

# ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ И ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ

## ЖИЗНЕСПОСОБНОСТЬ ЧЕЛОВЕКА: ПОНЯТИЕ И КОНЦЕПТУАЛЬНЫЕ ОСНОВЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

Е.А. Рыльская (Челябинск)

**Аннотация.** Формулируется определение понятия «жизнеспособность человека», представляются феноменологические, структурные, функциональные характеристики жизнеспособности, раскрываются концептуальные основы ее исследования.

**Ключевые слова.** Жизнь, жизнеспособность, адаптация, саморегуляция, развитие, смысложизненные ориентации, человеческое бытие, становление, коммуникативный подход, коммуникабельность, интра-, экстра-, интер- и транскommунитивные уровни общения.

Категория «жизнеспособность» является для психологической науки новой и недостаточно разработанной. В психологический обиход она была введена Б.Г. Ананьевым, который считал, что продуктивность поведения человека как субъекта в условиях экстремальной ситуации и результативность его деятельности, направленные на поиск выхода из нее, зависят от силы энергетического потенциала, сущностью которого является собственно жизнеспособность [1].

Исследования феномена жизнеспособности за рубежом начались в последние десятилетия, когда был отмечен интенсивный рост экспериментальных работ по изучению факторов риска и защитных механизмов личности. В психологических разработках отмечалась чрезвычайная «пестрота» терминов, которыми обозначали «родственные» жизнеспособности явления (чувство связности – the sense of coherence, регуляция – adjustment, разрастание – thriving и др.). Наибольшую «живучесть» в отечественной психологии приобрела категория «жизнестойкость» (hardiness) как «система убеждений, позволяющая превратить наши изменения в наши возможности» и способствующая совладанию со стрессом. Предложенная С. Мадди и операционализированная им, она стремительно приобрела популярность в психологическом мире и положила начало целому направлению эмпирических исследований [12, 17, 20].

Что касается собственно термина «жизнеспособность», то в современной психологии он получил наибольшую известность, закрепившись в англоязычном варианте «resilience» (гибкость, упругость), благодаря международному проекту «Методологические и контекстуальные проблемы исследования жизнеспособности детей и подростков», разработанному в 2003 г. Руководителем проекта был М. Унгар, который предложил трактовку жизнеспособности как способности человека управлять ресурсами собственного здоровья и социально приемлемым способом использовать для этого семью, общество, культуру [20]. А.В. Махнач и А.И. Лактионова на основе эмпирических результатов дополнили данное определение: «Жизнеспособность – это индивидуальная способность человека управлять собственными

ресурсами: здоровьем, эмоциональной, мотивационно-волевой, когнитивной сферами в контексте социальных, культурных норм и средовых условий» [14. С. 294].

Следует признать, что в современной науке это, пожалуй, единственное операциональное определение наряду с либо чрезмерно абстрактными, либо излишне распространенными, «размытыми». В первом случае мы имеем трактовку жизнеспособности как способности на протяжении продолжительного времени сохранять важные свойства личности, а в краткосрочной перспективе – менее важные, но более актуальные здесь и сейчас; как сочетания устойчивости системы и ее адаптивности, самоидентичности и соответствия, полезности, пригодности, оптимальности и неоптимальности [16]. Во втором – перечисление интуитивно верных, но в научном плане недостаточно обоснованных характеристик: «Жизнеспособность – это стремление человека выжить, не деградируя, в ухудшающихся условиях социальной и культурной среды, воспроизвести и воспитать жизнестойкое потомство в биологическом и социальном плане; стать индивидуальностью, сформировать смысло-жизненные установки, самоутвердиться, найти себя, реализовать свои задатки и творческие возможности, преобразуя при этом среду обитания, делая ее более благоприятной для жизни, не разрушая и не уничтожая ее. Это интегральное качество человека, обладающего совокупностью ценностных ориентаций, личностных установок, разносторонних способностей, базовых знаний, позволяющих ему успешно функционировать и гармонично развиваться в изменяющемся социуме» [4. С. 13].

