

УДК 159.923.2

Doi: 10.26456/vtpsyed/2022.1.030

ЛИЧНОСТНАЯ УСТОЙЧИВОСТЬ КАК РЕЗУЛЬТАТ СОБИРАНИЯ Я-КОНЦЕПЦИИ

И.В. Казакова, А.С. Шаров

ФКБОУ ВО «Омский государственный педагогический университет», Омск

В рамках рефлексивно-регулятивного подхода описан процесс собирания Я-концепции, который проявляется в сопряжении между Я-позицией и Я-регулятивным и характеризует личностную устойчивость.

Ключевые слова: *личностная устойчивость, Я-концепция, собирание Я-концепции, личностный смысл.*

Постоянно изменяющиеся условия жизнедеятельности, трансформация социальных институтов, утрата ощущения стабильности требуют от человека умения постоянно преодолевать как внешние негативные воздействия окружающей среды, так и внутренние противоречия и т.д. Обращает на себя внимание тот факт, что некоторые люди, попадая в непривычные для себя ситуации, могут организовать, мобилизовать себя на преодоление возникшей проблемы, сохраняя при этом достаточно высокую работоспособность, тогда как другая категория людей при столкновении с такими же ситуациями характеризуется трудностями в регуляции поведения и деятельности, распадом иерархии ценностно-смысловых ориентиров, утратой смысла происходящего и потерей себя. По мнению как зарубежных, так и отечественных ученых [1, 7, 17, 18, 19, 20 и др.], именно выраженность личностной устойчивости у человека во многом определяет процесс и результат преодоления возникших трудностей.

Изучение устойчивости личности в связи с Я-концепцией человека является актуальным, поскольку это позволит расширить представления о личностной устойчивости, осмыслить функционирование механизмов собирания собственной Я-концепции, что в итоге при осуществлении профилактической работы может помочь смягчить или полностью нивелировать эффекты столкновения человека с неблагоприятными событиями [21, 22]. В связи с этим цель написания статьи состоит в обосновании понимания личностной устойчивости как результата собирания целостной Я-концепции.

Повышенный интерес к личностной устойчивости со стороны зарубежного научного сообщества наблюдается с 70-х гг. прошлого века, когда она трактовалась как способность поддерживать адаптивные результаты при воздействии неблагоприятных ситуаций. Спустя почти

© И.В. Казакова,
А.С. Шаров., 2021

пять десятилетий понимание рассматриваемого понятия несколько расширилось. Изучение психологической литературы позволило выделить некоторые модусы рассмотрения заданной проблемы.

В первую группу можно отнести работы ученых, в которых личностная устойчивость трактуется как система, позволяющая человеку более или менее гибко реагировать на изменения в окружающей среде. Авторами отмечается её уровневый [19], динамический [18] и регулятивный характер [1, 5, 8, 12], что может свидетельствовать о функционировании некоего механизма, определяющего эффективность личностной устойчивости.

Другую группу составляют исследования, в которых авторы в большей степени обращают внимание на содержательные характеристики личностной устойчивости, в частности рефлексию [6, 12 и др.], ценностно-смысловые образования [1, 7, 12 и др.] и др. Говоря о содержательных характеристиках, необходимо упомянуть еще ряд понятий, которые в смысловом плане во многом перекликаются с понятием «личностная устойчивость», – например, сопротивляемость, адаптация и выносливость. Так, сопротивляемость проявляется в способности организма нормально психологически развиваться при воздействии дестабилизирующих событий и быстро восстановиться после их купирования. Она выражается в таких показателях, как способность анализировать, оценивать ситуацию и придавать ей смысл. Адаптация как проявление сопротивляемости представляет собой аккомодацию и корректировку систем организма в соответствии с модификацией окружающей среды для сохранения и улучшения функциональных способностей. Выносливость проявляется в таких составляющих личности, как контроль над своей жизнью, включенность в деятельность и в отношения с самим собой и другими, рассмотрение изменений как вызов, а не как угрозу [5]. Анализ и оценивание ситуации, корректировка систем организма, контроль над своей жизнью – это те функции, реализация которых невозможна без рефлексии.

