

*На правах рукописи*

Митрофанова Елена Николаевна

**АКТИВНОСТЬ ИНДИВИДУАЛЬНОСТИ КАК РЕСУРС  
ЖИЗНЕСТОЙКОСТИ  
(НА ПРИМЕРЕ СТУДЕНЧЕСТВА)**

Специальность: 19.00.01 – Общая психология, психология личности,  
история психологии

**АВТОРЕФЕРАТ**  
диссертации на соискание ученой степени  
кандидата психологических наук

Екатеринбург – 2019

Работа выполнена на кафедре практической психологии Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет».

Научный руководитель: доктор психологических наук, профессор  
Волочков Андрей Александрович

Официальные оппоненты: Щебетенко Сергей Александрович,  
доктор психологических наук, доцент, Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования «Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики» (г. Москва), профессор департамента психологии

Махнач Александр Валентинович,  
кандидат психологических наук, Федеральное государственное бюджетное учреждение науки Институт психологии Российской академии наук (г. Москва), старший научный сотрудник Лаборатории психологии труда, эргономики, инженерной и организационной психологии

Ведущая организация: ФГБОУ ВО «Пятигорский государственный университет», г. Пятигорск

Защита состоится: «11» февраля 2019 г. в 13.00 часов на заседании диссертационного совета Д 212.285.19 на базе ФГАОУ ВО «Уральский федеральный университет имени первого Президента России Б.Н. Ельцина» по адресу: 620000 г. Екатеринбург, пр. Ленина 51, зал заседаний диссертационных советов, к. 248.

С диссертацией можно ознакомиться в библиотеке и на сайте ФГАОУ ВО «Уральский федеральный университет имени первого Президента России Б.Н. Ельцина», <http://lib.urfu.ru/mod/data/view.php?d=51&rid=286358>

Автореферат разослан «\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2018 года

Ученый секретарь  
диссертационного совета  
кандидат психологических наук

Юртаева М.Н.

## ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

### **Проблема, степень ее научной разработанности и ограничения исследования.**

Социальные процессы в современном обществе предъявляют все больше требований к способности человека самостоятельно справляться с трудностями, кризисами и вызовами. Все больше ценятся субъектные качества человека такие, как активность, саморегуляция (самодетерминация), способность к рефлексии, авторство, ответственность, жизнестойкость.

Активность субъекта как третий фактор психического развития наравне с биологическим и социальным, понимается как мера субъектности взаимодействия человека с миром (А.А. Волочков, А.В. Иващенко, А.Ю. Попов). Но активность субъекта не отражает всех механизмов формирования и реализации активности человека. В данной связи важными и актуальными представляются слова В.С. Мерлина о том, что «... все практические проблемы оптимизации деятельности человека в обучении, труде, спорте, организации коллектива наиболее успешно разрешаются тогда, когда в качестве субъекта активности рассматривается вся интегральная индивидуальность, а не отдельные ее уровни» (В.С. Мерлин, 1986, с. 212). В научной школе В.С. Мерлина созданы необходимые методологические и эмпирические предпосылки перехода от исследования отдельных видов и проявлений активности в структуре интегральной индивидуальности к изучению феномена активности индивидуальности в целом (А.А. Волочков, Л.Я. Дорфман, А.Ю. Попов). Однако системных, интегральных исследований активности индивидуальности, в том числе ее структуры и функций, недостаточно (В.А. Барабанщиков, Б.А. Вяткин, Л.Я. Дорфман, В.П. Кузьмин, Б.Ф. Ломов, В.С. Мерлин, Я.А. Пономарев, Е.С. Самойленко, Д.В. Ушаков). Это затрудняет понимание интегральной индивидуальности как активной системы и сдерживает использование уже имеющихся исследований в практике.

Жизнестойкость человека понимается как способность трансформировать стрессогенные обстоятельства в жизненный опыт, способность справляться с онтологической тревогой, выбирать будущее и, тем самым, обретать смысл. Современная психология владеет обширным массивом результатов исследований феноменов, связанных с жизнестойкостью (И.А. Джидарьян, Т.О. Гордеева, Д.А. Леонтьев, Е.Н. Осин, Е.И. Рассказова, А. Antonovsky, S. Maddi и др.), однако не до конца понятны источники и ресурсы жизнестойкости, заложенные в самой индивидуальности и, прежде всего, в ее активности. Кроме того, в исследованиях жизнестойкости, как правило, акцентирован какой-либо один компонент – когнитивный, аффективный и т.п. (А. Antonovsky, S. Maddi), что ограничивает ее изучение как системного феномена.

Данная работа выполнена в рамках психологии индивидуальности и психологии субъекта. Мы рассматриваем как активность, так и жизнестойкость на уровне отдельного индивида (индивидный и индивидуально-психологический уровни интегральной индивидуальности), а не сообщества или социальной группы (система социально-психологических индивидуальных свойств в нашем исследовании не представлена).

**Актуальность исследования** связана, во-первых, с изучением и выявлением внутренних ресурсов жизнестойкости человека, представленных в активности самой индивидуальности. Во-вторых, с переходом от поэлементного изучения активности человека, к интегральному, целостному (К.А. Абульханова, Е.А. Белан, А.А. Волочков, В.В. Белоус, И.В. Боязитова, А.В. Иващенко, А.Ю. Попов). Такой переход возможен благодаря пониманию того, что в качестве субъекта активности должна рассматриваться вся интегральная индивидуальность в целом, а не отдельные ее уровни (В.С. Мерлин). Индивидуальность при этом понимается как иерархически организованная система не входящих друг в друга, относительно автономно сосуществующих разноуровневых подсистем, много-многозначно связанных между собой (В.С. Мерлин, В.В. Белоус, Б.А. Вяткин, Л.Я. Дорфман).

#### **Методологические основы исследования.**

Прежде всего, к ним относится теория интегральной индивидуальности В.С. Мерлина. Исследование опирается на следующие методологические принципы этой теории.

1. Принцип полисистемности. Действительность, в том числе и интегральная индивидуальность, представляется как многосистемное, многоуровневое, полидетерминированное образование (Б.А. Вяткин, Л.Я. Дорфман).

2. Принцип иерархии, в основе которого лежат представления о единстве процессов дифференциации и интеграции. В системе интегральной индивидуальности выделяются уровни: индивидуальных свойств организма, индивидуальных психических свойств и социально-психологических индивидуальных свойств (В.С. Мерлин). Иерархические уровни интегральной индивидуальности возникают на разных этапах филогенеза и онтогенеза.

3. Принцип полиморфизма, каузальной и теологической детерминации и изомерии как разновидностей полиморфизма. Один и тот же состав компонентов может служить основой разных явлений, так как одни и те же компоненты могут быть по-разному связаны между собой (Б.А. Вяткин, Л.Я. Дорфман).

4. Принцип интегральности и связи. Индивидуальность как интегральность возникает благодаря наличию одно-многозначных и много-многозначных связей между свойствами индивидуальности одного или разных уровней (В.С. Мерлин). Характер связи определяет особенности свойств индивидуальности (Б.А. Вяткин, Л.Я. Дорфман).

5. Принцип активности и субъектности в интегральной индивидуальности. Субъект представляет собой высший уровень интеграции индивидуальных и активностных особенностей человека. При этом системы «субъект» и «индивидуальность» взаимодействуют, объединяются через активность субъекта (Б.А. Вяткин, М.Р. Щукин).

6. Важным методологическим основанием исследования является один из принципов психологии полиморфной индивидуальности (В.В. Белоус, И.В. Боязитова). Этот принцип относится к приспособительным возможностям субъектов и характеризуется авторами, как «универсализм адаптации индивидуальности в мире многообразных профессий» (В.В. Белоус, И.В. Боязитова, 2016, с. 11). Данный принцип описывает компенсаторные отношения между различными свой-

ствами индивидуальности, что соответствует организации больших саморегулируемых и самоуправляемых систем.

Методологической основой исследования также являются психологические концепции активности: концепция целостной активности субъекта бытия и активности индивидуальности (А.А. Волочков), концепция активности субъекта деятельности (Б.Г. Ананьев, А.Н. Леонтьев, А.В. Петровский); концепция активности субъекта (С.Л. Рубинштейн, А.В. Брушлинский, И.А. Джидарьян, К.А. Абульханова-Славская, Н.Е. Харламенкова, Е.А. Белан); стили активности в структуре интегральной индивидуальности (Б.А. Вяткин); концепция активности индивидуальности в метаиндивидуальном мире (Л.Я. Дорфман); психодинамическая концепция активности (А.И. Крупнов); дифференциально-регуляторный подход к индивидуальности человека (О.А. Конопкин, А.К. Осницкий, В.И. Моросанова, Г.С. Прыгин).

