

## СТРУКТУРНО-УРОВНЕВЫЙ АНАЛИЗ ФЕНОМЕНА ЖИЗНЕСПОСОБНОСТИ ЧЕЛОВЕКА<sup>1</sup>

© 2017 г. А. И. Лактионова

*Кандидат психологических наук, старший научный сотрудник;  
Институт психологии РАН, г. Москва  
E-mail: arap@inbox.ru*

В статье жизнеспособность человека рассматривается как метаспособность. Обосновывается необходимость методологии системного-субъектного и экологического подходов к теме жизнеспособности. Определена теоретически и обоснована эмпирически иерархическая структура жизнеспособности с точки зрения метасистемного анализа. Предполагается, что уровень развития жизнеспособности будет соотноситься со сформированностью ее компонентов: активностью как индивидуально-типологическим, функциональным качеством личности; сознанием как системой знаний о мире и о «себе в мире» - проявляется в виде смысловых образований; способностью к рефлексии. В качестве компонентов регуляции рассматриваются: способность к саморегуляции; контроль поведения – как психологический индивидуальный ресурс субъектной саморегуляции; психологические защиты и совладающее поведение; метапроцессы (операционные механизмы рефлексии) - как система метакогнитивной регуляции. Показывается, что именно смысловые образования следует рассматривать в качестве «ключевого ресурса» жизнеспособности. Приводятся данные экспериментальных исследований подтверждающих данное положение.

*Ключевые слова:* жизнеспособность, смысловые образования, саморегуляция, рефлексивность, менталитет

Понятие жизнеспособность было введено в российскую психологию Б.Г. Ананьевым еще в 1968 году [2]. Он рассматривал жизнеспособность в числе основных потенциалов развития. На наш взгляд, понимание

---

<sup>1</sup> Работа выполнена по заданию ФАНО РФ № 0159-2017-0010

жизнеспособности Б.Г. Ананьевым можно соотнести с термином «resilience» у зарубежных авторов, обозначающем способность человека или группы людей хорошо развиваться вопреки дестабилизирующим событиям, трудным условиям жизни и серьезным травмам [51]. Б.Г. Ананьев говорил о целостности человека и необходимости единой науки о нем. Этой целостностью с его точки зрения обладают также резервы и ресурсы человека как индивида, субъекта и личности, «между линиями развития, которых не только допустимы, но и необходимы аналогии» [2 с. 325]. Б.Г. Ананьев считал, что на основе выявления этих аналогий и взаимосвязей, возможно, построить в будущем «некоторую общую модель резервов и ресурсов личности, которые проявляют себя в самых различных направлениях в зависимости от реального процесса взаимодействия человека с жизненными условиями внешнего мира и от структуры личности самого человека» (там же).

Создание такой «общей модели резервов и ресурсов» на сегодняшний день является с нашей точки зрения задачей мало достижимой. Так, до последнего десятилетия, эмпирические исследования жизнеспособности преимущественно сосредоточены на изучении поведенческих и психологических переменных, а нейробиологические или генетические корреляты жизнеспособности практически не изучаются. Исследователям не хватало знаний о развитии мозга и его функций, формулирующих свою роль в генезисе и эпигенезе нормальных и отклоняющихся психических процессов, не говоря уже их вкладе в развитие жизнеспособности человека. Достижения в области молекулярной генетики и нейровизуализации, а также в измерении различных биологических аспектов поведения, сделали целесообразными исследования путей жизнеспособного функционирования человека на разных уровнях, в том числе и на биологическом [45].

Конечно, такие исследования предполагают междисциплинарный и межпарадигмальный подход – с привлечением знаний из кибернетики, генетики, психофизиологии, социальной когнитивной нейробиологии, психологии, педагогики, культурологии, социологии, истории, экономической и медицинских наук. Каждая из этих наук может сказать свое слово в углублении нашего понимания развития индивидуальности человека в целом и его жизнеспособности, в частности. Важны не только отдельные исследования, но особенно необходим интегративный подход, который позволит понять, как взаимосвязаны между собой все эти линии изучения развития человека. Так, исследуя влияние семьи на жизнеспособность ребенка, мы должны понимать, какие процессы происходят в обществе, в каком направлении изменяется сам институт семьи, как влияют на развитие семьи, ее ценностей экономика, культура и т.д. В противном случае, наши исследования оказываются оторванными от жизни [18].

Организация междисциплинарных исследований или, хотя бы совместного обсуждения проблемных областей для дальнейшей координации усилий могла бы, с нашей точки зрения серьезно повлиять на развитие нашего научного понимания феномена жизнеспособности человека. Это согласуется с точкой зрения М.С. Гусельцевой о том, что постнеклассическая психология, представляет собой такое состояние знания, в котором различные научные теории (понимаемые как модели, описывающие отдельные аспекты психической реальности) составляют взаимосогласованную сеть [8].

Следует сказать, что в настоящее время не существует единой концепции жизнеспособности человека. А.В. Махнач отмечает, что формирующейся концепции жизнеспособности в психологии вполне применимы слова Л.М. Веккера, о том, что «из логической необходимости аналитической стадии (на которой находятся исследования

жизнеспособности – А.М.) вытекает неизбежность первоначальной множественности психологических концепций, каждая из которых соответствует отпрепарированному ею аспекту психической реальности. ... В существующих в психологии концепциях «эмпирический и теоретический языки еще не разведены, и, соответственно, не сформулированы проблемы, с необходимостью требующие перехода к конкретно-научной метатеории» [Веккер, 2000, с. 52; цит. по: 26].

Все существующие на сегодняшний день концепции жизнеспособности [11] опираются на полученные экспериментальные данные ранее осуществленных исследований, но в последние годы понятие жизнеспособности получило более динамическую и системно-ориентированную трактовку. Проявления жизнеспособности отражают многочисленные глубинные процессы, идущие на разных уровнях, особенно если речь идет о такой сложной, живой системе как человек [23; 37].

