



# ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ПОДХОДЫ К ИССЛЕДОВАНИЮ РАЗВИТИЯ ПСИХИКИ

Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия: Акмеология образования. Психология развития. 2021. Т. 10, вып. 2 (38). С. 108–117  
*Izvestiya of Saratov University. Educational Acmeology. Developmental Psychology*, 2021, vol. 10, iss. 2 (38), pp. 108–117

Научная статья  
УДК 159.9:316.6  
<https://doi.org/10.18500/2304-9790-2021-10-2-108-117>

## Terra incognita проблемы жизнеспособности: открытые вопросы. Часть 1.

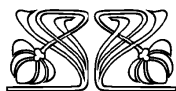
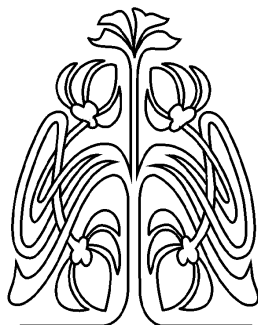
В. А. Толочек

Институт психологии Российской академии наук, Россия, 129366, г. Москва, ул. Ярославская, д. 13

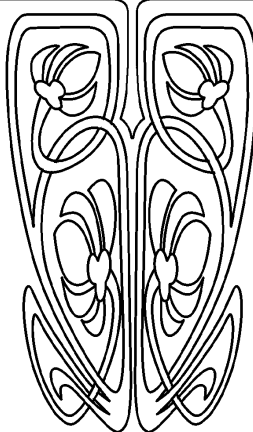
Толочек Владимир Алексеевич, доктор психологических наук, профессор, ведущий научный сотрудник, [tolochekva@mail.ru](mailto:tolochekva@mail.ru), <https://orcid.org/0000-0003-1378-4425>

**Аннотация.** Актуальность проблемы жизнеспособности обуславливается в том числе возрастанием всеобщей неопределенности, нестабильности, сложности, неоднозначности динамики состояния социальных субъектов. Следствием этого является повышение требований к адапционным механизмам отдельного человека и социальных групп (семьи, рабочих коллективов, спортивных, управленческих, проектных команд). Возрастает значение социально-психологических и психологических ресурсов человека. Не все спонтанно формируемые механизмы адаптации отдельных и групповых субъектов адекватны актуальным жизненным ситуациям, вырабатываются своевременно, оптимально изменяются при изменении целей и требований среды. *Цель* исследования: изучение жизнеспособности человека в условиях неопределенности; *предмет*: социальные и психологические механизмы и ресурсы жизнеспособности человека; *методы*: историко-теоретический анализ, анализ результатов эмпирических исследований. *Гипотеза.* Поддержание жизнеспособности человека и социальных групп посредством формирования просоциальных механизмов поведения по образцу (прототипу) есть первая их стадия. Последующие стадии развития жизнеспособности предполагают формирование механизмов адаптации, инициируемых и поддерживаемых эволюцией «внутренних условий» субъекта. Анализируются материалы изучения проблемы жизнеспособности в зарубежной и отечественной психологии с 1960-х годов до настоящего времени – исторически складывающихся подходов (пяти «волн»), предмета и задач, механизмов и типов адаптации человека к физической и социальной среде. Констатируется, что в границах исторически сформировавшихся парадигм рассматриваются два состояния человека – «ниже нормы» и «нормы» социального, психологического, физического функционирования, характеристики которого описываются понятиями «улучшение», «позитивная адаптация», «сохранение», «возврат к норме», «оптимальное состояние», «достижение хорошего результата». Жизнеспособность рассматривается как достижение и поддержание человеком «социального гомеостаза», с ориентацией на просоциальные модели поведения окружающих и воспроизведением таких моделей. «Восхождение» человека к вершинам физической и духовной зрелости, к более высокому уровню социального функционирования, эффекты позитивных изменений у переживших травматические события остаются неизученными, сохраняют статус terra incognita.

**Ключевые слова:** жизнеспособность, феномен, условия, изменения, проблема, исследования, подходы, механизмы, ресурсы, открытые вопросы



НАУЧНЫЙ  
ОТДЕЛ





**Благодарности и финансирование:** Исследование поддержано грантом РФФИ № 19-29-07409 «Социально-психологические ресурсы жизнеспособности человека в условиях неопределенности».

**Для цитирования:** Толочек В. А. Terra incognita проблемы жизнеспособности: открытые вопросы. Часть 1 // Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия: Акемология образования. Психология развития. 2021. Т. 10, вып. 2 (38). С. 108–117. <https://doi.org/10.18500/2304-9790-2021-10-2-108-117>

Статья опубликована на условиях лицензии Creative Commons Attribution License (CC-BY 4.0)

Article

<https://doi.org/10.18500/2304-9790-2021-10-2-108-117>

## Terra incognita of vitality problem: Open issues. Part 1

V. A. Tolochek

Institute of Psychology of Russian Academy of Sciences, 13 Yaroslavskaya St., Moscow 129366, Russia

Vladimir A. Tolochek, [tolochekva@mail.ru](mailto:tolochekva@mail.ru), <https://orcid.org/0000-0003-1378-4425>

**Abstract.** The increase of uncertainty, instability, complexity, ambiguity of the dynamics of the condition of social subjects are among the issues that make vitality problem topical. This results in higher standards for adaptation mechanisms of an individual and social groups (families, work groups, sports, management, project teams) and greater importance of socio-psychological and psychological resources of a person. Not all spontaneously formed adaptation mechanisms of individual and group subjects are adequate for real-life situations, not all of them are developed when it is necessary and change when the goals and requirements of the environment change. *The purpose of the study is to conduct research of human vitality under uncertainty conditions; the object of the study is:* social and psychological mechanisms and human vitality resources; *methods include:* historical and theoretical analysis, analysis of empirical research results. *Hypothesis:* The first stage is maintaining the vitality of an individual and social groups via formation of prosocial mechanisms of behavior according to a model (prototype). The following development stages of vitality involve forming adaptation mechanisms initiated and supported by the evolution of the “internal conditions” of the subject. We analysed the materials related to vitality study in foreign and domestic psychology from the 1960s to the present: historically emerging approaches (five “waves”), subject and tasks, mechanisms and types of human adaptation to the physical and social environment. It is stated that, within the boundaries of historically formed paradigms, two human states are considered – “below the norm” and “norms” of social, psychological, physical functioning, characteristics of which are described by the concepts of “improvement”, “positive adaptation”, “preservation”, “back to normal”, “optimal condition”, “achieving a good result”; vitality is viewed as the achievement and maintenance of “social homeostasis” by a person, with the focus on the prosocial behavior models of other people, who are reproducing such models. Climbing the heights of physical and spiritual maturity, reaching a higher level of social functioning, the effects of positive changes in survivors of traumatic events remain unexplored, and retain the status of terra incognita.