Третьей группой методологических оснований исследования являются теории, описывающие жизнестойкость и близкие к ней концепты: теория экзистенциальной отваги, мужества (П. Тиллих); психология смысла и экзистенциальный подход в психологии (С. Кьеркегор, Р. Лэйнг, Р. Мэй, В. Франкл, Э. Фромм); концепция жизнестойкости (С. Мадди); концепция самоэффективности (А. Бандура); концепция салютогенеза (А. Антоновски); теория самодетерминации (Э. Деси, Р. Райан); концепция личностного потенциала (Д.А. Леонтьев, Е.Н. Осин, Е.И. Рассказова, Л.А. Александрова); концепция жизнеспособности (А.В. Махнач, Е.А. Рыльская); концепция диспозиционного оптимизма (М. Шейер, Ч. Карвер, Т.О. Гордеева, И.А. Джидарьян).

**Эмпирические основания исследования:** исследования функций активности в структуре интегральной индивидуальности (Б.А. Вяткин); исследования полимодального «Я» и метаиндивидуальности (Л.Я. Дорфман); исследования целостной активности субъекта жизнедеятельности в юношеских и студенческих выборках (А.А. Волочков, А.Ю. Попов, Е.Ю. Рослякова); исследования жизнестойкости, психологического благополучия, удовлетворенности жизнью, диспозиционного оптимизма (М. Аргайл, С. Мадди, Л.А. Александрова, И.А. Джидарьян, Т.О. Гордеева, Д.А. Леонтьев, А.В. Махнач, Е.Н. Осин, Е.И. Рассказова, Е.А. Рыльская); ресурсный подход в психологических исследованиях (Д. Канеман, С. Хобфолл, М. Чиксентмихайи, В.А. Бодров, Е.В. Волкова, Т.П. Зинченко, Т.Ю. Иванова, Д.А. Леонтьев, В.И. Моросанова, В.А. Толочек, С.А. Хазова).

**Теоретическая значимость** исследования обоснована тем, что полученные результаты углубляют представления об интегральной индивидуальности как активной саморазвивающейся системе. Работа продолжает линию исследований Пермской психологической школы, направленных на поиск стержневых, системообразующих характеристик интегральной индивидуальности (В.С. Мерлин, Б.А. Вяткин, М.Р. Щукин, Л.Я. Дорфман, А.А. Волочков, Н.В. Коптева, А.Ю. Попов, А.Ю. Калугин). Введено и операционализировано понятие «активность индивидуальности» как: а) целостной системы проявлений активности различных уровней и подуровней интегральной индивидуальности; б) меры субъектности взаимодействия индивидуальности с миром, отражающей соотношение субъект-

ного и объектного. Установлено, что разноуровневые проявления активности образуют единый фактор, выражающий доминанту целостности проявлений активности по отношению к тенденции их дифференциации. Доказано, что активность индивидуальности оказывает значимый эффект на жизнестойкость и субъективное благополучие студентов.

**Научная новизна.** 1. Установлена необходимость в системных исследованиях активности индивидуальности. 2. Составлена и апробирована диагностическая программа, позволяющая исследовать проявления активности на разных уровнях интегральной индивидуальности; жизнестойкость и ее компоненты, а также субъективное благополучие. 3. Применены методы структурного моделирования для построения факторно-аналитических моделей активности индивидуальности и жизнестойкости. 4. Построены и проанализированы факторно-аналитические модели структуры разноуровневых проявлений активности индивидуальности, при этом наиболее пригодной моделью оказалась модель с одним латентным («генеральным») фактором активности, выражающим доминанту интеграции над дифференциацией, целостности над автономией ее отдельных подсистем и компонентов. 5. Получена и проанализирована структура жизнестойкости, имеющая три компонента: когнитивный, аффективный, регулятивный. 6. Изучена ресурсная функция активности индивидуальности по отношению к жизнестойкости и субъективному благополучию студентов. Выявлено, что более высокий уровень активности индивидуальности предполагает высокий уровень жизнестойкости, а также оптимизма, удовлетворенности жизнью и психологического благополучия.

**Практическая значимость исследования** подтверждается тем, что разработана и внедрена диагностическая программа измерения разноуровневых проявлений активности индивидуальности студенчества, жизнестойкости и субъективного благополучия. На ее основе проводятся практические занятия по курсам «Психолого-педагогическая диагностика», «Психология активности». Данная программа может быть использована в диагностике и помощи студентам с эмоциональными нарушениями, сложностями в саморегуляции и адаптации, депрессивными реакциями.

Определены перспективы использования материалов исследования специалистами в области психологии и педагогики высшей школы в индивидуальном и групповом психологическом сопровождении студентов. Полученные результаты могут использоваться в тренингах повышения стрессоустойчивости, в профилактике и преодолении синдрома эмоционального выгорания, совершенствовании навыков саморегуляции. А также в индивидуальном консультировании и психотерапии студентов с психологическими проблемами, вызванными отказом от активности и снижением жизнестойкости (эмоциональные расстройства, страхи, суицидальные склонности, посттравматические стрессовые расстройства).

**Целью исследования** является получение и описание факторно-аналитической структуры активности интегральной индивидуальности на двух ее уровнях: индивидуальном и индивидуально-психологическом; а также анализ и оценка ресурсных возможностей активности индивидуальности по отношению к жизнестойкости человека.

**Объект исследования** – активность интегральной индивидуальности и жизнестойкость студентов.

**Предмет исследования** – активность индивидуальности в системе индивидуальных и индивидуально-психологических проявлений как ресурс жизнестойкости (на примере студенчества).

**Гипотезы исследования.** В соответствии с заявленным предметом исследовательские гипотезы представлены тремя группами.

**1. Гипотезы о структуре активности индивидуальности.**

Активность интегральной индивидуальности студентов может быть представлена факторно-аналитической моделью наиболее существенных разноуровневых проявлений активности индивидуальности. При этом тестируются три гипотетических варианта данной структуры:

а) гипотеза о строгой централизации разноуровневых проявлений активности индивидуальности – разноуровневые проявления активности интегральной индивидуальности (нейродинамические, темпераментальные, личностные) образуют единый генеральный фактор активности индивидуальности, т.е. тенденция связности, «централизации» разноуровневых проявлений активности индивидуальности преобладает над их «автономией»;

б) альтернативная гипотеза об автономии проявлений активности в рамках «своего» уровня интегральной индивидуальности – разноуровневые проявления активности интегральной индивидуальности не образуют единого латентного фактора и не взаимосвязаны, что свидетельствует о преобладании их «уровневой автономии» над связностью и «централизацией»;

в) гипотеза о нестрогой централизации разноуровневых проявлений активности – разноуровневые проявления активности взаимосвязаны, но не образуют единого латентного фактора.

**2. Гипотеза о структуре жизнестойкости.** Феномен жизнестойкости в студенческой выборке может быть представлен факторно-аналитической моделью проявлений когнитивного, аффективного и регулятивного компонентов, обобщенно выражающей наиболее известные концепции данного феномена.

**3. Гипотезы о ресурсной функции активности индивидуальности по отношению к жизнестойкости и субъективному благополучию:**

а) имеются статистически достоверные эффекты активности индивидуальности студентов по отношению к их жизнестойкости в целом и отдельным ее компонентам;

б) имеются статистически достоверные эффекты активности индивидуальности по отношению к связанным с жизнестойкостью феноменам – психологическому благополучию, удовлетворенности жизнью и диспозиционному оптимизму студентов.

Цель, предмет и гипотезы определили следующие **задачи исследования.**

1. Изучить отечественные и зарубежные подходы к феноменам активности индивидуальности и жизнестойкости человека.

2. Проанализировать особенности понимания категории «ресурс» и «ресурсного подхода» в отечественных и зарубежных исследованиях.

3. В ходе эмпирического исследования выявить и описать наиболее пригодную факторно-аналитическую модель разноуровневых проявлений активности интегральной индивидуальности (на выборке студентов).

4. Проверить гипотезу о трехфакторной структуре жизнестойкости.

5. Проверить гипотезу о достоверности эффектов активности индивидуальности на жизнестойкость.

6. Выявить эффекты активности индивидуальности студентов на следующие психологические феномены, связанные с жизнестойкостью: психологическое благополучие, удовлетворенность жизнью и диспозиционный оптимизм.

#### **Методы исследования.**

Теоретические: анализ (историко-психологический и теоретико-методологический), синтез и обобщение научной литературы по проблеме исследования.

Методы сбора эмпирических данных: для изучения разноуровневых проявлений активности индивидуальности использовались «Опросник формальных характеристик поведения – Темпераментальный перечень» (Formal Characteristics of Behavior–Temperament Inventory, FCB-TI) Я. Стреляу в российской адаптации О. Митиной, Б. Завадского и др.; «Личностный опросник Грея-Уилсона» (Gray-Wilson Personality Questionnaire, GWPQ) в адаптации Г.Г. Князева с соавт.; опросник «Диагностика активности студентов» (ДАС) А.А. Волочкова, А.Ю. Попова; «Полиמודальный вопросник Я» (ПВЯ) Л.Я. Дорфмана; «Вопросник учебной активности студентов» (ВУАСТ) А.А. Волочкова.

