

УДК 151.8

ВЗАИМОСВЯЗЬ СМЫСЛОВЫХ ОБРАЗОВАНИЙ И РЕФЛЕКСИВНОСТИ С ЖИЗНЕСПОСОБНОСТЬЮ ЧЕЛОВЕКА¹

© 2017 г. А. И. Лактионова

*Институт психологии РАН; 129399, г. Москва, ул. Ярославская, 13, Россия.
Кандидат психологических наук, научный сотрудник лаборатории психологии труда,
эргономики, инженерной и организационной психологии.
E-mail: arap@inbox.ru*

Поступила 07.04.2016

Аннотация. Работа посвящена определению роли смысловых образований (базовых убеждений и интернальности), а также рефлексивности в жизнеспособности человека. Представлены результаты исследования на выборке взрослых ($n = 122$), возраст 18–65 лет (из них 60 мужчин, 62 женщины). Показано, что важными компонентами жизнеспособности являются индивидуальные ресурсы, включающие в себя положительную самооценку, интернальность и общее отношение к осмысленности мира. Описаны гендерные различия в изучаемых личностных характеристиках и особенности их взаимосвязи с жизнеспособностью у мужчин и женщин. Определено, что жизнеспособность у мужчин связана с осознанием ими мира как благосклонного и с добротой людей, в то же время для женщин значимым с точки зрения их общей жизнеспособности оказывается осмысление мира как справедливого и контролируемого. В отличие от женщин, рефлексивность у мужчин является адаптивным регулятивным механизмом, связанным с их общей жизнеспособностью.

Ключевые слова: жизнеспособность, смысловые образования, рефлексивность, ресурсы.

DOI: 10.7868/S0205959217050038

ВВЕДЕНИЕ

В российской психологии изучением жизнеспособности человека занялись сравнительно недавно (М.П. Гурьянова, А.И. Лактионова, А.В. Махнач, А.А. Нестерова, М.Э. Паатова, Ю.В. Постылякова, Е.А. Рыльская, Е.Г. Шубникова и др.). Б.Г. Ананьев ввел это понятие еще в 1968 году, рассматривая жизнеспособность в качестве одного из основных потенциалов развития, как способность человека “к эффективному функционированию” [2]. На наш взгляд, понимание жизнеспособности Б.Г. Ананьевым можно соотнести с термином “*resilience*” в зарубежных исследованиях, обозначающем способность человека или группы людей хорошо развиваться вопреки дестабилизирующим событиям, трудным условиям жизни и серьезным травмам [38].

Б.Г. Ананьев считал, что резервы и ресурсы человека как индивида, субъекта и личности

обладают целостностью, “между линиями развития которых не только допустимы, но и необходимы аналогии” [2, с. 325]. На основе выявления этих аналогий и взаимосвязей возможно построить в будущем “некоторую общую модель резервов и ресурсов личности, которые проявляют себя в самых различных направлениях в зависимости от реального процесса взаимодействия человека с жизненными условиями внешнего мира и от структуры личности самого человека” (там же). Мы полагаем, что жизнеспособность человека представляет собой всю систему его ресурсов, рассматриваемых в рамках биолого-генетического, психологического и средового контекста развития и функционирования. Создание такой “общей модели резервов и ресурсов” на сегодняшний день является, с нашей точки зрения, задачей мало достижимой. Однако следует отметить, что многочисленные исследования жизнеспособности в зарубежной и российской психологии и успехи, достигнутые российскими учеными в области изучения адаптации, саморегуляции, контроля поведения, механизмов совладания,

¹ Исследование проводится при финансовой поддержке РФФИ, проект № 16-06-00702 “Социально-психологические факторы формирования жизнеспособности профессионала”.

жизнестойкости, в области когнитивной психологии позволяют нам приблизиться к пониманию феномена жизнеспособности и созданию “модели резервов и ресурсов человека”.

Системный подход к исследованиям психики предполагает изучение психических явлений на различных уровнях их организации, а также исследование взаимодействия этих уровней [20]. С этой точки зрения, жизнеспособность имеет уровневую структуру, совпадающую с уровневой организацией человека. Каждый из уровней характеризуется собственной системой ресурсов, которые тесно взаимосвязаны между собой и входят во взаимодействие со средовыми ресурсами. Оптимальный способ их индивидуальной интеграции и определяет высокий предел личностной адаптации и жизнеспособности. Какие же процессы обеспечивают эту оптимальность?

Б.Г. Ананьев считал, что сформированная индивидуальность с ее целостной организацией свойств и саморегуляцией обеспечивает единое направление развития и стабилизирует общую структуру человека, являясь одним из факторов жизнеспособности [3, с. 274]. По мнению Л. Сроуфа и соавторов, измерение жизнеспособности является в первую очередь измерением регуляции [37]. Процессы саморегуляции влияют на успешность восприятия себя и окружающего мира, адаптацию человека к различным условиям жизни [14]. К.А. Абульханова исследовала проблемы саморегуляции как оптимальный/неоптимальный способ индивидуальной интеграции личностью собственных возможностей разных уровней для решения жизненных задач [1]. Л.Г. Дикая выделила индивидуальные стили саморегуляции, которые можно разделить на три уровня: физиологический, включающий механизмы энергетического обеспечения саморегуляции, психодинамический и личностный, обеспечивающие поведенческую и эмоциональную вариабельность поведения. Индивидуальные различия проявляются в разной степени сформированности и связи тех или иных регуляторных систем [8]. В качестве звеньев, опосредующих межуровневые взаимосвязи, В.С. Мерлин рассматривает индивидуальный стиль предметной деятельности или общения, считая функцию индивидуального стиля системообразующей [25]. Б.А. Вяткин в качестве звена, опосредующего разноуровневые индивидуальные связи интегральной индивидуальности, выделил индивидуальный стиль ведущей активности [7]. Однако возникает вопрос, что именно регулирует эту активность, направляя ее на

развитие? И индивидуальный стиль предметной деятельности или общения, и индивидуальный стиль ведущей активности не могут предопределить поведение человека в различных ситуациях. Между ситуацией и тем способом поведения, который выберет для себя человек (будет ли это поведение адаптивным, активным, жизнеспособным, приводящим к развитию или, наоборот, к деградации), лежит осознание ситуации и своих возможностей и способностей изменить ее или приспособиться к ней.

Ведущая роль смысловых образований как личностных детерминант процессов регуляции и саморегуляции человека выделяется многими исследователями (Д.А. Леонтьев, А.Г. Асмолов, Б.С. Братусь, В.В. Знаков и др.). С точки зрения Б.В. Зейгарник, “именно благодаря наличию смысловых образований оказывается возможной саморегуляция при постановке целей, при осознании своих поступков” [9].