**Keywords:** vitality, phenomenon, conditions, changes, problem, research, approaches, mechanisms, resources, open issues

**Acknowledgments:** The study was funded by the Russian Foundation for Basic Research (project No. 19-29-07409 “Socio-psychological resources of human vitality under conditions of uncertainty”).

**For citation:** Tolochek V. A. Terra incognita vitality problem: Open issues. Part 1. *Izvestiya of Saratov University. Educational Acmeology. Developmental Psychology*, 2021, vol. 10, iss. 2(38) pp. 108–117 (in Russian). <https://doi.org/10.18500/2304-9790-2021-10-2-108-117>

This is an open access article distributed under the terms of Creative Commons Attribution License (CC-BY 4.0)

## Введение

Актуальность проблемы жизнеспособности обусловлена ускорением эволюции социальных объектов. Актуальная историческая ситуация характеризуется как возрастание неопределенности, нестабильности, сложности, неоднозначности. В силу этого повышаются требования к адаптационным механизмам отдельного человека и социальных групп (семьи, рабочих коллективов, спортивных, управленческих, проектных команд), возрастает значение социально-психологических и психологических ресурсов человека. Не все спонтанно формируемые механизмы адаптации отдельных и групповых субъектов адекватны актуальным жизненным ситуациям, вырабатываются своевременно, оптимально изменяются при изменении целей и требований среды.

В отношении проблемы *жизнеспособности* (как феномена, так и его типичного описания и

понимания в психологии) остаются по-прежнему открытые вопросы, несмотря на более чем полувековую историю изучения. Выделим основные из них. Жизнеспособность (ЖС) – универсальный или специфический феномен? ЖС проявляется у человека в отношении всего возможного спектра «вызовов» или только в отношении отдельных, определенных социальных условий и задач? Жизнеспособность – самовоспроизводящийся (самовосстанавливающийся, самоподдерживающийся) феномен или же он имеет определенные, ограниченные возможности в противодействии человека негативным условиям окружения? ЖС проявляется вне времени и пространства или только в определенное время и в определенном социальном пространстве?

Наименее изученными аспектами проблемы ЖС были и остаются темы профессионального и социального изменения человека в процессах его продвижения, роста, развития. Но именно эти



аспекты роста и развития человека как субъекта, как личности нередко имеют вполне определенные стадии изменения, их психологические, социально-психологические и социальные референты (экспертные оценки успешности и / или соответствия, присвоение определенной квалификации, звания, награждения, перемещения на новую должность, стаж и пр.), что могло бы способствовать лучшему пониманию феномена и его эволюции. Уточним, что при названных выше изменениях среди новых условий внешней и «внутренней» среды человека при его профессиональном и социальном продвижении выступают: 1) регулярная смена задач и приоритетов, требующих перестройки ценностных ориентаций и смыслов, целей и средств деятельности; 2) нарушение типичных и устоявшихся отношений с окружением (средой), необходимость их периодического реформатирования при вероятном противодействии со стороны окружающих; 3) смена образцов поведения и приоритетов, которых исходная среда не предоставляла, а соответственно, высока вероятность возрастания конфликтов с прежним и новым окружением; 4) возрастание частоты личностных и профессиональных кризисов; 5) возрастание социальной, психологической и физиологической «цены» каждого последующего выбора; 6) возрастание роли «слабых сил», противодействующих социальной активности человека (снижение мотивации, состояния здоровья и т. п.).

Обобщая, можно констатировать, что в проблеме *жизнеспособности* – одной из ключевых в понимании отношений человека с окружением (средой) – как в никакой другой акцентируются ключевые аспекты взаимодействия человека с миром. *Цель* нашего исследования: изучение жизнеспособности человека в условиях неопределенности; *предмет*: социальные и психологические механизмы и ресурсы жизнеспособности человека; *методы*: историко-теоретический анализ, ретроспективный анализ результатов эмпирических исследований. *Гипотеза*: поддержание жизнеспособности человека и социальных групп посредством формирования просоциальных механизмов поведения по образцу (прототипу) есть первая их стадия. Последующие стадии развития жизнеспособности предполагают формирование механизмов адаптации, инициируемых и поддерживаемых эволюцией «внутренних условий» субъекта.

### **Адаптация человека к физической и социальной среде: феномен, механизмы, варианты**

Первоначально обратимся к научным работам, предполагающим точные и детальные измерения, использование аппаратных методик, – к результатам исследований адаптации человека к физической среде, проводимых биологами и медиками. Среди факторов, наиболее весомо влияющих

на адаптацию человека к геофизическим и климатическим условиям, ученые прежде других называют конституцию. Несколько конституциональных типов определяются по сочетанию трех главных признаков (факторов) – размеров тела (продольных, поперечных), доминирующего типа обмена веществ (массивности), реактивности, – которые в совокупности определяют «вид реагирования» [1–4]. Медики и биологии выделяют три основных вида – два полярных и промежуточный. Первый из них характеризуется «способностью ... выдерживать воздействия кратковременных и сильных нагрузок, но неспособностью противостоять длительно действующим слабым раздражителям»; второй – противоположными свойствами – «способностью сохранять высокий уровень устойчивости при длительном воздействии слабых по силе раздражителей и крайней неустойчивостью перед сильными кратковременно действующими раздражителями»; третий, промежуточный – «способностью сочетать в своих реакциях на внешние раздражители не всегда дополняющие (чаще не дополняющие друг друга) черты реакций индивида, присущих первому и второму типу...» [2, с. 26].

