

УДК 151

Рыльская Е.А.

Челябинский государственный педагогический университет

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ КРИТЕРИИ ЖИЗНЕСПОСОБНОСТИ ЧЕЛОВЕКА

E. Rylskaya

Chelyabinsk State Pedagogical University

PSYCHOLOGICAL CRITERIA OF PERSON'S RESILIENCE

Аннотация. В статье предлагается теоретико-эмпирическое обоснование психологических критериев жизнеспособности человека. Содержательный анализ выделенных критериев – личностно-духовного (холистического), коммуникативного (диалогического), уровневое (темпорального) – позволяет говорить о правомерности рассмотрения жизнеспособности человека в контексте его природно-социально-духовного единства, свидетельствует о детерминирующем характере духовности в структуре жизнеспособности, о значимости коммуникативного фактора как средства духовного смыслотворчества человека.

Ключевые слова: жизнеспособность, критерии жизнеспособности, духовность, личность, жизненные задачи, коммуникабельность, регрессионный анализ, смыслотворчество, баланс избирательности и взаимности.

Abstract. The paper presents theoretical and empiric foundations of person's resilience criteria. The content analysis of the following criteria: personal and spiritual (holistic), communicative (dialogical), level (temporal) allows of confirming the person's resilience consideration in the contexts of natural-social-spiritual entity, demonstrates the dominating character of spiritual component in the structure of person's resilience and shows the role of communicative factor as a means of spiritual sense-creation.

Key words: resilience, person's resilience criteria, spirituality, personality, living tasks, sociability, regressive analysis, sense-creation, balance of selectivity and reciprocity.

Отечественные исследователи, занимающиеся изучением проблемы психологической жизнеспособности человека (см., например [8]), неизменно сталкиваются с «научной драматичностью» решения этой проблемы, связанной с тем, что категория «жизнеспособность» в психологии пока не имеет убедительных теоретических и операциональных оснований. Для многих ученых она полимодальна, метафорична и альтернативна с точки зрения ее необходимости в тезаурусе современной психологии. Кроме этого, понятие «жизнеспособность» перекрывается многочисленными родственными понятиями с похожими референтами: чувство связности – «the sense of coherence», разрастание – «thriving», неуязвимость – «invulnerableness», жизнестойкость – «hardiness». Тем самым оно влечет за собой шлейф ассоциаций, берущих начало в традиционном ограниченном контексте, ориентированном на познание этого феномена в контексте совладающего поведения как свойства личности, отвечающего за преодоление жизненных трудностей. Получается, что человеку, жизнь которого не сопряжена с «испытаниями бытия», жизнеспособность как бы и не нужна. Действительность, однако, свидетельствует об обратном.

Интенсивность потребности в актуализации жизненных способностей человека может возрастать как раз под влиянием отсутствия видимых трудностей. Недовольство обыденным, «рутинным» бытием или состояние гипертрофированной самодостаточности примитивного

существования как своеобразного варианта «обломовщины» в стиле «модерн» в одинаковой степени могут провоцировать ощущение «экзистенциального вакуума», осознанной или неосознанной утраты ценности жизни. Соответственно, жизнеспособность – это не только функция системы, действующей по принципу экзистенции «вопреки», а функция установления позитивных отношений со средой и самим собой, т. е. становления собственного гармоничного жизненного мира. Однако это положение пока мало кем осознается, поэтому можно предвидеть, что не только предлагаемый подход к определению критериев жизнеспособности человека, но и сама постановка вопроса об этих критериях в настоящее время кому-то покажется преждевременной.

Проблема осложняется тем, что феномен жизнеспособности в его системном смысле пока не раскрыт, потому он считается до сих пор в более устоявшемся биовитальном аспекте. Мы оказываемся перед сложнейшей проблемой: мы не понимаем пока, каким образом человек может быть «жив» (жизнеспособен) в анатомо-физиологическом смысле, и «мертв» (нежизнеспособен) в психологическом смысле этого слова.

В сороковые годы прошлого века известный австрийский психиатр Б. Беттельгейм, пережив ужасы концентрационных лагерей «Дахау» и «Бухенвальд», сделал вывод о том, что личностное начало в человеке является базовым началом его жизнеспособности. Целью гитлеровского концлагеря, как свидетельствовал Б. Беттельгейм, была «ампутация личности в человеке» – формирование «идеального заключенного», который реагировал бы на команды надсмотрщика мгновенно, не рассуждая, наподобие автомата или запуганного ребенка. Однако, по наблюдениям Б. Беттельгейма, человек с «ампутированной личностью» оказывался совершенно нежизнеспособным существом. В нем разрушались также качества индивида, субъекта, индивидуальности. Он двигался машинально, безропотно, слабел и, наконец, что называется, «весь вымирал» [3].