С нашей точки зрения жизнеспособность человека, во-первых, представляет собой всю систему его ресурсов, рассматриваемых в рамках биолого-генетического, психологического и средового контекстов развития и функционирования, а во-вторых жизнеспособность предполагает способность человека к управлению этими ресурсами. Без этой способности ресурсы человека могут оставаться не задействованными [18]. Таким образом, оптимальный способ их индивидуальной интеграции и определяет высокий предел личностной адаптации и жизнеспособности человека.

Теоретико-методологическую основу наших исследований [18] составили: системно-субъектный подход (К.А. Абульханова, Л.И. Анцыферова, А.В. Брушлинский, А.Л. Журавлев, В.В. Знаков, Е.А. Сергиенко и др.); социокультурный (экологический) подход Ю. Бронфенбреннера и метасистемный подход (А.В. Карпов). Проведение

теоретического анализа и экспериментальных исследований в русле этих подходов представляется обоснованным, так как каждый из них дает возможности более полного рассмотрения феномена жизнеспособности человека.

Формат исследования, заданный экологическим подходом к изучению жизнеспособности человека, позволяет рассмотреть факторы риска и факторы жизнеспособности (ресурсы) в рамках четырех контекстов развития индивида, а также проследить их взаимовлияние. Однако, по нашему мнению, экологический подход, не позволяет в достаточной мере раскрыть содержание понятия «жизнеспособность человека». В свою очередь системно-субъектный подход, благодаря введению категории субъекта дает нам возможность обратиться к целостному изучению этого феномена. Предполагается, что жизнеспособность имеет уровневую структуру, совпадающую с уровневой организацией человека. Каждый из уровней характеризуется собственной системой ресурсов, которые тесно взаимосвязаны между собой и входят во взаимодействие со средовыми ресурсами. При этом речь должна идти об оптимальном способе их индивидуальной интеграции, что и определяет высокий предел личностной адаптации.

Как показывает М.А. Холодная природу любого явления нельзя понять на уровне описания его свойств. Это можно сделать только, вскрыв ее структуру, так как структура является основой ее функционирования. Структурно-интегративная методология позволяет анализировать природу целостности психического явления в рамках принципа субаддитивности («целое меньше своих частей»), который органически дополняет принцип супераддитивности [Юдин, 1970; цит. по: 44]. «Этот принцип учитывает ситуации, когда совокупность частей оказывается предшествующей целому и сами части обладают определенной спецификой, природа которой накладывает существенные ограничения на свойства целого. Таким

образом, целое меньше своих частей в том смысле, что целое оказывается в определенной мере зависимым как от природы частей (элементов), так и от характера их взаимосвязи» [44, с. 197].

С этой точки зрения жизнеспособность – метасистемное понятие, (метаспособность). Компонентами, жизнеспособности являются индивидуальные способности человека к сознанию и рефлексии, выступающие в качестве метапроцессуального регулятора активности человека – деятельностной, поведенческой, коммуникативной, и определяющие оптимальный / неоптимальный способ индивидуальной интеграции всех компонентов регуляции и регулирующих факторов социальной среды на разных уровнях организации психики (индивидуальный, личностный, субъектный) [17]. При этом субъектный уровень жизнеспособности служит связующим началом всех остальных ее уровней.

Предполагается, что уровень развития жизнеспособности будет соотноситься со сформированностью ее компонентов в качестве которых мы выделяем следующие [18]:

1. *Активность – как индивидуально-типологическое, функциональное качество личности, представляющее индивидуальный ресурс жизнеспособности.*

Наибольший вклад в структуру активности индивидуальности вносят активность личности, затем формально-динамические (темпераментальные проявления активности). Наименьший вклад вносит активность на индивидуальном уровне (нейродинамические характеристики активности) [6].

Как известно, активность личности, которая характеризует ее как субъекта, проявляется в способности осознавать свои мотивы, действовать произвольно и целенаправленно, искать и находить приемлемые способы

разрешения противоречий, ощущать себя источником организации собственной жизни [12].

Говоря о темпераментальных проявлениях активности Я. Стреляя показывает, что она, являясь фундаментальной чертой темперамента, развивается под влиянием общества и образования. Уровень активности индивида может не соответствовать биологически заложенному уровню реактивности. Это может привести, в крайних случаях, к нарушениям адаптации [41].

Л.Г. Дикая выделяет стили саморегуляции на основе расхода ресурсов и резервов, связывая их также с активностью: 1) гармоничный стиль (у экстравертов с высокой энергетикой), при котором у субъекта достаточно сил, чтобы взаимодействовать с окружающим миром, поскольку экстраверсия обеспечивает поведенческую и эмоциональную вариативность, а тип вегетативной регуляции – достаточное энергетическое обеспечение; 2) экономный стиль (у интровертов с низкой энергетикой), при котором испытуемые, имея слабые энергетические ресурсы, осторожны, тратят их экономно, у них быстро развиваются состояния утомления, депрессии в случае высоких нагрузок; 3) накопительный стиль (у интровертов с эрготропным реагированием), характеризующий лиц с невысокой активностью в поведении, но большими резервами, которые «как бы накапливают» ресурсы и потому могут их интенсивно расходовать, не ухудшая своего состояния; 4) затратный стиль (экстраверты с трофотропным реагированием), которые обладают низкими энергетическими ресурсами, но интенсивно их расходуют. С точки зрения Л.Г. Дикой, этот стиль является наиболее неэффективным и неоптимальным [9].