Изучение жизнестойкости и связанных с ней феноменов проведено с использованием «Теста жизнестойкости» С. Мадди в адаптации Д.А. Леонтьева, Е.И. Рассказовой; «Шкалы чувства связности» А. Антоновски в адаптации М.Н. Дымшица; личностного опросника «Автономность-зависимость» Г.С. Прыгина; «Опросника контроля за действием» Ю. Куля в адаптации С.А. Шапкина.

Кроме того, изучались характеристики субъективного благополучия и оптимизма, в контексте которых жизнестойкость также достаточно часто исследуется. При этом использован следующий инструментарий: «Общий опросник здоровья» (General Health Questionnaire, GHQ), авторы Д. Голдберг и П. Уильямс (в адаптации А.А. Волочкова); «Шкала удовлетворенности жизнью» (Satisfaction with Life Scale, SWLS), автор Е. Динер (в адаптации Д.А. Леонтьева, Е.Н. Осина); «Тест диспозиционного оптимизма» (ТДО), авторы М. Шейер и Ч. Карвер (в адаптации Т.О. Гордеевой).

Всего в ходе исследования использовано 12 диагностических инструментов, на основании которых было получено 56 переменных.

Методы математико-статистической обработки данных. Использовались методы описательной статистики и методы многомерного анализа данных, в том числе конфирматорный факторный анализ, регрессионные уравнения, кластерный анализ методом к-средних, Т-критерий Стьюдента, корреляционный анализ по К. Пирсону, однофакторный дисперсионный анализ (ANOVA). Статистический анализ данных осуществлялся с помощью прикладных статистических пакетов Statistica 10.0. корпорации StatSoft, SPSS 22 AMOS 22 корпорации IBM.



Описательно-интерпретационные методы: описание полученных эмпирических данных, их интерпретация.

**Этапы исследования.** Исследование проводилось в 3 этапа.

Теоретический анализ проблемы и пилотное исследование. На первом этапе в «тестовую батарею» исследования вошли 10 опросников, с помощью которых было получено 43 диагностических показателя.

Организация и проведение основного эмпирического исследования. Скорректирована диагностическая программа и дизайн эмпирического исследования. В итоговую диагностическую базу вошли 12 методик, позволяющих получить 56 показателей разноуровневых характеристик активности индивидуальности, жизнестойкости и субъективного благополучия. Анализ эмпирического массива данных проводился в программах Excel, StatSoft Statistica 10.0., IBM SPSS22 AMOS 22.

Интерпретация и обобщение полученных результатов.

**Выборка.** В исследовании первого этапа принял участие 41 студент Пермского государственного гуманитарно-педагогического университета (психологический (2 курс) и исторический – специальность «юриспруденция» (1 курс) факультеты), в возрасте от 18 до 22 лет ( $M = 19,3$ ;  $SD = 1$ ). Из них 10 юношей и 31 девушка. Выборка второго этапа исследования составила 188 студентов, преимущественно гуманитарных специальностей, из них 128 девушек, 60 юношей; возрастной диапазон от 18 до 25 ( $M = 20,7$ ;  $SD = 1,9$ ). Всего в исследовании приняли участие 229 студентов. Непосредственное проведение исследования было осуществлено на базе 5-ти ВУЗов Пермского края (г. Пермь и г. Чайковский).

**Положения, выносимые на защиту.**

1. Эмпирическая структура активности индивидуальности может быть представлена единым (генеральным) фактором, который включает в себя разнообразные проявления активности на разных уровнях интегральной индивидуальности. При этом наибольший вес в структуре могут иметь личностные проявления активности интегральной индивидуальности.

2. Эмпирическая структура жизнестойкости может быть представлена одним фактором, который объединяет в себе когнитивный, аффективный и регулятивный компоненты жизнестойкости.

3. Активность индивидуальности оказывает значимые эффекты на жизнестойкость студентов. Высокий уровень активности индивидуальности предполагает и более высокий уровень жизнестойкости.

4. Активность индивидуальности также оказывает эффект на уровень субъективного благополучия. Предполагается, что высоко активные студенты не только отличаются высокой жизнестойкостью, но и более удовлетворены жизнью, оптимистичны и в целом характеризуются более высоким уровнем психологического благополучия.

**Достоверность результатов** обеспечивается методологической обоснованностью и соответствием используемых методов цели и задачам исследования, достаточным объёмом выборки и применением современных методов статистического анализа, прежде всего, методов многомерного анализа данных.

**Апробация и реализация результатов исследования.** Результаты диссертационного исследования были представлены на 5 международных конференци-

ях: Международная зимняя школа по психологии состояний г. Казань (2014, 2015, 2016); Международный молодежный научный форум «Ломоносов» г. Москва (2014); Международная междисциплинарная конференция «Стыки модерности: Жизнестойкость личности и сообществ», г. Екатеринбург (2016). 4 Всероссийских конференциях: XIII Всероссийская научно-практическая конференция «Дружининские чтения» г. Сочи (2014); Всероссийская научно-практическая конференция «Мерлинские чтения (2015, 2016, 2017). 3 Краевых конференциях: Краевая научно-практическая конференция «Актуальные проблемы психосоматики и психокоррекции» г. Пермь (2015); XII межрегиональная научно-практическая конференция «ЯНПИС» г. Пермь (2015); VI Форум психологов Прикамья: «Психологическая наука и практика: личность и социокультурная среда» г. Пермь (2016). 1 Городской конференции: XIII Ярмарка научно-практических инициатив студентов г. Пермь (2016).

Материалы исследования используются при чтении курсов: «Психология активности», «Психолого-педагогическая диагностика», «Психолого-педагогический практикум», «Психология социальной работы», «Психология развития и возрастная психология».

По теме диссертации опубликовано 23 работы, в том числе 2 главы в коллективных монографиях и 4 статьи в периодических изданиях, рекомендованных ВАК РФ для подготовки диссертационных исследований.

**Структура и объем диссертационного исследования.** Диссертация состоит из введения, трех глав, заключения, списка литературы в количестве 206 источников, в том числе 34 на иностранных языках, приложений. Основной объем работы – 130 страниц печатного текста, который содержит 5 таблиц и 5 рисунков.

## **ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ**

**Во введении** обосновывается актуальность темы исследования; определяются его проблема, цель, объект, предмет, задачи, методология и методы; формулируются гипотезы исследования, выносимые на защиту положения, научная новизна, теоретическая и практическая значимость работы.

**В первой главе** «Теоретико-методологические основания изучения активности индивидуальности как ресурса жизнестойкости человека» раскрывается история изучения категории «активность» в зарубежной и отечественной психологии. Далее рассмотрены особенности понятия «ресурс» и ресурсный подход в психологических исследованиях. Третья часть первой главы посвящена проблеме жизнестойкости и близких к ней категорий.

В пункте 1.1.1. представлена история изучения активности в отечественной психологии от ее становления в 20е годы XX века (В.М. Бехтерев, И.П. Павлов, А.Ф. Лазурский) к возрождению интереса в рамках психофизиологии активности и дифференциальной психологии в 50е годы (Н.А. Бернштейн, В.С. Мерлин, Д.Н. Узнадзе, Б.Г. Ананьев, А.Н. Леонтьев). И далее к рассмотрению активности как неотъемлемой части психологии субъекта (В.А. Петровский, С.Л. Рубинштейн, К.А. Абульханова, И.А. Джидарьян, А.И. Крупнов, Е.А. Сергиенко).

В отечественной психологии сложилось два общих подхода к пониманию активности. Первый из них – это исследования А.Н. Леонтьева и последователей

общепсихологической теории деятельности. Второй подход – концепция субъекта С.Л. Рубинштейна. В «линии А.Н. Леонтьева – В.А. Петровского» активность есть источник возникновения и развития деятельности, ее мера, и в этом смысле может быть исследована количественно. В «линии С.Л. Рубинштейна – А.В. Брушлинского» деятельность – лишь одна из форм активности, помимо нее человек развивается и реализуется в других сферах бытия: познание, общение, созерцание. В этом смысле активность понимается как способ обеспечения целостности, неделимости субъекта бытия.

Далее более описаны исследования активности под руководством В.С. Мерлина и его учеников, которые в целом отражают общие тенденции изучения активности в отечественной психологии. Для В.С. Мерлина и Пермской школы тематика активности – генетически исходная (А.Ф. Лазурский, М.Я. Басов, В.С. Мерлин, Б.А. Вяткин, Л.Я. Дорфман, А.А. Волочков и т.д.). Специально проблемой активности В.С. Мерлин не занимался, обозначая скорее перспективы изучения различных проявлений активности в структуре интегральной индивидуальности и ее стилей (особенно биоэлектрической и т.п. активности). Кроме того, значительный методологический потенциал в изучении проблемы активности индивидуальности содержит предвидение В.С. Мерлина о перспективах соответствующего направления, которое заключается в том, что субъектом активности должна рассматриваться вся интегральная индивидуальность, а не отдельные ее уровни.

