

УДК 159.923

САНОГЕННЫЙ ПОТЕНЦИАЛ ЛИЧНОСТИ КАК ОБЪЕКТ СИСТЕМНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ИССЛЕДОВАНИЯ

Осадько Олеся Юрьевна

Институт социальной и политической психологии НАПН Украины Киев, ул. Андреевская 15

Аннотация.

В статье поднята проблема развития личностных основ жизнеспособности человека. Автор рассматривает эту проблему в контексте возможностей личностного роста в процессе межсубъектного взаимодействия. В статье представлены результаты системного теоретического анализа научных знаний о развитии личностных основ жизнеспособности человека. Предложенная автором интегральная модель становления саногенного потенциала личности раскрывает природу и психологические закономерности развития способности человека осуществлять жизненные выборы, развивающие его жизнеспособность. Результаты проведенного исследования позволяют утверждать, что эффективность психологической помощи людям в развитии их жизнеспособности зависит от того, в какой модели межсубъектного взаимодействия эта помощь оказывается. В исследовании сравниваются две модели консультирования: информационно-ориентированная и личностно-ориентированная. Автор доказывает, что для каждой из этих моделей характерным является специфический способ взаимодействия между консультантом и клиентом. Опираясь на теоретический обзор научных исследований, автор обосновывает, что именно процесс взаимодействия между коммуникантами оказывает развивающее или блокирующее воздействие на развитие саногенного потенциала личности. Саморазвитие личности через освоение смысловых противоречий поддерживается интеракциями фасилитатора в личностно-ориентированной модели взаимодействия. Противоположный эффект оказывает информационно-ориентированная модель взаимодействия в психологическом консультировании, которая предполагает взаимоотношения по типу «эксперт-клиент». В статье детально рассматриваются психологические факторы негативного влияния эксперт-клиентских взаимоотношений на становление личностных основ жизнеспособности человека. На основе проведенного исследования автор приходит к выводу, что возникшая в отечественной психологической практике тенденция превращать психологическую помощь в психологическое просвещение препятствует решению задач развития жизнеспособности личности.

Ключевые слова: *жизнеспособность, полноценное функционирование личности, саногенный потенциал личности, смыслообразование, освоение смысловых противоречий, фасилитация личностного роста, коммуникативная модель психологической помощи.*

Актуальность. Задача укрепления био-психо-социального здоровья человека является одной из основных для теоретической и прикладной психологии личности. С одной стороны, предметом научного изучения являются благоприятные для личностного здоровья условия жизни, с другой – способность личности превращать «риски и вызовы» нашего несовершенного мира в ресурсы собственного роста. Поскольку перспективы создания оптимального мира, по-прежнему, далеки, то насущной задачей является оптимизация практики психологической помощи личности в развитии её саногенного потенциала – способности создавать смысловую основу для здоровье-развивающих (саногенных) жизненных выборов человека. Саногенный потенциал личности лежит в основе

жизнеспособности человека – его умения управлять ресурсами своего здоровья; его способности не просто выживать, а жить полноценной, удовлетворяющей его жизнью [1;2;3;4;5].

Состояние разработанности проблемы. Проблема саногенеза личности была поставлена в психологии в контексте изучения личностных стратегий совладания со стрессом, позитивной адаптации, поисковой активности и выявления критериев оптимальности функционирования личности (Т. Costa, R. R. McCrae, D. L. Hawley, R.S. Lazarus). Понятие «саногенный потенциал личности» (СПЛ) всё чаще используется в отечественной психологии, но является пока чисто описательным, недостаточно операционализированным (Арш, Нос, Рен). СПЛ определяется как «особый жизненный ресурс личности, отождествляемый с ресурсами сопротивляемости, стрессоустойчивости, эмоциональной устойчивости, копинг-стратегий, механизмов психологических защит, позитивного мышления, ощущения связанности, резилентности, потенциала позитивных изменений после переживания травматических событий» [6; с.18].