Но главное даже не это. Во всех рассмотренных выше определениях, образно говоря, либо нет человеческой жизни как таковой, либо она представляется довольно узко – как совладание, преодоление враждебных воздействий окружающей среды, т.е. отождествляется с уже упоминаемым и более известным конструктом «жизнестойкость». Между тем подобная тождественность вряд ли оправдана. Об этом, в частности, говорят и авторы концепции жизнестойкости, утверждая, что жизнестойкость является основанием жизнеспособности. Подчеркивают это и другие исследователи, определяющие жизнеспособность

как «способность человека строить нормальную, полноценную жизнь в трудных условиях» [17. С. 96], не проясняя, впрочем, что значит «нормальная, полноценная жизнь» и почему это «строительство» обязательно должно осуществляться в трудных условиях. Получается, что человеку, жизнь которого не сопряжена со значительными трудностями, жизнеспособность как бы и не нужна.

Действительность, однако, свидетельствует об обратном. Интенсивность потребности в актуализации жизненных способностей человека может возрастать как раз под влиянием отсутствия видимых трудностей. Недовольство обыденным, якобы рутинным бытием или состояние гипертрофированной самодостаточности примитивного существования как своеобразного варианта «обломовщины» в стиле «модерн» в одинаковой степени могут провоцировать ощущение «экзистенциального вакуума», осознанной или неосознанной утраты ценности жизни. Следовательно, нетождественность феноменов жизнестойкости и жизнеспособности очевидна, и поскольку первая на настоящий момент достаточно определена, в валидации нуждается как раз вторая.

Необходимость разработки понятия «жизнеспособность» определяется и насущными запросами педагогической практики: «Идея формирования жизнеспособного поколения должна быть выдвинута на уровень национального приоритета в общегосударственной, социальной, семейной, молодежной политике» [4. С. 18].

Исходной основой определения понятия «жизнеспособность» для нас послужили идеи Л.С. Выготского об отношениях эквивалентности понятий, которые позволяют раскрыть внутренние связи между отдельными ступенями их развития – внесистемной (спонтанной, житейской), отраженной в языке, и системной (научной), представленной в категориальном аппарате научной психологии [2].

На первом этапе был осуществлен анализ лексических признаков понятия, представленных в языке. Понятие «жизнеспособный человек» трактуется как способный существовать и развиваться, приспособленный к жизни. Мы заметили, что существует соответствие между выделенными лексическими единицами и определенными категориями, закрепленными в понятийном аппарате современной психологии. Поясним сказанное.

Проблема существования и сущности человека интересовала психологов издавна, приобретая особую значимость в контексте экзистенциальной психологии и психологии человеческого бытия. Наиболее важным детерминантом человеческого существования большинство отечественных и зарубежных ученых считают жизненный смысл. В. Франкл называет сомнения в смысле жизни признаком самого человеческого в человеке, поскольку способность сомневаться в значимости собственного существования значительно больше выделяет человека среди животных, чем такие достижения, как прямохождение, речь и понятийное мышление [19]. Он

подчеркивает, что стремление к поиску смысла жизни – не теоретический вопрос, не предмет праздной умственной игры; это вопрос о самой жизни, это вопрос о хлебе, который напитал бы нас, и воде, которая утолила бы нашу жажду [18]. Результаты эмпирических исследований также свидетельствуют о том, что люди соотносят наличие жизненного смысла с возможностью жить, а не просто существовать. Потеря же смысла жизни изменяет само качество жизни, которая превращается в биологическое выживание. Таким образом, лингвистическая точка опоры в определении понятия «жизнеспособность» (способный существовать) трансформируется в семантическую (существовать, осознавая смысл собственной жизни).