Д. Шапиро, анализируя роль сознания в динамике психопатологии, предлагает концепцию структуры сознания как саморегулирующейся системы. С его точки зрения, сознание — это не только связующая структура, но и организующее начало этой структуры, представляющее систему установок и подходов, которые не только гарантируют сравнительное ощущение стабильности и комфорта в самых разных обстоятельствах, но и определяют основные формы действий. Характерной сознательной установке принадлежит основная роль в психодинамических процессах, включая и установки, которые могут преимущественно или полностью не осознаваться. Установки могут оказывать ограничивающее воздействие, сужать и искажать самосознание, вызывая предвосхищающую тревогу и тем самым эффективно формировать процесс защиты [33]. Таким образом, неосознаваемые установки в значительной степени определяют процессы сознательного мышления человека. Э. Мاستен и соавторы считают, что жизнеспособность и психопатология являются двумя полюсами одного конструкта, один из которых негативный, а другой — позитивный [35]. Как следует из этого, структура сознания, вызывающая развитие психопатологии, снижает жизнеспособность человека. В качестве примера мы можем привести полученные в нашем исследовании данные о защитной экстернальности и обесценивании других у подростков—девиантов. С помощью этих защит такие подростки пытаются сохранить состояние эмоционального комфорта, при этом обесценивание других не дает желаемого эффекта, а экстернальность позволяет

им снижать психоэмоциональное напряжение. Это, в свою очередь, приводит к нарушению социальной адаптации и низкой жизнеспособности подростков—девиантов [15; 16; 18]. М.А. Падун и А.В. Котельникова показывают, что понятие установки сходно с понятиями “аттитюды” и “схемы”, и содержательно они не отличаются между собой. Схемы развиваются и изменяются в онтогенезе, участвуя в протекании когнитивных и эмоциональных процессов и в формировании поведенческих актов. Убеждения, которые сформированы у личности относительно себя и мира в целом, называются базисными. Базисные убеждения являются имплицитными, глобальными, устойчивыми представлениями индивида о мире и о себе, оказывающими влияние на мышление, эмоциональные состояния и поведение человека [28].

В процессах рефлексивного, сознательного мышления важную роль должна играть способность к рефлексии, как процессуальному аспекту сознания, его процессуальному содержанию. Д.А. Леонтьев и А.Ж. Аверина показывают, что в отечественной психологии рефлексия рассматривается как объяснительный принцип развития самосознания и психики в целом [19]. Согласно Б.Г. Ананьеву, рефлексивные свойства характера связаны с целями жизни и деятельности, ценностными ориентациями, установками, выполняют функцию саморегулирования и контроля развития, способствуя образованию и стабилизации единства личности [2]. По мнению А.В. Карпова, личность формируется в процессе индивидуального развития как высоко рефлексивная или низко рефлексивная [11]. Под рефлексивностью А.В. Карпов подразумевает рефлексивность как психическое свойство. С его точки зрения, степень выраженности у личности способности к рефлексии во многом определяет уровень, стратегии и эффективность произвольной психической регуляции деятельности и поведения [12].

Таким образом, смысловые образования и рефлексивность (под которой мы, вслед за А.В. Карповым, подразумеваем степень выраженности у личности способности к рефлексии), являясь личностными детерминантами процессов регуляции и саморегуляции человека, выступают в качестве индивидуальных характеристик его жизнеспособности.

Основываясь на структурно-уровневом анализе феномена жизнеспособности человека [17], мы рассматриваем ее как метасистемное понятие, объединяющее все компоненты регуляции

и регулирующие факторы социальной среды на разных уровнях организации психики (индивидуальный, личностный, субъектный). При этом субъектный уровень жизнеспособности, который и является предметом нашего изучения, служит связующим началом всех остальных ее уровней, так как именно субъект становится системообразующим фактором создания сложной многоуровневой системы психической организации [29].

В настоящее время одним из ведущих подходов к изучению жизнеспособности является социокультурный (экологический) подход Ю. Бронфенбреннера [34]. Его последователи (M.W. Fraser, M.J. Galinsky, H.B. Kaplan, A.S. Masten, M. Ungar и др.) рассматривают жизнеспособность с точки зрения теории систем, взаимосвязей и детерминации, взаимозависимых процессов [27]. Исходя из этого, мы проанализируем взаимосвязи средовых влияний с жизнеспособностью данной выборки с точки зрения их ресурсности. Однако нас в первую очередь будут интересовать индивидуальные характеристики жизнеспособности респондентов, в качестве которых будут выступать смысловые образования (базовые убеждения и интернальность) и уровень развития рефлексивности. В статье также описываются половые и гендерные различия в изучаемых нами характеристиках и особенности их взаимосвязей с жизнеспособностью у мужчин и женщин.

Мы будем отвечать на следующие вопросы:

- Какие ресурсы являются ведущими в структуре жизнеспособности респондентов (индивидуальные или средовые)?
- Какие базовые убеждения являются ресурсом их жизнеспособности?
- Служат ли ресурсом жизнеспособности респондентов уровень развития рефлексивности и интернальность?
- Как связана интернальность с содержанием базовых установок?
- Каким образом уровни развития жизнеспособности и рефлексивности связаны с базовыми убеждениями респондентов?
- Существуют ли различия между изучаемыми феноменами в мужской и женской выборках?

МЕТОДИКА

Участники исследования. Исследование проводилось на выборке взрослых ($n = 122$). Возраст 18–65 лет. Средний возраст — 33.21. Из них:

Таблица 1. Сравнение средних показателей

	Минимум	Максимум	Среднее	Средн.отклон	Дисперсия
Индивидуальные характеристики	29	55	43.24	5.123	26.249
Семейная поддержка	13	35	27.34	4.665	21.765
Контекст	16	48	34.89	5.385	28.995

мужчины – 60 человек, средний возраст 35.22 (*min* – 18 *max* – 62); женщины – 62 человека, средний возраст 31.27 (*min* – 18 *max* – 65); образование: высшее – 87 человек, среднее и незаконченное высшее – 17 человек, студенты – 18 человек.

Значительные различия по возрасту респондентов позволил нам выявить характеристики исследуемых феноменов, связанные с возрастом, что является отдельной темой для следующей публикации.

Методика и процедура исследования. Методика определения уровня рефлексивности (тест 1) [13]; Шкала базовых убеждений Р. Янов-Бульман, адаптация О.А. Кравцовой (тест 2). [6]; Тест жизнеспособности взрослых Исследовательского центра жизнеспособности (*Resilience Research Centre Adult Resilience Measure, RRC-ARM* (тест 3а)), который оценивает три фактора жизнеспособности: 1) “Индивидуальные характеристики” (включает показатели оценки индивидуальных навыков, индивидуальной поддержки друзьями, индивидуально-социальных навыков); 2) “Семейная поддержка” (включает показатели оценки физической и психологической заботы); 3) “Контекст” (включает показатели оценки культуры, образования и духовности); по тесту высчитывается показатель “Общая жизнеспособность” (тест 3) [39] тест “Уровень субъективного контроля” Дж. Роттера (Тест УСК), адаптация Е.Ф. Бажина, С.А. Голынкиной, А.М. Эткинды (тест 4). [4].

