

САМООПРЕДЕЛЕНИЕ ЛИЧНОСТИ СКВОЗЬ ПРИЗМУ ПОНЯТИЯ «ЖИЗНЕСТОЙКОСТЬ»

SELF-IDENTITY THROUGH THE PRISM OF THE CONCEPT OF «RESILIENCE»

O. Filippova

Summary. Today, the topic of resilience of the individual in modern society and the internal development of a particular individual is relevant. External conditions of development of society dictate hard conditions of existence of the individual within different social groups. Perceiving himself as an individual, a person tries to treat themselves to one or another social group, by finding the same or similar external and internal qualities. Finding similarities, people committed to the community with this group. Sometimes, the person finding common similarities, may not define themselves as belonging to a certain group and in this case, if a strong enough will, then there is self-determination as individuals, or loss of reference points in an uncertain reality.

The problem of human resistance in the face of life challenges have always been interesting and significant, has attracted and attracts the attention of philosophers, physicians, educators, poets and writers, teachers, psychologists. This problem has been actual since ancient times and has not lost its significance nowadays.

Keywords: personality, vitality, thinking, risk, reality.

Филиппова Ольга Владимировна

*К.ю.н., доцент, Уральский институт дополнительного профессионального образования «Всероссийский государственный университет юстиции (РПА Минюста России)», член Российской криминологической ассоциации, Нотариус г. Екатеринбурга
ovz24@ya.ru*

Аннотация. На сегодняшний день тема жизнестойкости личности в современном обществе и внутреннем развитии конкретного индивида является актуальной. Внешние условия развития общества диктуют жесткие условия существования личности внутри различных социальных групп. Воспринимая себя как индивидуальность, человек пытается отнести себя к той или иной социальной группе, путем поиска одинаковых или схожих внешних и внутренних качеств. Находя сходство, человек стремится к общности с данной группой. Иногда, личность не находя общих сходств, не может определить себя как принадлежащего к какой-либо группе и в данном случае, если достаточно сильна воля, то происходит самоопределение как индивидуальности, либо потеря ориентиров в неопределенной реальности.

Проблема устойчивости человека перед лицом жизненных трудностей всегда была интересна и значима, привлекала и привлекает внимание философов, медиков, просветителей, поэтов и писателей, педагогов, психологов. Данная проблема была актуальна с древних времен и не потеряла значимости в настоящее время.

Ключевые слова: личность, жизнестойкость, мышление, риски, реальность.

Проблема индивидуальности является предметом изучения разных наук, такими, как психология и философия. Для Г. Олпорта данный вопрос оставался одним из главных во всей его научной деятельности. Индивидуальность — это совокупность характерных индивидуальных особенностей и свойств, отличающих один индивидуум от другого. Уникальность — это совокупность характерных индивидуальных особенностей позволяющих определить кого-либо, что-либо единственным в своем роде, неповторимым, редким, исключительным. Интересным остается вопрос соотношения этих двух понятий. Все ли индивидуальности уникальны, или уникальность это высшая степень индивидуальности? Можно ли выработать или воспитать в себе уникальность, либо это качество врожденное и приобрести его невозможно, лишь усовершенствовать.

С рождением ребенка рождается его физическое тело, сознание и его проявление наступают гораздо позже. Признаки личности у разных индивидов проявляются в различные временные периоды взросления. По словам В. П. Зинченко, «личность рождается при ре-

шении экзистенциальной задачи освоения и овладения сложностью собственного бытия». Решение жизненных проблем в непредсказуемом мире — это вопросы личностного развития человека.[1] В те временные периоды, когда осознавать и решать жизненно важные вопросы нет необходимости, личность человека находится в стадии стагнации, нет стимула для интеллектуального и духовного роста.

При наступлении неординарных или не стандартных для конкретного индивида ситуаций, происходит стресс и активизация всех жизненно важных функций человека, в которых начинаются процессы внутреннего и внешнего поиска решений. В настоящее время стремительное развитие общества и кардинальные изменения в духовной, социальной, культурной жизни поднимают вопросы зыбкости, неоднозначности, проблему индивидуального самоопределения человека. Личность созревает, делая выбор, и деградирует, в отсутствии необходимости принимать ответственность. Осознанность есть начало пути становления личности. Начиная осознавать, кем человек является внутри, и какие проявления ему

доступны во внешнем мире, индивид приобретает навыки к самоопределению и самопознанию себя как самостоятельного субъекта.

