

ЖИЗНЕННАЯ УСПЕШНОСТЬ КАК МЕТАРЕСУРС В СИСТЕМЕ САМОРЕГУЛЯЦИИ ЛИЧНОСТИ

Н.А. Деева

Аннотация. Представлено понимание жизненной успешности с позиций регулятивного и ресурсного подходов как метаресурса в системе саморегуляции, реализующегося в механизмах: рефлексивно-онтологическом, рефлексивно-аксиологическом, рефлексивно-онтологическом.

Ключевые слова: жизненная успешность, саморегуляция, психологические ресурсы, метаресурсы.

LIFE SUCCESSFULNESS AS A METARESURS IN THE SELF-REGULATION SYSTEM OF THE PERSON

N.A. Deeva

Annotation. The article is devoted to the actual problem of the life successfulness from the standpoint of regulatory and resource approaches as a metaresource in the system of self-regulation realized in mechanisms: reflexive-ontological, reflexive-axiological, reflexive-ontological.

Key words: life successfulness, self-regulation, psychological resources, metaresources.

Основные вызовы современности обусловлены противоречивыми контекстами постмодерна, которые можно охарактеризовать как проблему открытых возможностей и неопределенности, сопровождающуюся хаотичностью, быстрой изменчивостью, разнородностью, перманентной экстремальностью. В этом динамично изменяющемся мире личность как самоорганизующаяся открытая система вынуждена обращаться к поиску новых внутренних возможностей для развития и реализации своего потенциала, в том числе, в трудовой и учебной деятельности. В связи с этим все большую актуальность приобретают проблемы психологии саморегуляции и ресурсных возможностей личности. Причем наиболее остро встает вопрос выявления и исследования целостных интегративных

образований, обладающих ресурсными возможностями в системе осознанной саморегуляции, которые требуют употребления приставки «мета» («метаресурс», «личностный потенциал», «жизнестойкость» (hardiness), «личностный адаптационный потенциал» и другие). В русле решения данной проблемы обнаруживается эффективное пересечение регулятивного и ресурсного подходов, реализующих принципы системности и субъектности. При исследовании проблем саморегуляции авторы выходят на ресурсный потенциал ее компонентов, механизмов и процессов, а также на проблему понимания высшей способности саморегуляции. В свою очередь, в рамках ресурсного подхода регулятивная функция личностных ресурсов обозначается в качестве основной (Б.Г. Ананьев, С.Л. Рубинштейн, В.Н. Дружинин, Д. Канеман, В. Франкл и др.).

Саморегуляция в широком плане понимается как совокупность интегративных психических процессов, обеспечивающих самоорганизацию психической активности человека как субъекта действий, поведения, жизнедеятельности, а также целостность его индивидуальности (Моросанова В.И., 2010). В качестве сущностных характеристик системы саморегуляции исследователи выделяют: осознанность, субъектность, целенаправленность, наличие системы выборов (Конопкин О.А., 1995; Моросанова В.И., 2010; Шаров А.С., 2000). Таким образом, саморегуляция – это есть осознанная, многоуровневая, направленная на постановку и достижение целей субъектная активность, осуществляемая посредством системы выборов. Система саморегуляции приводит в определенное состояние всю психику человека, «помогает» занять субъектную позицию, которая выражается в постановке и достижении разнообразных целей с учетом складывающейся ситуации во взаимосвязи человека и мира. Развитость системы регуляции и конструктивность субъектной позиции выражается в эффективности деятельности, другими словами, в ее успешности. Как отмечает В.И. Моросанова, «как бы ни был когнитивно одарен и компетентен человек, для высокой эффективности деятельности необходимо наличие у него развитой и совершенной системы регуляции достижения внешних (практических) и внутренних (направленных на себя, на решение своих проблем саморазвития)

целей» (Моросанова В.И., 2010). Соответственно, именно развитая система саморегуляции содержит в себе те интегративные метаресурсы, которые помогают раскрывать человеку собственный потенциал, актуализировать свои возможности, достигать поставленных целей и сохранять баланс целостности и открытости миру (Абульханова К.А., Ключко В.Е., Моросанова В.И., 2011). В рамках такого понимания встает проблема системной организации и функционирования психологических ресурсных возможностей человека, определения метасистемных характеристик, которые задают векторы функционирования всей системы ресурсов в целом (Калашникова С.А., 2011). Например, В.Н. Марков, обозначает это как метаресурс, обеспечивающий эффективность системы «психического управления поведением и развитием личности», «который показывает, в какой мере личности удалось освоить управление своими внутренними и внешними ресурсами для целей максимальной самореализации» (Марков В.Н., 2010).