Статистическая обработка данных. Статистическую обработку данных провели по программе *SPSS Statistics Desktop, V 19.0.0* методами факторного (метод главных компонент, варимакс-вращение) и корреляционного анализа. Использовался исследовательский (эксплораторный) факторный анализ, позволяющий определить количество психологических конструктов (факторов), измеряемых данным набором переменных. Для анализа были взяты факторы с собственным значением (после вращения) больше равно 0.3, т.е. считающиеся значимыми. Нами были проанализированы первые пять факторов (см. табл. 1); для сокращения их числа в модели применялся критерий значимости факторов Кайзера.

РЕЗУЛЬТАТЫ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

1. Для того чтобы ответить на вопрос, какие ресурсы являются ведущими в структуре жизнеспособности (индивидуальные или средовые), мы сравнили значения средних по показателям теста 3 “Тест жизнеспособности взрослых” (*RRC-ARM*) в целом по группе. В результате было выявлено, что основными ресурсами жизнеспособности данной выборки являются индивидуальные ресурсы.

2. Так как нас интересовали различия между мужской и женской выборками, мы разделили выборку на 2 группы: гр. 1 – мужчины ($n = 60$) и гр. 2 – женщины ($n = 62$). При сравнении средних рангов показателей всех шкал с использованием непараметрического критерия Манна-Уитни между мужчинами и женщинами были выявлены значимые различия (см. таблицу 2).

Женщины по сравнению с мужчинами в большей степени демонстрируют негативные представления о контролируемости мира, ценности Я и собственного везения (тест 2.). Их результаты по шкалам “Семейная поддержка” и “Контекст” (тест 3) и по ряду показателей интернальности (тест 4) ниже, чем у мужчин. Рассмотрим эти различия подробнее.

Результаты нашего исследования, согласно которым показатель ценности Я у мужчин выше, чем у женщин, согласуются с данными других исследователей о более высокой и более устойчивой самооценке у мужчин по сравнению с женщинами. Авторы интерпретируют это как результат большей независимости мужчин от мнения окружающих [10; 5]. Однако, по мнению Т.В. Бендас, большая уверенность мужчин в себе объясняется более мощной защитой самооценки. С ее точки зрения, причина различий между полами по самооценке отражает существующие в обществе гендерные стереотипы, не всегда соответствующие реальным возможностям тех и других. Социальные влияния сказываются и в том, что женщины по сравнению с девочками склонны к снижению самооценки, а мужчины – наоборот, к росту уверенности в себе (возможно, в силу

Таблица 2. Сравнение мужчин гр.1 ($n = 60$) и женщин гр. 2 ($n = 62$) по всем шкалам с использованием непараметрического критерия Манна–Уитни

	Показатели	Пол	Средний ранг	Коэф. U Манна–Уитни
Тест 2	Контролируемость мира	1.	68.04	1467.5
		2.	55.17	
	Ценность “Я”	1.	69.09	1404.5
		2.	54.15	
	Убеждение относительно собственной ценности, способности управления событиями и везения	1.	68.87	1418.0
		2.	54.37	
Тест 3	Семейная поддержка	1.	67.65	1491.0
		2.	55.55	
	Контекст	1.	68.21	1457.5
		2.	55.01	
Тест 4	Общая интернальность	1.	69.56	1376.5
		2.	53.70	
	Интернальность в области неудач	1.	70.44	1323.5
		2.	52.85	
	Интернальность в семейных отношениях	1.	68.48	1441.0
		2.	54.74	
	Интернальность в области производственных отношений	1.	69.35	1389.0
		2.	53.90	

Примечание: При $p < 0.05$.

того, что общество положительно подкрепляет их в этом отношении) [5].

Различия по группам по показателю “Семейная поддержка” (тест 3), включающего в себя физическую заботу и психологическую заботу, можно, вероятно, объяснить тем, что “женщины больше мужчин нуждаются в доверительных отношениях с представителем другого пола (мужем, сыном или любовником). Именно благодаря установлению интимных отношений женщины приобретают сознание собственной значимости (в отличие от мужчин, которые сознание собственной значимости приобретают за счет успехов на работе, а интимные отношения находятся у них на втором плане)” [10, с. 245]. Т.В. Бендас считает, что в этом также играют роль гендерные стереотипы – общество предписывает женщине такие переживания и такое поведение [5]. Скорее всего, это и приводит к субъективному восприятию женщинами недостаточности психологической семейной поддержки. И.Г. Малкина-Пых указывает на двойную нагрузку работающей женщины. При этом выход на работу усиливает ее маскулинную ориентацию, способствуя росту активности и потребности изменить семейную ситуацию. На неудовлетворенности женщины сказываются также традиционное распределение ролей и социальная ситуация в целом, где работа (прежде всего, мужская) ценится больше [21]. Мы полагаем, что этим можно объяснить тот факт, что мужчины выше,

чем женщины оценивают семейный ресурс как один из факторов своей жизнеспособности.

Более высокое значение показателя “Контекст” (тест 3) у мужчин можно, в частности, объяснить тем, что, по результатам исследований, женщины в целом имеют пониженный социальный статус. Т.В. Бендас показывает, что “недовольство женщин в большей степени возникает там, где их лишают лидерства во всех областях жизни” [5].

Разница между группами мужчин и женщин в отношении интернальности (тест 4), также согласуется с данными других авторов. Е.П. Ильин, анализируя результаты исследований, показывает, что мужчины (исключая возраст старше 55 лет) демонстрируют более высокий уровень субъективного контроля, чем женщины. Наличие внутреннего локуса контроля имеет для них большую значимость, чем для женщин в силу их большей доминантности и независимости [Канатов, 2000; Визгина, Пантеев, 2001, цит. по 10, с. 233].

Все вышесказанное объясняет причины в большей степени негативного, по сравнению с мужчинами, представления о контролируемости мира и собственного везения в группе женщин.

3. Мы попытались определить, какие базовые убеждения являются ресурсом жизнеспособности данной выборки, и служат ли ресурсом жизнеспособности уровень развития рефлексивности

Таблица 3. Результаты корреляционного анализа между показателем шкалы “Общая жизнеспособность” теста “Жизнеспособность взрослых (RRC-ARM)” (тест 3) и шкалами тестов: Методика определения уровня рефлексивности (тест 1), Шкала базовых убеждений, Р. Янов-Бульман (тест 2), Уровень субъективного контроля (Тест УСК) Дж. Роттера (тест 4).

Тест	Шкалы	Шкала общая жизнеспособность (тест 3)	
		Вся группа	Группа 1 (мужчины)
1	Уровень развития рефлексии	.220*	.358**
2	Благосклонность мира	.283**	.378**
	Доброта людей	.327**	.427**
	Справедливость мира	.272**	
	Контролируемость мира	.250**	
	Ценность собственного “Я”	.367**	.474**
	Степень самоконтроля	.301**	.372**
	Степень удачи, или везения	.363**	.315*
	Общее отношение к благосклонности окружающего мира	.319**	.445**
	Общее отношение к осмысленности мира, т.е. контролируемости и справедливости событий	.264**	
4	Убеждение относительно собственной ценности, способности управления событиями и везения	.476**	.523**
	Общая интернальность (Ио)	.413**	.515**
	Интернальность в области достижений (Ид)	.419**	.466**
	Интернальность в области неудач (Ин)	.314**	.443**
	Интернальности в семейных отношениях (Ис)	.391**	.578**
	Интернальность в области производственных отношений (Ип)	.252**	.348**
Интернальность в области межличностных отношений (Им)	.288**	.320*	

Примечание: * – при $p \leq 0.05$; ** – при $p \leq 0.001$.