Отсутствие целостной научной концепции СПЛ приводит к тому, что в качестве психологических условий его развития рассматриваются так называемые «здоровые черты личности» - саногенное мышление (И.Ф.Аршава, С.Н.Морозюк, Е.В.Мирошник, Ю.М.Орлов), саногенная рефлексия (В.В Лысенко, С.Ф Марчукова, А.Л.Рудаков), саногенное восприятие, саногенное поведение (И.М. Спивак, Т.Н.Творогова). Однако, вопрос о том, как развивается саногенное мышление, ничем не проще вопроса о том, как развивается СПЛ. Все перечисленные «здоровые черты» личности, по сути, являются чертами «здоровой личности», то есть проявлениями СПЛ при решении субъектом определённого класса задач (когнитивных, рефлексивных, перцептивных и пр.). Для решения задач психологической помощи человеку в укреплении его жизнеспособности необходимо раскрыть закономерности развития саногенного потенциала личности, а не только диагностировать его проявления.

Целью нашего исследования выступает создание системно-коммуникативной концепции развития саногенного потенциала личности, раскрывающей базовые условия оптимизации психологических механизмов укрепления жизнеспособности человека.

Методами исследования являются: трансспективный анализ психологических подходов к изучению феномена личностно-смысловой регуляции жизнедеятельности человека, многомерный синтез научных знаний о принципах полноценного функционирования личности, операциональное моделирование процесса выбора субъектом коммуникации саногенных или патогенных способов смыслообразования.

Любая способность человека является потенциальным психическим образованием, как и сама личность, которая представляет собой интеграл его многообразных способностей. Поскольку любое потенциальное психическое образование проявляется (и может изучаться) только в процессе своей реализации, то предметом психологии личности выступают те «способности относиться к происходящему», которые актуализировались в определённом контексте взаимодействия человека с миром. Личность, как динамическая система субъективных отношений человека к действительности, рождается из опыта взаимодействия человека с очеловеченным миром и опосредует это взаимодействие путём смыслообразования [7;8;9;10].

Функционирование личности представляет собой процесс самоорганизации системы отношений человека к действительности при осуществлении выборов своего способа быть в коммуникативной ситуации (воспринимать, понимать и преобразовывать происходящее) [9;10;11;12]. В научных исследованиях единый и неделимый «смыслотворческий потенциал личности» [13], или «личностный интеграл» [14] может рассматриваться как интеграл способностей человека решать определённый класс жизненных задач.

В зависимости от выбранного исследователями класса задач, объектом изучения становятся «личностные потенциалы» социализации - ресоциализации, абилитации -

реабилитации, адаптации - реадaptации, профессионализации, конкурентоспособности и пр.. Иначе говоря, исследователи выделяют те особенности (единого) психического потенциала личности, «тот ансамбль отношений человека к действительности», который способствует более успешному решению людьми тех или иных жизненных задач. Одной из главных жизненных задач человека является задача управления ресурсами своего био-психо-социального здоровья. Этот здоровье-развивающий потенциал личности (СПЛ) можно определить как такие особенности системы отношений человека к действительности, которые содействуют росту его жизнеспособности. Для этого уровня рассмотрения личностного потенциала нельзя выделить свой «класс задач», так как при решении любых жизненных проблем человек может, или ослаблять, или укреплять свою жизнеспособность. Поэтому оптимальное становление СПЛ определяется полноценным функционированием - развитием личности¹ (её саногенезом).

Поскольку создание интеграционной концепции полноценного функционирования личности требует многопланового синтеза научных знаний, полученных не только в различных областях психологии, но и в философии, социологии, естественных науках, то ведущим методологическим ориентиром построения исследования выступают гносеологические принципы системного подхода [9,15;16]. Уникальность системного подхода как метода познания заключается в том, что он дает гносеологические ориентиры не только для интеграции различных планов существования психического как системной целостности, но и для солидаризации различных научных направлений (ракурсов) его исследования. Поскольку научные измерения определенных объектов исследования задаются определенными теоретическими подходами, то построение интегральной концепции полноценного функционирования личности невозможно без интеграции тех научных теорий, в контексте которых сконструированы объяснительные модели этого феномена.

Проведенный нами транспективный теоретический анализ развития научных представлений о личности включал основные направления персонологии, в которых изучаются проблемы саногенеза личности (от психоаналитических, поведенческих, когнитивных до экзистенциально-гуманистических); социологические и социально-психологические теории, раскрывающие механизмы социального взаимодействия и влияние этого взаимодействия на становление личности (М. Вебер, П. Сорокин, Т. Парсонс); философско - мировоззренческие подходы, в которых определяются способы понимания природы мира, человека и их взаимосвязи (феноменология Э. Гуссерля, подчеркивающая чудо субъективности, экзистенциализм М. Хайдеггера, С. Кьеркегора, в котором раскрывается особая сущность человеческого «здесь бытия», диалогический персонализм М. Бубера, Н. А. Бердяева, определяющий коммуникацию - основой конституирования личности, как цели человеческого существования).