Особенности исследования активности человека в психологической школе В.С. Мерлина отражаются в следующих положениях. 1. Связь исследований активности с проблематикой интегральной индивидуальности и ее стиля. 2. Отрицание «чистой» активности и реактивности, равно как и отрицание абсолютной субъектности и объектности. Активность в таком понимании представляет ситуативную либо типичную (результатирующую многочисленные ситуативные проявления) меру субъектности, «точку» в континууме активность – реактивность (А.А. Волочков; Л.Я. Дорфман). 3. Использование в исследованиях активности двух «линий» С.Л. Рубинштейна и А.Н. Леонтьева в решении проблемы соотношения категорий активность и деятельность, характерной для российской психологии (А.А. Волочков). 4. Достаточное количество системных эмпирических исследований разнообразных видов и проявлений активности. Это, прежде всего, активность субъекта бытия (А.А. Волочков), волевая активность (Ю.Я. Горбунов), эмоциональная активность (П.В. Токарев), моторная активность (И.Е. Праведникова), коммуникативная активность (С.А. Васюра, Д.С. Корниенко), религиозная активность (Д.О. Смирнов), целостная активность субъекта (А.Ю. Попов, Е.С. Рослякова), смыслообразующая активность (А.Ю. Калугин), профессиональная активность (А.В. Краснов) и др. 5. Переход от поэлементного, экстенсивного изучения отдельных проявлений к интегративным концепциям целостной активности человека (А.А. Волочков, А.Ю. Попов).

На основании теоретического анализа нами была описана категория «активность индивидуальности». Активность индивидуальности, с одной стороны, определяется как целостная система проявлений активности различных уровней и подуровней интегральной индивидуальности, с другой стороны, как мера субъек-

ектности взаимодействия индивидуальности с миром, которая отражает соотношение субъектного и объектного в каждой конкретной ситуации взаимодействия. При этом выделяются три самостоятельные, но взаимосвязанные меры субъектности в соответствии с этапами развертывания взаимодействия: 1) мера субъектности выбора взаимодействия (потребность во взаимодействии); 2) мера субъектности контроля реализации взаимодействия (волевая регуляция); 3) мера субъектности в результатах взаимодействия (удовлетворенность) результатами взаимодействия индивидуальности с миром (А.А. Волочков).

В пункте 1.1.2. дается краткий обзор исследований активности в зарубежной психологии. В зарубежной психологии, во-первых, не проводятся различия между активностью и деятельностью; во-вторых, проблема системы деятельностей, активностей до последнего времени не связывалась с источниками детерминации (внешними или внутренними) (А.А. Волочков, Л.Я. Дорфман). Исключение составляют исследования немецких психологов, в которых, как и в отечественных, понятия активность и деятельность разделяются (У. Kuhl). Ряд исследований в зарубежной психологии связаны с тем, что в отечественной психологии понимается под активностью субъекта (К. Lewin, Е. Deci, R. Ryan, Ж.М. Робин). Проблема активности в западной психологии рассматривается и в общеметодологическом плане: для описания природы человека используются такие категориальные пары, как «реактивность – проактивность» (G. Hersch, E. Greenglass, L. Fiksenbaum, W. Li, D. Fay), «свобода – детерминизм», «субъективность – объективность» (Л. Хьелл, Д. Зиглер). В зарубежных психологических концепциях усиливается интерес к «проактивности» как возможности человека к детерминации собственного поведения. Эта тенденция показывает сближение разных научных школ и направлений в изучении природы человеческой активности, которые до недавнего времени считались несопоставимыми (А.А. Волочков, А.В. Иващенко).

Пункт 1.2. раскрывает сущность категории «ресурс» в зарубежных и отечественных психологических исследованиях (В.А. Бодров, Е.В. Волокова, Т.Ю. Иванова, Д.А. Леонтьев, В.И. Моросанова, В.А. Толочек, Д. Канеман, С. Хобфолл, М. Чиксентмихайи и др.). Внутренними ресурсами выступают особенности и свойства индивидуальности, специфичные для каждого вида деятельности или спектра ситуаций. Ресурс существует всегда для решения каких-либо жизненных задач, в особенности «ситуаций-вызовов».

В большинстве изученных концепций из поля зрения авторов ускользает фактор собственной активности субъекта, активности индивидуальности, которая может выполнять следующие функции: 1) реализация внутренних и внешних ресурсов индивидуальности в решении ситуаций-вызовов; 2) собственно функция ресурса в решении этих ситуаций. Е.В. Волкова выделяет уровень концептуализации ментальных ресурсов, который обеспечивает анализ и интерпретацию свойств индивидуальности и условий внешней среды для достижения положительных результатов. О стилях деятельности, которые призваны актуализировать потенциальные ресурсы, говорит В.А. Толочек. Д.А. Леонтьев рассматривает личностный потенциал как систему индивидуальных различий, связанных с эффективностью саморегуляции и управления ресурсами. К пониманию активности

индивидуальности как ведущего фактора в реализации внутренних ресурсов человека вплотную подходит А.А. Волочков.

Механизмом и фундаментальным метаресурсом приведения в действие и взаимодействия имеющихся ресурсов более частного порядка является активность субъекта и/или активность индивидуальности. Именно она может обеспечивать функции: 1) поиска частных и метаресурсов решения задач; 2) функции концептуализации, то есть наделения объектов внешней и внутренней среды ресурсным значением для достижения определенных результатов (С.А. Хазова, Е.В. Волкова); 3) функции организации и контроля оптимального взаимодействия и реализации указанных ресурсов – т.е. функции метаресурса. Активность индивидуальности в таком ключе может выступать ресурсом жизнестойкости человека как возможности преодолевать жизненные трудности, принимая вызовы повседневности и отвечая на них.

Раздел 1.3. посвящен концепции жизнестойкости, введенной С. Мадди.

Пункт 1.3.1. раскрывает философские основания жизнестойкости (П. Тиллих, Р. Мэй, С. Кьеркегор). Концепция жизнестойкости опирается на более ранние категории мужества (отваги) и веры П. Тиллиха, Р. Мэя и С. Кьеркегора. Жизнестойкость С. Мадди раскрывается как механизм, способный создавать личное ощущение смысла в процессе принятия решений: в пользу прошлого, или в пользу будущего. Выбор будущего сталкивается с онтологической тревогой, которую жизнестойкость призвана преодолеть. Принятие решений в пользу прошлого несет с собой чувство онтологической вины и его накопление из-за нереализованных возможностей.

В пункте 1.3.2. подробно описывается авторская концепция жизнестойкости С. Мадди. В жизнестойкости выделяются три взаимосвязанных установки: вовлеченность, иначе активное участие, контроль, или возможность влиять на происходящие события, и вызов, или стремление к приобретению собственного опыта. Жизнестойкость является ядром системы, которая смягчает последствия стрессовых событий и помогает сохранить благополучие и здоровье. Жизнестойкость, по С. Мадди, формируется в раннем возрасте на основе опыта детско-родительских отношений, но может поддерживаться и развиваться во взрослом возрасте в контексте заботы о собственном здоровье, взаимодействия с другими людьми (принятие их помощи и ободрение). Жизнестойкость становится ядром мотивации применения эффективных стратегий совладания, заботы о своем здоровье, включения в социальное взаимодействие. Уровень жизнестойкости, который сформировался в ранний период развития, влияет на формирование жизненного стиля, или периферии личности (S. Maddi).

Пункт 1.3.3. посвящен рассмотрению близких жизнестойкости категорий, а также особенностям ее структуры. В зарубежной психологии существует ряд феноменов близких по содержанию к жизнестойкости: самоэффективность (А. Бандура), чувство связности (А. Антоновски), чувство потока (М. Чиксентмихайи), сопротивляемость (Ш. Ионеску), счастье (М. Аргайл, С. Миллер), удовлетворенность жизнью (М. Аргайл, Э. Динер), субъективное благополучие (Д. Голдберг, М. Аргайл, Э. Динер и др.), онтологическая уверенность (Р. Лэйнг) и некоторые другие. В отечественной психологии нет понятия полно-

стью идентичного понятию «жизнестойкость» С. Мадди. Поэтому возникает проблема соотнесения этой оригинальной и относительно новой психологической категории с другими категориями общей психологии. С жизнестойкостью, по мнению Д.М. Сотниченко, больше всего соотносятся следующие категории: стилевые характеристики (А.А. Либин), субъектность (А.Г. Ананьев, С.Л. Рубинштейн, А.Н. Леонтьев, В.А. Петровский, А.К. Осницкий), смысл жизни (В.Э. Чудновский), жизнетворчество (Д.А. Леонтьев), самореализация личности (Л.А. Коростылева). Кроме того, с жизнестойкостью связаны категории, близкие современной позитивной психологии и психологии субъекта, среди них: жизнеспособность (А.В. Махнач, Е.А. Рыльская), личностный потенциал (Д.А. Леонтьев), субъектность (Е.А. Сергиенко, В.В. Знаков), диспозиционный оптимизм (Т.О. Гордеева, И.А. Джидарьян), удовлетворенность жизнью (И.А. Джидарьян), психологическое и субъективное благополучие (И.А. Джидарьян).

