

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ СТРУКТУРА ЖИЗНЕСПОСОБНОСТИ ЧЕЛОВЕКА: КОММУНИКАТИВНЫЙ АСПЕКТ*

Аннотация. В статье представлены концептуальные основания и результаты эмпирического исследования психологической структуры жизнеспособности человека как сложной самоорганизующейся системы, представленной тремя уровнями: функционально-индивидуальным, мотивационно-личностным и субъектно-операциональным.

Ключевые слова: структура жизнеспособности человека, тест жизнеспособности человека, функционально-индивидуальный, мотивационно-личностный, операционально-субъектный уровни жизнеспособности.

В настоящее время в поле зрения исследователей все чаще попадают последствия тех или иных травматических событий, войн, терактов, катастроф. Отмечается, что у 18–80 % жертв развиваются состояния посттравматического стресса и (или) сопутствующие изменения: депрессия, тревожность, соматические и личностные нарушения. Между тем непросто уделяется тем людям, чья судьба, независимо от совокупности факторов риска, складывается относительно благополучно. Подобный угол зрения предполагает смещение акцентов с деструктивных и проблемных аспектов человеческого существования на сильные и конструктивные, отражающие тенденции современной позитивной психологии. В этой связи особую актуальность приобретают исследования жизнеспособности, «жизненной способности» – сложного, макросистемного, интегрального качества человека, «изучению и освещению которого должно быть отведено особое место» [1]. Заказчиками на воспитание жизнеспособной личности выступают практически все социальные институты: государство, семья, школа, бизнес. «Полагаем, что идея формирования жизнеспособного поколения должна быть выдвинута на уровень национального приоритета в общегосударственной, социальной, семейной, молодежной политике», – справедливо за-

мечает М.П. Гурьянова [3, 18].

Однако исследования собственно жизнеспособности человека как самостоятельного психологического феномена пока носят единичный характер. Первые эмпирические разработки по проблеме жизнеспособности проводились еще в 60-е годы прошлого века представителями психологической школы Б.Г. Ананьева, благодаря которому понятие «жизнеспособность» и появилось в научном обиходе. Жизнеспособность трактовалась им как готовность к эффективному функционированию, проявляющаяся на разных уровнях структуры человека [6]. Современные исследования жизнеспособности представлены единственным подходом, который мы условно обозначили как кросскультурный. Его основанием послужил разработанный в 2003 году международный проект «Методологические и контекстуальные проблемы исследования жизнеспособности детей и подростков» [7]. Вместе с тем совершенно очевидно, что одного научного подхода явно недостаточно для исследования такого глобального и многоаспектного психического явления, как жизнеспособность человека. Таким образом, отчетливо проявляющееся противоречие между необходимостью развития жизнеспособности человека и недостаточной теоретической и эмпирической разработанностью психологических оснований этого процесса обусловило проблему исследования, научный путь решения которой заключается в разработке различных характеристик жизнеспособности человека (феноменологических, методологических, структурно-генетических и типологических). В рамках данной работы будут представлены результаты исследования структуры жизнеспособности человека как многомерного интегрального феномена.

Основополагающими теоретико-методологическими посылками исследования структуры жизнеспособности послужили общая антропологическая теория Б.Г. Ананьева, его идеи о комплексных функциональных, операционных и мотивационных

* © Рыльская Е.А.

механизмах психики [2]; теория психологических систем В.Е. Ключко, представляющая современный взгляд на человека как самоорганизующуюся открытую систему и его становление как свойство, обеспечивающее устойчивость существования [5] и транскомуникативная теория В.И. Кабрина [4]. В соответствии с исходными теоретическими положениями жизнеспособность человека определяется нами как интегральная возможность его качественно своеобразного становления в сфере социального бытия, реализуемая в форме универсальной смыслотворческой коммуникабельности.

Понятие универсальности человеческой коммуникабельности основано на представлениях о человеке как о самоорганизующейся системе, т.е. такой системе, условием устойчивого существования которой является информационный обмен с окружающей средой [5]. Коммуникация в широком смысле является внутренней, сущностной основой всех жизненных процессов человека, и в этом плане она имеет универсальный характер. Однако главное в такой коммуникации – обмен не любой, не информацией «вообще», а информацией, имеющей жизненный смысл. В процессе коммуникации информация, имеющая жизненный смысл, не просто передается, она трансформируется и преобразуется, она творится, воплощаясь в различных кодах языка [4]. Поэтому коммуникабельность в широком значении – это универсальная смыслотворческая жизненная способность.