Результаты проведенного теоретического исследования показали, что научные измерения процесса функционирования личности изменялись по мере перехода методологии науки от одной мировоззренческой парадигмы – к последующим. Так, в классическом «дискурсе» рассматривались, преимущественно, содержательные особенности личностного потенциала (дифференцированность / интегрированность, когерентность / противоречивость сформированной системы отношений); в неклассическом - особенности реализации личностного потенциала (стратегии регуляции деятельности); в постнеклассическом – динамические характеристики саморазвития личности как субъекта (автора) создания

¹ Наиболее известной психологической теорией «оптимальной личности» является концепция А. Маслоу. Основателями теорий оптимального (полноценного) функционирования личности стали, в первую очередь, учёные, которые занимались психологической практикой (О.Ф.Лазурский, В.Н.Мясищев, М.Яхода, К.Роджерс, Дж. Келли)

смысловой основы жизненных выборов (процесса становления смыслотворческих способностей личности).

Представления о личности как самоорганизующейся системе (Клочко) смысловой регуляции взаимодействия человека и мира позволяют интегрировать все научные наработки этих методологических парадигм в единую модель функционирования личности, которая самосозидается, саморегулируется и саморазвивается. Теоретической платформой для построения интеграционной модели развития СПЛ выступал коммуникативно-психологический подход. Этот целостный процесс самоорганизации личности может изучаться в плане накопления жизненного опыта (трансформации его в потенциал отношений человека к действительности), в плане реализации этого потенциала при создании смысловой основы субъективных выборов (конструирования личностных смыслов) и в плане саморазвития смыслотворческих способностей (при освоении возникающих смысловых противоречий путём создания смыслов более высокого порядка). В каждом научном измерении целостного процесса функционирования личности обнаруживаются специфические критерии личностного роста и развития СПЛ.

Однако, если для задач психологической диагностики все эти критерии применимы, то для задач активизации развития СПЛ – нет. Психологическая помощь имеет целью оптимизацию функционирования личности, «помощь человеку в его помощи самому себе», а не оценку уровня его жизнеспособности в сравнении с идеальным. Если даже допустить, что кто-то может знать, в каких изменениях нуждается чужая «картина мира» или «образ жизни», то никто, кроме самого автора, не сможет «внести эти изменения». Попытки просветителей от психологии убедить человека в том, что он «неправильно» понимает происходящее и «неэффективно» действует, не дают развивающего эффекта, так как для личностного роста необходим новый личный опыт, а не информация о чужом жизненном опыте.

При лучших намерениях просветителя и самой «лучшей» информации, сам процесс её передачи от просвещающего к просвещаемому осуществляется в модели взаимодействия «эксперт-клиент». Коммуникативный опыт, получаемый клиентом в таком взаимодействии, не развивает его способность реализовывать и развивать свой смыслотворческий потенциал при осуществлении жизненных выборов. Выбор делает, предлагает и обосновывает эксперт, а клиент только реализует привычные способы относиться к чужому мнению. Независимо от того, выберет ли клиент роль послушного или протестующего ученика, вычерпанный ним из такого взаимодействия опыт обхождения с несопадением мнений, будет опытом превознесения одного и обесценивания другого варианта выбора. Идея поиска «правильного» мнения (кого признать экспертом) исключает стремление искать консенсус, создавать новое решение на основе освоения актуализированных разногласий. Без такого освоения смысловых противоречий личность не может создавать смыслы более высокого порядка, что и блокирует её саморазвитие.