Обобщая вышеизложенное, следует сказать о том, что ученые, понимая под личностной устойчивостью способность человека противостоять невзгодам и восстанавливаться после них, обращают внимание на её системность, где в качестве подсистем выделяются такие как мотивационная, рефлексивная, которые позволяют субъекту определять личностную значимость возникающих ситуаций и протраивать свое поведение в социальной среде в соответствии с намеченными планами.

Достижение поставленной цели осуществлялось за счет теоретического анализа психологической литературы с опорой на рефлексивно-регулятивный подход, в котором регуляция трактуется как «направленная на развитие целостности субъектная активность, осуществляемая с помощью системы выборов» [15, с. 105]. Структура регуляции включает подсистемы, как ценностно-смысловая, активность и рефлексия.

В контексте рассматриваемого подхода процесс развития и самоопределения человека связан с движением к самости, основаниям собственной Я-концепции. Подобная обращенность на себя происходит в процессах обживания (проигрывания, переживания, проживания), благодаря которым осуществляется оформление Я-позиции и изменение ценностно-смысловой сферы. Я-позиция реализуется во внешней активности человека посредством Я-регулятивного. Помимо Я-позиции и Я-регулятивного Я-концепция включает в себя и Я-сопрягающее. Оно осуществляет в процессах дифференциации и интеграции интенциональной активности определение, пространствование, смысловое связывание и организацию непротиворечивых для человека связей и отношений, что выражается в детерминации и прогнозировании собственного поведения.

В рефлексировании важное для человека «высвечивается», подтверждается, выступает интегрирующим началом для сопряжения внешнего и внутреннего миров, задает оформление пространства жизнедеятельности человека, что придает Я-концепции некую стабильность и позволяет ей самоорганизоваться. Таким образом, Я-концепция наряду с Я-позицией и Я-регулятивным включает Я-сопрягающее и представляет собой «рефлексивно-регулятивное образование, которое самоорганизуется в рефлексивных процессах как ценностно-смысловой центр, определяющий связи и отношения в мире» [14, 16].

«Я-концепция» возникает на границе взаимодействия человека и окружающей среды и охватывает границу с двух сторон: внутренней (со стороны человека) и внешней (со стороны окружающего мира). Поэтому она проявляется диалектично: либо это единство сторон границы, что реализуется в процессах интеграции при переходе от внешних границ к внутренним и обратно, либо это дифференциация, различение себя в себе, что находит отражение в организации внутреннего и внешнего центров регулятивной активности. Соответственно, в зависимости от актуальных границ взаимодействия возможно смещение в сторону внешних или внутренних сторон границ взаимодействия человека и мира. В этом случае происходит определенная децентрация, но единство, которое существует на границе человека и мира.

Опираясь на данные теоретические положения, можно предположить, что личностная устойчивость представляет собой результат собирания Я-концепции на границах взаимодействия внешнего и внутреннего миров, проявляется в организации значимого (ценностей, смыслов, мотивов) и регуляции взаимодействия с внешним социокультурным миром. Каким образом данный процесс осуществляется?

Собирание себя возможно как на внутренней, так и на внешней стороне границы. В психологическом пространстве Я-концепции Я-позиция находится на внутренней стороне границы и выражается в системе ценностных ориентаций, чувстве собственной значимости и

выступает для человека детерминирующим фактором его поведения. Чувство собственной значимости перспективно и не сводится к интеграции самооценок, т.к. оно есть целостное «видение» себя в вероятностном контексте жизнедеятельности. Это некое чувственно-виртуальное пространство [10], тоннель [9], в котором происходит обживание себя возможного, ценностная планка или высота, на которую человек претендует в данный момент. В ходе жизнедеятельности у человека формируется множество Я-позиций, которые между собой связаны и рефлексивно включаются в Я-концепцию. В рамках Я-концепции каждая Я-позиция определенным образом простираивает, организует пространство внутреннего мира человека и проживается в различных видах активности, поскольку «внутреннее действует через внешнее и этим самого себя изменяет» [7, с. 200] и «внешние условия не прямо и непосредственно определяют конечный результат, а преломляясь через действие внутренних условий, собственную природу данного тела или явления» [11, с. 34].