Проведенные нами ранее теоретические и эмпирические исследования проблемы жизнеспособности [9] позволили выделить следующие компоненты этого феномена: способности к адаптации, способности к саморегуляции, способности к саморазвитию и осмысленность жизни. Общая жизнеспособность рассматривается как синергетическое единство этих компонентов. Предложенная трактовка ориентирует на уровень осознания жизнеспособности человека как системы не просто существующей, развивающейся, а «становящейся». Ее становление осуществляется не только за счет достижения гомеостаза и гетеростаза, представленных их психологическими аналогами – адаптацией и саморегуляцией, но и за счет принципиальной

неадаптивности, личностного роста, трансценденции, транскомуникации, реализуемыми за счет компонентов саморазвития и смысложизненного поиска.

Выдвинутые выше предположения послужили основой для эмпирического изучения структуры жизнеспособности человека. Отметим, что речь здесь идет о так называемой внешней структуре жизнеспособности, в то время как ее внутренняя структура может быть представлена указанными выше компонентами (адаптацией, саморегуляцией, саморазвитием и осмысленностью жизни).

Для решения задач исследования была разработана специальная методика, получившая название «Тест жизнеспособности человека». На протяжении ряда лет методика проходила психометрическую проверку, которая показала ее достаточную надежность и валидность, что позволяет использовать ее в исследовательских целях [10]. Для изучения структуры жизнеспособности использовался также блок известных психодиагностических методик, предназначенных для исследования различных индивидуальных, личностных и субъектных свойств человека: тест Кейрси, методика измерения уровня тревожности Тейлора, тест Айзенка, методика многофакторного исследования личности Р. Кеттела, методики диагностики социальной фрустрированности, коммуникативных, организаторских склонностей и коммуникативных установок; самоактуализационный тест и др.

Психодиагностический материал (59 первичных переменных), полученный на выборке, состоящей из 102 взрослых человек (средний возраст 37,8 лет) разного пола и профессиональной принадлежности, был подвергнут корреляционному анализу по Спирмену. Его результаты позволили представить внешнюю структуру жизнеспособности человека как систему, включающую три уровня: функционально-индивидуальный, мотивационно-личностный, операционно-субъектный.

На первом, функционально-индивидуальном уровне были выявлены отрицательные зависимости между интенсивностью эмоционально окрашенных жалоб по поводу физического самочувствия, уровнем невротизации и общей жизнеспособностью.

Что касается различных свойств тем-

перамента, то корреляционный анализ показал, что жизнеспособность отрицательно связана с показателями нейротизма. Эмоциональная неустойчивость, склонность к быстрой смене настроения, чувства виновенности и беспокойства, озабоченности, депрессивные реакции, неустойчивость в стрессовых ситуациях, неадекватно сильные реакции на различные информационные стимулы внешней среды, характеризующие невротиков, создают неблагоприятные предпосылки для решения жизненных задач различного уровня. Негативным фоном для жизнеспособности служат и болезненная чувствительность к внешним воздействиям, нетерпимость к негативным оценкам в свой адрес, пессимистические взгляды на жизнь, постоянный поиск «врагов», отличающие высоко тревожных людей. Коэффициенты корреляции жизнеспособности, нейротизма и тревожности умеренно высокие и значимы на уровне 0,01. Вместе с тем не выявлены значимые связи между уровнем жизнеспособности и свойствами темперамента по К. Юнгу (экстраверсия-интроверсия, здравомыслие-интуиция, логичность-чувствованием, рассудительность-импульсивность). В данном случае проявляется тенденция, отмеченная в свое время Д. Кейрси – представители всех четырех типов темперамента (Дионисий, Эпиметей, Апполон, Прометей) равны в своей психической полноценности, жизненной стойкости, борьбе за существование [8]. Мы предполагаем, что эти свойства темперамента определяют не количественные параметры жизнеспособности, а ее качественное своеобразие.

Мотивационно-личностный уровень структуры жизнеспособности представлен, прежде всего, связью с субъективным ощущением одиночества (связь умеренная отрицательная). Это свидетельствует о значимости для человека социальных контактов как факторов, способствующих решению жизненных проблем в различных сферах бытия. Полученные результаты соответствуют выводам о позитивной роли социальной поддержки в ситуациях преодоления жизненных трудностей. В эмпирических разработках зарубежных авторов отмечается, что социальная поддержка со стороны друзей и сослуживцев может содействовать успешному преодолению трудностей и стрессов [13], семейная поддержка способ-

ствует повышению значимости конструктивных стратегий разрешения сложной ситуации [11]. Общая жизнеспособность связана и с уровнем социальной фрустрированности, т.е. со степенью неудовлетворенности социальными достижениями в основных аспектах жизнедеятельности. Выявленная зависимость согласуется с мнениями о роли качества жизни в обеспечении собственно человеческого существования, о физическом и моральном благополучии как некоем базисе, на котором мы строим разумные отношения, социальные контакты, личные инициативы, которые обеспечивают ощущение совершенного бытия [12].