Вывод Б. Беттельгейма, кому-то кажущийся сейчас очевидным и даже тривиальным, созвучен словам С.Л. Рубинштейна, который считал, что человек есть личность, поскольку у него есть свое лицо и поскольку даже в самых трудных жизненных испытаниях он этого лица не теряет [10]. Следовательно, человек жизнеспособен в такой мере, в какой он является личностью, он жизнеспособен, если может осуществить свою жизнеспособность личностным способом. Личность, являясь системным качеством человека, координирует путь обретения человеческой сущности [5].

Личностное начало в человеке – это холистическое начало. Признаки жизни могут сохраняться в теле, даже если разрушена личность, но это будет уже не целостная человеческая жизнь. Не случайно в современной антропологической психологии, которая не забывает цитировать слова Л.С. Выготского о том, что «без человека... как целого нельзя объяснить деятельность его аппарата (мозга)» [6, 60], идея целостности является ключевой идеей.

В философии, быть может, ближе всех к пониманию человеческой целостности подошел С. Эпиноза, утверждавший, что человек – это существо, которое, занимая особое место среди животных, как индивид становится личностью в силу своей свободы и коммуникабельности [12].

По мнению М.М. Бахтина, полифоническая картина целостности жизненного мира человека обеспечивается диалогом, который приводит в единство множество единичных центров-сознаний, и мир не распадается на солипсические монады [2]. Отсюда вытекает особое понимание личности в ее сущностном аспекте – способности к диалогу как конструктивному общению.

Однако личностное в человеке трудно мыслить без духовного. Развитие духовных способностей, по мнению В.Д. Шадрикова, прежде всего, связано с развитием человека как личности [17]. К этому выводу пришел в свое время и В. Франкл, заметив, что заключенный, обнаруживавший, что он не может

больше выносить реальность лагерного существования, находил возможность выхода в своей духовной жизни, которую СС не в состоянии разрушить [15].

Такую всеобщую правду о человеке, скрывающую от нас в условиях более или менее нормального социального существования, подтвердил и Б. Беттельгейм: нравственность – не просто средство общественного регулирования индивидуального поведения, она еще и средство духовно-персонального выживания самого индивида [3].

Таким образом, задается определенный контекст определения критериев жизнеспособности человека, такой контекст, о котором говорил в свое время В. Франкл (духовное – это то, что отличает человека, что присуще ему одному) [19], и что подтверждают наши современники (духовность как свойство личности является фундаментальным качеством человека) [18]. В рамках этого контекста базовым критерием жизнеспособности человека можно считать критерий личностно-духовный, обеспечивающий системную целостность человека – существа, символизирующего высшую ступень мироздания, представляющего такой уровень развития живой материи, на который невозможно экстраполировать то, что мы знаем о жизни и жизнеспособности других существ.

Вместе с тем при определении критериев жизнеспособности нельзя не учитывать и того факта, что важной характеристикой жизни человека, его бытия является время [4; 13]. Задачи жизни, их смысл имеют разную степень осознания и значимости на разных этапах. Это, в свою очередь, означает установление возрастных (темпоральных) параметров измерения свойства, обозначаемого понятием «жизнеспособность», т. е. определение уровневых критериев жизнеспособности.

Духовно-личностные критериальные основания жизнеспособности человека дают определенные ориентиры для решения этой задачи. Постепенное «накопление духовности», по мнению возрастных психологов, является необходимым условием развития че-

ловека в период зрелости [16]. Этот период характеризуется наиболее полным проявлением личностного в человеке через духовное, т. е. отношение к другому человеку. Зрелость является сензитивным периодом для исследования жизнеспособности еще и потому, что характеризует существование человека, обладающего всеми формами жизненного пространства. Неклассическая парадигма в психологии, задающая соответствующие ориентиры в изучении системной целостности психической жизни человека, актуализирует важную составляющую жизненного пространства – категорию «жизненные задачи». По мнению Л.И. Анцыферовой, целостность может быть раскрыта через процесс решения личностью жизненных задач, влияющий на модификацию личности как целого [1]. Эти задачи решаются в жизненном пространстве человека путем его создания в различных сферах бытия. Факт решения этих задач может выступать как объективный критерий жизнеспособности человека в период зрелости.

Соответственно, учитывая вышеизложенное, можно обозначить следующие критерии жизнеспособности:

- личностно-духовный (холистический), позволяющий судить о системной целостности жизнеспособного человека;
- коммуникативный (диалогический), характеризующий операциональную сторону жизнеспособности – средство ее осуществления.
- уровневый (темпоральный), определяющий период наибольшей исследовательской сензитивности для феномена жизнеспособности.