Еще одной вербальной составляющей понятия «жизнеспособность» является приспособление (приспособленный к жизни). Психологический смысл этой лексической единицы можно соотнести с общеизвестным и широко распространенным термином «адаптация». Роль адаптации в обеспечении жизнеспособности человека подчеркивается в ряде работ. С.Т. Посохова отмечает, что адаптация представляет собой один из вполне реальных способов сохранения жизнеспособности человека не только в современном стремительно меняющемся мире, но и в будущем [15]. Соотношение между сопротивляемостью и адаптацией убедительно представлено Ж.К. Ионеску: «Жизнеспособность индивида означает успешную адаптацию, несмотря на риск и бедствия» [5. С. 25].

Последняя лексическая характеристика понятия «жизнеспособность» – развитие. Ее семантическое значение определить достаточно сложно, поскольку это требует, во-первых, анализа многочисленных подходов к проблеме развития; во-вторых, определения тех детерминант, которые являются основой способности человека к развитию в контексте его жизненной способности. Анализ психологической литературы позволил прийти к выводу о том, что универсальным принципом развития всех форм активности человека является усложнение форм регуляции и превращение ее в саморегуляцию. Именно со становлением и развитием саморегуляции, по мнению Д.А. Леонтьева, представляется наиболее целесообразным связывать развитие личностного потенциала, интегральной системной характеристики личности, лежащей в основе способности личности сохранять стабильность смысловых ориентаций и эффективность деятельности на фоне давлений и изменяющихся внешних условий [13].

О.А. Конопкин считает, что общая способность к саморегуляции является фактором и показателем субъектного развития человека [11]. Вышесказанное позволяет предполагать, что способность человека к развитию (как компонент общей жизнеспособности) определяется его способностью к саморегуляции. Однако это предположение основывается, все-таки, на довольно широ-

ком понимании саморегуляции, ее глобальной универсальности и с этой точки зрения не может рассматриваться как достаточное условие эквивалентности понятий «саморегуляция» и «развитие».

Саморегуляция – важнейший, необходимый, но не достаточный признак развития, поскольку, определяя целесообразное функционирование живых систем, в том числе и психических, она представляет собой замкнутый контур регулирования, в то время как развитие предполагает закономерное изменение психических процессов во времени, т.е. является открытой системой. Исходя из этого, в определении существенных признаков жизнеспособности как психологической категории нельзя ограничиваться лишь саморегуляцией (как нельзя и игнорировать ее). Следует говорить и о способности к развитию (как общем, универсальном компоненте), и о способности к саморегуляции (как частном, но исключительно важном показателе и развития, и жизнеспособности в целом).

Подводя итог вышеизложенному, представляется возможным трансформировать определение жизнеспособности, основанное на вербальных характеристиках его значения, в лексико-семантическое определение в соответствии с законом эквивалентности понятий. Жизнеспособный человек – это человек, способный к адаптации, жизнеосмысленному существованию, саморегуляции и развитию.

«Внесистемные», житейские признаки понятия «жизнеспособность» определялись также на основе обыденных представлений о жизнеспособном человеке посредством психосемантического метода с дальнейшей обработкой по методу семантических универсалий и факторизацией с варимакс-вращением. Результаты факторного анализа продемонстрировали сложность и многомерность феномена жизнеспособности. После варимакс-вращения было выделено 4 базовых фактора, которые охватывают 61,48% совокупной дисперсии, что свидетельствует об их достаточной, хотя и сравнительно невысокой информативности. Ни у одного из факторов не был выражен отрицательный полюс, что заметно затруднило интерпретацию. Относительно невысокими оказались и факторные нагрузки. Тем не менее нам удалось обозначить выделенные факторы следующим образом.

Первый фактор, наиболее информативный (20,71%), был определен как «осознанное жизнелюбие», включив семантические характеристики: «любящий жизнь» (0,71), «оптимистичный» (0,54), «имеющий смысл жизни» (0,78).

Второй фактор (18,19%) был назван «самоактуализационным», поскольку ведущими для него явились представления о жизнеспособном человеке как «развивающемся» (0,81), «самодостаточном» (0,51), «счастливым» (0,52), «ответственном» (0,75), «мыслящем» (0,63), «активном» (0,52). Нетрудно заметить, что все выделенные позиции укладываются в классические схемы самоактуализирую-

щейся личности, довольно подробно описанные в современной психологической литературе.