Человеческая популяция как бы разделяет разные функции адаптации и типы жизнеспособности среди своих представителей. Первый блок механизмов – анатомо-морфологические, биохимические и физиологические. Разные типы реагирования определяют темпоральные и энергетические характеристики адаптации человека – как быстроту приспособления к новым условиям физической среды, так и длительность функционирования без большого ущерба для его здоровья (от 3 до 20 лет и более). Второй блок – типовые сочетания конституциональных особенностей с психологическими (личностными свойствами в частности; в пермской научной школе такие сочетания называют «интегральная индивидуальность»). При этом определенные сочетания характеризуют «успешно адаптировавшихся», другие – «уезжающих» (через 1–3 года); рассогласованность индивидуальных и личностных свойств человека провоцируют акцентуации личности – «отпечатки Севера на структуре личности», усиливающиеся с возрастанием «времени работы на Севере» [3, 5–7]. Третий блок – комплекс факторов, влияющих на адаптацию человека как субъекта к профессиональной работе (в том числе вахтовым методом) в сложных условиях геофизической среды – сложнее и многообразнее. Но и в этих, более сложных механизмах и интегральных эффектах также выделяется несколько типов [6–8]. К четвертому блоку отнесем механизмы адаптации человека к социальной среде (в широком смысле).

Вопросы адаптации человека к социальной среде начали активно и широко изучаться на рубеже XX–XXI вв. И в этих поисках также доминирующими стали типологические подходы



– выделение учеными И. П. Павловым, Э. Кречмером, У. Шелдоном и другими немногих типов адаптации. Последовательное изучение поведения человека в профессиональной сфере в середине минувшего столетия оформлялось как описание столь же немногих стилей деятельности (см. работы Е. А. Климова, В. С. Мерлина, Е. П. Ильина, Б. А. Вяткина и др.). Последовательное изучение отдельных аспектов поведения, деятельности, реагирования людей, восприятия и переработки ими информации также оформлялось как описание немногих стилей (когнитивных, эмоциональных, психомоторных, саморегуляции и пр.), как стратегий (поведения, совладания) [6, 8–12].

Итак, последовательное изучение механизмов и эффектов адаптации человека к физической и социальной среде показало, что представители разных типов лучше адаптируются к одним сочетаниям условий среды, экстремальных в том числе, представители других типов – к другим. При этом примечательно следующее: 1) выделяются несколько типов (немного, не более 2–5); 2) проявляется целостный характер интеграции индивидуальных, личностных, субъектных особенностей человека; 3) есть границы оптимальных возможностей адаптации к определенным сочетаниям условий среды, в которых сохраняются сформированные механизмы; 4) есть «предзаданность» типа – биологическая и психологическая предрасположенность человека в возможностях его адаптации к сочетанию определенных условий среды, к формированию определенного образа жизни. Другими словами, в обратной формулировке можно было бы сказать так: люди способны к адаптации к разным условиям среды (физической, социальной), но не к среде в целом, а лишь к части ее условий, и всегда есть те или иные ограничения возможностей адаптации. Иначе говоря, к новым условиям среды (как бы их ни называли – экстремальные, неопределенные, непрогнозируемые и пр.) люди способны адаптироваться, но посредством немногих вариантов (типов, стилей, стратегий) при распределении этих возможностей среди разных индивидов. Последнее можно понимать как: а) каждый из вариантов адаптации может рассматриваться как «достаточный и необходимый» в известном интервале; б) успешность адаптации определяется сочетанием разных свойств человека (индивидуальных, личностных, субъектных); в) устойчивость каждого типа адаптации определяется как эффективностью его механизмов, так и типом самореализации человека в разных сферах жизнедеятельности, трудовой прежде всего; г) главная в эффективности механизмов адаптации определяется не ресурсами отдельного, «единичного» человека, а его местом (позицией, ролью, миссией) в масштабе целого – в составе больших и малых социальных групп.

Другими словами, разделенное описание «ресурсов» жизнеспособности человека как социальных, психологических, физических должно

принимать как условное, как лишь первое приближение к пониманию их существенных свойств, раскрываемых в познании целого – исторической эволюции становления отношений человека с миром, или в системе «человек – мир».

### **Жизнеспособность как научная проблема: формируемые подходы, исторические доминанты**

Зарождаясь в недрах естественных и технических дисциплин, исследования феномена «жизнеспособность» достаточно быстро приобретают статус «интердисциплинарной теории». Впервые в русскоязычном варианте термин «жизнеспособность» использовал А. А. Богданов в середине 1920-х гг. при разработке общей теории систем, а в психологии – Б. Г. Ананьев в 1960-х гг. в концепции целостного изучения человека. С 1950–1960-х гг. это понятие (и его эквиваленты) уже широко используются в кибернетике, синергетике, при анализе эволюции социальных объектов, с 1980-х – в педагогике, психологии, биологии, медицине. В изучении разных технических, биологических, социальных систем актуальными становятся вопросы полноты их состава, оптимальности и адекватности их структур, устойчивости функционирования и др. К этому универсальному понятию с мощным эвристическим потенциалом с 1960-х гг. все более широко обращаются и специалисты в области гуманитарных дисциплин, нередко детализируя и специфицируя как «жизнеспособность человека», «жизнеспособность семьи», «жизнеспособность профессионала» и т. п.

Один из ведущих отечественных специалистов А. В. Махнач, поддерживая оценки истории изучения обсуждаемой проблемы в психологии Э. Мастеном – Дж. Обрадвиком [13], выделившими «четыре волны», добавляет и свои оценки истории, состояния и содержания современных исследований как «пятую волну».

Итак, *первая волна* характеризовалась поиском «черт жизнеспособного человека посредством феноменологического определения условий и защитных факторов, *способствующих развитию ребенка*», описанием *«трех уровней защитных факторов* – индивид, семья и сообщество (школа, сверстники и т. п.)», что «способствовало развитию теоретических оснований жизнеспособности. Концептуализация понятия жизнеспособности происходила с пониманием того, что защитными являются факторы, формирующие компетентность родителей и в связи с этим – компетентность детей» [14, с. 81]; (здесь и далее курсивом выделено мною. – *Авт.*)

Характерными для *второй волны* выступали лонгитюдные исследования, в которых периодически проводились «оценки характеристик матерей, семейных условий и обстоятельств, родительских ожиданий в дородовой период матерей» [14, с. 81].