Личностный уровень жизнеспособности включает также значимые связи с определенными личностными характеристиками, представленными показателями теста Р. Кеттела. К последним относятся общительность-замкнутость, подверженность чувствам-нормативность, робость-смелость, уверенность-неуверенность. Более высокие показатели жизнеспособности соотносятся с открытостью, добросердечием и добродушием, естественностью и непринужденностью в поведении, активностью в устранении и предупреждении конфликтов, спокойным принятием критики. Низкие баллы по уровню общей жизнеспособности соответствуют замкнутости, безучастности, некоторой ригидности, излишней строгости в оценке окружающих, скептицизму и холодности. Связь жизнеспособности с фактором «подверженность чувствам-нормативность» свидетельствует о значимости в решении задач человеческого бытия, таких качеств, как осознанное соблюдение норм и правил поведения, настойчивость в достижении цели, точность, ответственность, деловая направленность. Фактор «робость-смелость» позволяет рассматривать в качестве компонентов структуры жизнеспособности социальную смелость, готовность иметь дело с незнакомыми обстоятельствами и людьми, степень активности в социальных контактах, а фактор «уверенность-неуверенность» – значимость хладнокровия, спокойствия, уверенности в себе.

В структуру личностного уровня жизнеспособности вошли также коммуникативные (с высоким корреляционным коэффициентом) и организаторские склонности (умеренный корреляционный показатель).

Связи общей жизнеспособности и определенных индивидуальных, личностных, субъектных свойств человека

Свойства	Коэф. коррел.	Уровни знач.	Свойства	Коэф. коррел.	Уровни знач.
Нейротизм	- 0,542	0,01	Робость-смелость	0,352	0,01
Эмоциональное отношение к своему здоровью	- 0,517	0,01	Уверенность-тревожность	- 0,336	0,01
Тревожность	- 0,585	0,01	Низкий самоконтроль-высокий самоконтроль	0,329	0,05
Социальная фрустрированность	- 0,640	0,01	Самоэффективность	0,819	0,01
Невротизация	- 0,696	0,01	Способность самоуправления	0,630	0,01
Открытая жестокость	- 0,515	0,01	Самоконтроль в общении	0,726	0,01
Обоснованный негативизм	- 0,373	0,01	Компетентность во времени	0,512	0,01
Негативный опыт общения	- 0,323	0,01	Внутренняя поддержка	0,341	0,01
Одиночество	- 0,622	0,01	Ценности самоактуализации	0,358	0,01
Коммуникативные склонности	0,758	0,01	Спонтанность	0,383	0,01
Организаторские склонности	0,498	0,01	Самоуважение	0,484	0,01
Замкнутость-общительность	0,585	0,01	Представления о природе человека	0,349	0,01
Подверженность чувствам-нормативность	0,311	0,05	Контактность	0,395	0,01

Структура операционно-субъектного уровня жизнеспособности образована комплексом значимых связей жизнеспособности и коммуникативных установок: установки открытой жестокости в общении, обоснованного негативизма и негативного коммуникативного опыта. Выявленные зависимости позволяют говорить о том, что общая энергетика направленной негативной коммуникации препятствует эффективной реализации жизненных задач. Проблемы возникают даже в том случае, если человек пытается маскировать свой отрицательный настрой по отношению к окружающим, например в профессиональной деятельности. Эмпирический опыт свидетельствует о том, что возникающее при этом напряжение рано или поздно приведет к нервному срыву.

Согласно корреляционным показателям, в структуру жизнеспособности могут быть включены и такие субъектные характеристики, как развитый самоконтроль, точность выполнения социальных требований. Жизнеспособный человек следует представлениям о себе, хорошо контролирует эмоции и поведение, доводит начатое дело до конца, ему свойственны целенаправленность и интегрированность. Положительные связи выявлены также между общей жизнеспособностью и самоэффективностью, уровнем способности к самоуправлению и коммуникативным самоконтролем. Соответственно можно предполагать, что более жизнеспособные люди,

как правило, уверены в себе, самостоятельно и эффективно управляют всеми формами собственной активности: общением, поведением, деятельностью, переживаниями. Они творчески реагируют на встречу с проблемными жизненными ситуациями, связанными с необходимостью постановки новых целей, поиском новых решений и средств достижения целей. Жизнеспособный человек легко входит в любую роль, гибко реагирует на любые изменения в различных сферах социального бытия, хорошо чувствует впечатление, которое оказывает на окружающих.