Третий фактор (10,42%) был обозначен как «адаптация»: «психологически устойчивый» (0,62), «психически здоровый» (0,61), «приспособленный» (0,83), «стрессоустойчивый» (0,75), «адаптированный» (0,87).

Четвертый фактор (6,51%), включающий такие семантические признаки, как «реализующий жизненную программу» (0,57), «самостоятельный» (0,87), «имеющий жизненные планы» (0,63), «адекватный» (0,73), «психологически устойчивый» (0,59), «волевой» (0,79), был обозначен как «самоуправление».

Пятый фактор (5,65%), на наш взгляд, правомерно определить как «коммуникабельность», поскольку, с одной стороны, он включает качества, высоко значимые и ценные для других: «добрый» (0,91), «нужный другим» (0,53), «общительный» (0,68); «контактный» (0,82), «эмпатийный» (0,73), а с другой стороны, ориентирует на психологически комфортную обратную связь в человеческих отношениях – «взаимная любовь» (0,50).

Таким образом, факторный анализ позволил получить наиболее общие категориальные структуры семантического пространства понятия «жизнеспособный человек». Результаты исследования свидетельствуют о том, что в обыденном сознании семантические представления о жизнеспособности человека образуют многомерную смысловую конструкцию, концентрируясь вокруг следующих понятийных образований: «осознанное жизнелюбие», «самоактуализация», «адаптация», «коммуникабельность», «самоуправление». Сопоставление результатов лексико-семантического и факторного анализов позволило установить соответствие между существенными признаками понятия «жизнеспособный человек», выделенными в ходе этих аналитических процедур. Компонент адаптации вполне определенно соотносится с приспособлением, самоуправление с саморегуляцией, самоактуализация характеризует развитие, а осознанное жизнелюбие в метафорической форме выражает наличие смысловых ориентаций.

Однако в данной схеме отсутствует еще один компонент – «коммуникабельность». Выявленный в ходе факторизации, он не получил «достойного» аналога в лексико-семантической структуре понятия «жизнеспособный человек». Ответ на вопрос о том, какое место может занимать этот конструкт в интегральном понятийном поле жизнеспособности, мы нашли в работах представителей томской психологической школы (теория психологических систем В.Е. Ключко, транскомуникативная теория В.И. Кабрина).

В одной из своих работ В.И. Кабрин пишет, что коммуникабельность – это сквозная многоуровневая тенденция, обеспечивающая жизнеспособность личности [6]. Данное положение, впрочем, требует уточнения в понимании коммуникабельности, которое предполагает широкий и узкий аспекты. Коммуникабельность в уз-

ком смысле – это способность к коммуникации, к установлению контактов, общительность. В узком плане коммуникабельность можно рассматривать и как степень понятности для других, экспрессивность, раскованность человека, его умение и желание «подать себя» [6]. Понимание коммуникабельности человека в широком смысле, на наш взгляд, может быть основано на представлениях В.Е. Ключко о человеке как о самоорганизующейся системе, т.е. такой системе, условием устойчивого существования которой является информационный обмен с окружающей средой [10].

Любые открытые системы (и человек в том числе) должны иметь возможность отбирать из окружающей среды только то, что нужно системе в данный момент для обеспечения устойчивого существования. Эту особенность В.Е. Ключко обозначил как закон «ограничения взаимодействия», согласно которому взаимодействие возможно там, где изначально существует соответствие между тем, что надо системе, и тем, что отвечает этой надобности из того, что находится за ее пределами [9].