«В этот период прежнее рабочее понятие ходе “неуязвимость” заменяется на более адекватное – “жизнеспособность” (resilience). «Наряду с проблемами психического здоровья, асоциального поведения и других факторов уязвимости исследователи обратили внимание на потребности молодежи, находящейся в опасном социальном положении ... Большинство молодых людей в этой когорте были успешны в решении своих проблем, выбирая существующие отношения между их родителями как модель для себя. ... их семьи и друзья оказывали им поддержку, выражали понимание и демонстрировали преэмптиивность в передаче семейных ценностей и ценности образования, выбора профессии и социальных ожиданий общины от них» [14, с. 83]. «... К 18 годам примерно 2/3 юношей и девушек нельзя было назвать адаптированными к жизни, однако одна треть молодых людей стали компетентными, уверенными в себе ... со способностью “работать хорошо, играть хорошо, любить хорошо”» [14, с. 83]. Жизнеспособность людей стала объясняться эффектами взаимодействия «двух процессов: разрушения – вследствие воздействия факторов риска и объединения ресурсов человека и его ближайшего окружения ... Концептуализация понятия “жизнеспособность” определялась поиском факторов жизнеспособности в социальной среде, семье, индивидуальных особенностях человека и общественных и надобщественных институтах: морали, религии, государства» [14, с. 86].

Отличительной особенностью третьего подхода в 1990–1995 гг. – «третьей волны» – стали исследования ресурсов, «оказывающих влияние на детей как группу», которые проводились «на больших популяционных выборках» десятков и сотен тысяч молодых людей (студентов, школьников); «было выделено сорок факторов, которые респонденты назвали в числе особенно полезных для работы в будущем и оптимальных в жизни. Эти характеристики были сгруппированы в две категории: внешние факторы (получить поддержку, знать и проявлять свои границы, конструктивно использовать время) и внутренние факторы (честность, ответственность, целостность, социальная компетентность, чувство собственного достоинства, внутреннего локуса контроля и способность решать проблемы)» [14, с. 87]. Доминанты этого этапа смещаются «от поиска механизмов, которые помогают предотвращать риски, от изучения траектории развития ребенка к тому, как наилучшим способом формировать ценные качества у ребенка и развивать их. ... Концептуализация понятия “жизнеспособность” происходила в русле поиска психологических ресурсов личности, социальных ресурсов общества, сопоставления роли индивидуальных и социальных ресурсов» [14, с. 90]. Особенностью «четвертой волны» можно считать смещение акцентов в понимании «жизнеспособности как артефакта, как индивидуальной способности идти по своему пути к ресурсам психологического

здоровья человека и здоровья социума в контексте культуры»: «Жизнеспособность рассматривается как признак здорового и социально приемлемого функционирования человека» [14, с. 90]. При концептуализации «жизнеспособности» выделяются понятия «надежда», «понимание себя», «поддерживающие отношения», «включение в социум», «совладающие механизмы», «смысл жизни», вводится понятие «поведенческий потенциал».

К пятой волне А. В. Махнач относит исследования, проводимые «в русле экологического подхода Ю. Бронфенбреннера», в которых делается «акцент на экологическом подходе в изучении жизнеспособности», реализуется «четырёхаспектная экологическая модель ... на отдельной возрастной группе (старшие подростки и молодые люди)», сопоставляется влияние экономических, этнических факторов на представителей разных социальных групп, в частности эмигрантов и не-эмигрантов» [14, с. 90]. В исследованиях пятой волны акценты переносятся на широкий социальный контекст, включающий экономические и этнические факторы, ключевыми вопросами выступают следующие: «... Какие составляющие адаптации наиболее подвержены влиянию кризиса? Является ли статус иммигранта дифференцирующим признаком большего влияния экономического кризиса на адаптацию детей? ... Одинаково ли усиливают контекстуальные или индивидуальные факторы на адаптацию...» [14, с. 91].

Итак, акцентируем и выделим ряд особенностей изучения феномена жизнеспособности на протяжении более чем полувека – с 1960-х гг. по настоящее время. Первая волна как широко развернувшиеся исследования датируется с 1970-х гг., вторая – с конца 1970 – середины 1980-х, третья – с середины 1980 – начала 1990-х, четвертая – 1990-е – 2000-е, пятая – с 2000-х, т. е. хронологически актуальные вопросы проблемы разрабатывались как отдельные типовые задачи: длины таких «волн» – временные лаги – составили около 10 лет; периодически имела место смена приоритетов. Содержательно все волны представляли собой описание учеными тех или иных множеств разнородных условий социальной среды (выделялись десятки факторов), так или иначе воздействующих и / или способных воздействовать на человека, точнее, на представителей определенных социальных групп – на мать и ребенка, на подростка, на молодого человека. «Стартовой позицией» изучения феномена часто становилось состояние женщины-матери (в период беременности и после рождения ребенка); обследуемыми чаще выступали представители малообеспеченных слоев населения и эмигранты. В продолжительных лонгитюдных исследованиях на больших выборках выделялись множества условий внешней и «внутренней» среды человека, влияющих на его жизнеспособность; далее, на последующих этапах («волнах») рассматривались



механизмы проявления феномена. Предметом исследования становились относительно небольшие гомогенные группы, данные обследования которых сопоставлялись. Логика системного подхода побуждала изучение жизнеспособности человека в ее естественной «полноте» развития и функционирования. В качестве наиболее подходящей концепции предпочтение часто отдавалось теории Ю. Бронфенбреннера [15] (т. е. хронологически сравнительно ранняя версия системного подхода в гуманитарных дисциплинах).

### **Феномен «жизнеспособность»: открытые вопросы**

И история становления исследований феномена в зарубежной психологии, и его научная экспликация как типичного объекта уже предопределяли особенности научных подходов, их идеологию и методологию, получаемые результаты. Основными и «сквозными» избирались вопросы «нормального» развития и жизни людей в «нормальной» же социальной среде при широком диапазоне вариаций ее условий. За позитивные эффекты принимались и сравнительно редкие успешные варианты (например, порядка одной трети молодых людей, ведущих просоциальный образ жизни), и обычный типовой уровень социализации (человек работает, имеет семью и детей), следование человеком просоциальному образу как модели поведения и жизни близких (родителей, родственников, друзей). Отечественные ученые привержены тем же «канонам» при ожидаемом расширении изучаемых сфер «преломления» жизнеспособности, в том числе в трудовой – для анализа феномена привлекаются новые понятия (ресурсы, ценности, духовность, саморегуляция, самоэффективность и т. п.) [14, 16–18].