В отличие от психологического просвещения, психологическая помощь направлена не на передачу знаний эксперта – клиенту, а на создание коммуникативных условий для саморазвития личности. Личностно-развивающим является партнёрское взаимодействие, в котором интеракции фасилитатора направлены на то, чтобы выявленные партнёром смысловые противоречия не отбрасывались, а осваивались ним. При освоении противоречий новые смыслы создаются без отвержения какой-то из «несогласных» позиций, а путём их взаимообогащения. Создаваемые смыслы более высокого порядка позволяют человеку увидеть ситуацию в новой перспективе, в единстве её многообразия. Это расширение перспективы видения происходящего через вертикальную динамику смыслообразования и является задачей психологической помощи человеку в развитии его жизнеспособности. Базовые условия фасилитации личностного роста (принятие, эмпатия и конгруэнтность) обеспечивают возможность сознания, изучения и разрешения тех противоречий, которые в

других коммуникативных контекстах могут восприниматься субъектом выбора как «угроза стабильности личности» и избегаются.

Для задач психологической помощи человеку в становлении его жизнеспособности необходимо опираться не на результирующие, а на процессуальные критерии развития СПЛ. Результирующими критериями развития СПЛ является «зрелость» репрезентативных и регуляторных структур личности. Процессуальными критериями – способ обхождения субъекта выбора с противоречиями, которые *он* замечает при конструировании личностных смыслов. Саногенным способом обхождения с этими противоречиями является их освоение, которое можно операционализировать как осознание разногласий (вместо их избегания), рассмотрение оснований каждой точки зрения (вместо присоединения к одной и отвержения другой), поиск нового варианта решения задачи, включающего субъективно значимые аспекты несовместимых вариантов выбора (вместо самоограничения своих смыслотворческих возможностей).

Актуализация смысловых противоречий между несовместимыми вариантами субъективного конструирования действительности возникает на любом этапе развития личности (по мере личностного роста меняется содержание выявляемых субъектом выбора смысловых противоречий). Это связано не только с многозначностью субъективных отношений человека к различным аспектам происходящего, но и с постоянной изменчивостью его самого и мира. Через освоение этих противоречий происходит саморазвитие личности и рост жизнеспособности человека.

Взаимодействие с партнёром-фасилитатором активизирует становление СПЛ, поскольку помогает участникам осваивать внешние и внутренние противоречия, выявляемые ними при решении коммуникативных задач. Коммуникативный опыт обращения с противоречиями как с ресурсами развития своих смыслотворческих способностей интериоризируется личностью и становится её способом относиться к многообразию вариантов конструирования действительности как в процессе аутокоммуникации так и в коммуникации с носителями иных точек зрения. Такое творческое отношение к несовпадающим мнениям не только уменьшает субъективную стрессогенность возникающих конфликтов, но и позволяет человеку использовать их развивающие ресурсы для наращивания своей жизнеспособности.

Просвещение по вопросам психологического здоровья может повышать эрудицию, но не может развивать жизнеспособность обучаемого². Это связано не с качеством информации, а со специфической моделью взаимодействия, в которой осуществляется передача знаний от эксперта – к клиенту. Интенция эксперта донести, обосновать, доказать правильность своих представлений предполагает направленность интеракций на преодоление «сопротивления» клиента, а не на репрезентацию, изучение и развитие возникающих во взаимодействии разногласий. Тот коммуникативный опыт, который вычерпывает обучаемый из такого взаимодействия, является опытом соревнования за право на истину и не способствует развитию смыслотворческих способностей личности.

Борьба с иным мнением (чужим или одним из собственных) всегда активизирует самоограничения личности – перцептивные, когнитивные или конативные. Ограничение контакта с «неподходящими» аспектами своего опыта (прошлого или текущего) «облегчает» принятие решения о том, какое из мнений «правильное». Однако такие решения вредят как здоровью человека (который потом сам саботирует их реализацию), так и развитию его жизнеспособности (СПЛ). Соревновательные мотивы блокируют возможность понимания и развития каждой из противоборствующих точек зрения, без чего невозможно освоение обнаруженных противоречий.

² И присвоение и реализация знаний, умений и пр. определяется отношениями человека к действительности (Мяс), поэтому человека нельзя научить жить, но можно создать коммуникативное пространство, способствующее процессу самонаучения. В отличие от юридической, технической, медицинской и пр. помощи, средством которых являются знания эксперта, средством психологической помощи является общение.

Если из взаимодействия с экспертом субъект вычерпывает опыт «борьбы мнений», то из взаимодействия с фасилитатором – опыт «взаиморазвития мнений». Решения, принятые путём развития исходных альтернатив, являются не только легче реализуемыми (так как носители разных точек зрения не противодействуют, а содействуют выборам), но и способствуют становлению СПЛ (развитию смыслотворческих способностей личности).