Коммуникация в широком смысле является внутренней, сущностной основой всех жизненных процессов человека, и в этом плане она имеет универсальный характер. Однако главное в такой коммуникации – обмен не любой, не всякой информацией, не информацией «вообще», а информацией, имеющей жизненный смысл, т.е., будучи универсальной, она подчиняется закону «ограничения взаимодействия». Относительно коммуникации можно провести аналогию между законом ограничения взаимодействия и так называемым балансом избирательности и взаимности: «Любой жизненный смысл (вплоть до “смысла жизни”) образуется определенным единством или соотношением ценности взаимности (энергетический аспект) и значимости избирательности (информационный аспект). Баланс избирательности и взаимности определяет, следовательно, жизнеспособность и смысл общения живого существа в среде» [7. С. 47].

В процессе коммуникации информация, имеющая жизненный смысл, не просто передается, она трансформируется и преобразуется, она творится, воплощаясь в различных кодах языка. Главное в феномене коммуникации – это передача информации, имеющей для человека жизненный смысл. Поэтому коммуникабельность в широком значении – это универсальная смысловая творческая жизненная способность, единый сквозной фактор, интегрирующий разноуровневые способы жизни человека.

Подтверждение коммуникативной природы жизнеспособности человека можно предполагать и на структурном уровне. В.И. Кабрин установил связи между интра-, экстра-, интер- и транскомуникативными уровнями общения человека и его традиционно различаемыми уровнями жизнедеятельности. Эти системные уровни «обеспечены» внутренними структурами, порожденными соответствующими К-процессами, имеющими и внешнюю оформленность, и защиту: темпераментом с его аффективнос-

тью, характером с его привычками, интеллектом с его функционально-инструментальной дифференцированностью, сознанием и его мировоззренческой рефлексивной смысловой ориентацией [7]. Можно предположить, что существует соответствие между компонентами жизнеспособности человека (адаптацией, саморегуляцией, развитием, осмысленностью жизни) и представленными выше уровнями общения (интра-, экстра-, интер- и транскомуникативными).

Адаптация соответствует интракоммуникативному уровню общения и олицетворяет процессы выживания и приспособления человека. Этот компонент жизнеспособности характеризуется импульсивностью, спонтанностью, агрессивностью (борьба за «место под солнцем»). Мы предполагаем, что он связан с психосоматическими характеристиками здоровья, свойствами темперамента и доминирующими инстинктами.

Саморегуляция соотносится с экстракоммуникативным уровнем общения и обеспечивает ориентацию в окружающей среде, гармоничное ситуативное взаимодействие с ней. Этот компонент жизнеспособности, по нашему мнению, может быть связан с определенными характеристиками, установками.

Развитие можно соотносить с интеркоммуникативным уровнем общения. Оно характеризует человека как носителя жизненных планов, идей, проектов, активного творца собственной жизни. Этот компонент проявляется в связях с интеллектом, диалектичностью мышления, креативностью, самоэффективностью, самоуправлением, самоактуализацией.

Осмысленность жизни – признак «самого человеческого в человеке» – определяет собственно человеческое существование. Это высший, духовный компонент жизнеспособности, соответствующий транскомуникативному уровню человеческого общения, выводящему человека из самодостаточности для настоящего понимания с другим через трансцендирование [7]. Он отражает переживание человеком самого себя и своего бытия. На высшем транскомуникативном уровне реализуется подлинно человеческая жизнеспособность как способность к жизни как «носителнице духа».

В свете вышеизложенного неясным остается статус жизнеспособности в структуре психической реальности. На наш взгляд, категория «жизнеспособность» обладает основными признаками способностей как психического свойства человека: а) является потенциальным свойством функциональной системы; б) имеет индивидуальную меру выраженности; в) проявляется в динамике и качественном своеобразии освоения новой деятельности. Что касается последнего признака, то здесь необходимы соответствующие уточнения. Жизнеспособность человека проявляется не просто в освоении деятельности, а в освоении более широкой сферы функционирования – его собственного бытия, которое соотносится не только с деятельностью в узком смысле

(с предметной деятельностью), но и с поведением, заключающим в себе отношение к моральным нормам.