Но и в последних «волнах» НИР по-прежнему чаще внимание ученых акцентируется на анализе состояний человека на границе социальной «нормы» (приемные семьи, вынужденные эмигранты, неработающая молодежь, родители детей-инвалидов) или его «выхода за границы нормы» – на ситуациях вынужденной безработицы, ненадежной работы, поведения при посттравматическом стрессе и т. п. [19–21]. Так, например, в исследованиях Е. Е. Бочаровой [19] рассматриваются связи и детерминации ценностных ориентаций и актуальных форм социальной активности молодых людей: предпочтения определенных ценностей определяют актуальные и, вероятно, уже как бы предопределяют последующие формы активности во всех сферах жизнедеятельности. В исследованиях Р. М. Шамянова и М. В. Григорьевой [22] обсуждаются условия, детерминанты, механизмы социальной адаптации / дезадаптации людей, роль социальных групп в формировании моделей субъективного благополучия их членов. В обзорной работе Г. Стендинга [20] показано, что изменение типовых форм оперирования предпринимателями своими компаниями (внутреннего

менеджмента, структурной реорганизации, продажи и пр.) отзывается «гулким эхом» на социальном, психологическом и физическом состоянии больших социальных групп людей, перевода их в хроническое состояние неустойчивой работы и, соответственно, изменяя их внутренний мир и мир, внешний для них. Сходные выводы делают и отечественные ученые [23–25].

Завершая обзор литературных источников, приведем типичные описания и характеристики жизнеспособности, отражающие жесткие рамки исторически сложившейся парадигмы, основания которой были заложены в середине XX в.: «способность ... хорошо развиваться вопреки дестабилизирующим событиям, трудным условиям жизни и серьезным травмам», «улучшение», «позитивная адаптация», «позитивное развитие», «сохранение», «возврат к норме», «оптимальное состояние», «достижение хорошего результата», «установление оптимального соответствия личности и окружающей среды», «поддержание человеческой жизни», «рост», «возвращение к нормальной траектории развития», «стабильность» и т. п. В тех работах, в которых внимание ученых концентрируется на конкретных травмирующих событиях, типичным выступает факт дискретности перехода в новое психофизиологическое состояние, т. е. однофазность перехода (было нечто «до» и возможно формирование «после»): «психологическое благополучие», «социальное благополучие», «благополучие в отношениях», «посттравматический рост», «стресс-индуцированный рост», «позитивные психологические изменения», «повышение ценности жизни и изменение приоритетов», «изменения духовного плана» и т. п. Обобщим и типичные характеристики феномена, в совокупности своей призванные отражать его сущностные свойства. Жизнеспособность понимается как: 1) оптимальность функционирования; 2) соответствие некоторой норме (психической, биологической, социальной); 3) ориентация человека «на все хорошее»; 4) однофазность перехода к новому уровню функционирования (психического, биологического, социального). По существу, учеными чаще рассматриваются осознанный выбор человеком одного из двух вариантов жизни («быть или не быть?») и следование ему в дальнейшем. Процессуальность в ее вариациях и кризисных фазах, условия, контексты, психологические механизмы перехода к выбранному человеком варианту организации своей жизни пока остаются «открытым вопросом».

Если главным в сложившихся подходах, по существу, были ответы человека при решении им ключевого вопроса, жить по сценарию А или В, то должно признать, что далеко не все может охватываться понятиями «хорошо», «рост», «сохранение», «повышение» и т. п. Тема «восхождения» человека к вершинам физической и духовной зрелости, к более высокому уровню социального функционирования в проблематике жизнеспособ-



ности до настоящего времени сохраняет статус *terra incognita*. По-прежнему основными остаются темы *воспроизводства* индивидом типовых социальных программ поведения и жизнедеятельности, *подтягивания* индивида до уровня наблюдаемых им моделей поведения личностно значимых людей (чаще – родственников, следовательно, при актуализации регулярных поощрений с их стороны), *избегания* очевидных негативных сценариев и траекторий жизненной эволюции, *поддержания «социального гомеостаза»*. При этом, что от «общества потребления» и не стоило ожидать иной идеологии (напомним, что широко проблема стала изучаться в 1960–1980-х гг. в США и других развитых странах). И также ожидаемо позже акценты ставились учеными на вопросах индивидуального благополучия человека, т. е. субъективных оценок соответствия, равновесия.

Вместе с тем на рубеже двух столетий исторически выявляются новые грани проблемы. В частности, ученые все чаще акцентируют внимание на явно различающемся уровне проявления феномена у разных людей, на степени его проявления и его метаморфозах. Так, с середины 1990-х гг. темой расширяющихся исследований стало осмысление прямых и латентных эффектов превышения исходного уровня физической и социальной адаптации человека после различных травматических событий, его перехода на качественно более высокий уровень психологического функционирования, иногда даже трансформирующий характер последующих личностных изменений.

Если различные социально-психологические и социальные эффекты, сопровождающие социальное продвижение человека, можно образно назвать *жизнеспособностью в квадрате*, то еще более концентрированным проявлением жизнеспособности выступает «стресс-индуцированный рост» («посттравматический рост») – парадоксальные эффекты позитивных психологических последствий у некоторых людей, переживших травматические события [17, 26–30]. Подобные явления условно назовем *жизнеспособностью в кубе*, обозначающей нам перспективы дальнейших исследований. Принципиально новым в этих явлениях можно считать «качество» рефлексии человеком травматического события и формируемых механизмов реагирования. Наиболее вероятным и действенным психологическим механизмом личностных трансформаций А. Линли и С. Джозеф считают *мудрость*. Ее содержание раскрывают в три «измерения»: 1) признание человеком факта неопределенности ситуации и овладение опытом управления ею; 2) интеграция аффективных и рассудочных механизмов реагирования; 3) «признание и принятие человеком своих ограничений» [28, р. 14]. В процессах, приводящих к позитивному личностному изменению после негативного воздействия, выделяются три ключевых аспекта: 1) возрастание ценности межличностных отношений; 2) изменение Я-концепции в направлении

возрастания устойчивости, силы нередко при одновременном признании своей уязвимости и ограничений; 3) «изменения самой философии жизни» [31, р. 263].