и интернальность? Нас также интересовали различия между мужчинами и женщинами.

Для выявления характера связей между показателями “Общая жизнеспособность” (тест 3) смысловыми образованиями (шкалы тестов 2 и 4) и уровнем развития рефлексивности (тест 1), нами был проведен корреляционный анализ данных, полученных по тестам, используемых в исследовании (см. таблицу 3).

Тот факт, что в группе женщин, в отличие от группы мужчин, значимым для их жизнеспособности (тест 3), оказывается осмысление мира, как справедливого и контролируемого (корреляции показателей “Общая жизнеспособность”; тест 3 и “Общее отношение к осмысленности мира”; тест 2), можно объяснить, в частности, большей тревожностью женщин, что обуславливает необходимость контроля. Большие значения показателей тревожности и нейротизма у женщин подтверждаются данными многих исследований [10; 5]. Т.В. Бендас объясняет значимость связи эмоций с межличностными отношениями у женщин их большей чувствительностью к негативным жизненным

событиям [5]. Анализируя различные исследования, Е.П. Ильин отмечает, что мужчины испытывают тревогу и фрустрацию в ситуациях, предполагающих необходимость проявления сочувствия и оказания эмоциональной помощи, в то время как женщины испытывают тревогу и напряжение в ситуациях, содержащих элемент конкуренции (соревновательности, мотивации достижений) [10, с. 153]. Вполне возможно, что этим объясняется взаимосвязь интернальности (тест 4) с жизнеспособностью (тест 3) у женщин именно в области достижений. По данным Т.В. Бендас, женщины обладают большей общей, а мужчины – социальной тревожностью. Фактор культуры также оказывает существенное влияние на проявление тревожности у обоих полов [5, с. 239]. Возможно, этим объясняется связь осознания мира как благосклонного и доброты людей (тест 2) с жизнеспособностью (тест 3) в группе мужчин. Можно предположить, что такое видение мира снижает социальную тревожность у мужчин.

Таким образом, отмечаем следующее:

“Убеждение относительно собственной ценности, способности управления событиями

Таблица 4. Корреляционные связи между показателем “Уровень развития рефлексивности” (тест 1) и показателями тестов: “Шкала базовых убеждений”, Р. Янов-Бульман (тест 2); “Жизнеспособность взрослых” (тест 3); “Уровень субъективного контроля” (Тест УСК) Дж. Роттера (тест 4).

Тест	Шкалы	Показатель “Уровень развития рефлексивности” (тест 1)	
		Вся группа	Группа 1 (мужчины)
3	Общая жизнеспособность	.220*	.358**
	Индивидуальные характеристики	.234**	.356**
	Контекст		.331**
2	Благосклонность мира	.214*	.369**
	Доброта людей		.285*
	Справедливость мира	.184*	.375**
	Степень удачи, или везения		.268*
	Общее отношение к благосклонности окружающего мира		.388**
	Общее отношение к осмысленности мира, т.е. контролируемости и справедливости событий		.329*
4	Общая интернальность (Ио)		.274*
	Интернальность в области достижений (Ид)	.190*	
	Интернальность в области неудач (Ин)		.304*
	Интернальности в семейных отношениях (Ис)		.317*

Примечание. * – при $p \leq 0.05$; ** – при $p \leq 0.001$.

и везения” а также интернальность являются индивидуальными ресурсами жизнеспособности и у мужчин, и у женщин.

В группе женщин, в отличие от группы мужчин, значимым, с точки зрения их общей жизнеспособности, оказывается осмысление мира как справедливого и контролируемого

У мужчин наблюдается больше корреляционных связей между жизнеспособностью и изучаемыми нами переменными. В частности, уровень развития рефлексивности связан с жизнеспособностью только у мужской выборки.

Далее нами были оценены связи между уровнем развития рефлексивности, жизнеспособностью и смысловыми образованиями.

По приведенным выше данным, показатель “Уровень развития рефлексивности”, полученный по группе женщин (тест 1), не имеет никаких корреляционных связей с показателями других тестов в отличие от группы мужчин (см. таблицу 4). Но при сравнении средних рангов показателя “Уровень развития рефлексивности” (тест 1) с использованием непараметрического критерия Манна–Уитни значимые различия между двумя группами не были обнаружены (см. таблицу 1).

П. Уайброу приводит данные о наличии двух видов мышления: рефлексивное, сознательное

мышление и рефлекторная обработка информации, основанная на интуиции или подсознании, задействованы при этом различные структуры мозга. Исследования показали [Lieberman и др.; 2004. цит. по 31], что в случае, когда человек делает то, что ему хорошо знакомо, используется рефлекторная обработка информации, которая поддерживается базальными ганглиями. Развитие и настройка рефлекторного поведения дает серьезные биологические преимущества, освобождая время для решения проблем, требующих тщательного осмысления, при этом уже включается рефлексивное, сознательное мышление [31]. А.В. Карпов при сравнении группы “успешных” и “неуспешных” руководителей по критерию качества принятия решений показал, что только в группе “неуспешных” зафиксирована прямая значимая корреляция рефлексивности с успешностью [12]. Вполне возможно, что этот факт объясняется вышесказанным. Мы можем только предположить, что у женщин, участвующих в нашем исследовании, преобладает именно рефлекторная обработка информации, вследствие чего не было получено корреляционных связей между рефлексивностью и показателями других тестов. Вполне вероятно, что этим также объясняется связь показателей “Общая жизнеспособность” и “Контролируемость мира” (тест 2, см. табл. 3) в группе женщин (тест 2, см. табл. 3). Но

Таблица 5. Результаты факторного анализа данных тестов “Методика определения уровня рефлексивности” (тест 1), “Шкала базовых убеждений”, Р. Янов-Бульман (тест 2), “Жизнеспособность взрослых” (RRC-ARM) (тест 3), “Уровень субъективного контроля” Дж. Роттера (тест 4).