Особый блок в операционно-субъектном уровне жизнеспособности составляют связи с самоактуализацией. Жизнеспособность значимо коррелирует как с базовыми шкалами САТ (компетентность во времени и внутренняя поддержка), так и с рядом дополнительных (ценностных ориентаций, спонтанности, самоуважения, представления о природе человека, контактности). Выявленные связи позволяют говорить о жизнеспособности: во-первых, как о способности субъекта жить «настоящим», т.е. переживать настоящий момент своей жизни во всей его полноте, ощущать неразрывность прошлого, настоящего, будущего; во-вторых, о высокой степени независимости его ценностей и поведения от внешних воздействий, способности жить, как «изнутри направляемая личность» (А. Рейсман). Высокая жизнеспособность предполагает возможность и готовность спонтанно и не-

посредственно выражать свои чувства, вести себя естественно и раскованно; ценить свои достоинства, положительные свойства характера, уважать себя за них. Жизнеспособному человеку в значительной степени присущи: склонность воспринимать природу человека как положительную («люди в основе своей добры»), способность к быстрому установлению глубоких, тесных, эмоционально насыщенных контактов с людьми, т.е. к субъект-субъектному общению (в соответствии с привычной для отечественной психологии терминологией). В целом корреляционный анализ подтвердил выводы, сделанные нами на основе изучения обыденных представлений о том, что способность к самоактуализации является важным фактором жизнеспособности человека, его информативность оказалась максимальной (10,42% общей дисперсии).

Таким образом, общая горизонтальная иерархия системы жизнеспособности включает 26 значимых разнонаправленных связей с определенными индивидуальными, личностными и субъектными свойствами человека. Она представлена в табл. 1 (стр. 33).

Из таблицы видно, что большая часть свойств, образующих внешний уровень структуры жизнеспособности, относится к коммуникативным свойствам, что может служить предварительным подтверждением гипотезы о коммуникативной природе жизнеспособности человека.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Абульханова К.А. Способность сознания / К.А. Абульханова // Мир психологии. М.-Воронеж, 2006. № 2.
2. Ананьев Б.Г. Человек как предмет познания. СПб., 2001.
3. Гурьянова М.П. Воспитание жизнеспособной личности в условиях дисгармоничного социума / М.П. Гурьянова. // Педагогика. 2004. № 1.
4. Кабрин В.И. Коммуникативный мир и транскоммуникативный потенциал жизни личности: теория, методы исследования / В.И. Кабрин. Томск, 2005.
5. Ключко В.Е. От саморегуляции личности к самоорганизации человека: системные основания парадигмального сдвига в научной психологии // Субъект и личность в психологии саморегуляции. М.-Ставрополь, 2007.
6. Логинова Н.А. Опыт человекознания: история комплексного подхода в психологических школах В.М. Бехтерева и Б.Г. Ананьева.

СПб., 2005.

7. Махнач А.В. Международная конференция по проблемам жизнеспособности детей и подростков / А.В. Махнач // Психол. журн. 2006. Т. 27. № 2.
8. Овчинников Б.В. Ваш психологический тип / Б.В. Овчинников, К.В. Павлов, И.М. Владимирова. СПб., 1994.
9. Рыльская Е.А. Жизнеспособность человека в представлениях обыденного сознания / Е.А. Рыльская // Вестник МГОУ. 2008. №3.
10. Рыльская Е.А. Методика исследования жизнеспособности человека / Е.А. Рыльская // Вестник ЧГПУ. 2009. №1.
11. Holahan C., Moos R. Life stress and health: Personality coping and family support in stress resistance / C. Holahan, R. Moos // J. of Pers. and Soc. Psychology. 1985. V. 45.
12. Kottke F.G. Philosophic considerations of quality of life for disabled. / F.G. Kottke // Arch. Phys. Med. Rehabil. 1982. Vol. 63.
13. Nevo O. The development and evaluation of a systematic program for improving sense of humor / O. Nevo, H. Aharonson, A. et Kligman Berlin, 1998.

E. Rylskaya

PSYCHOLOGICAL STRUCTURE OF PERSON'S RESILIENCE

Abstract. Theoretical foundations and empirical results of psychological structure of person's resilience investigating are presented. The structure of person's resilience is shown as complex self-organized system including three levels: functional-individual, motive-personal and subject-operational.

Key words: the structure of person's resilience; person's resilience test; the levels of person's resilience: functional-individual, motive-personal and operational-subjective.