Надежные критерии тем не менее требуют статистического обоснования и не могут формулироваться умозрительно. На наш взгляд, для определения критериев того или иного явления может быть использован множественный регрессионный анализ (МРА). Обычно МРА используется для изучения возможностей предсказания некоторого результата по ряду предварительно измеренных характеристик. Помимо предсказания, рег-

рессионный анализ позволяет определить и то, какие показатели наиболее существенны, важны для прогнозирования определенного результата [9]. Соответственно, при помощи регрессионного анализа мы можем определить, какие свойства человека в наибольшей степени важны для его жизнеспособности. Поскольку речь в данном случае идет о предсказательных возможностях данных свойств, назовем их критериями-предикторами.

Фактическим материалом для регрессионного анализа послужили результаты проведенного ранее исследования психологической структуры жизнеспособности человека [11]. Показатели общей жизнеспособности рассматривались в качестве зависимой переменной, а совокупность независимых переменных составили определенные свойства человека как индивида, личности, субъекта, измеренные в количественной шкале. Поскольку строгих указаний о числе объектов в случае регрессионного анализа нет, мы ограничились имеющимися данными (102 взрослых человека разного рода занятий). Количество признаков, включенных в процедуру регрессионного анализа, составило 30 (по числу статистически значимых связей общей жизнеспособности и различных свойств человека как индивида, личности, субъекта).

При проведении регрессионного анализа учитывались следующие требования. Все переменные были измерены в метрической шкале и имели нормальное распределение. Независимые переменные значимо коррелировали с зависимой переменной и слабо – друг с другом. Для процедуры многомерного регрессионного анализа был использован обратный пошаговый метод, позволяющий «отсеивать» несущественные для анализа независимые переменные.

Результирующая предсказательная модель, полученная посредством МРА, включает 9 независимых переменных с наибольшим вкладом в регрессию:

$$-0,385 \text{ НКУ} + 0,546 \text{ IS} + 0,506 \text{ АК} + 0,748 \text{ ЭМ} + -0,464 \text{ ТР} + -0,451 \text{ О} + -0,379 \text{ ЗД} + 0,679 \text{ CS} + 601 \text{ MS},$$

где: НКУ – негативные коммуникативные

установки, IS – позитивные представления о природе человека, АК – общительность, ЭМ – способность к эмпатии, ТР – тревожность, О – субъективное ощущение одиночества, ЗД – интенсивность эмоционально окрашенных жалоб по поводу состояния здоровья, CS – ценности самоактуализации, MS – познавательные потребности.

Читатель может интерпретировать эти результаты по-разному. На наш взгляд, они свидетельствуют о следующем.

Во-первых, о детерминирующем характере духовности в структуре жизнеспособности, в ее материалистическом, «небожественном» представлении как «идеальной потребности познания и желания жить для других» [14, 149] (переменные – познавательные потребности, ценности самоактуализации, представления о природе человека, способность к эмпатии).

Во-вторых, об эмпирической обоснованности выделенных нами теоретических критериев жизнеспособности – холистического, позволяющего судить о правомерности рассмотрения жизнеспособности человека в контексте его природно-социально-духовного единства (выявленные предикторы включают все уровни человеческого функционирования – индивидуальный, субъектный, личностный), и коммуникативного, репрезентирующего значимость коммуникативного фактора как средства поддержания жизнеспособности (переменные – негативные коммуникативные установки, общительность, способность к эмпатии, тревожность, субъективное ощущение одиночества).

Следует иметь в виду, что коммуникативные свойства важны не сами по себе, а как средство смыслотворчества, обеспечивающего духовное становление человека посредством создания динамичного транс-субъективного жизненного пространства. Можно полагать, что эти свойства обеспечивают баланс избирательности (свободного, добровольного выбора тем и партнеров общения) и взаимности (определенного уровня эквивалентности и дополнительности в отношениях), когда контекст становится су-

щественное конкретное текста сообщения [7], определяя тем самым гармоничность, целостность жизненного мира человека.

Обыденный опыт и литературное творчество предоставляют нам множество жизненных ситуаций, иллюстрирующих правомерность данного предположения. Например, негативные коммуникативные установки. «Заряженные» общей энергетикой направленной неконструктивной коммуникации, они препятствуют гармонии человека и социальной среды, мешают становлению его целостного, непротиворечивого жизненного мира, так как в процессе этого становления фокус всякий раз смещается в сторону избирательности, причем избирательности, окрашенной негативно. При этом фиксируется, воспринимается, прежде всего, патогенная информация, а позитивная, имеющая жизненный смысл, блокируется. Проблемы возникают даже в том случае, если человек пытается маскировать свой отрицательный настрой по отношению к окружающим. Эмпирический опыт свидетельствует о том, что возникающее при этом напряжение рано или поздно приведет к нервному срыву.

Именно баланс избирательности и взаимности гарантирует «нужный» для жизнеспособности уровень общительности, отличный и от болезненной «зажатости», и от фатической болтливости.