Т.М. Марютина показывает, что уровень активности субъекта может рассматриваться как фактор, изменяющий соотношение генотипа и среды в онтогенезе, что доказывается генотип-средовыми корреляциями. Так, при

пассивной генотип-средовой корреляции ребенок «наследует» вместе с генами средовые условия, соответствующие его способностям и склонностям. Если со стороны агентов среды возникает адекватная реакция на генетически обусловленные особенности ребенка проявляется реактивная генотип-средовая корреляция. Активная генотип-средовая корреляция возникает в том случае, если ребенок сам активно ищет условия, соответствующие его генетически обусловленным склонностям. Предполагается, что смена типов генотип-средовых корреляций от пассивной к активной происходит в процессе развития по мере того, как дети все более овладевают способами взаимодействия с окружающим миром и формируют индивидуальные стратегии деятельности. Таким образом, человек выступает как субъект развития по отношению не только к собственной психике, но и по отношению к собственному мозгу и, в конечном счете, по отношению к собственному генотипу [22].

## *2. Сознание как система знаний о мире и о себе в мире.*

Эти феномены проявляется в виде смысловых образований, ведущая роль которых как личностных детерминант процессов регуляции и саморегуляции человека рассматривается многими исследователями (А.Г. Асмолов, Б.С. Братусь, В.В. Знаков, Д.А. Леонтьев, и др.).

С нашей точки зрения именно смысловые образования следует рассматривать в качестве «ключевого ресурса» жизнеспособности [18].

Смысловые образования рассматриваются как система установок, включающая, в частности, установки, которые могут преимущественно или полностью не осознаваться. «Смысловая установка — это составляющая исполнительных механизмов деятельности, отражающая в себе жизненный смысл объектов и явлений действительности, на которые эта деятельность направлена, и феноменологически проявляющаяся в различных формах воздействия на протекание актуальной деятельности. Это воздействие

может сводиться к одной из четырех форм: стабилизирующее влияние, преградное влияние, отклоняющее влияние и дезорганизирующее влияние» [21].

Один из современных психоаналитиков Д. Вайсс (1998) в основу своей теории положил постулат о том, что психопатология имеет в своей основе патогенные убеждения, формирующиеся в раннем детстве при взаимодействии с родителями, братьями и сестрами, которых ребенок наделяет абсолютным авторитетом [см.: 35]. В свою очередь, Э. Мастен с соавт. считают, что жизнеспособность и психопатология, являются двумя полюсами одного конструкта – один негативный, другой позитивный [48]. Психическое развитие в условиях нарушения возможности адекватного реагирования на окружающую среду нарушает нормальную иерархию адаптивных задач: защита и саморегуляция становятся более важными, чем активная адаптация к миру, что, в свою очередь, обуславливает искажение в развитии психических функций [33]. В качестве примера мы можем привести полученные в нашем исследовании данные о защитной экстернальности у подростков-девиантов и обесценивании ими других. С помощью этих защит такие подростки пытаются сохранить состояние эмоционального комфорта, при этом обесценивание других не дает желаемого эффекта, а экстернальность позволяет им снижать психоэмоциональное напряжение. Это в свою очередь приводит к нарушению социальной адаптации и нежизнеспособности подростков-девиантов [18]. М.А. Падун и А.В. Котельникова показывают, что понятие «установка» сходно с понятиями аттитюдов и схем, содержательно они не различаются. Схемы развиваются и изменяются в онтогенезе, участвуя в протекании когнитивных и эмоциональных процессов и в формировании поведенческих актов. Убеждения, которые сформированы у личности относительно себя и мира в целом, называются базисными. Базисные убеждения являются имплицитными, глобальными, устойчивыми

представлениями индивида о мире и о себе, оказывающими влияние на мышление, эмоциональные состояния и поведение человека [35].

### *3. Способность к рефлексии – как процессуальному аспекту сознания.*

С точки зрения А.В. Карпова, рефлексивность является сложным генетически обусловленным образованием и выступает одновременно как психическое свойство, психический процесс и психическое состояние, задающее уровень сложности и тип психологической адаптации личности. Степень выраженности у личности способности к рефлексии во многом определяет уровень, стратегии и эффективность произвольной психической регуляции деятельности и поведения [13; 14]. Личность формируется в процессе индивидуального развития как высокорефлексивная или низкорефлексивная. Так, С.В. Михайлова выделяет в структуре способностей особый класс рефлексивных способностей, обладающих следующими характеристиками: 1) в их основе лежат генетические рефлексивные «задатки»; 2) они имеют индивидуальную меру выраженности; 3) по всем их параметрам наблюдаются индивидуальные различия; 4) они полифункциональны [31].

В качестве компонентов регуляции мы рассматриваем:

#### *1. Способность к саморегуляции*

Саморегуляция рассматривается в качестве регуляции, направленной на свою собственную активность (деятельностную, поведенческую, коммуникативную и пр.), как оптимальный/неоптимальный способ индивидуальной интеграции личностью собственных возможностей разных уровней для решения жизненных задач [1]. Э.А. Голубева определила способность к саморегуляции как одну из базовых способностей личности. Она показала, что процессы, обеспечивающие саморегулятивные функции, имеют, индивидуальную меру выраженности.

С этой точки зрения они являются онтологической базой для специфических – регулятивных способностей [7].

Содержание психической саморегуляции отличается системным характером ее организации (К.А. Абульханова, Ю.Я. Голиков, Л.Г. Дикая, О.А. Конопкин, В.И. Моросанова, А.В. Карпов, А.Н. Костин, А.О. Прохоров, Е.А. Сергиенко, и др.). Индивидуальные стили саморегуляции имеют три уровня: физиологический, включающий механизмы энергетического обеспечения саморегуляции (в структуре произвольной саморегуляции активационно-энергетический компонент является базовым), психодинамический и личностный, обеспечивающие поведенческую и эмоциональную вариабельность поведения [9].

Личностный уровень саморегуляции вносит наибольший вклад в ее структуру и характеризуется как регуляция на субъектном уровне, направленная на интеграцию индивидуальных ресурсов человека. Это подтверждает тот факт, что субъект выступает системообразующим фактором всей системы регуляции [38].