Тест	Шкалы	1	2	3	4	5
1	Уровень развития рефлексии				.300	
2	Благосклонность мира			.852		
	Доброта людей			.837		
	Справедливость мира				.779	
	Контролируемость мира				.669	
	Случайность как принцип распределения происходящих событий	-.543				
	Ценность собственного “Я”	.458				.557
	Степень самоконтроля					.817
	Степень удачи, или везения		.353			.449
	Общее отношение к благосклонности окружающего мира			.946	.876	
	Общее отношение к осмысленности мира, т.е. контролируемости и справедливости событий	.393				
	Убеждение относительно собственной ценности, способности управления событиями и везения		.312			.870
3	Индивидуальные характеристики	.315	.760			
	Семейная поддержка		.797			
	Контекст		.790			
	Общая жизнеспособность		.927			
4	Общая интернальность (Ио)	.881				
	Интернальность в области достижений (Ид)	.790				
	Интернальность в области неудач (Ин)	.807				
	Интернальность в семейных отношениях (Ис)	.601				
	Интернальность в области производственных отношений (Ип)	.777				
	Интернальность в области межличностных отношений (Им)	.632				

это относится к исследованиям в области социальной когнитивной нейробиологии, поэтому мы ограничиваемся предположениями, которые не позволяют нам сделать окончательных выводов.

Таким образом, уровень развития рефлексии в группе мужчин в отличие от группы женщин является адаптивным регулятивным механизмом, связанным с их общей жизнеспособностью.

4. В целях выявления феноменов, характеризующих особенности взаимосвязей между жизнеспособностью, интернальностью, рефлексивностью и содержанием базовых убеждений по данным всей выборки, был проведен факторный анализ. По его результатам мы получили факторную матрицу с пятью компонентами (факторами), объясняющими 70.83% общей дисперсии

данных. Все переменные имеют нагрузки (0.3 и выше) на компоненту, что подтверждает хорошее качество решения факторного анализа (см. таблицу 5).

Мы описываем результаты факторного анализа, проведенного на всей выборке в конце статьи так как при его анализе мы используем данные, полученные нами при сравнении мужской и женской выборки.

1 Фактор “Интернальность” (20.38% объясняемой дисперсии).

По данным этого фактора к индивидуальным характеристикам (тест 3), являющимся основным ресурсом жизнеспособности данной выборки (см. табл. 1), относятся: интернальность (тест 4),

положительно связанная с самооценкой (Ценность собственного Я) и убеждением, что мир полон смысла (показатель “Отношение к миру, как осмысленному и контролируемому”). В свою очередь, показатель “Случайность как принцип распределения происходящих событий” (тест 2) входит с отрицательным весом в фактор.

Значение внутреннего локуса контроля как ресурса жизнеспособности личности доказывается в работах многих авторов (*C.A. Olsson, M. Rutter, P.A. Wyman* и др.), и, по мнению Э. Вернер [40], он при этом играет особенно значительную роль. Концепт локуса контроля определяет эффективность контроля окружающей обстановки. Это объясняет положительную взаимосвязь интернальности с “Отношением к миру, как осмысленному и контролируемому” и отрицательную — с базовым убеждением “Случайность как принцип распределения происходящих событий”.

Известно, что базисное убеждение о ценности и значимости собственного Я распадается на три основные категории. К первой относится ценность собственного Я, раскрывающего представления индивида о себе как о человеке, достойном любви и уважения [28]. Именно оно играет в этом факторе значительную роль. Положительная самооценка представляет собой важный ресурс жизнеспособности (*M. Rutter, E. Werner* и др.). Являясь системообразующим ядром индивидуальности, она воздействует на формирование стиля поведения. Положительная самооценка и внутренний локус контроля связаны с активными формами совладания и с самоэффективностью человека, которую А.В. Махнач на основании проведенного им анализа исследований жизнеспособности выделяет как один из важнейших ее компонентов [22; 23]. По данным М.А. Падун и А.В. Котельниковой, представления о себе как о сильном, успешном, достойном любви и уважения человеку являются ведущими когнитивно-смысловыми ресурсами, детерминирующими совладание [28]. Н.В. Тарабрина и Н.Е. Харламенкова указывают на то, что наибольший вклад в связь копинга и адаптации делает воспринимаемая способность справиться со средовыми изменениями и соответствие копинга ситуации, тогда как вклад остальных компонентов — минимален [30]. В исследовании, выполненном нами на подростковой выборке, также была показана связь внутреннего локуса контроля и положительной самооценки с жизнеспособностью [15–16; 18].

Таким образом, данный фактор показывает, что интернальность респондентов связана с базовыми убеждениями «ценность собственного Я»,

и “отношением к миру, как осмысленному и контролируемому”. Эти индивидуальные характеристики являются ресурсами жизнеспособности данной выборки.

2 Фактор “Жизнеспособность” (15.18% объясняемой дисперсии).

Этот фактор показывает, что все показатели оценивающие жизнеспособность данной выборки (тест 3) положительно связаны с показателями “Убеждение относительно собственной ценности, способности управления событиями и везения” и “Степень удачи, или везения” (тест 2), то есть с положительным осознанием себя, как способного управлять событиями и, как следствие, удачливого. При этом именно убежденность индивида относительно своего Я в терминах “везение—невезение”, составляющая третий показатель базисного убеждения о ценности и значимости собственного Я, играет здесь ведущую роль. В этом случае, даже считая, что события неподвластны контролю, и всем управляет случай, человек может считать себя просто везучим и, таким образом, поддерживать чувство собственной неуязвимости [28]. Описывая первый фактор, мы уже говорили о значимости позитивного восприятия себя как человека, который в состоянии справиться с трудностями. На формирование такого базисного убеждения первоначально очень большое влияние оказывает семья ребенка, а затем и отношения со сверстниками и другими взрослыми. Стабильная привязанность к родителям дает ребенку возможность развивать базовое доверие к миру и положительную самооценку. Безопасная (надежная) привязанность является предиктором формирования индивидуальности и автономности ребенка [32]. Роль семьи как компонента жизнеспособности человека прослеживается на протяжении всей его жизни. Так, исследования показывают, что эмоциональная близость между членами семьи и умение поддерживать отношения с родителями на протяжении всей жизни является мощным предиктором жизнеспособности человека [Rutter, 1979; Werner, Smith, 1982, цит. по 22–23]. Несмотря на относительную стабильность базисных убеждений, они могут изменяться под влиянием стрессовых и травматичных ситуаций. В этом случае в какой-то мере восстановить убеждение относительно собственной ценности, способности управления событиями и везения могут взаимоотношения с кругом близких людей, включенность в социальные институты [28]. Обращаясь ко всему вышесказанному, мы с сожалением отмечаем, что в исследуемой нами группе женщин семейные и социальные ресурсы

ниже, чем в группе мужчин (см. табл. 2), и, соответственно, меньше возможностей для восстановления у них положительных базисных убеждений в отношении собственного “Я” в стрессовых ситуациях. Это, с одной стороны, отражается на в большей степени негативных, по сравнению с мужчинами, представлениях у женщин о ценности “Я” и собственного везения. А с другой стороны, мы видим у них другую структуру взаимосвязей жизнеспособности со смысловыми образованиями, что приводит к отсутствию значимых различий по показателям “Общая жизнеспособность” и “Индивидуальные характеристики” (тест 3).

Таким образом, ресурсом жизнеспособности данной выборки является базовое убеждение относительно “собственной ценности, способности управления событиями и везения”, положительно связанное с семейной поддержкой и условиями контекста.

3 Фактор “Общее отношение к благосклонности окружающего мира” (12.40% объясняемой дисперсии).