При возникновении различного рода ситуаций, препятствующих или угрожающих реализации собственной значимости, требующих разрешения, субъект обживает возможное собственное поведение, обдумывая, проигрывая, переживая еще раз события, которые имели место в прошлом, или могут произойти в будущем, но напоминая наличную ситуацию. В размышлениях, представлении возможных чувств, в той или иной ситуации, в возникающих ощущениях, человек ищет «точку опоры» и пытается выйти на лично важное именно для себя, что побудило бы к определенным действиям в складывающихся обстоятельствах.

На внешней стороне границы находится Я-регулятивное, которое характеризует человека как участника социокультурной жизни общества и обусловлено прагматическими целями и ценностными ориентирами той общности, в которую субъект включен. Я-регулятивное проявляется в процессе регуляции собственного поведения и определяет, простираивает границы присутствия человека в мире. В учебной, трудовой деятельности, в общении с другими людьми человек также собирает себя, т.е. выходит на понимание лично значимого, но только в противоположном направлении – «от практических действий». Регулируя свою активность, субъект всегда совершает некий выбор, осмысливает его и приобретает соответствующий опыт. Например, это может проявляться в беседе, дискуссии, когда в ходе размышлений с другими людьми человек выходит на важное для себя и это важное становится неким ориентиром в его жизнедеятельности.

Я-сопрягающее направлено на собирание Я-концепции в некое целостное образование, установление соответствия между человеком и окружающей средой. Благодаря Я-сопрягающему осуществляется коммуникация между Я-позицией и Я-регулятивным, их интеграция в

особого рода единство, ориентированное на самореализацию в различных видах взаимодействия. Сопряжение выражается в рефлексивном проигрывании, проживании, в переживаниях по поводу неудачи или успешности реализованной активности, обосновании выбранной стратегии действий и при необходимости её коррекции. Другими словами, в рефлексивных процессах дифференциации и интеграции происходит постоянное соотнесение реализованного варианта поведения с собственными ценностными ориентирами, стремлением к личностной значимости, в результате чего человек осознает, насколько внешний опыт соответствует его внутренней природе [2, 13]. Если я хочу переживать свою жизнь во всей полноте, я должен переживать ее в ее центре – мне необходимо чувствовать свое «Я» [3, с. 24].

Я-сопрягающее проявляется и в обживании компьютерных игр, просмотре фильмов, спектаклей, чтении книг, участии в форумах и чатах за счет проигрывания различных ролей и соотнесения их с собственными жизненными ориентирами. При этом ролевые перевоплощения позволяют иллюзорно реализовать важное, увидеть, почувствовать, проявить себя. Можно сказать, что происходит аффективная синхронизация [23], проявляющаяся в отражении неких чувств у человека в ходе трансляции, например, интересного кинофильма. При обживании роли какого-либо героя фильма, сопоставлении себя с ним, возникает аффективный отклик или цепочка аффективных откликов. Происходит соотнесение своей линии жизни с поступками, действующими лицами фильма. В подобных процессах выстраивания возможных линий поведения, виртуальном «примеривании» различных образов становятся видны отдаленные последствия собственных поступков, на которые можно наложить запрет. Т.е. происходит обживание новых Я-позиций, простраивание смысловых связей между вероятными действиями и жизненным контекстом. В результате такой внутренней работы фокус внимания на возникшую проблему изменяется, «высвечивается» ценное для человека – личностный смысл, который собирает человека на внутренней стороне границы, задает предел собственной активности в регуляции взаимодействия с окружающим миром. Ещё А.Н. Леонтьев [7] указывал на то, что устойчивость личности определяется соотношением смыслообразующих мотивов с определенными поведенческими особенностями, со способами осуществления деятельности (потребности, смыслы, мотивы). Например, это можно наблюдать в ситуации, когда «нужно, но не хочу». Смыслообразование в данном случае позволяет связать воедино когнитивную, аффективную активности и затем это реализовать в конативной. Другими словами, человек управляет собой для достижения чего-то лично значимого.