## *2. Контроль поведения – как психологический индивидуальный ресурс субъектной саморегуляции.*

В рамках исследования глубинных механизмов адаптации разрабатывается концепция контроля поведения (Е.А. Сергиенко, Г.А. Виленская и др.) как индивидуального ресурса жизнеспособности [39; 17]. Контроль поведения является сложной многоуровневой гетерохронно развивающейся характеристикой психической организации человека и имеет сложную генетически-средовую детерминацию. Развитие контроля поведения происходит на протяжении всей жизни человека. В раннем возрасте он выступает предиктором жизнеспособности, оказывая модулирующее воздействие, в частности, на биологические факторы риска [5]. Он рассматривается как единая система, включающая три subsystemы

регуляции (когнитивный контроль, эмоциональная регуляция, волевой контроль) основанные на индивидуальных ресурсах. Категории жизнеспособности и контроля поведения, являющиеся интегративными характеристиками человека, тесно переплетены. Обе категории включают внутренние индивидуальные характеристики человека и направлены на целостное изучение возможности регуляции поведения для достижения его адаптивных форм, но они имеют и различия. Если жизнеспособность представляет собой структурно-уровневую совокупность индивидуальных характеристик и внешних регулирующих условий (семейных и социальных) [17; 24; 25; 27], то контроль поведения становится ее индивидуальным ресурсом, включенным в иерархическую психическую организацию индивидуальной (субъектно-личностной) регуляции [39].

### *3. Психологические защиты и совладающее поведение.*

Эти характеристики являются комплексом механизмов, включающим разные уровни регуляции (неосознаваемые, осознаваемые) и направленным на преодоление стрессовых ситуаций. Защитные механизмы рассматриваются в качестве интрапсихической адаптации личности и являются регуляторными механизмами, направленными на редукцию эмоционального напряжения. Совладание в отличие от психологической защиты представляет целенаправленное поведение субъекта как источник возможного преобразования ситуации. Оно является пластичным, зависящим от ситуации процессом и имеет «отложенный эффект», т. е. рассчитано на перспективу [34]. Жизнеспособность как интегративная способность к адаптации предполагает достаточную выраженность и широкий репертуар защитных механизмов (отсутствие ригидности и патологически стереотипных защит, возможность интенсивного использования защитных механизмов в период стресса), а также наличие зрелых защит. Прогностическое значение имеет соотношение механизмов

психологической защиты и стратегий совладающего поведения в структуре адаптационных реакций личности, а мера их интеграции служит характеристикой зрелости адаптационных реакций. По данным исследований, наибольший вклад в связь копинга и адаптации делают воспринимаемая способность справиться со средовыми изменениями и соответствие копинга ситуации [42].

#### *4. Метапроцессы (операционные механизмы рефлексии) – как система метакогнитивной регуляции.*

Метакогнитивное осознание – это размышление по поводу своего процесса думания, рефлексия познавательных процессов. А.В. Карпов и И.М. Скитяева, обобщая результаты теоретических, экспериментальных и прикладных исследований метакогнитивных процессов личности, указывают на то, что исходно они направлены не на объективную, а на субъективную реальность, имея своим предметом и материалом не внешнюю, а внутреннюю информацию, а также процессы ее преобразования. Метакогнитивные процессы двуедины по своей психологической природе: являясь когнитивными по механизмам, они регулятивны по направленности, т. е. по функциональному предназначению. Таким образом, проблема изучения метакогнитивных процессов органично включается в другую, более общую и фундаментальную психологическую проблему – изучения регулятивной подсистемы психики [15]. В свою очередь, с точки зрения Л. Сроуфа с соавт., измерение жизнеспособности является, в первую очередь, измерением регуляции [50].

Метакогнитивные способности рассматриваются в качестве особого типа интеллектуальных способностей, которые проявляются в виде характеристик стилевого поведения. Когнитивные стили в качестве метакогнитивных способностей являются одним из проявлений

сформированности базовых механизмов регуляции поведения [43]. С начала 1990-х годов в рамках метакогнитивного направления появился термин «self-system» (системное самооценочное представление субъекта), которое включает в себя самооценку, локус контроля, мотивацию и самоатрибуцию. По сути, это комплексная интегрированная подсистема личности, поддерживающая ее метакогнитивные функции. Исследования показывают [46], что к личностным характеристикам симптомокомплекса «метакогнитивной одаренности» относят высокую самооценку, внутренний локус контроля, высокую мотивацию достижений, гибкость и эффективность копинг-механизмов [40].

В качестве *регулирующих факторов социальной среды* мы рассматриваем роль семьи и общества как микро- и макросоциальные факторы жизнеспособности [16; 28; 29].

В результате проведенного теоретического анализа был сделан вывод о том, что *смысловые образования возможно рассматривать в качестве «ключевого ресурса» жизнеспособности* [18].

Выделенные нами компоненты жизнеспособности являются универсальными и для детей, и для подростков, и для взрослых. Разница заключается в том, что в детском возрасте они только начинают формироваться, у подростков их развитие получает новое звучание (например, в подростковом возрасте происходит активное формирование стабильного стиля совладания, развитие рефлексивных процессов и их механизмов – метакогнитивных процессов), а жизнеспособность взрослого человека уже в большей мере зависит от степени их сформированности в предыдущие периоды. Хотя, важно отметить, что развитие этих компонентов, как и развитие жизнеспособности не прекращается в течение всей жизни человека [18].