Одним из таких метаресурсов, на наш взгляд, является жизненная успешность. Отметим, что успешность как таковая является неотъемлемым структурно-функциональным звеном процесса саморегуляции (Конопкин О.А., 1995; Моросанова В.И., 2010; Моросанова В.И., 2001) и содержательным показателем ее функционирования, содержит в себе огромный ресурсный потенциал и реализует основную функцию ресурсов – регуляторную. Ученые указывают, что проблема успеха «приобретает новую, более глубокую проблематизацию, связанную с операционализацией конкретных видов успешности и их критериев» (Тульчинский Г.Л., 2016).

Несмотря на то, что жизненная успешность как концепт является недостаточно определенным в современной психологической науке, проблемы, связанные с ее проявлениями и функционированием прямо или косвенно освещались на всем протяжении исторического развития и становления теоретической и практической психологии. В отечественной психологии проблема жизненной успешности затрагивалась в исследованиях, связанных с саморегуляцией, активностью, жизненным путем, жизнетворчеством, самореализацией

человека, успешностью переживаний, ценностно-смысловой сферой (Абульханова-Славская К.А., Анциферова Л.И., Ахмеров Р.А., Бурлачук Л.Ф., Василюк Ф.Е., Дружинин В.Н., Конопкин О.А., Леонтьев Д.А., Моросанова В.И., Шаров А.С. и др.). При этом в последнее десятилетие появились работы, посвященные непосредственно изучению отдельных аспектов жизненной успешности таких как: определение сущностных характеристик, концепта и предметной области жизненной успешности (Гафарова Н.В., 2015; Головчанова Н.В., 2010; Ключников С.Ю., 2003); социальные и личные представления об успехе, успешности и успешной личности (Курицкая Ю.В., 2012; Розенберг Н.В., 2001); выявление и обоснование факторов (Логвинова Т.Г., 2016) и наиболее значимых детерминант успешности (Головчанова Н.В., 2010; Ключников С.Ю., 2003, Щербакова Л.Н., 2006). Таким образом, в современной отечественной психологии очерчивается проблема наиболее целостного и глубоко понимания жизненной успешности как интегративного образования, встроенного в систему саморегуляции.

В рамках нашего исследования, где основополагающими подходами явились регулятивный и ресурсный, была осуществлена попытка системного междисциплинарного анализа проблематики жизненной успешности в социально-философском, научно-психологическом и практико-прагматическом контекстах (Деева Н.А., 2017). Результаты анализа позволили утверждать следующее. Жизненная успешность отображает и определяет основные ценностные ориентиры и стратегии жизни как общества, так и человека, и является точкой отсчета для самоопределения и субъективного выбора «жизненных координат» посредством содержательной и процессуальной сторон саморегуляции. С позиций принятых в обществе стереотипов, а также личного представления об успехе и успешности, человек находит точку отсчета в пространстве своих ценностно-смысловых образований для выстраивания координат собственной жизненной успешности (самоопределяется, находит свое предназначение, место в жизни, осознает свои притязания и т.п.). Определяет свои жизненные ориентиры, значимость и качественное наполнение личного успеха. Все это оформление происходит благодаря

рефлексивным способностям в процессе постоянного обращения к себе и к миру, очерчивания и выделения значимости ценностей и смыслов. Результаты такой внутренней работы проявляются во всех видах осознанной активности личности (конативной, аффективной, когнитивной). В свою очередь, результаты активности сигнализируют личности о том, насколько эффективно функционируют данные компоненты и подвигают к дальнейшим поискам смысла, сопоставлению целей и результатов, выбора способов активности как вариантов достижения поставленных целей.

Функционирование механизмов жизненной успешности происходит посредством рефлексивного оформления пространства ценностно-смысловой сферы: «цель-ценность-бытие». Соответственно определяется три взаимосвязанных механизма, которые можно обозначить как рефлексивно-технологический, рефлексивно-аксиологический и рефлексивно-онтологический. Данные механизмы были выделены на основании теоретического анализа и систематизации, а их наличие и выраженность исследовалась эмпирически при помощи авторской методики «Жизненная успешность».