Жизнеспособность связана с готовностью к творческому освоению человеком природных и социальных обстоятельств, их преобразованию, к жизнотворчеству в сфере собственного существования. Жизнеспособный человек – это человек-творец, и приведенная характеристика – не метафора. Философы высказывают мысль о том, что умение жить – это искусство, которому нужно учиться. В противном случае человек может «научиться жить, когда его жизнь уже прошла». Способность к жизнотворчеству характеризует человека как субъекта не только внешней, но и собственной, внутренней природы, она проявляется не просто в освоении бытия, а в его организации и самоорганизации человеком собственной природы. Эту способность можно соотнести с категорией становления, используемой В.Е. Ключко для характеристики открытых самоорганизующихся систем. Становление, по мнению В.Е. Ключко, – это больше, чем развитие, потому что оно не укладывается в рамки представления о противоречии как движущей силе развития, в рамки борьбы видов за выживание. В отличие от развития, которое иногда понимают как обратное, инволюционное, «становления назад» не бывает [9].

Сказанное позволяет предполагать, что жизнеспособность проявляется не только в динамике и качественном своеобразии освоения деятельности в узком смысле («классическая» способность), а включает активное освоение всей экзистенциальной, бытийной сферы (семейной, профессиональной, гражданской и др.), его «жизненного пространства», обеспечивая становление самого человека.

Рассмотрение жизнеспособности человека в русле методологии самоорганизации позволяет уточнить еще один компонент этого феномена – развитие. Открытым, самоорганизующимся системам, по мнению Э.В. Галажинского, присуще не просто постоянное движение, развитие, а самодвижение, саморазвитие [3], поэтому логично предположить, что и жизнеспособный человек

как система такого уровня характеризуется способностью не просто к развитию, а к саморазвитию.

И, наконец, последнее. Практически во всех публикациях, в той или иной мере касающихся проблемы жизнеспособности, подчеркивается ее интегральный характер. Между тем не указывается, что конкретно служит интегрирующим началом жизнеспособности, т.е. тем общим, одинаковым, характерным для всей системы, которое синтезирует, а точнее «синергирует» саму систему. Идеи, в какой-то мере проясняющие ситуацию, нам удалось встретить в работах В.И. Кабрина и В.Е. Ключко.

В.И. Кабрин считает, что коммуникабельность – это сквозная многоуровневая тенденция, обеспечивающая жизнеспособность личности. В этом смысле коммуникабельность и является ее интегральной характеристикой [7].

По мнению В.Е. Ключко, коммуникация выступает как способ посредничества, определяющий процесс становления в человеке (и самим человеком) своего собственного жизненного пространства [8]. Следовательно, если становление реализует, последовательно воплощает потенциал жизнеспособности в потоке человеческой жизни, то общение как специфически человеческая коммуникация является формой этого становления.

Исходя из вышеизложенного, определение жизнеспособности человека может быть представлено следующим образом. Жизнеспособность человека – это интегральная возможность его качественно своеобразного становления в сфере социального бытия, реализуемая в форме универсальной смыслотворческой коммуникабельности. Предложенная трактовка ориентирует на новый уровень осознания этого феномена как системы не просто существующей, развивающейся, а «становящейся». Ее становление осуществляется не только за счет достижения гомеостаза и гетеростаза, представленных психологическими аналогами – адаптацией и саморегуляцией, но и за счет принципиальной неадаптивности, надситуативной активности, личностного роста, самоактуализации, трансценденции, транскоммуникации, реализуемыми за счет компонентов саморазвития и смысложизненного поиска.