Способность нести ответственность является своего рода индикатором уровня развития личности. В тот момент, когда человек, взрослея, учится нести ответственность за себя, за свои поступки, отвечая за последствия, приходит осознание своего я. И в зависимости от действий человека или ребенка становится понятно готов он отвечать за себя или нет. Принимая ответственность, человек признает, что только от него зависело и продолжает зависеть все происходящее с ним. Если же он не готов к ответственности, то начинает обвинять в сложившихся обстоятельствах всех вокруг кроме себя. Приняв ответственность человек готов к дальнейшим уже более осознанным действиям, понимая, что только его действия могут повлиять на ход событий. Не зрелая личность, которая не принимает ответственность за свои действия, находится в зависимости и ей так легче оправдать свое бездействие, ссылаясь на обстоятельства непреодолимой мнимой силы. Выходя на следующий уровень, личность наделена способностью нести ответственность за других людей. Как правило, это происходит при рождении детей. Родители всегда, готовы они или нет, в соответствии с действующим законодательством несут ответственность за своих несовершеннолетних детей до наступления возраста совершеннолетия. Как раз с рождением ребенка так же можно диагностировать личность на предмет зрелости. Довольно часто не справившись с новыми обязательствами, проблемами, люди оставляют своих детей, либо распадаются семьи, по причине не готовности одного из родителей. Выходя на следующий уровень, личность уже способна нести ответственность не только за своих детей, но и за других окружающих его индивидов. Так, например, руководители несут ответственность за своих подчиненных. В зависимости от количества людей, за которых человек несет ответственность, проявляется уровень осознанности личности. Кроме количественных факторов ответственности, существенное значение имеют качественные характеристики данного явления. Так, один человек может нести ответственность за другого по принуждению, и как только освобождается от данной обязанности, перестает это делать. Для незрелых личностей нести ответственность — это тяжелый груз, который приходится нести в силу обстоятельств. Освободившись от груза ответственности, такие люди чувствуют себя легко. И лишь тот, кто берет на себя ответственность добровольно, получая от этого удовольствие является, по истине, осознанной личностью и способен к развитию.

Термин *hardiness*, введенный С. Мадди, С. Кобейса, в переводе с английского означает «крепость, выносли-

вость», Д.А. Леонтьев предложил обозначать как «жизнестойкость». [2]

В процессе проявления таких качеств как выносливость, неутомимость, выдержка формируются личные качества человека, которые влияют на его самоопределение в социуме, определяя его к той или иной социальной группе индивидов, или выводят личность вне существующих групп, создавая новую, ранее не существующую социальную группу. Является ли проявление таких качеств естественной потребностью человека, либо это вынужденная необходимость. На наш взгляд это так же зависит от степени развития личности. Для неосознанной личности проявление таких качеств вообще не свойственно, а более характерно находится в поиске тех, кто такими способностями обладает.

Г. Олпорт был первым, кто ввел в психологию представление о зрелой личности, заметив, что психоанализ никогда не рассматривает взрослого человека как действительно взрослого. В своей книге 1937 года он посвятил зрелой личности отдельную главу, сформулировав в ней три критерия личностной зрелости. Первый критерий — разнообразие автономных интересов, расширение «Я». Зрелая личность не может быть узкой и эгоистичной, она рассматривает интересы других близких и значимых людей как свои собственные. Второй — самосознание, самообъективация. Сюда же он относит такую характеристику как чувство юмора, которая, по экспериментальным данным, лучше всего коррелирует со знанием себя. Третий критерий — философия жизни. Зрелая личность обладает своим мировоззрением в отличие от личности незрелой. [5]

Определение Г. Олпортом зрелой личности, на наш взгляд является весьма убедительным. К приведенным им критериям представляется возможным добавить критерий способности нести ответственность с себя и за окружающих людей. Так же для зрелой личности характерно умение быть терпимым к иному мнению окружающих, признание возможности существования отличающегося от его собственного понимания действительности, иных мировоззрений. В качестве самостоятельного признака можно выделить способность личности существовать вне социальных групп и систем, либо находится комфортной в любой из них. Системы государства и иные системы призваны в большей степени для организации незрелых личностей, мыслить и отстаивать интересы для которых не является свойственным и необходимым. В большинстве своем это характерно для основной массы населения. Желание войти в систему и совершенствоваться либо по вертикали, либо по горизонтали заранее известной схемы движения, является неотъемлемой частью жизни. В стремлении обладать материальными ценностями или властью люди вступают в выбранные ими