Тема движения человека в еще неизведанное, ненадежное, не гарантированное, не подкрепленное опытом и одобрением близких людей, тема процессов и динамики качественных изменений, трансформации состояний при продвижении человека в новое социальное и психологическое пространство-время до настоящего времени остается малоизученной областью неизвестного, неосвоенного и еще «недоступного», выступающей как своего рода *terra incognita* для психологической науки. Но именно в этой области и было бы правомерно использовать понятие «неопределенность», а также других, сопряженных с ним по смыслу, позволяющих описывать признаки и свойства эволюции состояния человека.

### Заключение

Феномен «жизнеспособность» широко стал изучаться с начала 1960-х гг. За минувшие полстолетия сложились определенные научные подходы, которые ведущие специалисты образно назвали «волнами». В границах исторически сформировавшихся парадигм, как правило, рассматриваются два состояния человека – «ниже нормы» и «норма» социального, психологического, физического функционирования. Принципиальными моментами становления новых подходов (волн, траекторий НИР) могут стать условия, социальные и психологические механизмы устремленности человека к новым формам жизнедеятельности, выход на новые уровни социального функционирования, активные поиски решений и ресурсов, сомнения, неудачи, вероятный разрыв отношений человека с прежним социальным окружением, реактивная и / или превентивная адаптация к новым условиям новой среды, построение новых межличностных отношений и пр.

В проблематике жизнеспособности в сравнении с разрабатываемыми в конце XX в. темами, например «надситуативной активности» (В. А. Петровский и др.), меньше того, от чего ученые обычно абстрагируются, но рассматривается и измеряется много больше условий социальной действительности. В сравнении с темой карьеры акцентируется множество негативных условий *start-up* человека (говоря современным сленгом), в сравнении с темой межличностного взаимодействия затрагиваются два противоположных процесса – разрушения и создания условий. В сравнении с темой ресурсов меньше того, от чего обычно абстрагируются, но много больше того, что ученые внимательно прослеживают в лонгитюдах и «срезах». Другими словами, в настоящее время проблема жизнеспособности обсуждается много шире и глубже других активно разрабатываемых со второй половины XX в. Сле-



довательно, проблема жизнеспособности может выступать своеобразным «контекстом» при изучении других, которые можно представлять и как частные проявления жизнеспособности человека в процессах его самореализации в разных сферах жизнедеятельности. Она как бы концентрирует в себе множество разных проявлений социальной, психологической, физической активности человека. К серьезным ограничениям отнесем и *бинарность мышления* многих ученых, работающих в рамках первых парадигм [14, 16].

Просматривая возможности дальнейших исследований (как вероятной «шестой волны», «седьмой» и т. п.), можно ожидать, что новым предметом исследования станут *процессуальные аспекты* становления феномена «жизнеспособность» у отдельных людей и социальных групп, *эволюционные аспекты* проявления феномена — его устойчивости, «мутаций» и вариаций, изменения опорных компонентов на протяжении всей жизни людей, *изменения структуры* жизнеспособности у представителей разных социальных групп при переходе человека из одной группы в другую.

*Продолжение следует.*

#### Библиографический список

1. Агаджанян Н. А., Георгиева С. А., Гладили Г. П. Влияние вахтового и экспедиционно-вахтового метода трудовой деятельности на гомеостатическую функцию организма // Физиология человека. 1997. Т. 23, № 3. С. 103–107.
2. Казначеев В. П., Казначеев С. В. Адаптация и конституция человека. Новосибирск : Наука, 1986. 120 с.
3. Собакин А. К. Работоспособность вахтового персонала газовых промыслов в экстремальных условиях Севера : автореф. дис. ... канд. биол. наук. Новосибирск, 2004. 29 с.
4. Хаснуллин В. И. Введение в полярную медицину. Новосибирск : СО РАМН, 1998. 337 с.
5. Ананенков А. Г., Ставкин Г. П., Андреев О. П., Салихов З. С., Крамар В. С. Социальные аспекты технического регулирования вахтового метода работы в условиях Крайнего Севера. М. : Недра, 2005. 256 с.
6. Психология субъекта жизнедеятельности на Европейском Севере и в Арктике / под общ. ред. М. В. Кореховой, Я. А. Корнеевой. Архангельск : Изд-во РАО, 2018. 255 с.
7. Симонова Н. Н. Адаптация к работе вахтовым методом в экстремальных условиях Крайнего Севера. Архангельск : ИД САФУ, 2014. 220 с.
8. Толочек В. А. Психология труда. СПб. : Питер, 2019. 480 с.
9. Толочек В. А. Проблема стилей в психологии : историко-теоретический анализ. М. : Изд-во «Институт психологии РАН», 2013. 320 с.
10. Толочек В. А. Человек как субъект в континууме «задатки – компетенции» // Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия Акмеология образования. Психология развития. 2018. Т. 7, вып. 1 (25). С. 16–25. DOI: 10.18500/2304-9790-2018-7-1-16-25
11. Толочек В. А. Феномен «ресурсы» : топос и хронос в актуализации условий внешней среды как ресурсов // Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия Акмеология образования. Психология развития. 2018. Т. 7, вып. 3 (27). С. 250–261. DOI: 10.18500/2304-9790-2018-7-3-250-260
12. Толочек В. А. «Профессия» : организация и атрибутивные свойства феномена. Ч. 2. // Вестник ЯрГУ. Серия Гуманитарные науки. 2018. № 4 (46). С. 75–80.
13. Masten A. S., Obradović J. Competence and Resilience in Development // Annals of the New York Academy of Sciences. 2006. Vol. 1094, iss. 1. P. 13–27. DOI: 10.1196/annals.1376.003
14. Махнач А. В. Жизнеспособность человека и семьи : социально-психологическая парадигма. М. : Изд-во «Институт психологии РАН», 2016. 459 с.
15. Bronfenbrenner U. The Ecology of Human Development : Experiments by Nature and Design. Cambridge : Harvard University Press, 1979. 522 p.
16. Лактионова А. И. Жизнеспособность и социальная адаптация подростков. М. : Изд-во «Институт психологии РАН», 2017. 396 с.
17. Леонтьев Д. А. Удары судьбы как стимулы личностного развития : феномен посттравматического роста // Жизнеспособность человека : индивидуальные, профессиональные и социальные аспекты / отв. ред. А. В. Махнач, Л. Г. Дикая. М. : Изд-во «Институт психологии РАН», 2016. С. 142–158.
18. 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.
19. Бочарова Е. Е. Культурно-исторические факторы детерминации направленности социальной активности молодежи // Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия Акмеология образования. Психология развития. 2019. Т. 8, вып. 4 (32). С. 348–361. DOI: 10.18500/2304-9790-2019-8-4-348-361
20. Стэндинг Г. Прекариат : новый опасный класс. М. : Ад Маргинал Пресс, 2014. 328 с.
21. Тарабрина Н. В., Харламенкова Н. Е. Посттравматический стресс и совладающее поведение в период средней и поздней зрелости // Жизнеспособность человека : индивидуальные, профессиональные и социальные аспекты / отв. ред. А. В. Махнач, Л. Г. Дикая. М. : Изд-во «Институт психологии РАН», 2016. С. 291–305.
22. Шамионов Р. М., Григорьева М. В. Психология субъективного благополучия и социальной адаптации личности. Саратов : Изд-во Сарат. ун-та, 2014. 196 с.
23. Демин А. Н., Демина И. В. Проблема адаптации человека к скорости социальных процессов // Человеческий капитал. 2020. № 10 (142). С. 80–88. DOI: 10.25629/HC.2020.10.05
24. Дружилов С. А. Профессионально-деструктивная деятельность как проявление профессиональной маргинализации и депрофессионализации // Вестник





