

На правах рукописи

ЛАКТИОНОВА АННА ИГОРЕВНА

**ЖИЗНЕСПОСОБНОСТЬ ЧЕЛОВЕКА В РАЗНЫЕ ВОЗРАСТНЫЕ
ПЕРИОДЫ**

Специальность – возрастная психология (психологические науки)

АВТОРЕФЕРАТ

диссертации на соискание ученой степени

доктора психологических наук

Москва - 2024

Работа выполнена в лаборатории труда, эргономики, инженерной и организационной психологии Федерального государственного бюджетного учреждения науки Институт психологии Российской академии наук (ИП РАН)

Научный консультант: доктор психологических наук, профессор
Сергиенко Елена Алексеевна

Официальные оппоненты: **Прохоров Александр Октябрьнович**, доктор психологических наук, профессор, профессор кафедры общей психологии ФГАОУ ВО Казанского (Приволжского) федерального университета

Рыльская Елена Александровна, доктор психологических наук, доцент, заведующий кафедрой психологии управления и служебной деятельности ФГАОУ ВО «Южно-Уральский государственный университет (национальный исследовательский университет).

Хазова Светлана Абдурахмановна, доктор психологических наук, доцент, профессор кафедры специальной педагогики и психологии ФГБОУ ВО Костромского государственного университета

Ведущая организация: ФГАОУ ВО Российский государственный гуманитарный университет «РГГУ»

Защита состоится 27 марта 2025 г. в 11 часов на заседании Диссертационного совета на базе Федерального государственного бюджетного учреждения науки Институт психологии Российской академии наук (ИП РАН) по адресу: 129266, г. Москва, ул. Ярославская, 13, к.1

С диссертацией можно ознакомиться в библиотеке и на сайте Федерального государственного бюджетного учреждения науки Институт психологии Российской академии наук (ИП РАН): <https://ipran.ru/>

Автореферат разослан “__” _____ 2024 г.

Ученый секретарь
диссертационного совета,
кандидат психологических наук

Никитина Елена Альфредовна

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

Постановка проблемы и актуальность исследования. Встающие перед человечеством проблемы — угрозы возникновения пандемий, глобального изменения климата, политическая нестабильность, быстрые социальные изменения — снижают субъективный уровень безопасности и приводят к повышению неопределенности существования, создавая требования, подчас превышающие возможности ресурсов человека. Это определяет актуальность изучения жизнеспособности человека, поскольку именно жизнеспособность является ключевым фактором способности человека справляться с трудностями и выживать в условиях невзгод (Grotberg, 1995). Исследования жизнеспособности, лежащей в основе адаптационных возможностей человека, позволяют подойти к более глубокому пониманию психофизиологических, психологических, социальных и т.д. механизмов формирования, развития и функционирования системы жизнеспособности человека, находящегося в условиях атипичного стресса и демонстрирующего способность восстанавливаться, адаптироваться или трансформироваться, выходя на более высокий уровень функционирования. Такое системное понимание жизнеспособности применяется к системам многих видов, на многих взаимодействующих уровнях, включая все более широкий спектр изучения их взаимовлияния. В настоящее время исследования этого феномена как в зарубежной, так и в российской психологии расширяются и переходят от более детерминированных и упрощенных моделей к все более сложным, включающим сразу несколько систем, и их взаимодействиям (Ungar, 2021). В российской психологии основоположником изучения жизнеспособности человека является А.В. Махнач. Анализ российских исследований жизнеспособности, проведенный Н.М. Сараевой, показывает, что, несмотря на возросшее количество исследований и общее понимание ее системного характера, «выделения нижележащих (индивидуальные) и вышележащих уровней, исследователи, тем не менее, акцентируют внимание лишь на таких составляющих ее структуры, которые относятся к высшему, личностному, уровню психики. Соответствующим образом и операционализируется понятие “жизнеспособность”: измеряются,