структуры и социальные группы. Зрелая личность обладает иным пониманием жизни, и отличается стремлением привнести свой вклад, создавая и отдавая, а не потребляя. Вопросы примитивности общества, направленного лишь на потребление, неоднократно понимались как философами, так и психологами. И на сегодняшний день не потеряли своей актуальности, а лишь набирают обороты. Средства массовой информации навязывают те или иные продукты потребления, и даже в процессе потребления тех или иных товаров и услуг происходит определение людей на социальные группы. И используя те или иные материальные ценности, общество определяет человека как успешного или не успешного. При этом покупая и потребляя одинаковые товары люди теряют свою индивидуальность и все больше начинают превращаться в массы неопределенных, но искусственно и иллюзорно счастливых людей. Еще одним критерием зрелой личности можно выделить стремление к независимости и, как следствие, к свободе. Независимость это в большей степени даже необходимость для зрелой личности, потому что только самостоятельный человек имеет возможность самореализоваться.

Жизнестойкость представляет собой систему убеждений о себе, о мире, об отношениях с миром. Это диспозиция, включающая в себя три сравнительно автономных компонента: вовлеченность, контроль, принятие риска. Выраженность этих компонентов и жизнестойкости в целом препятствует возникновению внутреннего напряжения в стрессовых ситуациях за счет стойкого совладания (*hardy coping*) со стрессами и восприятия их как менее значимых (отличие от сходных конструктов будет обосновано ниже).

Вовлеченность (*commitment*) определяется как «убежденность в том, что вовлеченность в происходящее дает максимальный шанс найти нечто стоящее и интересное для личности». Человек с развитым компонентом вовлеченности получает удовольствие от собственной деятельности. В противоположность этому, отсутствие подобной убежденности порождает чувство отвергнутости, ощущение себя «вне» жизни. «Если вы чувствуете уверенность в себе и в том, что мир великодушен, вам присуща вовлеченность».

Контроль (*control*) представляет собой убежденность в том, что борьба позволяет повлиять на результат происходящего, пусть даже это влияние не абсолютно и успех не гарантирован. Противоположность этому — ощущение собственной беспомощности. Человек с сильно развитым компонентом контроля ощущает, что сам выбирает собственную деятельность, свой путь.

Принятие риска (*challenge*) — убежденность человека в том, что все то, что с ним случается, способствует

его развитию за счет знаний, извлекаемых из опыта, — неважно, позитивного или негативного. Человек, рассматривающий жизнь как способ приобретения опыта, готов действовать в отсутствие надежных гарантий успеха, на свой страх и риск, считая стремление к простому комфорту и безопасности обедняющим жизнь личности. В основе принятия риска лежит идея развития через активное усвоение знаний из опыта и последующее их использование. [2]

Таким образом, можно сделать вывод, что только зрелой личности присуще качество жизнестойкости. Возникает вопрос: жизнестойкость — это вынужденная необходимость или обычное проявление процесса жизнедеятельности любого человека?

Развитие общества в целом, экономические и политические факторы, общий настрой власти и общая эмоциональная составляющая большей массы людей определенно сказывается на внутреннем развитии конкретной личности. В разные периоды развития общества проявляются соответствующие качества конкретных его индивидов. В военных агрессивных ситуациях происходит мобилизация жизненных функций человека, проявляются его животные инстинкты, направленные на выживание социальной группы. В более спокойных условиях есть возможность для проявления более возвышенных и духовных качеств личности. Но, обладая достаточным набором жизненно необходимых условий, как правило, нет стремления к самосовершенствованию, возникают потребности более низкого уровня, такие как материальные и физиологические. Находясь в условиях комфортности, без потребности к совершенствованию, происходит игнорирование интеллектуального и духовного развития личности.

Вовлеченность, контроль и принятие риска, это те характеристики, с помощью которых можно определить личность, как жизнестойкую. В проявлении любых жизненных ситуаций, обладая данными качествами, личность приобретает новый опыт, пройдя который совершенствуется. В любой сфере жизнедеятельности возможно проявление данных качеств, даже для ребенка на своем уровне развития.