- Московского университета. Серия 14. Психология. 2017. № 2. С. 45–63.
25. Дружилов С. А. Влияние гибкости занятости на сферу труда и профессиональной деятельности : феномен, концепции, «вызовы» и возможности // Институт психологии Российской академии наук. Организационная психология и психология труда. 2020. Т. 5, № 1. С. 32–60.
26. Calhoun L. G., Tedeschi R. G. Posttraumatic Growth : Future Directions // Posttraumatic Growth : Positive Changes in the Aftermath of Crisis / eds R. G. Tedeschi, C. L. Park, L. G. Calhoun. New York : Lawrence Erlbaum, 1998. P. 215–238.
27. Calhoun L. G., Tedeschi R. G. The Foundations of Posttraumatic Growth : An Expanded Framework // Handbook of Posttraumatic Growth : Research and Practice / eds L. G. Calhoun, R. G. Tedeschi. Mahwah : Lawrence Erlbaum, 2006. P. 3–23.
28. Linley A., Joseph S. Positive Change Following Trauma and Adversity : A Review // Journal of Traumatic Stress. 2004. Vol. 17, no. 1. P. 11–21.
29. Tedeschi R. G., Park C. L., Calhoun L. G. Posttraumatic Growth : Conceptual Issues // Posttraumatic Growth : Positive Changes in the Aftermath of Crisis / eds R. G. Tedeschi, C. L. Park, L. G. Calhoun. New York : Lawrence Erlbaum, 1998. P. 1–22.
30. Tedeschi R. G., Calhoun L. G. Posttraumatic Growth : Conceptual Foundations and Empirical Evidence // Psychological Inquiry. 2004. Vol. 15, iss. 1. P. 1–18.
31. Joseph S., Linley P. A. Positive Adjustment to Threatening Events : An Organismic Valuing Theory of Growth Through Adversity // Review of General Psychology. 2005. Vol. 9, iss. 3. P. 262–280.
- va, eds. Psychology of the Subject of Life in the European North and in the Arctic]. Arkhangelsk, RAO Publ., 2018. 255 p. (in Russian).
7. Simonova N. N. *Adaptatsiya k rabote vakhtovym metodom v ekstremal'nykh usloviyakh Kraynego Severa* [Adaptation to Work on a Rotational Basis in Extreme Conditions of the Far North]. Arkhangelsk, ID SAFU, 2014. 220 p. (in Russian).
8. Tolochek V. A. *Psikhologiya truda* [Psychology of Labor]. St. Petersburg, Piter Publ., 2019. 480 p. (in Russian).
9. Tolochek V. A. *Problema stiley v psikhologii: istoriko-teoreticheskiy analiz* [The Problem of Styles in Psychology: Historical and Theoretical Analysis]. Moscow, Institute of Psychology of the RAS Publ., 2013. 320 p. (in Russian).
10. Tolochek V. A. A Person as a Subject in the Continuum “Prerequisites – Competencies”. *Izv. Saratov Univ. (N. S.), Ser. Educational Acmeology. Developmental Psychology*, 2018, vol. 7, iss. 1, pp. 16–25. DOI: 10.18500/2304-9790-2018-7-1-16-25 (in Russian).
11. Tolochek V. A. The Phenomenon of “Resources”: Topos and Chronos in the Actualization of Environmental Conditions as Resources. *Izv. Saratov Univ. (N. S.), Ser. Educational Acmeology. Developmental Psychology*, 2018, vol. 7, iss. 3, pp. 250–260. DOI: 10.18500/2304-9790-2018-7-3-250-260 (in Russian).
12. Tolochek V. A. “Profession”: The Organization and Attributive Properties of the Phenomenon. Part 2. *Vestnik Yaroslavskego gosudarstvennogo universiteta im. P. G. Demidova. Seriya gumanitarnye nauki*, 2018, no. 4 (46), pp. 75–80 (in Russian).
13. Masten A. S., Obradović J. Competence and Resilience in Development. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 2006, vol. 1094, iss. 1, pp. 13–27. DOI: 10.1196/annals.1376.003
14. Makhnach A. V. *Zhiznesposobnost' cheloveka i sem'i: sotsial'no-psikhologicheskaya paradigma* [Human and Family Vitality: Socio-Psychological Paradigm]. Moscow, Institute of Psychology RAS Publ., 2016. 459 p. (in Russian).
15. Bronfenbrenner U. *The Ecology of Human Development: Experiments by Nature and Design*. Cambridge, Harvard University Press, 1979. 522 p.
16. Laktionova A. I. *Zhiznesposobnost' i sotsial'naya adaptatsiya podrostkov* [Vitality and Social Adaptation of Adolescents]. Moscow, Institute of Psychology of the RAS Publ., 2017. 396 p. (in Russian).
17. Leont'yev D. A. Fate Blows as Stimuli for Personal Development: The Phenomenon of Post-Traumatic Growth. In: A. V. Makhnach, L. G. Dikaya, eds. *Zhiznesposobnost' cheloveka: individual'nyye, professional'nyye i sotsial'nyye aspekty* [Human Vitality: Individual, Professional and Social Aspects]. Moscow, Institute of Psychology of the RAS Publ., 2016, pp. 142–158 (in Russian).
18. Postlyakova Yu. V. Resource Potential of the Subject of Professional Activity. In: L. G. Dikaya, A. L. Zhuravlev, eds. *Sotsial'naya psikhologiya truda: teoriya i praktika* [Social Psychology of Labor: Theory and Practice]. Vol. 1. Moscow Institute of Psychology of the RAS Publ., 2010, pp. 226–243 (in Russian).
19. Bocharova E. E. Cultural and Historical Determination Factors for the Young People's Social Activity Direction.