Этот фактор показывает взаимосвязи между такими базовыми убеждениями, как отношение к благосклонности мира и доброте людей, объединенных в шкале “Общее отношение к благосклонности окружающего мира” (тест 2). Это, несомненно, подтверждает высокое качество теста. Но так как данный фактор не отвечает на поставленные нами вопросы, мы не будем на нем подробно останавливаться.

4 Фактор “Справедливость мира” (12.02% объясняемой дисперсии).

Данный фактор включает в себя показатель уровня развития рефлексии (тест 1), который вошел в него с минимально значимым весом (0.30), этот факт мы объясняем тем, что по данным корреляционного анализа в группе 2 (женщины) уровень развития рефлексии вообще не имеет никаких корреляционных связей с показателями других тестов (см. табл. 4). Мы видим, что этот показатель у данной выборки связан с показателями “Оценка мира как справедливого и контролируемого” и “Общее отношение к его благосклонности” (тест 2). Как было показано ранее, в группе 1 (мужчины) показатель “Уровень развития рефлексии” не имеет значимых корреляционных связей с показателем “Контролируемость мира” (тест 2) (см. таблицу 4). С другой стороны, именно “Контролируемость мира” связана в группе 2 (женщины) с показателем “Общая жизнеспособность” (см. таблицу 3). Эти данные позволяют

предположить, что данный фактор, отражает неявную в корреляционных связях взаимосвязь уровня развития рефлексии у женщин со смысловыми образованиями и жизнеспособностью. Мы говорили ранее, что, согласно А.В. Карпову, степень выраженности у личности способности к рефлексии во многом определяет уровень, стратегии и эффективность произвольной психической регуляции деятельности и поведения. Именно это, с нашей точки зрения, и позволяет испытуемым расценивать мир как справедливый, контролируемый и благосклонный.

5 Фактор “Убеждение относительно собственной ценности, способности управления событиями и везения” (10.85% объясняемой дисперсии).

Данный фактор включает в себя все три компонента базисного убеждения о ценности и значимости собственного “Я”: самооценку, контроль и оценку собственной удачливости (тест 2). Таким образом, как и в третьем факторе, мы видим подтверждение высокого качества теста.

Известно, что самоконтроль – одна из важнейших характеристик, обеспечивающих эффективную деятельность. С этой точки зрения, наши респонденты представляют социально и экономически благополучную группу. Все они, за исключением студентов (18 человек из 122), на момент обследования имели квалифицированную работу, соответствующую уровню их образования.

ВЫВОДЫ

1. Основными компонентами жизнеспособности данной выборки являются индивидуальные характеристики.

2. Индивидуальные характеристики жизнеспособности данной выборки, в качестве которых мы исследовали смысловые образования (базовые убеждения и интернальность) и уровень развития рефлексии, являются ресурсом жизнеспособности, если включают в себя: интернальность, положительную самооценку и убеждение о том, что мир полон смысла.

3. Интернальность респондентов положительно связана с отношением к миру как осмысленному и контролируемому и отрицательно – с базовым убеждением “Случайность как принцип распределения происходящих событий”.

4. Уровень развития рефлексивности у данной выборки связан с оценкой мира как справедливого и контролируемого. Это базисное убеждение является ресурсом жизнеспособности. Таким

образом, рефлексивность опосредовано связана с жизнеспособностью.

5. Рефлексивность в группе мужчин, в отличие от группы женщин, является адаптивным регулятивным механизмом, связанным с их общей жизнеспособностью.

6. Базовым убеждением, представляющим ресурс жизнеспособности у мужчин, является осознание ими мира как благосклонного и с добротой людей, в то время как в группе женщин жизнеспособность связана со справедливостью и контролируемостью мира.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. *Абульханова-Славская К.А.* Стратегия жизни. М.: Мысль, 1990.
2. *Ананьев Б.Г.* Человек как предмет познания. Л.: Изд-во Ленингр. гос. ун-та, 1968.
3. *Ананьев Б.Г.* О проблемах современного человекознания. М.: Наука, 1977.
4. *Бажин Е.Ф., Голынкина Е.А., Эткинд А.М.* Метод исследования уровня субъективного контроля // Психологический журнал. 1984. Т. 5. № 3. С. 152–162.
5. *Бендас Т.В.* Гендерная психология: Учебное пособие. СПб.: Питер, 2006.
6. *Богомаз С.А., Гладких А.Г.* Психологическая безопасность и ее измерение с помощью Шкалы базисных убеждений // Вестник Томского государственного университета. 2009. № 318. С. 191–194.
7. *Вяткин Б.А.* Лекции по психологии интегральной индивидуальности человека. Пермь: ПГПУ, 2000.
8. *Дикая Л.Г.* Психическая саморегуляция функционального состояния человека. М.: Изд-во “Институт психологии РАН”, 2003.
9. *Зейгарник Б.В.* Патопсихология. М.: Изд-во Моск. ун-та, 1986.
10. *Ильин Е.П.* Пол и гендер. СПб.: Питер, 2010.
11. *Карпов А.В.* Метасистемная организация уровней структуры психики. М.: Изд-во “Институт психологии РАН”, 2004.
12. *Карпов А.В.* Психология рефлексивных механизмов деятельности. М.: Изд-во “Институт психологии РАН”, 2004.
13. *Карпов А.В.* Рефлексивность как психическое свойство и методика ее диагностики // Психологический журнал. 2003. Т. 24. № 5. С. 45–57.
14. *Костин А.Н., Голиков Ю.Я.* Организационно-процессуальный анализ психической регуляции сложной деятельности. М.: Изд-во “Институт психологии РАН”, 2014.
15. *Лактионова А.И.* Формирование жизнеспособности подростков // Психология человека и общества: научно-практические исследования / Отв. ред. А.Л. Журавлев, Е.А. Сергиенко, Н.В. Тарабрина. М.: Изд-во “Институт психологии РАН”, 2014. С. 224–247.
16. *Лактионова А.И.* Жизнеспособность как ресурс социальной адаптации у подростков // Психологические проблемы современного российского общества / Отв. ред. А.Л. Журавлев, Е.А. Сергиенко. М.: Изд-во “Институт психологии РАН”, 2013. С. 232–253.
17. *Лактионова А.И.* Структурно-уровневая организация жизнеспособности человека: метасистемный подход // Личность профессионала в современном мире / Отв. ред. Л.Г. Дикая, А.Л. Журавлев. М.: Изд-во “Институт психологии РАН”. 2013. С. 109–126.
18. *Лактионова А.И., Махнач А.В.* Жизнеспособность и социальная адаптация подростков-сирот // Проблема сиротства в современной России: Психологический аспект / Отв. ред. А.В. Махнач, А.М. Прихожан, Н.Н. Толстых. М.: Изд-во “Институт психологии РАН”, 2015. С. 193–223.
19. *Леонтьев Д.А., Аверина А.Ж.* Феномен рефлексии в контексте проблемы саморегуляции // Психологические исследования: электрон. науч. журн. 2011. № 2 (16). URL: <http://psystudy.ru>. (Дата обращения: 04.01.2016).
20. *Ломов Б.Ф.* Методологические и теоретические проблемы психологии. М.: Наука, 1984.
21. *Малкина-Пых И.Г.* Гендерная терапия (Справочник практического психолога). М.: Эксмо, 2006.
22. *Махнач А.В.* Жизнеспособность человека: измерение и операционализация термина // Психологические исследования проблем современного российского общества / Отв. ред. А.Л. Журавлев, Е.А. Сергиенко. М.: Изд-во “Институт психологии РАН”, 2013. С. 54–83.
23. *Махнач А.В.* Жизнеспособность человека и семьи: социально-психологическая парадигма. М.: Изд-во “Институт психологии РАН”, 2016.
24. *Махнач А.В., Постылякова Ю.В.* Модель жизнеспособности семьи // Психологические исследования проблем современного российского общества / Отв. ред. А.Л. Журавлев, Е.А. Сергиенко. М.: Изд-во “Институт психологии РАН”, 2013. С. 438–460.
25. *Мерлин В.С.* Очерк индивидуального исследования индивидуальности. М.: Педагогика, 1986.
26. *Муздыбаев К.* Психология ответственности. М.: Либроком, 2010.
27. *Нестерова А.А.* Социально-психологический подход к пониманию конструкта “жизнеспособность личности” // Жизнеспособность человека: индивидуальные, профессиональные и социальные аспекты / Отв. ред. А.В. Махнач,