Итак, собирание Я-концепции возможно как во внутреннем плане, за счет размышлений, переживаний, так и во внешних взаимодействиях,

в процессе реализации действий, отношений с другими людьми. В проявлении различных видов, форм активности человек заявляет о себе, определяя свои границы присутствия в мире, в результате чего образуется личностный смысл в контексте базовых ценностных ориентаций, который собирает воедино и непротиворечиво Я-концепцию. В выстраивании смысловых связей между Я-позицией и Я-регулятивным при участии Я-сопрягающего проявляется личностная устойчивость, что отражается в понимании человеком необходимости определенных действий в возникшей ситуации и в осуществлении целенаправленной регуляции взаимодействий.

Важно отметить, что Я-сопрягающее позволяет преодолеть «разрыв» между Я-позицией и Я-регулятивным, охватить границы взаимодействия в целом и организовать адекватное ситуации сопряжение человека и окружающей среды. В том случае, если «Я-сопрягающее» не доходит в своем развитии до организации целостного процесса сопряжения Я-позиции и Я-регулятивного, человек не может выйти на личностный смысл, понять, как действовать и для чего в возникшей ситуации, связать себя целостно и непротиворечиво, т.е. проявить личностную устойчивость, то можно наблюдать ряд феноменов. Рассмотрим некоторые из них.

Так, в ситуации центрации на Я-позиции субъект замыкается и во внутреннем мире проживает значимые для себя события, отношения, т.е. реализует в прожектерстве нереализуемое во внешнем мире [4]. Проигрывая виртуальные варианты поведения для преодоления возникшей ситуации, индивид может называть причины, согласно которым нужно действовать, но они остаются в разряде «называемых». Получается, что задача на смысл не решается. Более того, в подростковом возрасте фиксация на Я-позиции может привести к конфликтам со сверстниками и взрослыми в связи с переживанием своей взрослости, исключительности, особенности.

Центрация на Я-регулятивном будет проявляться у человека, который «растворяется» в социальной среде, теряя себя как самостоятельного субъекта по отношению к другим людям. Такое поведение можно объяснить непростроенной ценностно-смысловой позицией, неуверенностью в собственных жизненных ориентирах.

«Разрыв» сопряжения между Я-позицией и Я-регулятивным выражается в «размытом» представлении о самом себе, недостаточно развитой или разрушившейся имевшейся ранее Я-концепцией, что характеризуется неспособностью человека адаптироваться к окружающей среде, стремлением изолироваться от других, уйти от общественной жизни. О личностной устойчивости в данном случае не приходится говорить, поскольку потеря себя в перспективе будущего чаще всего находит свое воплощение в жизненном кризисе.

Выводы. Собираение Я-концепции осуществляется за счет синхронизации Я-позиции и Я-регулятивного при участии Я-сопрягающего, что выражается в организации значимого в рефлексивных процессах переживания, проигрывания, проживания событий из прошлого, настоящего и будущего, но связанных с наличной ситуацией. В результате такой внутренней работы возникает некий баланс между внешними требованиями и имеющимися ценностно-смысловыми ориентирами, появляется личностная устойчивость, позволяющая человеку управлять собой.

Личностная устойчивость выражается в актуализации личностного смысла в контексте ведущих ценностных образований, что позволяет человеку понять необходимость совершения определенных действий в конкретной ситуации для управления своей деятельностью, противостояния жизненным невзгодам, лучшей адаптации к условиям жизнедеятельности.

Считаем перспективным рассмотрение личностной устойчивости в заданном контексте, поскольку практическое выявление и изучение механизмов собирания Я-концепции позволит выявить не только причины непродуктивной регуляции взаимодействия человека с окружающей средой, но и разработать профилактические мероприятия, направленные на поиск более гармоничных стратегий существования человека в эпоху глобальных трансформаций.