*Иерархическая структура жизнеспособности с точки зрения методологии метасистемного подхода*

С позиций метасистемного подхода, наиболее полно представленного в работах А.В. Карпова, к специфическим нелинейным психологическим системам, обладающим развитыми механизмами рефлексии, т.е. способностью сначала строить планы поведения, а потом выполнять его, относятся системы со «встроенным» метасистемным уровнем. Он одновременно включен в содержание системы и «вынесен» за ее пределы. А.В. Карпов утверждает, что метасистемный уровень является открытым, через него система взаимодействует с другими системами, проявляя себя не только как автономная целостность, но и как компонент более общих метасистем. Оставаясь частью системы, метасистемный уровень направлен на организацию и координацию всей этой системы как целостности. С точки зрения А.В. Карпова, рефлексия как процессуальный аспект сознания, его процессуальное содержание обеспечивает доступ к содержанию любого психического процесса, к системе знаний, а тем самым через их агрегацию порождает сознание как таковое, представляя все содержание метасистемного уровня, «встроенного» в общую структуру психического. Сознание как система знаний о мире и о «себе в мире» – это и есть порожденный в ходе взаимодействий личности с миром «дубликат» – модель мира как той метасистемы, в которую исходно включен, с которой взаимодействует и к которой должен адаптироваться субъект. При этом чем более полным, адекватным является такое представительство метасистемы в собственном содержании психики, тем выше ее адаптационные и многие иные возможности [14].

Мы предположили, что жизнеспособность представляет собой систему со «встроенным» метасистемным уровнем, в которой рефлексия как процесс одновременно принадлежит и к метасистемному, и к общесистемному уровням организации психики. В качестве процесса рефлексивной регуляции она локализуется на общесистемном уровне, а в качестве своих результативных характеристик – на метасистемном, так как

она лежит в основе всей феноменологии сознания [17; 18]. Как уже говорилось выше, метасистемный уровень является открытым, через него система взаимодействует с другими системами. Так, система «жизнеспособность» является компонентом более общих метасистем «психика» и «человек». При этом происходит взаимодействие двух классов процессов: внутрисистемные интегрируют систему в целостность, внешнесистемные обеспечивают ее взаимодействие со средой. С другой стороны, включая в себя метасистемный уровень, жизнеспособность с точки зрения метасистемного подхода должна в целом иметь форму иерархии, включающей пять основных уровней организации – элементный, компонентный, субсистемный, системный и метасистемный.

Субсистемный уровень конкретизирует и обеспечивает ту базу интеграции, тот «материал организации», которые и составляют содержание общесистемного уровня. Он, по мнению А.В. Карпова, несет наибольшую функциональную нагрузку в организации систем, будучи представлен в форме определенных функциональных синтезов тех или иных компонентов системы. Относящиеся к этому уровню метакогнитивные процессы являются комплексными и составными, т.е. синтетическими. Они опосредуют связь между когнитивными и регулятивными процессами. А.В. Карпов предполагает, что если существуют метакогнитивные процессы, то должны существовать и такие «вторичные» процессы, которые согласуются уже с другими – тоже базовыми «первичными» процессами (эмоциональными, мотивационными, волевыми, регулятивными). Все метапроцессы, независимо от их конкретного класса в той или иной степени базируются на синтезе и комплексировании как когнитивных, так и иных «первичных» психических процессов [14].

Структурно-уровневая организация жизнеспособности как иерархическая структура способностей должна быть, на наш взгляд, представлена следующим образом (см. таблицу).

**Таблица.** Соотношение уровневой организации жизнеспособности с уровнем организации способностей

| Значения критерия-дискриминатора | Уровень организации способностей  |
|----------------------------------|---|
| Метасистемное                    | Сознание как способность (смысловые образования)  |
| Системное                        | Рефлексивность, как способность   |
| Субсистемное                     | <p>Метакогнитивные и метарегулятивные способности; Способность к саморегуляции, способности метамотивационной регуляции (мотивация достижений) и метаэмоционального контроля (эмоциональная регуляция), метакоммуникативные способности и др.</p> <p>Симптомокомплекс «метакогнитивной одаренности» включает высокую самооценку, внутренний локус контроля, высокую мотивацию достижений, гибкость и эффективность копинг-механизмов [46]</p>   |
| Компонентное                     | <p>Частные, специальные способности:</p> <p>1) компоненты коммуникативных способностей: экстравертированность, открытость (в том числе и когнитивная), эмоциональность, проницательность, экспрессивность, адекватная социальная перцепция. Базируются на рефлексии как процессе и рефлексивности как свойстве личности – способности [14]</p> <p>2) эмоциональность (интенсивность эмоций, эмоциональная лабильность, эмоциональная устойчивость, эмоциональная активность, способность к сопереживанию, пониманию эмоций других и т.д.)</p> <p>3) способности к произвольной организации действий, волевых усилий, предполагающих организацию исполнительного компонента, гибкости реализации действий в зависимости от изменяющихся условий задачи, анализа результата исполнения» [39]</p> <p>4) психологическая устойчивость</p> |
| Элементное                       | Задатки выступают носителями биологических, физиологических, генетически детерминированных качеств  |

Выполненные нами эмпирические исследования жизнеспособности и социальной адаптации подростков [18; 20; 47], подтвердили

предположение о том, что смысловые образования, отнесенные нами к метасистемному уровню, можно рассматривать в качестве ключевого ресурса жизнеспособности – интегральной способности человека к адаптации. Низкая самооценка и негативное отношение к другим людям являются основными характеристиками, отрицательно связанными с жизнеспособностью в группах дезадаптивных подростков и подростков-сирот. Была подтверждена также взаимосвязь жизнеспособности с саморегуляцией, контролем поведения, совладающим поведением и психологическими защитами, мотивацией достижения и коммуникативными особенностями, отнесенными нами к субсистемному уровню.

Целью исследования, проведенного нами на выборке взрослых), являлся анализ взаимосвязей между жизнеспособностью, смысловыми образованиями (базовые убеждения и интернальность<sup>2</sup>) и уровнем развития рефлексивности, которые, согласно нашей гипотезе, выступают в качестве индивидуальных компонентов жизнеспособности. При этом мы предположили, что базовые убеждения, в зависимости от их содержания, могут являться как ресурсом жизнеспособности, так и фактором риска [19].