Выводы:

1. Саногенный потенциал личности является феноменом её полноценного функционирования, который проявляется в способности человека решать свои жизненные задачи такими способами, которые развивают его жизнеспособность.
2. Саногенность осуществляемых человеком жизненных выборов определяется полноценностью реализации его личностного потенциала в процессе смыслообразования (конструирования своих решений о том, как воспринимать, понимать и действовать в данной коммуникативной ситуации).
3. В процессе реализации личностью своих способностей создавать смысловую основу выборов можно изучать как структурные характеристики её «жизненного мира» и «образа жизни», так и динамические особенности самоорганизации при обхождении с выявленными смысловыми противоречиями.
4. В отличие от результирующих критериев полноценности функционирования личности (выявляющих зрелость её репрезентативных и регуляторных структур), динамические критерии являются практическими ориентирами для активизации процесса саморазвития личности в межсубъектном взаимодействии.
5. Поскольку развитие смыслотворческих способностей личности происходит через освоение выявленных нею при конструировании выбора смысловых противоречий, то для становления СПЛ оптимальной является фасилитационная модель межсубъектного взаимодействия. В экспертной модели психологического просвещения блокируется процесс самореализации и саморазвития личности, так как центром внимания становятся те знания, которые эксперт стремится донести до клиента.

Литература

1. Ungar M. (ed.) Handbook for working with children and youth. Pathways to resilience across cultures and contexts. - Thousands Oaks-L. – New Delhi: Sade Publications, Inc. 2005
2. Рыльская Е. А. Психология жизнеспособности человека - Челябинск: ЧГПУ, 2009.- 361 с.
3. Роджерс К., Фрейберг Дж. Свобода учиться - М.: Смысл, 2002.- 527 с.
4. Осадько О.Ю. Саногенний потенціал особистості як психологічна основа біо-психосоціального здоров'я людини / О.Ю.Осадько // «Особистість у сучасному світі» - К. ДП «Інформаційно-аналітичне агентство», 2014 с.64-68
5. Осадько О.Ю. Экзистенциально-психологический подход к проблеме развития жизнеспособности человека // Сб. матер. конф. «Психология способностей: современное состояние и перспективы исследований». Код доступа: http://creativity.ipras.ru/ponomarev2015/texts/ponomarev_abstracts.pdf.
6. Аршава І.Ф. Саногенічна парадигма у дослідженні особистості / Аршава І.Ф., Репіна О.Г. // Медична психологія, 2010 №2. – с. 16-21
7. Мясищев В.Н. Психология отношений. Москва-Воронеж, 1995.- 460 с.
8. Выготский Л. С. Собр. соч.: В 6 т. - М.: Педагогика, 1983 Т. 3. – 560 с.
9. Ломов Б.Ф. Методологические и теоретические проблемы психологии / Под ред. Ю.М.Забродин, Е.В.Шорохова. – М.: Наука, 1984. - 465 с.
10. Транскомуникация: преобразование жизненных миров человека / Под ред. В.И. Кабрина. – Томск: ТГУ, 2011. - 400 с

11. Барабанщиков В.А. Коммуникативный подход к исследованию когнитивных процессов // Психологические и психоаналитические исследования / Под ред. А.Н.Лебедева. — М.: Институт психоанализа, Изд Воробьев А.В., 2009. — С.8-21
12. Maddi, S. Hardiness and Mental Health / S. Maddi, D. Khosaba // Journal of Personality Assessment. 1994. - Oct. - №2. - Vol. 63. - P. 265-274.
13. Леонтьев Д.А. Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой реальности, 2-е изд.-М.: Смысл, 2003.-487с.
14. Абульханова К.А. Психология и сознание личности — М.: Московский психолого-социальный институт; Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 1999. 224с.
15. Ключко В.Е. Самоорганизация в психологических системах: проблемы становления ментального пространства личности (введение в транспективный анализ). Томск, 2005. 172 с. .
16. Юдин Б. Г. Здоровье: факт, норма и ценность // Мир психологии. — 2000. - № 1 (21). - С. 54-68

Article received: 2016-04-26