- Л.Г. Дикая. М.: Изд-во “Институт психологии РАН”, 2016.
28. Падун М.А., Котельникова А.В. Психическая травма и картина мира. Теория, эмпирия, практика. М.: Изд-во “Институт психологии РАН”, 2012.
29. Сергиенко Е.А. Развитие психологии субъекта и субъект развития // Психологический журнал. 2012. Т. 33. № 1. С. 7–19.
30. Тарабрина Н.В., Харламенкова Н.Е. Совладающее поведение и посттравматический стресс в период средней и поздней взрослости // Жизнеспособность человека: индивидуальные, профессиональные и социальные аспекты / Отв. ред. А.В. Махнач, Л.Г. Дикая. М.: Изд-во “Институт психологии РАН”, 2016.
31. Уайброу П. Мозг: Тонкая настройка. Наша жизнь с точки зрения нейронауки. М.: Альпина Паблишер, 2016.
32. Харламенкова Н.Е., Кумыкова Е.В., Рубченко А.К. Психологическая сепарация: подходы, проблемы, механизмы. М.: Изд-во “Институт психологии РАН”, 2015.
33. Шапиро Д. Динамика характера: Саморегуляция при психопатологии. М.: Класс, 2009.
34. Bronfenbrenner U. The ecology of human development. Cambridge, MA: Harvard University Press, 1979.
35. Masten A.S., Best K.M., Garmezy N. Resilience and development: contributions from the study of children who overcome adversity // Development and Psychopathology. 1990. V. 2. P. 425–444.
36. Rotter J.B. The development and applications of social learning theory. N. Y.: Praeger, 1982.
37. Sroufe L.A., Egeland B., Carlson E., Collins W.A. The development of the person: The Minnesota study of risk and adaptation from birth to adulthood. New York: Guilford Press, 2005.
38. Théorêt M. La résilience, de l’observation du phénomène vers l’appropriation du concept par l’éducation // Revue des Sciences de L’éducation. 2005. V. 31. № 3. P. 633–658.
39. Ungar M., Liebenberg L. The Resilience Research Centre Adult Resilience Measure (RRC-ARM). User’s manual: Research. Halifax: RRC, 2013.
40. Werner E.E. Risk, resilience, and recovery: perspectives from the Kauai longitudinal study // Development and psychopathology. 1993. V. 5. P. 503–515.

INTERRELATION BETWEEN STRUCTURES OF MEANING, REFLEXIVITY AND RESILIENCE¹

A. I. Laktionova

*Institute of Psychology RAS; 129366, Moscow, Yaroslavskaya st., 13, Russia.
Ph.D., Researcher, Institute of Psychology of the Russian Academy of Sciences.
E-mail: apan@inbox.ru*

Received 07.04.2016

Abstract. The article is devoted to the definition of the role of reflexivity and structures of meaning for resilience. The results of adult sample study (n = 122; age 18–65 years, 60 males, 62 females) are presented. It has been shown that the resilience in various ways is connected with the structures of meaning and the level of reflexivity as in the whole sample, and in different gender groups. The main components of resilience of the sample are the individual resources, including positive self-esteem, internality and the general attitude towards the world of meaning. The gender differences are shown: males’ resilience connected with the knowledge of the world as benevolent and kindly people, females’ resilience associated with justice and well-controlled world. It was proved that male’ reflexivity is an adaptive regulatory mechanisms associated with their general resilience and individual resources of resilience, internality, their awareness of the world as a meaningful and supportive, with the kindness of people, as well as the perception of themselves as fortunate and lucky. The level of reflexivity in the group of men is their adaptive regulative mechanism and has correlation with their resilience.

Keywords: resilience, reflexivity, structures of meaning, resources.

¹ Project RFFI № 16-06-00702 “Socio-psychological factors of the formation of the viability of a professional”