Для реализации поставленной цели и проверки гипотезы были решены следующие задачи:

- Выявить какие ресурсы являются ведущими в структуре жизнеспособности респондентов (индивидуальные или средовые);
- Какие базовые убеждения являются ресурсом их жизнеспособности;
- Служат ли ресурсом жизнеспособности респондентов уровень развития рефлексивности и интернальность;

---

<sup>2</sup>Мы относим интернальность к смысловым образованиям, так как, по мнению К. Муздыбаева локус контроля является одной из интегральных характеристик самосознания человека, которая связывает чувство ответственности, стремление к действию и активное переживание собственного «Я» [32]. Дж. Роттер считал, что внутренний локус контроля показывает, насколько индивид верит, в то, что он является инициатором всего и ответственен за все случившееся в его жизни [49]

- Оценить связь интернальности с содержанием базовых установок?
- Каким образом развитие жизнеспособности и рефлексивности связаны с базовыми убеждениями респондентов;
- Существуют ли различия между изучаемыми феноменами в мужской и женской выборке;

*Описание выборки.* Исследование проводилось на выборке взрослых ( $n = 122$ ) Возраст 18 – 65 лет. Средний возраст – 33,21. Из них: мужчины – 60 человек, средний возраст 35,22 (min 18 max 62); женщины – 62 человека, средний возраст 31,27 (min 18 max 65); Образование: высшее – 87 человек, среднее и незаконченное высшее – 17 человек, студенты – 18 человек. Участники исследования представляют социально и экономически благополучную группу. Все они, за исключением студентов (18 человек из 122), на момент обследования имели квалифицированную работу, соответствующую уровню их образования.

В эмпирическом исследовании использовались: «Методика определения уровня рефлексивности» [13]; «Шкала базовых убеждений» Р. Янов-Бульман, адаптация О.А. Кравцовой [4]; «Тест жизнеспособности взрослых Исследовательского центра жизнеспособности» (Resilience Research Centre Adult Resilience Measure, RRC-ARM), который оценивает три фактора жизнеспособности: 1) «Индивидуальные характеристики» (включает показатели оценки индивидуальных навыков, индивидуальной поддержки друзьями, индивидуально-социальных навыков); 2) «Семейная поддержка» (включает показатели оценки физической и психологической заботы); 3) «Контекст» (включает показатели оценки культуры, образования и духовности); по тесту высчитывается показатель «Общая жизнеспособность» [52]; тест «Уровень субъективного контроля» Дж. Роттера (Тест УСК), адаптация Е.Ф. Бажина, С.А. Голынкиной, А.М. Эткинда [3].

По результатам эмпирического исследования было выявлено, что:

1. Основными ресурсами жизнеспособности респондентов являются индивидуальные ресурсы.
2. Индивидуальные характеристики жизнеспособности выборки, в качестве которых мы исследовали смысловые образования (базовые убеждения и интернальность) и уровень развития рефлексии, являются ресурсом жизнеспособности, если включают в себя: интернальность, положительную самооценку и убеждение о том, что мир полон смысла.
3. Интернальность респондентов положительно связана с отношением к миру, как осмысленному и контролируемому и отрицательно – с базовым убеждением «случайность как принцип распределения происходящих событий».
4. Уровень развития рефлексивности у респондентов связан с оценкой мира как справедливого и контролируемого. Это базисное убеждение является ресурсом жизнеспособности. Таким образом, рефлексивность опосредовано связана с жизнеспособностью.
5. Рассматривая различия по изучаемым нами характеристикам и особенностям их взаимосвязей с жизнеспособностью в группах мужчин и женщин, мы получили следующие различия:
  - Рефлексивность в группе мужчин, в отличие от группы женщин является адаптивным регулятивным механизмом, связанным с их общей жизнеспособностью.
  - Базовыми убеждениями, представляющими ресурс жизнеспособности у мужчин, являются осознанием ими мира, как благосклонного и с добротой людей, в то время, как в группе женщин жизнеспособность связана со справедливостью и контролируемостью мира.

### *Заключение*

Результаты, полученные в наших эмпирических исследованиях, имеют несомненное практическое значение не только с точки зрения

формирования и развития индивидуальной жизнеспособности, но и с точки зрения жизнеспособности человека в профессиональной сфере.

Мы говорили выше, что *смысловые образования возможно рассматривать в качестве «ключевого ресурса» жизнеспособности.* Проведенное нами эмпирическое исследование показало, что они являются ресурсом жизнеспособности если включают в себя: интернальность, положительную самооценку и отношение к миру, как осмысленному и контролируемому. Положительная самооценка и внутренний локус контроля связаны с активными формами совладания и с самоэффективностью человека, которую А.В. Махнач на основании проведенного им анализа исследований жизнеспособности выделяет как один из важнейших ее компонентов [25; 26]. По данным М.А. Падун и А.В. Котельниковой, представления о себе как сильном, успешном, достойном любви и уважения человеку являются ведущими когнитивно-смысловыми ресурсами, детерминирующими совладание [35]. Организации, в которых остаются невостребованными эти ресурсы подрывают не только индивидуальную и профессиональную жизнеспособность сотрудников, но и жизнеспособность самой организации, так как они взаимосвязаны [30]. Это происходит в силу того, что для сотрудников с таким менталитетом более регламентированная производственная ситуация, насыщенная жесткими инструкциями и правилами, затрудняет обращение к социально-ориентированным, когнитивным и инструментальным ресурсам. При этом возникает тенденция уменьшения интернальности, приводящая к перекалыванию ответственности на других. В ситуациях с менее ограничивающим влиянием на поведение, когда выше личностная ответственность за развитие и исход ситуации, сотрудники имеют возможность активно обращаться ко всем группам ресурсов, что способствует более полной их актуализации [10; 36].