Исследователи жизнестойкости и близких феноменов так или иначе обозначают, что жизнестойкость относится к сфере саморегуляции и совладания со стрессом (Д.А. Леонтьев, Е.И. Рассказова, Е.Н. Осин, Е.Г. Трубина и др.). Что напрямую связано с субъектом и его активностью. Исследователи субъекта Д.А. Леонтьев, В.И. Моросанова, Е.И. Сергиенко, М.А. Холодная и др. выделяют именно регуляцию и контроль как ключевые проявления субъектности (наряду с активностью).

На основе существующего понимания «жизнестойкости» (Е.Н. Осин, С.Л. Соловьева, S. Maddi) нами была предложена ее структура, состоящая из когнитивного восприятия (жизнестойкость), аффективных реакций (чувство связности) и возможности произвольной осознанной регуляции поведения (саморегуляция). Если когнитивный и аффективный компоненты жизнестойкости закрепляются на ранних стадиях развития человека, то саморегуляция характеризует способность человека к самотрансценденции, развитию в направлении поставленных жизненных задач и целей.

Глава 1 заканчивается **выводами** по проблеме исследования. Категория активности позволяет психологическим исследованиям перейти от экстенсивного, поэлементного изучения человека к интегративным. Накоплено множество данных в исследованиях, посвященных жизнестойкости и близким категориям, существуют исследования разных видов активностей человека, но так и не решена проблема относительно источников и ресурсов жизнестойкости, заложенных в самой индивидуальности и, прежде всего, в ее активности. По нашему мнению, именно активность индивидуальности как общая направленность призвана стать недостающим звеном в цепи совладания с трудностями, ресурсом жизнестойкости субъекта. Активность индивидуальности выступает не просто проявлением субъектного начала в человеке, как качественно-количественная мера взаимодействия индивида с миром, но и интегралом его жизненных сил и устремлений, которая способна породить в индивидуальности новые качества.

**Во второй главе** «Организация и методы исследования» описаны характеристика выборки, этапы эмпирического исследования, даётся обоснование выбора психодиагностического инструментария и методов математико-статистической обработки данных.

**В третьей главе** представлены результаты исследования и их обсуждение. Пункт 3.1. посвящен тестированию первой группы гипотез о структуре активности индивидуальности, представленной соответствующими разноуровневыми проявлениями.

С целью проверки этих гипотез были построены четыре конфирматорных модели активности индивидуальности (АИ), в том числе две с одним латентным фактором (полная и краткая) и две – с тремя факторами с различной мерой взаимосвязи. Остановимся подробнее на краткой модели с «одним генеральным фактором», которая имеет наибольшие коэффициенты пригодности ( $X^2/df$  0,73; индекс RMSEA 0,00).

В генеральный фактор активности индивидуальности вошли следующие взаимосвязанные проявления активности:

1. *На индивидном уровне.* Представленные в нашем исследовании нейродинамические шкалы опросника Грея-Уилсона «система торможения поведения» (СТП) и «система активации поведения» (САП) ожидаемо и непротиворечиво коррелируют с латентным генеральным фактором АИ, но латентный фактор нагружает и объясняет их, по сравнению с показателями темпераментальной и личностной активности, в наименьшей степени.

2. По сравнению с нейродинамическими характеристиками *вклад темпераментальных (формально-динамических) проявлений активности* по опроснику FCB-TI Я. Стреляу в конфирматорную модель с генеральным фактором резко возрастает – регрессионный коэффициент достигает 0,34. Вероятно, это свидетельствует о представленности в активности индивидуальности общего энергетическими потенциала, что соответствует гипотезе В. Вундта о существовании общей энергетической основы психики и в целом жизнедеятельности человека: «Описание темперамента в терминах энергетики и времени восходит еще к В. Вундту, характеризовавшему четыре античных темперамента в терминах силы и вариабельности эмоциональной сферы. Эти же конструкты можно выделить и в павловской типологии. Сила и уравновешенность нервной системы относятся к энергетическим характеристикам центральной нервной системы, а лабильность нервных процессов – к ее временным характеристикам» (Я. Стреляу с соавт., 2005, с. 45). В дальнейшем развитие этого подхода к исследованию природы общей психической активности прослеживается в трудах А.Ф. Лазурского, Я. Стреляу и Б. Завадского.

3. Наиболее значимо в однофакторной конфирматорной модели представлены шкалы активности личности. *На личностном уровне* в порядке уменьшения значений регрессионных коэффициентов и доли объяснимой латентным фактором дисперсии переменных в наиболее пригодной конфирматорной модели структуры АИ преобладают: активность в сфере познания и активность в учебной деятельности.

Активность в сфере познания (познавательная активность) объясняется общим латентным фактором на 75%. Данная переменная имеет наибольший регрессионный коэффициент 0,86. Активность в сфере учебной деятельности (учебная активность) объясняется общим фактором АИ на 52% (коэффициент регрессии

латентного фактора 0,72). Полученные данные поддерживают гипотезу А.А. Волочкова и Б.А. Вяткина о ведущей активности, определяющей особенности развития интегральной индивидуальности на разных возрастных этапах. Для студенческой выборки в нашем исследовании такой ведущей активностью является учебно-познавательная.

Латентный фактор АИ в наиболее пригодной конфирматорной модели объясняет 31% дисперсии переменной «активность в сфере общения» (коммуникативная активность личности), регрессионный коэффициент 0,59. Это свидетельствует о том, что активность индивидуальности студента в значительной мере нагружена не только учебно-познавательной активностью, но также коммуникацией, инициативой в сфере общения, способностью длительно поддерживать контакты. Активность в сфере рефлексии объясняется общим фактором АИ на 15% при коэффициенте регрессии фактора на переменную 0,39. Активность индивидуальности в значительной мере предполагает и наличие рефлексии человека по поводу своих качеств и своего места в мире.

Активность личности в нашем исследовании представлена не только шкалами опросника ДАС («Диагностика активности студента»), но также «Полимодальным вопросником Я» Л.Я. Дорфмана. При этом, прежде всего, ожидалось «особые отношения» латентного фактора активности индивидуальности с шкалой «Авторское Я» – субмодальность Я, где «ментально репрезентируется индивидуальность как системное качество системы “Индивидуальность”» (Л.Я. Дорфман, 2004, с. 112). Эта шкала в наибольшей мере характеризует самодетерминацию, автономность, независимость личности. В нашем исследовании дисперсия данной переменной объясняется латентным фактором АИ на 13%, коэффициент регрессии 0,37.

Таким образом:

1. Конфирматорная модель структуры разноуровневых проявлений активности индивидуальности с одним латентным фактором показала наибольшую пригодность. Данная модель акцентирует строго централизованные взаимосвязи. Такая «централизация» характеризует заявленную модель активности индивидуальности как целостную, обладающую значительными системными эффектами.

2. Наибольший вклад в структуру «генерального фактора» активности индивидуальности вносит активность личности, затем – формально-динамические (темпераментальные) проявления активности, в наименьшей степени – активность на индивидуальном уровне (нейродинамические характеристики активности).

3. Конфирматорная модель структуры разноуровневых проявлений активности индивидуальности студентов предполагает в первую очередь, активность в учебно-познавательной сфере (все, что связано с обучением и познанием в целом), далее коммуникативную (множество и длительность контактов) и рефлексивную активность (осознание своего места в мире), авторство (независимость поступков и суждений) и созерцание. Важное место в этой структуре занимает общий энергетический потенциал темперамента.

Раздел 3.2. посвящен тестированию второй гипотезы о структуре жизнестойкости: феномен жизнестойкости может быть представлен факторно-



аналитической моделью проявлений когнитивного, аффективного и регулятивного компонентов, обобщенно выражающей наиболее известные концепции данного феномена.

В исследовании было применено структурное моделирование, основанное на «строго конфирматорном подходе» и «подходе, направленном на разработку модели», т.е. проверялась одна структурная модель (заявленная в теории), после чего в нее вносились соответствующие изменения на основе показателей модификации (А.Д. Наследов). В итоге складывается модель, которую нельзя отклонить до момента, пока не будет найдена другая модель, лучше описывающая изучаемое явление. В нашем исследовании такой подход обоснован сложностью и многокомпонентностью феномена жизнестойкости, а также множеством близких к ней категорий.

В результате конфирматорного факторного анализа была получена структурная модель с «одним экзогенным и двумя эндогенными факторами» (соотношение  $X^2/df$  0,71; индекс RMSEA 0,00). Аффективный компонент представлен лишь одной манифестной переменной («чувство связности») и потому в конфирматорной модели не может быть представлен отдельным латентным фактором. Латентный фактор F2 в своем составе аккумулирует когнитивные проявления жизнестойкости, измеренные шкалами «Теста жизнестойкости» (С. Мадди). Латентный фактор F3 наполнен регулятивными проявлениями жизнестойкости, измеренными шкалами опросников «Контроль за действием» (Ю. Куль) и «Автономность-зависимость» (Г.С. Прыгин). Прямые эффекты (direct effects) латентного фактора F1 на эндогенные переменные однонаправленные. Наибольший эффект «генерального фактора» жизнестойкости зафиксирован на когнитивный компонент жизнестойкости. Одинаковый эффект латентный фактор оказывает на аффективный и регулятивный компоненты.