Благодаря балансу избирательности и взаимности эмоциональное восприятие собственного физического самочувствия не приводит ни к нахождению у себя всех без исключения болезней, «кроме родильной горячки» (Дж. К. Джером), ни к полнейшему игнорированию тревожных симптомов. Тем самым обеспечивается такой необходимый для человека контакт с собственным телом.

Известное произведение А.П. Чехова «Смерть чиновника» – это не просто художественная иллюстрация проблемы «маленького человека», знакомая нам из школьного курса литературы, но и яркий пример буквальной нежизнеспособности человека, связанной с высоким уровнем личностной тревожности.

О недостатке взаимности можно говорить при субъективном ощущении одиночества, «шаблонной», «стереотипной» избирательности при недостаточной гибкости мышления.

Баланс избирательности и взаимности «сопровождает» и проявление эмпатии. Значение эмпатии как важнейшего свойства духовного общения человека с человеком трудно переоценить. Однако не следует считать, что чем выше эмпатия, тем лучше. Очень высокая, «неизбирательная» эмпатийность может привести к сильной зависимости от эмоциональных состояний окружающих. Неприятны и противоположные эмпатические переживания: некоторые люди на неудачу знакомых отвечают радостью, а на радость – огорчением.

Избирательность и взаимность определяют, таким образом, то, что действительно важно для жизни человека, представляет для него истинную ценность. Однако избирательность и взаимность в обеспечении жизнеспособности человека проявляются не механически, как заученная пьеса. Они функционируют в контексте базовых отношений или жизненных задач, в которых реализуется жизненный смысл и не только реализуется, но и порождается, вследствие чего человек как сложная психологическая система за счет активного взаимодействия со средой открывает для себя особое жизненное пространство – многомерный мир, существующий в форме коммуникативного мира. Посредством реализации баланса избирательности и взаимности осуществляется жизнестворчество человека, выступающее как трансляция смыслов на «низших» уровнях жизнеспособности и как смыслотворчество в ходе формирования собственного жизненного трансубъективного пространства на высшем уровне жизнеспособности, позволяющем человеку осуществить свою жизнеспособность специфически человеческим – духовным способом.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Анцыферова Л.И. Развитие личности и проблемы геронтопсихологии. М., 2006. 513 с.
2. Бахтин М.М. Проблемы поэтики Ф.М. Достоевского // Собр. соч. в 6 тт. Т. 6. М., 2002. С. 5-300.
3. Беттельгейм Б. Просвещенное сердце. Люди в концлагере: Главы из книги // Психология господства-подчинения: Хрестоматия / сост. А.Г. Чернявская. Минск, 1998. С. 157-281.
4. Болотова А.К. Человек и время в ситуации социальной нестабильности // Общественные науки и современность, 1997. № 6. С. 38-44.
5. Братусь Б.С. Русская, советская, российская психология: конспективное рассмотрение. М., 2000. 88 с.
6. Выготский Л.С. Конкретная психология человека // Вестник Моск. ун-та. Серия 14. «Психология», 1986. № 1. С. 52-65.
7. Кабрин В.И. Коммуникативный мир и транскоммуникативный потенциал жизни личности: теория, методы исследования. Томск, 2005. 217с.
8. Махнач А.В., Лактионова А.И. Жизнеспособность подростка: понятие и концепция // Психология адаптации и социальная среда: современные подходы, проблемы, перспективы / отв. ред. Л.Г. Дикая, А.Л. Журавлев. М., 2007. С. 290-312.
9. Наследов А.Д. Математические методы психологического исследования. СПб., 2004. 392 с.
10. Рубинштейн С.Л. Проблемы общей психологии. М., 1973. 423 с.
11. Рыльская Е.А. Структура жизнеспособности человека: коммуникативный аспект // Вестник МГОУ, 2009. № 4. С. 31-36.
12. Сервера Эспиноза А. Кто есть человек? Философская антропология // Это человек: Антология. М., 1995. С. 75-81.
13. Сергиенко Е.А. Зрелость: молярный или модулярный подход // Феномен и категория зрелости в психологии / отв. ред. А.Л. Журавлев, Е.А. Сергиенко. М., 2007. С. 13-28.
14. Словарь практического психолога / сост. С.Ю. Головин. Минск, 1997. 800 с.
15. Франкл В. Человек в поисках смысла. М., 1990. 368 с.
16. Хухлаева О.В. Психология развития. Молодость, зрелость, старость. М., 2006. 202 с.
17. Шадриков В.Д. Духовные способности. М., 1996. 102 с.
18. Шадриков В.Д. Происхождение человечности. М., 1999. 200 с.
19. Frankl V. Psychotherapy and existentialism. New York: Washington Press, 1967. 275 p.