примере Владимирской области) [Текст] / Коновалова М.А., Пушкина М.А., Юрьев А.И. [Электронный ресурс] URL: http://www.yuriev.spb.ru/chel-kapital/human-capital-vladimir (дата обращения: 12.01.2015).

3. Леонтьев Д.А. Тест жизнестойкости [Текст] / Д.А. Леонтьев, Е.И. Рассказова. М., 2006. 63 с.

4. Рыльская, Е.А. Методика исследования жизнеспособности человека [Текст] / Е.А. Рыльская // Вестник ЧГПУ. 2009.№1. С. 130–138.

5. Рыльская, Е.А. Психология жизнеспособности человека: дисс. ... ученой степени д-ра психол. наук [Текст] / Е.А. Рыльская. Ярославль, 2014. 446 с.

References

1. Anan'ev B.G. (1977) O problemah sovremennogo chelovekoznanija. Moscow, 388 p. [in Rus].

2. Burikova I.S. Opyt psihologicheskogo izmerenija chelovecheskogo kapitala (na primere Vladimirskoj oblasti) / Konovalova M.A., Pushkina M.A., Jur'ev A.I. URL: http://www.yuriev.spb.ru/chel-kapital/human-capital-vladimir (accessed 12.01.2015) [in Rus].

3. Leont'ev D.A., Rasskazova E.I. (2006) Test zhiznestojkosti. Moscow, 63 p. [in Rus].

4. Ryl'skaja, E.A. (2009) *Vestnik ChGPU,* no. 1. pp. 130–138 [in Rus].

5. Ryl'skaja, E.A. (2014) Psihologija zhiznesposobnosti cheloveka. Jaroslavl', 446 p. [in Rus].

UDC 151.8

TEST «HUMAN SYSTEM CAPABILITY»: WORKING OUT AND PSYCHOMETRICAL CHARACTERISTICS

Rylskaya Elena Aleksandrovna,
Russian Presidential Academy of National Economy and Public Administration,
Chelyabinsk Branch,
Professor of the Department Chair of Economics and Management,
Doctor of Psychology, Associate Professor,
Chelyabinsk, Russia.
E-mail: elena_rylskaya@mail.ru

Annotation
The article deals with the procedure of working out and checking psychometrical characteristics of the test "Human system capability". The author gives the data about reliability, validity and standardization of the methodology. The article presents the content of the test, the key for processing of results and specification. The information given in the article can be useful Human Resources specialists, psychologists and researchers.

Key concepts:
human system capability,
test,
reliability,
validity,
standardization.