Разработка проблематики трудных жизненных ситуаций неповседневности является одной из важнейших в психологии уже только потому, что человеческая жизнь невозможна без трудностей. Трудные жизненные ситуации неповседневности предоставляют новые возможности для личностного развития, как в сторону прогресса, так и регресса. С одной стороны, они могут способствовать росту и развитию личности, с другой — препятствовать нормальному адекватному развитию. [5]

Что же это такое трудные жизненные ситуации и откуда они возникают. Для каждого человека это свои ситуации, для одного кажущиеся легкими и даже примитивными, для другого являются не постижимы. Каждый проходит трудности в соответствии со своей жизненной программой развития. Трудности могут быть как приходящими из вне и не зависящими от человека, такие как природные катастрофы и явления. Трудности могут быть вызваны действиями людей как направленными, так и случайными. И, наконец, трудности могут возникнуть от действий самого человека, как осознанно, так и бессознательно. Зрелые личности, как правило, создают себе сложности сами, двигаясь вперед, выходя из зон комфорта, приобретают новые качества и навыки, тем самым совершенствуя себя. Менее зрелые личности, так же могут создать трудности самостоятельно, но находясь в бездействии, и неосознанности обстоятельств доводят ситуации до предела, когда это уже переходит в разряд трудностей.

Даже ситуации максимальной степени сложности, которые могут травмировать личность или вызывать те или иные психические нарушения, оказывают трансформационное воздействие на личностные структуры. Происходит преобразующая конструктивная работа личности, обнаруживается ее жизнестойкость. [6]

Уровень жизнестойкости личности можно определить лишь по способу реакции на трудности. Их несколько, но самые крайние их проявления стоит рассмотреть. Если, пройдя сложности, личность трансформирует сознание, подстраивается, изменяет действительность, игнорирует, но при этом продолжает действовать в своем направлении, то это свидетельствует о высоком уровне жизнестойкости личности. В тех ситуациях, когда личность уходит от решения проблем, оставляет ситуацию без контроля, идет под влиянием окружающих или еще более глубокое проявление — происходит психические нарушения у личности, на наш взгляд это реакция бессознательной стороны на происходящую действительность, это уход от нее. Таким образом, человек проявляет не готовность к трудностям, его сознание находится на низком уровне, поэтому личность не является жизнестойкой.

В процессе анализа понятия жизнестойкость, в психологии появляется такое понятие, как антихрупкость. Фактор антихрупкости проявляется на психометрическом уровне и связан с параметрами жизнестойкости, психологического благополучия и толерантностью к неопределенности. [4] Само понятие неопределенности — «энтропии» (др. греч. *en* — в, *tropia* — поворот, превращение) было введено в 1865 г. Р. Клаузиусом в физику и понималось как мера вероятности пребывания системы в неупорядоченном состоянии [7]. Находясь в состоянии неопределенности, личность теряет привычные

для себя ориентиры. Привычные способы проявления себя в, казалось бы, тех же внешних условиях становятся не допустимыми. Именно такое состояние личности является пограничным между ростом и падением. Для зрелых личностей состояние неопределенности это лишь повод для саморазвития и выработки новых тактик поведения в новых условиях действительности. Для более слабых людей характерно желание вернуть прежние условия жизни, не готовность и нежелание принять новое и ощущение страха перед неизведанным. В такой ситуации оказалось большинство людей после распада СССР.

Сложность современного положения Человека определяется не только многоуровневым и многоплановым действием объективно формируемых и еще не полностью осмысленных причинных факторов, обуславливающих неопределенность, неустойчивость состояния современного общества. Сказывается еще недостаточно четкое понимание глубинного смысла и структурно-содержательных особенностей современного перехода общества в объективно исторически новое, еще недостаточно четко определяемое состояние. При этом на становление жесткой ориентации в повышении соответствующей действенности человека влияет недостаточная осмысленность общей, реально задаваемой (в историческом движении общества) и объективно формируемой современной «социально воспринимаемой» Картины мира (в отличие от научной) как важного условия выработки адаптивных свойств создаваемой Культуры, которая «задает фоновый контекст, таким образом, придавая смысл различным нашим действиям в жизни». [9]

В сегодняшнем обществе, становится все сложнее определить действительность от навязанной иллюзии. Развитие средств массовой информации является довольно сильным средством для манипулирования массами. Для создания ложной уверенности общества в открытости и доступности информации проводится грандиозная работа, которая действительно работает и несет свои плоды. Находясь и развиваясь в доступности информации, не зрелая личность теряет себя и начинает просто «делать как все». Социальные сети привлекают своей доступностью, но заходя на аккаунты людей, просматривается однотипность мыслеформ и слово выражений. Мелькают лица, но не личности, слова, но не мысли. Люди стремятся показать, что им хорошо, скрывая свои настоящие внутренние переживания. Внешний показатель успешности, лишь иллюзия для социализации.