*The following part is to be published.*

## References

1. Agadzhanian N. A., Georgiyeva S. A., Gladilin G. P. Influence of Rotational and Expeditionary-Rotational Method of Labor Activity on Homeostatic Function of Body. *Human Physiology*, 1997, vol. 23, iss. 3, pp. 103–107 (in Russian).
2. Kaznacheyev V. P., Kaznacheyev S. V. *Adaptatsiya i konstitutsiya cheloveka* [Adaptation and Human Constitution]. Novosibirsk, Nauka Publ., 1986. 120 p. (in Russian).
3. Sobakin A. K. *Rabotosposobnost' vakhtovogo personala gazovykh promyslov v ekstremal'nykh usloviyakh Severa* [Efficiency of Shift Personnel in Gas Fields in Extreme Conditions of the North]. Thesis Diss. Cand. Sci. (Biol.). Novosibirsk, 2004. 29 p. (in Russian).
4. Khasnulin V. I. *Vvedenie v polyarnuyu meditsinu* [Introduction to Polar Medicine]. Novosibirsk, SO RAMN Publ., 1998. 337 p. (in Russian).
5. Ananekov A. G., Stavkin G. P., Andreev O. P., Salikhov Z. C., Kramar V. S. *Sotsial'nye aspekty tekhnicheskogo regulirovaniya vakhtovogo metoda raboty v usloviyakh Kraynego Severa* [Social Aspects of Technical Regulation of the Rotational Work Method in the Far North]. Moscow, Nedra Publ., 2005. 256 p. (in Russian).
6. *Psikhologiya sub'yekta zhiznedeyatel'nosti na Evropeyskom Severe i v Arktike* [M. V. Korekhova, Ya. A. Korneyev-



- Izv. Saratov Univ. (N. S.), Ser. Educational Acmeology. Developmental Psychology*, 2019, vol. 8, iss. 4, pp. 348–361. DOI: 10.18500/2304-9790-2019-8-4-348-361 (in Russian).
20. Standing G. *Prekariat: novyy opasnyy klass* [Precariat: A New Dangerous Class]. Moscow, Ad Marginal Press, 2014. 328 p. (in Russian, trans. from English).
  21. Tarabrina N. V., Kharlamenkova N. E. Post-Traumatic Stress and Coping Behavior during Middle and Late Adulthood. In: A. V. Makhnach, L. G. Dikaya, eds. *Zhiznesposobnost' cheloveka: individual'nyye, professional'nyye i sotsial'nyye aspekty* [Human Vitality: Individual, Professional and Social Aspects]. Moscow, Institute of Psychology of the RAS Publ., 2016, pp. 291–305 (in Russian).
  22. Shamionov R. M., Grigor'yeva M. V. *Psikhologiya sub'yektivnogo blagopoluchiya i sotsial'noy adaptatsii lichnosti* [Psychology of Subjective Well-Being and Social Adaptation of a Person]. Saratov, Izd-vo Sarat. un-ta, 2014. 196 p. (in Russian).
  23. Demin A. N., Demina I. V. The Problem of Adaptation to the Speed of Social Processes. *Human capital*, 2020, no. 10 (142), pp. 80–88. DOI: 10.25629/HC.2020.10.05 (in Russian).
  24. Druzhilov S. A. Professional-Destructive Activity as a Manifestation of Professional Marginalization and Deprofessionalization. *Moscow University Psychology Bulletin*, 2017, no. 2, pp. 45–63 (in Russian).
  25. Druzhilov S. A. Influence of Flexibility of Employment on World of Work and of Professional Activities: Phenomenon, Concepts, “Challenges” and Opportunities. *Scientific e-JOURNAL «Institute of Psychology Russian Academy of Sciences. Organizational psychology and labor psychology»*, 2020, vol. 5, no. 1, pp. 32–60 (in Russian).
  26. Calhoun L. G., Tedeschi R. G. Posttraumatic Growth: Future Directions. In: R. G. Tedeschi, C. L. Park, L. G. Calhoun, eds. *Posttraumatic Growth: Positive Changes in the Aftermath of Crisis*. New York, Lawrence Erlbaum, 1998, pp. 215–238.
  27. Calhoun L. G., Tedeschi R. G. The Foundations of Posttraumatic Growth: An Expanded Framework. In: L. G. Calhoun, R. G. Tedeschi, eds. *Handbook of Posttraumatic Growth: Research and Practice*. Mahwah, Lawrence Erlbaum, 2006, pp. 3–23.
  28. Linley A., Joseph S. Positive Change Following Trauma and Adversity: A Review. *Journal of Traumatic Stress*, 2004, vol. 17, no. 1, pp. 11–21.
  29. Tedeschi R. G., Park C. L., Calhoun L. G. Posttraumatic Growth: Conceptual Issues. In: R. G. Tedeschi, C. L. Park, L. G. Calhoun, eds. *Posttraumatic Growth: Positive Changes in the Aftermath of Crisis*. New York, Lawrence Erlbaum, 1998, pp. 1–22.
  30. Tedeschi R. G., Calhoun L. G. Posttraumatic Growth: Conceptual Foundations and Empirical Evidence. *Psychological Inquiry*, 2004, vol. 15, iss. 1, pp. 1–18.
  31. Joseph S., Linley P. A. Positive Adjustment to Threatening Events: An Organismic Valuing Theory of Growth Through Adversity. *Review of General Psychology*, 2005, vol. 9, iss. 3, pp. 262–280.

Поступила в редакцию 05.01.2021, после рецензирования 17.02.2021, принята к публикации 09.03.2021  
 Received 05.01.2021, revised 17.02.2021, accepted 09.03.2021