Таким образом:

1. Гипотеза о структуре жизнестойкости нашла эмпирическое подтверждение: феномен жизнестойкости может быть представлен факторно-аналитической моделью проявлений когнитивного, аффективного и регулятивного компонентов. Эти три компонента взаимосвязаны и способны образовать общий фактор, свидетельствующий о прямо пропорциональной и значимой взаимосвязи указанных трех компонентов жизнестойкости.

2. В структуре общего фактора жизнестойкости доминирует когнитивный компонент, несколько меньший вклад в него вносят аффективный и регулятивный компоненты. В содержательном плане трехкомпонентная модель жизнестойкости характеризует ее в большей мере как активную вовлеченность в жизненные события, способность управлять процессами своей жизни, самостоятельность, веру в свои силы, чувство «я могу», вопреки апатии, бессилию и беспомощности.

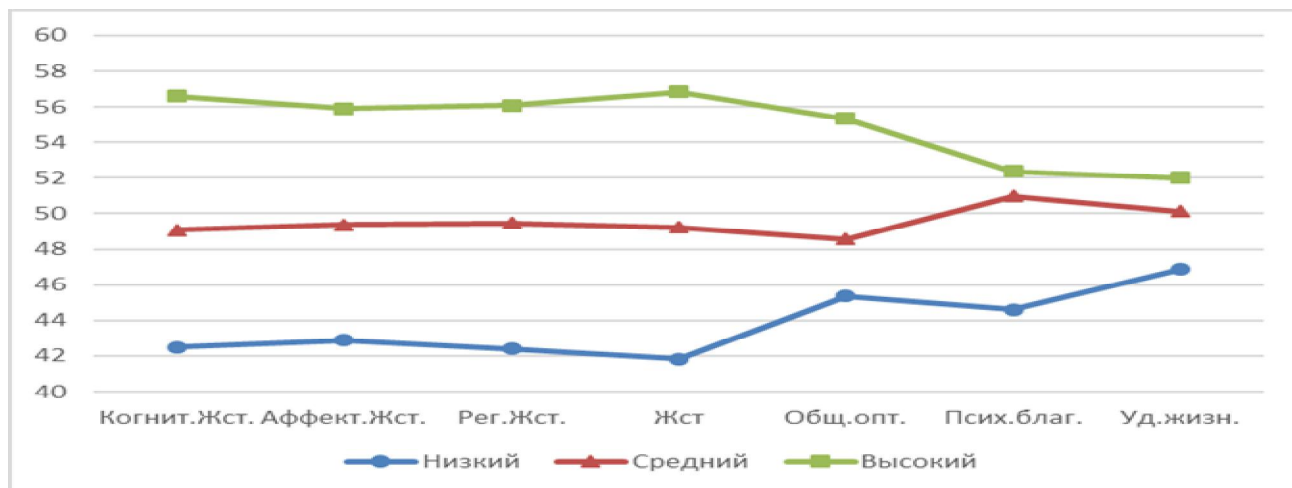
Пункт 3.3. описывает проверку третьей гипотезы о ресурсной функции активности индивидуальности по отношению к жизнестойкости и субъективному благополучию студентов: 1) имеются статистически достоверные эффекты активности индивидуальности по отношению к жизнестойкости в целом и отдельным ее компонентам; 2) имеются статистически достоверные эффекты активности ин-

дивидуальности по отношению к связанным с жизнестойкостью феноменам – психологическому благополучию, удовлетворенности жизнью и диспозиционному оптимизму студентов.

На основе полученных выше структурных моделей активности индивидуальности и жизнестойкости были вычислены их агрегированные показатели с помощью регрессионных уравнений ( $\beta$ -коэффициент, умноженный на соответствующую ему переменную). Для разделения общей выборки студентов по уровню активности индивидуальности был использован кластерный анализ методом К-средних. В результате в первый кластер (высокий уровень АИ) вошло 60 студентов, во второй (средний уровень АИ) – 86, в третий (низкий уровень АИ) – 42 студента.

*1. Результаты сравнения средних значений параметров жизнестойкости и смежных категорий на трех уровнях активности индивидуальности с помощью Т-критерия Стьюдента.*

На рисунке 1 отражены средние значения изученных параметров на трех уровнях активности индивидуальности студентов (низком, среднем и высоком).



**Рисунок 1.** Профили жизнестойкости и субъективного благополучия по уровням активности индивидуальности студентов

*Примечание:* Когнит.Жст – когнитивный компонент жизнестойкости, Аффект.Жст – аффективный компонент жизнестойкости, Рег.Жст – регулятивный компонент жизнестойкости, Жст – жизнестойкость, Общ.опт. – общий оптимизм, Псих.благ. – психологическое благополучие, Уд.жизн. – удовлетворенность жизнью.

Выраженность жизнестойкости и ее компонентов значительно различаются на всех трех уровнях активности индивидуальности. По показателю оптимизма отличаются студенты с высоким уровнем АИ, тогда как на низком и среднем уровне АИ показатель оптимизма находится примерно на одном уровне. Показатель психологического благополучия значительно выше у студентов со средним и высоким уровнем АИ. Такие студенты отличаются хорошим психологическим и физическим самочувствием, чего нельзя сказать о студентах с низкой АИ. Они не способны сосредоточиться на текущих задачах, напряжены, тревожны, чувствуют себя подавленными и неспособными преодолеть свои проблемы.

Показатель удовлетворенности жизнью значительно отличается у студентов с высоким и низким уровнем АИ. Студенты с высоким уровнем АИ признают, что

жизнь в целом соответствует их ожиданиям, они удовлетворены жизнью и движутся к своим целям. Студенты с низким уровнем АИ разочарованы своей жизнью и ее условиями, желают многое в ней поменять.

2. Особенности взаимосвязей активности индивидуальности, жизнестойкости, психологического благополучия, удовлетворенности жизнью и диспозиционного оптимизма на разных уровнях активности индивидуальности.

Для выявления особенностей взаимосвязи активности индивидуальности с субъективным благополучием и оптимизмом на разных уровнях АИ был использован корреляционный анализ по К. Пирсону. Его результаты представлены в таблице 1.

**Таблица 1.**

Взаимосвязи активности индивидуальности с жизнестойкостью и смежными категориями на разных ее уровнях

Переменные	АИ-высок.	АИ-средн.	Уровень значимости	АИ-низк.	Уровень значимости.
Общая жизнестойкость	0,15	<b>0,44</b>	***	<b>0,64</b>	***
Регулятивный компонент	0,13	<b>0,35</b>	**	<b>0,51</b>	***
Аффективный компонент	0,14	<b>0,42</b>	***	<b>0,51</b>	***
Когнитивный компонент	0,14	<b>0,42</b>	***	<b>0,64</b>	***
Общий оптимизм	0,10	<b>0,31</b>	**	<b>0,56</b>	***
Психологическое благополучие	-0,12	<b>0,22</b>	*	<b>0,40</b>	**
Удовлетворенность жизнью	0,21	0,15		0,22	

*Примечание:* уровень значимости \* -  $p \leq 0,05$ ; \*\* -  $p \leq 0,01$ ; \*\*\* -  $p \leq 0,001$ .

Активность индивидуальности связана с жизнестойкостью только на среднем и низком уровне. При этом значения коэффициентов корреляции увеличивается от среднего уровня к низкому. На низком уровне АИ были обнаружены самые значимые связи АИ с жизнестойкостью. На всех уровнях активность индивидуальности оказалась не связанной с удовлетворенностью жизнью.

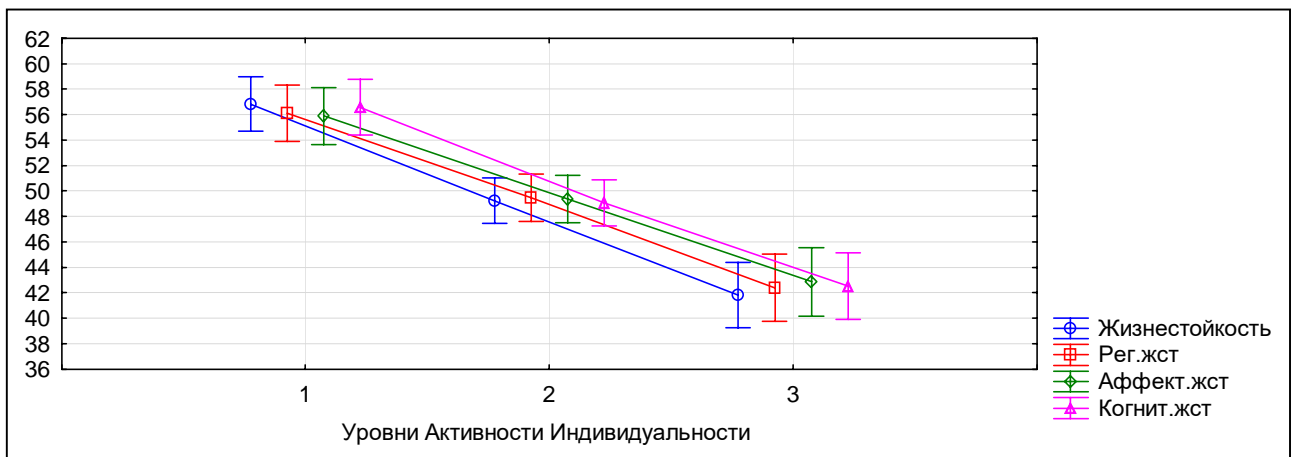
Жизнестойкость, психологическое благополучие и оптимизм приобретают особое значение на низком уровне жизнестойкости. Можно предположить, что именно для низко- и средне активных студентов активность индивидуальности будет выступать ресурсом жизнестойкости, психологического благополучия и увеличения оптимистических ожиданий.