Рефлексивно-технологический механизм раскрывается в наиболее оптимальном достижении цели, выраженной в конкретном результате деятельности, при этом цель и результат должны быть соизмеримыми, эффективными, положительными, подлинными, гибко корректируемыми и стратегичными. Именно рефлексивно-технологический механизм обеспечивает разворачивание процессуальной стороны саморегуляции, ее программ, стратегий, стилей, реализующихся в активности. Суть рефлексивно-аксиологического механизма заключается в конструировании личностью своего взаимодействия с социальной реальностью на основании ценностей как социальных и внутриличностных образований при осуществлении значимой социально оцениваемой целенаправленной активности. Подлинное понимание значимости цели деятельности и самой выполняемой деятельности невозможно без сформированного рефлексивно-аксиологического механизма. Рефлексивно-онтологический механизм заключается в переработке и

переживании жизненного опыта на основе наиболее универсальных жизненных принципов (правил, точек опоры), которые даны в человеческом бытии. Четкое определение и понимание основных принципов жизни определяет стратегию успешности, которая разворачивается в соотношении работы над собой (включая в первую очередь работу над своим внутренним миром) и преодолении внешних трудностей. Опора на данные принципы, следование им обеспечивает успешное существование в социальном, профессиональном и личностном планах.

Механизмы жизненной успешности как метаресурса в системе саморегуляции личности являются тем потенциалом, который, с одной стороны, обеспечивает достижение целей различного уровня и направленности (личных, общественных, профессиональных, учебных), приводя их к общему основанию, при этом способствуя сохранению целостности личности, преодолевая проблему «частичности» человека, а, с другой стороны, включают его в процесс активного взаимодействия с миром, способствуя тем самым наиболее полной реализации в различных сферах.

Таким образом, в системе саморегуляции жизненная успешность является интегративным метаресурсом, суть которого заключается в рефлексивном соотнесении жизненных целей с результатами субъектной активности в пространстве ценностно-смыслового поля с учетом социокультурных условий. Это соотнесение оказывает активизирующее влияние на личность и способствует возникновению позитивных состояний в процессе достижения цели, а также при оценке полученных результатов (Деева Н.А., 2017). Подобные состояния можно характеризовать как удовлетворенность, получение удовольствия от процесса и результата, готовность к деятельности, мотивация достижения успеха и т.п.

Библиографический список

1. Деева Н.А. Жизненная успешность: механизм, свойство, состояние. Контексты понимания // Современные исследования социальных проблем. 2017. Т. 8. №11. С. 22 – 46.
2. Калашникова С.А. Личностные ресурсы как интегральная

характеристика личности // Молодой ученый. 2011. № 8. Т. 2. С. 84 – 87. URL <https://moluch.ru/archive/31/3534/> (дата обращения: 10.12.2017).

3. Конопкин О.А. Психическая саморегуляция произвольной активности человека (структурно-функциональный аспект) // Вопросы психологии. 1995. № 1.

4. Марков В.Н. Ресурсный подход к психологической диагностике: основные принципы // Вестник РУДН. Серия Психология и педагогика. 2010. № 4. С. 5 – 10.

5. Моросанова В.И. Индивидуальные особенности осознанной саморегуляции произвольной активности человека // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. 2010. № 1. С. 36 – 46.

6. Моросанова В.И. Индивидуальный стиль саморегуляции: феномен, структура и функции в произвольной активности человека. М.: Наука, 2001. 192 с.

7. Психология саморегуляции в XXI веке / отв. ред. В.И. Моросанова. СПб.; М. : Нестор-История, 2011. 468 с.

8. Тульчинский Г.Л. Успех этики успеха // Возвращение этики успеха? Ведомости прикладной этики. Вып. 48 [Под ред. В.И. Бакштановского, О.А. Новоселова]. Тюмень: НИИ ПЭ, 2016. С. 27 – 35.

9. Шаров А.С. О-граниченный человек: значимость, активность, рефлексия: Монография. Омск: Изд-во Омского государственного педагогического университета, 2000. 358 с.