## Литература

1. Ананьев Б.Г. Человек как предмет познания. СПб.: Питер, 2001. 288 с.
2. Выготский Л.С. О психологических системах // Выгодский Л.С. Собр. соч. М.: Педагогика, 1982. Т. 1. С. 109–131.
3. Галажинский Э.В. Личность в психонисторическом контексте: персоногенез? // Личность в парадигмах и метафорах: ментальность – коммуникация – толерантность / Под ред. В.И. Кабрина. Томск: Изд-во Том. ун-та, 2002. С. 44–53.
4. Гурьянова М.П. Воспитание жизнеспособной личности в условиях дисгармоничного социума // Педагогика. 2004. № 1. С. 12–17.
5. Ионеску Ж.К. Сопротивляемость и родственные понятия // Травматизм, психологическая безопасность, сопротивляемость и культура: Материалы междунар. конф. / Под ред. В.В. Латушина. Челябинск: Изд-во ЧГПУ, 2007. Ч. 1. С. 6–7.
6. Кабрин В.И. Коммуникативный мир и транскоммуникативный потенциал жизни личности: теория, методы исследования. Томск: Изд-во ТГУ, 2005. 217 с.
7. Кабрин В.И. Транскоммуникативный мир человека в постметодологической перспективе психологической антропологии // Коммуникативное измерение в психологической антропологии. Томск: Иван Федоров, 2007. С. 290–334.
8. Ключко В.Е. Ментальное пространство личности как предмет профессионально-психологического осмысления // Личность в парадигмах и метафорах: ментальность – коммуникация – толерантность / Под ред. В.И. Кабрина. Томск: Изд-во Том. ун-та, 2002. С. 30–44.
9. Ключко В.Е. От саморегуляции личности к самоорганизации человека: системные основания парадигмального сдвига в научной психологии // Субъект и личность в психологии саморегуляции. М.: Изд-во ПИ РАО, 2007. С. 68–84.

10. Ключко В.Е. Современная психология: методологические основы парадигмального сдвига // Ежегодник Российского психологического общества: Материалы 3-го Всерос. съезда психологов. СПб.: Изд-во СПб. ун-та, 2003. С. 251–255.
11. Конопкин О.А. Общая способность к саморегуляции как фактор и показатель субъектного развития // Вопросы психологии. 2004. № 2. С. 127–135.
12. Левицкая Т.Е., Зайцев А.А. Проблема здоровья и адаптации военнослужащих, принимавших участие в современных локальных войнах и вооруженных конфликтах // Сибирский психологический журнал. 2008. № 30. С. 82–85.
13. Леонтьев Д.А. Становление саморегуляции как основа психологического развития // Субъект и личность в психологии саморегуляции / Под ред. В.И. Моросановой. М.: Изд-во ПИ РАО, 2007. С. 68–85.
14. Махнач А.В., Лактионова А.И. Жизнеспособность подростка: понятие и концепция // Психология адаптации и социальная среда: современные подходы, проблемы, перспективы / Отв. ред. Л.Г. Дикая, А.Л. Журавлев. М.: Изд-во ИП РАН, 2007. 624 с.
15. Посохова С.Т. Психология адаптирующейся личности: субъектный подход: Дис. ... д-ра психол. наук. СПб., 2001. 393 с.
16. Разумовский О.С., Хазов М.Ю. Проблема жизнеспособности систем // Гуманитарные науки в Сибири. 1998. № 1. С. 1–7.
17. Сальева С.А. Изучение совладающего поведения в рамках концепции жизнестойкости // Вестник Института психологии и педагогики / Под ред. С.А. Репина. Челябинск, 2008. Вып. 10. 182 с.
18. Франк С. Смысл жизни: Антология / Под общ. ред. Н.К. Гаврюшина. М.: Прогресс – Культура, 1994. С. 489–583.
19. Франкл В. Человек в поисках смысла жизни. М.: Прогресс, 1994. С. 26.
20. *Handbook for working with children and youth. Pathways to resilience across cultures and contexts.* Thousands Oaks-L-New Delhi: Sage Publications, Inc. 2005. 520 с.

#### PERSON'S RESILIENCE: CATEGORY AND CONCEPTUAL FOUNDATIONS OF INVESTIGATION

Rylskaya E.A. (Chelyabinsk)

**Summary.** Psychological category «person's resilience» is determined. Phenomenological, structural, functional signs of resilience are presented. Theoretical foundations of its investigation are shown.

**Key words.** Life, resilience, adaptation, self-regulation, development, sense of life, human's being, growth, communicative approach, communicableness, intra-, extra-, inter- and trans-communicative levels of communication.