Полученные данные отсылают нас к исследователям воли и волевых процессов (У. Kuhl, D. Wenger, D. Roper, С.А. Шапкин, В. Франкл и др.). Проявление воли осуществляется там, где необходимо произвольное внимание к объекту и усилия по повышению собственной активности, а также активное подавление факторов, выводящих систему по достижению цели из равновесия. Подобно воле, усиление активности необходимо в том случае, когда она встречает множество препятствий при ее осуществлении (как внешних, так и внутренних), важным моментом здесь оказывается жизнестойкость. В противном случае, если осуществление активности не встречает каких-то значимых препятствий, индивидуальность не нуждается в выраженной жизнестойкости. Потому высокая активность оказывается не связанной с жизнестойкостью. Студенты с высокой активностью имеют и

высокие параметры жизнестойкости, но активность здесь осуществляется как бы сама по себе, без необходимости дополнительных усилий.

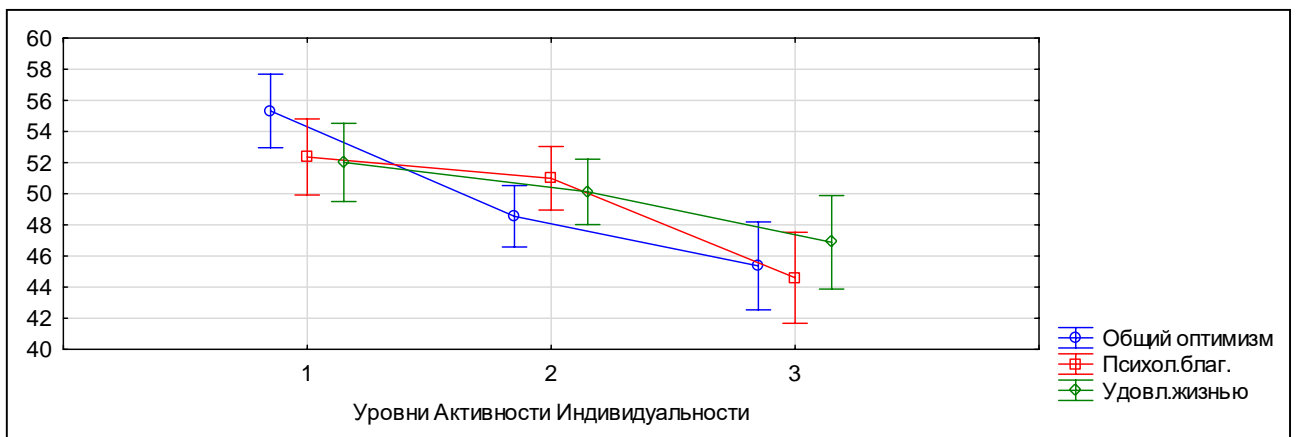
3. *Эффекты фактора «активность индивидуальности» на жизнестойкость, психологическое благополучие, удовлетворенность жизнью и диспозиционный оптимизм (на общей выборке студентов).*

Для выявления эффекта АИ по отношению к жизнестойкости, ее компонентам, а также к психологическому благополучию, удовлетворенности жизнью и диспозиционному оптимизму студентов был использован однофакторный дисперсионный анализ (ANOVA). Результаты дисперсионного анализа представлены на рисунках 2-3.



**Рисунок 2.** Эффекты фактора АИ на жизнестойкость и ее компоненты

*Примечание:* Рег.жст – регулятивный компонент жизнестойкости, Аффект.жст – аффективный компонент жизнестойкости, Когнит.жст – когнитивный компонент жизнестойкости. Уровни активности индивидуальности: 1- высокий, 2 – средний, 3 – низкий.



**Рисунок 3.** Эффекты фактора АИ на психологическое благополучие, удовлетворенность жизнью и диспозиционный оптимизм

*Примечание:* Уровни активности индивидуальности: 1- высокий, 2 – средний, 3 – низкий.

Активность индивидуальности оказывает значимые эффекты на все представленные переменные. Перечислим эффекты АИ в порядке их убывания. Наибольший эффект АИ оказывает на общую жизнестойкость, далее на ее когнитивный компонент, регулятивный, и в меньше степени на аффективный. Далее

следуют эффекты по отношению к диспозиционному оптимизму, психологическому благополучию, наименьший эффект из всех представленных АИ оказывает на удовлетворенность жизнью.

Таким образом, высокий уровень АИ дает значимое преимущество в отношении жизнестойкости и ее компонентов. Высокий и средний уровень АИ отражает общий оптимизм студентов, их психологическое благополучие и удовлетворенность своей жизнью. Нашла эмпирическое подтверждение третья гипотеза о ресурсной функции активности индивидуальности по отношению к жизнестойкости, психологическому благополучию, оптимизму и удовлетворенности жизнью.

### **Общие выводы исследования**

1. Эмпирическая структура активности индивидуальности студентов представлена единым (генеральным) фактором, который включает в себя разнообразные проявления активности на разных уровнях интегральной индивидуальности. При этом наибольший вес в структуре имеют личностные проявления активности интегральной индивидуальности.

2. Наиболее пригодная конфирматорная модель структуры разноуровневых проявлений активности индивидуальности студента акцентирует, в первую очередь, активность в учебно-познавательной сфере (все, что связано с обучением и познанием в целом), далее коммуникативную (множество и длительность контактов) и рефлексивную активность (осознание себя и своего места в мире), авторство (независимость поступков и суждений) и созерцание. Важное место в этой структуре занимает общий энергетический потенциал темперамента.

3. Эмпирическая структура жизнестойкости имеет сложную структуру. Экзогенный фактор жизнестойкости, во-первых, представлен когнитивными установками; во-вторых, аффективными и регулятивными (по значимости вклада). В содержательном плане факторная модель характеризует жизнестойкость в большей мере как активную вовлеченность в жизненные события, способность управлять процессами своей жизни, самостоятельность, веру в свои силы, чувство «я могу», вопреки апатии, бессилию и беспомощности.

4. Активность индивидуальности оказывает значимый эффект на жизнестойкость и ее составляющие. Высокий уровень активности индивидуальности предполагает и более высокий уровень жизнестойкости. Активность индивидуальности характеризуется как возможность становления жизнестойкости, потенциал ее раскрытия за счет гармоничной разноуровневой активности, объединяющейся в общую направленность человека. Активность индивидуальности как метаресурс более частных свойств и особенностей человека способна актуализировать, переструктурировать связи внутри самой индивидуальности, становясь основным источником приобретения, переживания и осмысления опыта в соответствии с индивидуальными ценностями и смыслами.

5. Активность индивидуальности оказывает эффект и на уровень субъективного благополучия. Высоко активные студенты не только отличаются высокой жизнестойкостью, но и более удовлетворены жизнью, оптимистичны и в целом психологически благополучны.

Перспективы дальнейшего исследования мы видим в совершенствовании диагностической программы изучения активности на разных уровнях интегральной индивидуальности. А именно во включении в диагностическую программу методик, направленных на измерение активности индивидуальности на социально-психологическом уровне, увеличении количества переменных, отражающих активность индивидного уровня (по В.С. Мерлину). В проверке гипотезы о «генеральном факторе активности индивидуальности» в других возрастных группах. А также в дальнейших исследованиях, направленных на поиск стержневых характеристик интегральной индивидуальности, как продолжение идей В.С. Мерлина и его учеников о системообразующем факторе. Также перспективой исследования может стать включение ценностного или смыслового компонента в эмпирическую модель жизнестойкости (по признанию некоторых авторов – центрального).

### **Основные положения диссертации отражены в следующих опубликованных работах автора**

#### **Статьи в рецензируемых научных журналах и изданиях, рекомендованных ВАК РФ:**

1. Митрофанова, Е.Н. Активность индивидуальности и удовлетворенность жизнью студентов [Электронный ресурс] / Е.Н. Митрофанова // электронный научный журнал «Современные исследования социальных проблем». – 2016. – №7(63). – С. 115-128. – Режим доступа: <http://journals.org/index.php/sisp/article/view/9362>. (0,95 п.л.)