## ЛИТЕРАТУРА

1. *Абульханова-Славская К.А.* Стратегия жизни. М.: Мысль, 1990.
2. *Ананьев Б.Г.* Человек как предмет познания. Л.: Изд-во Ленингр. ун-та, 1968.
3. *Бажин Е.Ф., Голынкина Е.А., Эткин А.М.* Метод исследования уровня субъективного контроля // Психологический журнал. 1984. Т. 5. № 3. С. 152–162.
4. *Богомаз С.А., Гладких А.Г.* Психологическая безопасность и ее измерение с помощью Шкалы базисных убеждений // Вестник Томского университета. 2009. № 318. С. 191-194.
5. *Виленская Г.А.* Роль контроля поведения в развитии жизнеспособности детей раннего возраста // Жизнеспособность человека: индивидуальные, профессиональные и социальные аспекты / Отв. ред. А.В. Махнач, Л.Г. Дикая. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2016. С. 181–191.
6. *Волочков А.А., Митрофанова Е.Н.* Активность индивидуальности: понятие и структура // Вестник Пермского ун-та. Философия. Психология. Социология. 2016. № 4 (28). С. 64–75.
7. *Голубева Э.А.* Комплексное исследование способностей (к 90-летию Бориса Михайловича Теплова) // Вопросы психологии. 1986. № 5. С. 18–30.
8. *Гусельцева М.С.* Понятие прогресса и модели развития психологической науки // Методология и история психология. 2007. Т. 2. Вып. 3. С. 107–109.
9. *Дикая Л.Г.* Психическая саморегуляция функционального состояния человека (системно-деятельностный подход). М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2003.
10. *Дикая Л.Г., Журавлев А.Л., Занковский А.Н.* Современное состояние и перспективы исследований адаптации и реализации профессионала в

- условиях непрерывных социально-экономических изменений // Институт психологии Российской академии наук. Организационная психология и психология труда. 2016. Т. 1. № 1. С. 7–48.
11. Жизнеспособность человека: индивидуальные, профессиональные и социальные аспекты / Отв. ред. А.В. Махнач, Л.Г. Дикая. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2016.
  12. Журавлев А.Л., Харламенкова Н.Е. Психология личности как открытой и развивающейся системы (к юбилею Л.И. Анцыферовой) // Психологический журнал. 2009. Т. 30. № 6. С. 30–39.
  13. Карпов А.В. Рефлексивность как психическое свойство и методика ее диагностики // Психологический журнал. 2003. Т. 24. № 5. С. 45–57.
  14. Карпов А. В. Психология деятельности. В 5 т. М.: Изд-во РАО, 2015.
  15. Карпов А.В., Скитяева И.М. Психология метакогнитивных процессов личности. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2005.
  16. Лактионова А.И. Особенности эффективной замещающей семьи, воспитывающей подростка-сироту // Семья, брак и родительство в современной России. Вып. 2 / Под ред. А.В. Махнача, К.Б. Зуева. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2015. С. 225–242.
  17. Лактионова А.И. Жизнеспособность человека: метакогнитивный подход // Жизнеспособность человека: индивидуальные, профессиональные и социальные аспекты / Отв. ред. А.В. Махнач, Л.Г. Дикая. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2016. С. 88–110.
  18. Лактионова А.И. Жизнеспособность и социальная адаптация подростков. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2017. (а)
  19. Лактионова А.И. Взаимосвязь смысловых образований и рефлексивности с жизнеспособностью человека // Психологический журнал. 2017. Т. 38. № 5. С. 37–50. (б)
  20. Лактионова А.И., Махнач А.В. Жизнеспособность и социальная адаптация подростков-сирот // Проблема сиротства в современной

России: Психологический аспект. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2015. С. 193–223.

21. *Леонтьев Д.А.* Психология смысла. М.: Смысл, 2003.
22. *Марютина Т.М.* Интегральная индивидуальность в контексте генетической психофизиологии // Психологические исследования: электрон. науч. журн. 2009. № 2 (4). URL: <http://psystudy.ru> (дата обращения: 15.06.2017).
23. *Мастен Э.С., Дистефано Р.* Наука о жизнеспособности и ее применение для позитивного развития детей // Жизнеспособность человека: индивидуальные, профессиональные и социальные аспекты / Отв. ред. А.В. Махнач, Л.Г. Дикая. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2016. С. 23–32.
24. *Махнач А.В.* Социальная модель как парадигма исследований жизнеспособности человека // Социальные и гуманитарные науки на Дальнем Востоке. 2013. № 2 (38). С. 46–53.
25. *Махнач А.В.* Социокультурный экологический подход в исследовании жизнеспособности человека и семьи // Социальные и гуманитарные науки на Дальнем Востоке. 2014. № 3 (43). С. 67–75.
26. *Махнач А.В.* Жизнеспособность человека как предмет изучения в психологической науке // Психологический журнал. 2017. Т. 38. № 4. С. 5–16.
27. *Махнач А.В., Постылякова Ю.В.* Модель жизнеспособности семьи // Психологические исследования проблем современного российского общества / Отв. ред. А.Л. Журавлев, Е.А. Сергиенко. М: Изд-во «Институт психологии РАН», 2013. С. 438–460.
28. *Махнач А.В., Лактионова А.И., Постылякова Ю.В.* Программа психологической диагностики личностных и семейных ресурсов в практике отбора, обучения и сопровождения замещающих родителей // Методы психологического обеспечения профессиональной