Жизнестойкость личности проявляется не только в принятии и адаптации к внешним факторам, но и в познании себя, анализе своих реакций на происходящее вокруг. Реакции возможны как проявления роста и развития личности, так и наоборот деградации или реакции

ухода от реальности и замены более комфортными и понятными условиями для каждой конкретной личности.

Преодолевая сложности, у человека возникают эмоции перед высшими достижениями — это не обязательно только нечто отрицательное, заставляющее его ежиться или спасаться бегством. Они могут выступить как желательные, приносящие наслаждение чувства, способные привести к наивысшему экстазу и восторгу. Это наилучший известный путь принятия высших сил человека, всех тех элементов величия, мудрости или таланта, которые скрываются или которые человек избегает в обычных ситуациях. [3]

Таким образом, стресс как неотъемлемая часть жизни человека несет в себе мощный импульс для самореализации и для выхода на новый уровень души человека и как следствие новой определенности в материальном социальном мире. Человек, внутренне переживший нестандартную критическую ситуацию, находясь на грани готов принимать новые, ранее не свойственные для него, решения, которые характеризуют его внутренний мир. Испытав однажды стресс, но при этом, справившись с ним и реализовав свои способности, личность понимает необходимость, как можно чаще, находится в нестандартных ситуациях, как неотъемлемое условие для дальнейшего развития.

Само понятие жизнестойкости является предметом рассмотрения с различных точек зрения как наукой

психологией, так и с философией. Жизнестойкость это не просто проявление внутренних качеств индивида в изменяющихся внешних условиях, это самостоятельное явление, которое необходимо рассматривать не только с научной точки зрения, но и как необходимое требование существования индивида в развивающемся обществе. Находясь в стрессовой ситуации, личность пребывает в процессе поиска путей решения, обладая необходимыми качествами, человек самоопределяет себя в мире как индивидуальность. При отсутствии врожденных качеств, человек проходя определенный опыт, нарабатывает и приобретает новые необходимые для выживания качества. Именно этот процесс приобретения ранее отсутствующих качеств, представляется возможным определить как становление личности. Нарбатывая индивидуальные качества, которые присущи конкретному человеку, открываются скрытые ресурсы личности, которые в иных условиях существования, остаются не задействованы и не реализованными. Уникальная личность отличается своим внутренним миром и способом реакции на окружающую действительность, свойственным только ей одной. Такая личность представляет ценность и будет являться предметом исследования. Именно наличие уникальных личностей в обществе ведет к его развитию и созданию нового, ранее не исследованного. Жизнестойкость является неотъемлемой частью развития личности и в большей степени несет позитивно заряженный смысл происходящему, без которого невозможно достичь развития конкретной личности, а как следствие и общества в целом.

ЛИТЕРАТУРА

1. Фомина А. Н. «Жизнестойкость личности»: МПГУ, Прометей; М.; 2012.
2. Леонтьев Д. А., Рассказова Е. И. Тест жизнестойкости. — М.: Смысл, 2006. — 63 с.
3. Маслоу А. Х. Новые рубежи человеческой природы. А. Маслоу. М., Смысл 1999, -425 с.
4. Виндекер О. С., Клименских М. В. Психометрические грани антихрупкости: толерантность к неопределенности, жизнестойкость и рост // Российский психологический журнал. 2016. № 3.
5. Олпорт Г. Становление личности. Москва. Смысл. 2002. 462 с.
6. Одинцова М. А. Психология жизнестойкости Серия «Библиотека психолога (МПСИ)» Психология жизнестойкости [Электронный ресурс]: учебное пособие / М. А. Одинцова. — 2-е изд. Москва; 2015.
7. Большой словарь иностранных слов, 2009. С. 895
8. Корнилова Т. В. Принцип неопределенности в психологии выбора и риска // Психологические исследования. — 2015. — Т. 8. — № 40. — URL: <http://psystudy.ru>
9. Э. В. Сайко. Смысл как критерий и движущая сила культурноисторического восхождения Человека. Мир психологии 2017, № 3 (91)

© Филиппова Ольга Владимировна (ovz24@ya.ru).

Журнал «Современная наука: актуальные проблемы теории и практики»