2. Митрофанова, Е.Н. Активность индивидуальности: понятие и структура / А.А. Волочков, Е.Н. Митрофанова // Вестник Пермского университета. Философия. Психология. Социология. – 2016. – № 4 (28). – С. 64-76. (1,28 п.л., авторские не разделены)

3. Митрофанова, Е.Н. Структура жизнестойкости: теоретическая модель и диагностика / Е.Н. Митрофанова // Научное обозрение: гуманитарные исследования. – 2017. – № 1. – С. 26-33. (0,67 п.л.)

4. Митрофанова, Е.Н. Активность индивидуальности, психологическое благополучие и удовлетворённость жизнью студентов / Е.Н. Митрофанова // Сибирский психологический журнал. – 2017. – №64. – С. 94-106. (1 п.л.)

#### **Главы в коллективных монографиях:**

5. Митрофанова, Е.Н. Активность индивидуальности как ресурс жизнестойкости студенчества / Е.Н. Митрофанова // Активность, ценностная направленность и психологическое здоровье студенчества / Под редакцией А.А. Волочкова. Пермь. Перм.гос.гум.пед.ун-т. – 2015. – С. 161-183. (2,65 п.л.)

6. Митрофанова, Е.Н. Особенности диспозиций индивидуальности на разных уровнях жизнестойкости / Е.Н. Митрофанова // Жизнеспособность человека: индивидуальные, профессиональные и социальные аспекты / Отв. ред. А.В. Махнач, Л.Г. Дикая. – М.: Изд-во «Институт психологии РАН» – 2016 – С. 281-291. (0,6 п.л.)

**Другие публикации:**

7. Митрофанова, Е.Н. Активность индивидуальности как ресурс жизнестойкости / Е.Н. Митрофанова // Психология: мир возможностей. Материалы III международной конференции студентов и аспирантов (13-15 февраля 2013, г. Санкт-Петербург). ЛГУ им. А.С. Пушкина. – 2013. – С. 14-16. (0,23 п.л.)

8. Митрофанова, Е.Н. Особенности саморегуляции в зависимости от уровня психологического благополучия / Е.Н. Митрофанова // Вестник Прикамского социального института: Психология и педагогика. – 2013. – № 3 (61). – С. 28-29. (0,29 п.л.)

9. Митрофанова, Е.Н. Эффект активности и жизнестойкости на переживание психологического благополучия (на примере студенчества) / Е.Н. Митрофанова // Психология психических состояний: сб. материалов VIII Международной зимней школы по психологии состояний (28 февраля-1марта 2014, г. Казань). Отечество, 2014. – Вып.4. – С. 82-84. (0,28 п.л.)

10. Митрофанова, Е.Н. Структура жизнестойкости (на материале исследования студенчества) / Е.Н. Митрофанова // Материалы Международного молодежного научного форума «ЛОМОНОСОВ-2014» / Отв. ред. А.И. Андреев, А.В. Андриянов, Е.А. Антипов. – М.: МАКС Пресс, 2014. – 1 электрон. опт. диск (DVD-ROM); 12 см. Системн. Требования: ПК с процессором 486+; Windows 95; дисковод DVD-ROM; Adobe Acrobat Reader. (0,25 п.л.)

11. Митрофанова, Е.Н. Эффекты уровня учебной активности студентов на психологическое благополучие, удовлетворенность жизнью и диспозиционный оптимизм / Е.Н. Митрофанова // Дружининские чтения. Сб. материалов XIII Всероссийской науч.-практич. конференции / под ред. И.Б. Шуванова, С.В. Воронина, И.Г. Макаревной, Ю.Э. Макаревной, С.Н. Тесля, В.П. Шувановой. – Эл. текст.дан. (1 файл 3,6 Мб). – Киров: МЦНИП, 2014. – С. 423-425. (0, 35 п.л.)

12. Митрофанова, Е.Н. Эффекты учебной активности на произвольную саморегуляцию студентов [Электронный ресурс] / Е.Н. Митрофанова // Вестник ПГГПУ. Серия №1 «Психологические и педагогические науки». – 2014. – №1. – С. 109-115. – Режим доступа: <http://vestnik1.pspu.ru/files/1-2014-1.pdf> (0,38 п.л.)

13. Митрофанова, Е.Н. Состояние «невозможности», активность и жизнестойкость / Е.Н. Митрофанова // Психология психических состояний: сб. материалов по итогам IX Международной зимней школы по психологии состояний г. Казань. / Ответственный редактор Л.В. Артищева. – 2015. – С. 104-108. (0,46 п.л.)

14. Митрофанова, Е.Н. Особенности диспозиций индивидуальности на разных уровнях жизнестойкости / Е.Н. Митрофанова // XXX Мерлинские чтения. В.С. Мерлин и современная психология: наука, образование, практика: материалы всеросс. науч.-практ. конф., (15-16 апреля 2015, г. Пермь) / Б.А. Вяткин, А.А. Волочков, Д.С. Корниенко, Ф.В. Дериш (отв. ред); Перм. гос. гуманит.-пед. ун-т. – 2015. – С. 24-26 (0,25 п.л.)

15. Митрофанова, Е.Н. Качественная сторона активности студентов с высоким и низким уровнем жизнестойкости / Е.Н. Митрофанова // Вестник Прикам-

ского социального института. Серия «Психология и педагогика» – 2015. – №3 (71). – С. 11-13. (0,24 п.л.)

16. Митрофанова, Е.Н. Структура жизнестойкости: теоретическая модель и диагностика [Электронный ресурс] / Е.Н. Митрофанова // Стыки модерности: Жизнестойкость личности и сообществ. Материалы международной конференции (25-26 марта 2016, г. Екатеринбург). – Режим доступа: <http://ispn.urfu.ru/ru/konvent/konferencii-2016/modernity-junctures-abstract>. (0,32 п.л.)

17. Митрофанова, Е.Н. Учебная активность и жизнестойкость учащихся кадетского корпуса / Е.Н. Митрофанова, А.А. Волочков // XIII Ярмарка научно-практических инициатив студентов: материалы межрег. науч.-практ. конф., (20-21 мая 2016, г. Пермь) / А. А. Вихман (отв. ред), Д.О. Смирнов, Ф. В. Дериш; Перм. гос. гуманитар.-пед. ун-т. – 2016. – С. 59-60. (0,11 п.л., авторские не разделены)

18. Митрофанова, Е.Н. О составляющих счастья: психологическое благополучие, удовлетворенность жизнью и оптимизм / Е.Н. Митрофанова, А.А. Волочков // Психология состояний: сборник материалов юбилейной Международной школы / ред. Б.С. Алишева, А.О. Прохорова. – Казань: Изд-во Казан. ун-та, 2016. – С. 164-170. (0,86 п.л., авторские не разделены).

19. Митрофанова, Е.Н. Диагностика активности индивидуальности студентов / Е.Н. Митрофанова // XXXI Мерлинские чтения: Теория, методология и практика интегрального исследования индивидуальности в современном человекознании / ред. кол. А.А. Волочков, А.А. Вихман, Б.А. Вяткин, О.С. Самбикина; Перм. гос. гуманитар.-пед. ун-т. – Пермь, 2016. – С. 245-249. (0,21 п.л.)

20. Митрофанова, Е.Н. Структура учебной активности учащихся кадетского корпуса с разным уровнем жизнестойкости / Е.Н. Митрофанова // Психологическая наука и практика: личность и социокультурная среда: материалы VI Форума психологов Прикамья (Пермь, 25—26 ноября 2016 г.). – Пермь: ОТ и ДО, 2016. — С. 154-157. (0,2 п.л.)

21. Митрофанова, Е.Н. Динамические основы индивидуальности: связь с активностью, жизнестойкостью и психологическим благополучием [Электронный ресурс] / Е.Н. Митрофанова // Вестник ПГГПУ Серия №1 «Психологические и педагогические науки». – 2017. – №1. – С. 15-21. – Режим доступа: <http://vestnik1.pspu.ru/files/1-2017-1.pdf>. (0,39 п.л.)

22. Митрофанова, Е.Н. Психологические особенности студентов, имеющих «полярные» профили активности / Е.Н. Митрофанова // XXXII Мерлинские чтения: способности, одаренность, индивидуальность: материалы всеросс. науч.-практ. конф., 20-21 октября 2017 г. / Б.А. Вяткин, А.А. Волочков (отв. ред); Перм. гос. гуманитар.-пед. ун-т. – Пермь, 2017. – С. 120-124. (0,25 п.л.)

23. Митрофанова Е.Н. «Два мужества»: к концепции жизнестойкости С. Мадди [Электронный ресурс] / Е.Н. Митрофанова // Вестник ПГГПУ. Серия №1 «Психологические и педагогические науки». – 2018 – №1. – С. 17-26. – Режим доступа: <http://vestnik1.pspu.ru/files/1-2018-1.pdf>.(0,63 п.л.)