- деятельности и технологии развития ментальных ресурсов человека / Отв. ред. Л.Г. Дикая, А.Л. Журавлев, М.А. Холодная. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2014. С. 166–193.
29. *Махнач А.В., Лактионова А.И., Постылякова Ю.В.* Роль ресурсности семьи при отборе кандидатов в замещающие родители // Психологический журнал. 2015. Т. 36. № 1. С. 108–122.
30. *Махнач А.В., Дикая Л.Г.* О будущем феномена жизнеспособности в отечественной психологии // Жизнеспособность человека: индивидуальные, профессиональные и социальные аспекты / Отв. ред. А.В. Махнач, Л.Г. Дикая. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2016. С. 706-709.
31. *Михайлова С.В.* Коммуникативные и рефлексивные компоненты и их соотношение в структуре способностей: Автореф. ... канд. психол. наук. М., 1997.
32. *Муздыбаев К.* Психология ответственности. СПб.: Изд-во Либроком. 2010.
33. *Никольская О.С.* Аффективная сфера человека. Взгляд сквозь призму детского аутизма. М.: Центр лечебной педагогики, 2000.
34. *Никольская И.М., Грановская Р.М.* Психологическая защита у детей. СПб.: Речь, 2006.
35. *Падун М.А., Котельникова А.В.* Психическая травма и картина мира. Теория, эмпирия, практика. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2012.
36. *Постылякова Ю.В.* Ресурсный потенциал субъекта профессиональной деятельности // Социальная психология труда: теория и практика Т. 1 / Отв. ред. Л.Г. Дикая, А.Л. Журавлев. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2010. С. 226-243.
37. *Сараева Н.М., Суханов А.А.* Психологическая адаптация молодежи к экологически неблагоприятной среде // Жизнеспособность человека:

- индивидуальные, профессиональные и социальные аспекты / Отв. ред. А.В. Махнач, Л.Г. Дикая. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2016. С. 211–227.
38. *Сергиенко Е.А.* Развитие психологии субъекта и субъект развития // Психологический журнал. 2012. Т. 33. № 1. С. 7–19.
39. *Сергиенко Е.А.* Контроль поведения как индивидуальный ресурс жизнеспособности человека // Жизнеспособность человека: индивидуальные, профессиональные и социальные аспекты / Отв. ред. А.В. Махнач, Л.Г. Дикая. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2016. С. 247–264.
40. *Скитяева И.М.* Личностные параметры метакогнитивной одаренности // Творческое наследие А.В. Брушлинского и О.К. Тихомирова и современная психология мышления (к 70-летию со дня рождения). Тезисы докладов на научной конференции. Москва, ИП РАН, 22–23 мая 2003 г. / Отв. ред. В.В. Знаков, Т.В. Корнилова. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2003. С. 112–115.
41. *Стреляу Я.* Роль темперамента в психическом развитии. М.: Прогресс, 1982.
42. *Тарабрина Н.В., Харламенкова Н.Е.* Совладающее поведение и посттравматический стресс в период средней и поздней взрослости // Жизнеспособность человека: индивидуальные, профессиональные и социальные аспекты / Отв. ред. А.В. Махнач, Л.Г. Дикая. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2016. С. 199–209.
43. *Холодная М.А.* Психология интеллекта: парадоксы исследования. СПб.: Питер, 2002.
44. *Холодная М.А.* Структурно-интегративная методология в исследовании интеллекта // Теория развития. Дифференционно-интеграционная парадигма. Доклады участников Круглого стола. 2009. С. 195–204.
45. *Cicchetti D.* Resilience under conditions of extreme stress: a multilevel perspective // World Psychiatry. 2010. V. 9. P. 145–154.

46. *Deci E.L., Ryan R.M.* Intrinsic motivation and self-determination in human behavior. New York: Plenum, 1985.
47. *Makhnach A.V., Laktionova A.I.* Social and cultural roots of Russian youth resilience: Interventions by the state, society and the family // Handbook for working with children and youth. Pathways to resilience across cultures and contexts / M. Ungar (Ed.). Thousand Oaks–London–New Delhi: Sage Publications, Inc., 2005. P. 371–386. doi: 10.4135/9781412976312.
48. *Masten A.S., Best K.M., Garmezy N.* Resilience and development: contributions from the study of children who overcome adversity // Development and Psychopathology. 1990. V. 2. P. 425–444.
49. *Rotter J.B.* The development and applications of social learning theory. New York: Praeger, 1982.
50. *Sroufe L.A., Egeland B., Carlson E., Collins W.A.* The development of the person: The Minnesota study of risk and adaptation from birth to adulthood. New York: Guilford Press, 2005.
51. *Théorêt M.* La résilience, de l'observation du phénomène vers l'appropriation du concept par l'éducation // Revue des Sciences de L'éducation. 2005. V. 31. № 3. P. 633–658.
52. *Ungar M., Liebenberg L.* The Resilience Research Centre Adult Resilience Measure (RRC-ARM). User's manual: Research. Halifax: RRC, 2013.

## STRUCTURAL-LEVEL ANALYSIS OF RESILIENCE PHENOMENON

© 2017 Anna I. Laktionova

*Ph.D., Senior Researcher; Institute of Psychology of the Russian Academy of Sciences,  
Moscow*

*E-mail: apan@inbox.ru*

Individual resilience as a meta-ability is considered. The necessity of the methodology of system-subject and ecological approaches to resilience study is proposed. An empirical hierarchical resilience structure has been theoretically determined from metasystem analysis view. It is assumed that the level of resilience development will be correlated with the formation of its components: activity as an individual-typological, functional individual quality; consciousness as a system of knowledge about the world and about "itself in the world" - is manifested in the form of semantic entities; ability to reflect. The ability to self-regulation; control behavior – as a individual resource of self-regulation; psychological protection and coping behavior; metaproceses (operational mechanisms of reflection) - as a system of metacognitive regulation. It is shown that structures of meaning are considered as key resources of resilience. The data of experimental studies confirming this provision are given.

Keywords: resilience, reflexivity, structures of meaning, self-regulation, mentality

Библиографическая ссылка на статью:

Лактионова А.И. Структурно-уровневый анализ феномена жизнеспособности человека // Институт психологии Российской академии наук. Организационная психология и психология труда. 2017. Т. 2. № 4. С.106-133.

Адрес статьи:

<http://work-org-psychology.ru/engine/documents/document271.docx>