REFERENCES

1. *Abul'hanova-Slavskaja K.A.* Strategija zhizni. Moscow: Mysl', 1990. (In Russian).
2. *Anan'ev B.G.* Chelovek kak predmet poznaniya. L.: Izd-vo Leningr. gos. un-ta, 1968. (In Russian).
3. *Anan'ev B.G.* O problemah sovremennogo chelovekoznanija. Moscow: Nauka, 1977. (In Russian).
4. *Bazhin E.F., Golyunkina E.A., Jetkind A.M.* Metod issledovaniya urovnja sub#ektivnogo kontrolja // Psihologicheskij zhurnal. 1984. V. 5. № 3. P. 152–162. (In Russian).
5. *Bendas T.V.* Gendernaja psihologija: Uchebnoe posobie. St. Petersburg: Piter, 2006. (In Russian).
6. *Bogomaz S.A., Gladkih A.G.* Psihologicheskaja bezopasnost' i ee izmerenie s pomoshh'ju Shkaly bazisnyh ubezhdenij // Vestnik Tomskogo gosuniversiteta. 2009. № 318. P. 191–194. (In Russian).
7. *Vjatkin B.A.* Lekcii po psihologii integral'noj individual'nosti cheloveka. Perm': PGPU, 2000. (In Russian).
8. *Dikaja L.G.* Psihicheskaja samoreguljacija funkcional'nogo sostojaniya cheloveka. Moscow: Izd-vo "Institut psihologii RAN", 2003. (In Russian).
9. *Zeigarnik B.V.* Patopsihologija. Moscow: Izd-vo Mosk. un-ta, 1986. (In Russian).
10. *Il'in E.P.* Pol i gender. St. Petersburg: Piter, 2010. (In Russian).
11. *Karpov A.V.* Metasistemnaja organizacija urovnevnyh struktur psihiki. Moscow: Izd-vo "Institut psihologii RAN", 2004. (In Russian).
12. *Karpov A.V.* Psihologija refleksivnyh mehanizmov dejatel'nosti. Moscow: Izd-vo "Institut psihologii RAN", 2004. (In Russian).
13. *Karpov A.V.* Refleksivnost' kak psihicheskoe svojstvo i metodika ee diagnostiki // Psikhologicheskii zhurnal. 2003. V. 24. № 5. P. 45–57. (In Russian).
14. *Kostin A.N., Golikov Ju. Ja.* Organizacionno-processual'nyj analiz psihicheskoy reguljaciej slozhnoj dejatel'nosti. Moscow: Izd-vo "Institut psihologii RAN", 2014. (In Russian).
15. *Laktionova A.I.* Formirovanie zhiznesposobnosti podrostkov // Psihologija cheloveka i obshhestva: nauchno-prakticheskie issledovaniya / Ed. A.L. Zhuravlev, E.A. Sergienko, N.V. Tarabrina. Moscow: Izd-vo "Institut psihologii RAN", 2014. P. 224–247. (In Russian).
16. *Laktionova A.I.* Zhiznesposobnost' kak resurs social'noj adaptacii u podrostkov // Psihologicheskije problemy sovremennogo rossijskogo obshhestva / Ed. A.L. Zhuravlev, E.A. Sergienko. Moscow: Izd-vo "Institut psihologii RAN", 2013. P. 232–253. (In Russian).
17. *Laktionova A.I.* Strukturno-urovnevaja organizacija zhiznesposobnosti kak metasposobnosti // Lichnost' professionala v sovremennom mire / Ed. L.G. Dikaja, A.L. Zhuravlev. Moscow: Izd-vo "Institut psihologii RAN". 2013. P. 109–126. (In Russian).
18. *Laktionova A.I., Makhnach A.V.* Zhiznesposobnost' i social'naja adaptacija podrostkov-sirot // Problema sirotstva v sovremennoj Rossii: Psihologicheskij aspekt / Ed. A.V. Makhnach, A.M. Prihozhan, N.N. Tolstyh. Moscow: Izd-vo "Institut psihologii RAN", 2015. P. 193–223. (In Russian).
19. *Leont'ev D.A., Averina A. Zh.* Fenomen refleksii v kontekste problemy samoreguljaciej // Psihologicheskije issledovaniya: jelektron. nauch. zhurn. 2011. № 2 (16). URL: <http://psystudy.ru>. (Data obrashhenija: 04.01.2016). (In Russian).
20. *Lomov B.F.* Metodologicheskie i teoreticheskie problemy psihologii. Moscow: Nauka, 1984. (In Russian).
21. *Malkina-Pyh I.G.* Gendernaja terapija (Spravochnik prakticheskogo psihologa). Moscow: Jeksmo, 2006. (In Russian).
22. *Makhnach A.V.* Zhiznesposobnost' cheloveka: izmerenie i operacionalizacija termina // Psihologicheskije issledovaniya problem sovremennogo rossijskogo obshhestva / Ed. A.L. Zhuravlev, E.A. Sergienko. Moscow: Izd-vo "Institut psihologii RAN", 2013. P. 54–83. (In Russian).
23. *Makhnach A.V.* Zhiznesposobnost' cheloveka i sem'i: social'no-psihologicheskaja paradigma. Moscow: Izd-vo "Institut psihologii RAN", 2016. (In Russian).
24. *Makhnach A.V., Postyljakova Ju.V.* Model' zhiznesposobnosti sem'i // Psihologicheskije issledovaniya problem sovremennogo rossijskogo obshhestva / Ed. A.L. Zhuravlev, E.A. Sergienko. Moscow: Izd-vo "Institut psihologii RAN", 2013. P. 438–460. (In Russian).
25. *Merlin V.S.* Oчерk individual'nogo issledovaniya individual'nosti. Moscow: Pedagogika, 1986. (In Russian).
26. *Muzdybaev K.* Psihologija otvetstvennosti. Moscow: Li-brokom, 2010. (In Russian).
27. *Nesterova A.A.* Social'no-psihologicheskij podhod k ponimaniju konstrukta "zhiznesposobnost' lichnosti" // Zhiznesposobnost' cheloveka: individual'nye, professional'nye i social'nye aspekty / Ed. A.V. Makhnach, L.G. Dikaja. Moscow: Izd-vo "Institut psihologii RAN", 2016. (In Russian).
28. *Padun M.A., Kotel'nikova A.V.* Psihicheskaja travma i kartina mira. Teorija, jempirija, praktika. Moscow: Izd-vo "Institut psihologii RAN", 2012. (In Russian).
29. *Sergienko E.A.* Razvitie psihologii sub#ekta i sub#ekt razvitiya // Psikhologicheskii zhurnal. 2012. V. 33. № 1. P. 7–19. (In Russian).
30. *Tarabrina N.V., Harlamenkova N.E.* Sovladajushhee povedenie i posttravmaticheskij stress v period srednej i pozdnej vzroslosti // Zhiznesposobnost' cheloveka: individual'nye, professional'nye i social'nye aspekty / Ed. A.V. Makhnach, L.G. Dikaja. Moscow: Izd-vo "Institut psihologii RAN", 2016. (In Russian).

31. *Uajbrou P.* Mozg: Tonkaja nastrojka. Nasha zhizn' s tochki zrenija neyronauki. Moscow: Al'pina Publisher, 2016. (In Russian).
32. *Harlamenkova N.E., Kumykova E.V., Rubchenko A.K.* Psihologicheskaja separacija: podhody, problemy, mehanizmy. Moscow: Izd-vo "Institut psihologii RAN", 2015. (In Russian).
33. *Shapiro D.* Dinamika haraktera: Samoreguljacija pri psihopatologii. Moscow: Klass, 2009. (In Russian).
34. *Bronfenbrenner U.* The ecology of human development. Cambridge, MA: Harvard University Press, 1979.
35. *Masten A.S., Best K.M., Garmezy N.* Resilience and development: contributions from the study of children who overcome adversity // *Development and Psychopathology*. 1990. V. 2. P. 425–444.
36. *Rotter J.B.* The development and applications of social learning theory. N. Y.: Praeger, 1982.
37. *Sroufe L.A., Egeland B., Carlson E., Collins W.A.* The development of the person: The Minnesota study of risk and adaptation from birth to adulthood. New York: Guilford Press, 2005.
38. *Théorêt M.* La résilience, de l'observation du phénomène vers l'appropriation du concept par l'éducation // *Revue des Sciences de L'éducation*. 2005. V. 31. № 3. P. 633–658.
39. *Ungar M., Liebenberg L.* The Resilience Research Centre Adult Resilience Measure (RRC-ARM). User's manual: Research. Halifax: RRC, 2013.
40. *Werner E.E.* Risk, resilience, and recovery: perspectives from the Kauai longitudinal study // *Development and psychopathology*. 1993. V. 5. P. 503–515.