Список литературы

1. Асеев В.Г. Ценностно-мотивационные предпосылки психической устойчивости личности // Психология совладающего поведения. Кострома: КГУ им. Н.А. Некрасова, 2007. С.18–19.
2. Бахтин М.М. Эстетика словесного творчества. М.: Искусство, 1979. 424 с.
3. Бьюдженталь Дж. Наука быть живым: Диалоги между терапевтом и пациентами в гуманистической терапии. М.: Класс, 2005. 336 с.
4. Бородай Ю.М. От фантазии к реальности. Москва: ИФРАН, 1995. 296 с.
5. Ионеску Ш. Сопротивляемость и родственные понятия // Психологическая безопасность, устойчивость, психотравма. СПб.: Книжный Дом, 2006. С. 17–23.
6. Лактионова А.И. Жизнеспособность как потенциал целостности человека и его бытия: интегративный подход // Жизнеспособность человека: индивидуальные, профессиональные и социальные аспекты. М.: ИП РАН, 2016. С. 88–111.
7. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. М.: Политиздат, 1977. 304 с.
8. Леонтьев А.Н. Потребности, мотивы и эмоции. М.: Изд-во Моск. ун-та, 1971. 38 с.
9. Метцингер Т. Наука о мозге и миф о своем Я. Тоннель эго. М.: АСТ, 2017. 415 с.
10. Орехов С.И. Поиск виртуальной реальности. Омск: Изд-во ОмГПУ, 2002. 184 с.
11. Рубинштейн С.Л. Человек и мир. СПб.: Питер, 2012. 224 с.
12. Секач М.Ф. Акмеологические основы саморегуляции психической устойчивости кадров военного управления: автореф. дис. ... д-ра психол. наук. М., 1999. 50 с.

13. Херманс Г.Й.М. Личность как мотивированный рассказчик: теория валюации и метод самоконфронтации // Постнеклассическая психология. Социальный конструкционизм и нарративный подход. 2006–2007. № 1 (3). С. 7–53.
14. Шаров А.С. Воспитание как собирание себя: онто-рефлексивный подход // «Воспитание и социальные выборы: новые контексты – новые решения». Сургут: СурГПУ, 2021. С. 268–276.
15. Шаров А.С. Ограниченный человек: значимость, активность, рефлексия: монография. Омск: Изд-во ОмГПУ, 2000. 358 с.
16. Шаров А.С. Рефлексивная концепция «я» и сопряжение миров // Вестник Омского гос. пед. ун-та. Гуманитарные исследования. Омск: Издательство ОмГПУ. 2017. № 4 (17). С. 39–42.
17. Maddi S. R. On hardiness and other pathways to resilience // American Psychologist. 2005 V. 60 № 3 P. 261–262.
18. Masten A.S., Cicchetti D. Resilience in development: Progress and transformation. //Developmental psychopathology. New York: Wiley, 2016. P. 271–333.
19. Luthar S., Cicchetti D., Becker B. The construct of resilience: a critical evaluation and guidelines for future work // Child devel. 2000. V. 71 (3). P. 543–562.
20. Mancini A.D., & Bonanno G.A. Predictors and parameters of resilience to loss: Toward an individual differences model // Journal of Personality. 2009. V. 77. P. 1805–1832.
21. Markus H., Kunda Z. Stability and Malleability of the Self-Concept // Journal of Personality and Social Psychology. 1986. V. 51, №. 4. P. 858–866.
22. Zeigler-Hill V., Showers C. J. Self-Structure and Self-Esteem Stability: The Hidden Vulnerability of Compartmentalization // Personality and Social Psychology Bulletin. 2007. Feb. 33(2). P. 143–159.
23. Bösel B. Effective synchronization, rhythm analysis and polyphonic features of the current moment // Timing of Affect: Epistemologies of Affection, 2016. URL: <https://s357a.blogspot.com/2016/12/blog-post.html> (дата обращения: 16.08.21).

Об авторах:

КАЗАКОВА Ирина Валерьевна – кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии ФГБОУ ВО «Омский государственный педагогический университет» (644099, Омск, наб. Тухачевского, 14); e-mail: kochkareva_i@list.ru

ШАРОВ Анатолий Сергеевич – доктор психологических наук, профессор, заведующий кафедрой психологии ФГБОУ ВО «Омский государственный педагогический университет» (644099, Омск, Набережная Тухачевского, 14); e-mail: sharov@omgpu.ru

PERSONAL RESILIENCE AS A RESULT OF SELF-CONCEPT ASSEMBLY

I.V. Kazakova, A.S. Sharov

Omsk State Pedagogical University, Omsk, Russia

Within the framework of the reflexive-regulative approach the process of gathering of «self-concept» is considered and the consequence of the gap of conjugation between «I-position» and «I-regulative» is described.

Keywords: *personal stability, self-concept, self-concept gathering, personal meaning.*