диагностируются в основном личностные параметры жизнеспособности (Рыльская Е.А., Нестерова А.А., Махнач А.В и др.)» (Сараева, 2018). Хотя в исследованиях Н.М. Сараевой и последних исследованиях Е.А. Рыльской формально-динамические характеристики включены в анализ жизнеспособности (Рыльская, Мошкина, 2021). Одновременно с этим «и в российской, и в мировой психологии практически остается неизученным вопрос о развитии жизнеспособности в онтогенезе и возрастных различиях жизнеспособности человека» (Лактионова, 2021). Однако, как отмечает Э. Мастен, жизнеспособность развивается и изменяется, потому что все системы, ее определяющие, динамичны; таким образом, она развивается и изменяется по мере развития и изменения самого человека (Masten, Cicchetti, 2016). Это соотносится с точкой зрения Е.В. Куфтык: «Поскольку жизнеспособность как определенная способность, формируется и закрепляется в процессе жизни, должны существовать различия в компонентах жизнеспособности с учетом этапа онтогенеза» (Куфтык, 2017). Эмпирические и теоретические исследования, направленные на изучение и понимание этих феноменов, могут в результате повысить возможность определения наиболее эффективных способов повышения жизнеспособности человека на разных этапах его развития, как на индивидуальном уровне, так и в семье, сообществе и культуре (Southwick et al., 2014). В связи с этим изучение возрастных особенностей жизнеспособности человека является актуальной научной и практической задачей. Исходя из этого, диссертационная работа посвящена исследованию жизнеспособности человека в разные возрастные периоды и разработке его теоретико-методологической основы — уровневой концепции жизнеспособности человека.

Цель исследования: Обоснование нового научного направления в возрастной психологии — жизнеспособность человека в разные возрастные периоды и разработка теоретико-методологической концепции возрастных различий жизнеспособности человека.

Объект исследования: жизнеспособность человека.

Предмет исследования – жизнеспособность человека в разные возрастные периоды.

Основная теоретическая гипотеза исследования: Жизнеспособность человека как открытая, динамичная, изменяющаяся в онтогенезе и в процессе взаимодействия с социумом система характеризуется уровневой структурой и направленностью развития.

Основная теоретическая гипотеза конкретизировалась в частных гипотезах исследования:

1. Развитие жизнеспособности человека на разных жизненных этапах имеет свою направленность, связанную с развитием функций и компонентов, способствующих решению актуальных задач возрастного периода.
2. Развитие уровней жизнеспособности человека в онтогенезе имеет нелинейную динамику и тесно связано с изменением внешних средовых условий его существования.
3. Динамика взаимодействия между системами (человек – социум) в онтогенезе человека связана с изменением уровневой структуры его жизнеспособности и ее компонентного состава.
4. Компонентный состав индивидуальной жизнеспособности человека включает такие механизмы регуляции и саморегуляции, как: смысловые образования и направленность личности (личностный уровень жизнеспособности), контроль поведения (субъектный уровень) и психодинамические характеристики (индивидный уровень). Но их представленность и взаимодействие на разных этапах онтогенеза изменяется.
5. С возрастом происходит постепенное накопление ресурсов жизнеспособности.
6. По мере взросления человека изменяется компонентный состав его индивидуальной жизнеспособности, при этом ведущую роль начинают играть компоненты, включенные в субъектный уровень жизнеспособности, что приводит к перестройке ее уровневой структуры.

7. В процессе онтогенеза человека возрастает степень его субъектности. Ведущая роль в уровневой структуре его жизнеспособности переходит к субъектному уровню, сменяющему основной вклад индивидуального уровня в индивидуальную жизнеспособность молодых людей.
8. По мере взросления человека от 15 до 65 лет изменяется вклад различных компонентов жизнеспособности в интегративный показатель «общая жизнеспособность».

Методы исследования включают теоретический анализ российских и зарубежных теоретико-эмпирических исследований. Основными методами эмпирического исследования выступили качественные и количественные методы: сравнительный анализ («метод поперечных срезов»), выборочное непосредственное и опосредованное наблюдение, экспертный опрос, беседа, изучение документации, полуструктурированное интервью, тестирование. Батарея психодиагностических методик включала два блока. Для исследования жизнеспособности и социальной адаптации юношей и девушек 15–17 лет были использованы: «Шкала социально-психологической приспособленности» К. Роджерса, Р. Даймонд (адаптация Т.В. Снегиревой); «Тест жизнеспособности детей и молодежи – 28» (Child and Youth Resilience Measure – 28, CYRM-28) (Ungar, Liebenberg, 2011); Тест мотивации достижений А. Мехрибиана (ТМД) (адаптация М.Ш. Магомед-Эминова); Методика диагностики стресс-совладающего поведения Д. Амирхана; Анкета для определения способов преодоления эмоционального дискомфорта А.Н. Фоминовой. Для исследования жизнеспособности взрослых: «Тест жизнеспособности взрослых Исследовательского центра жизнеспособности» (Resilience Research Centre Adult Resilience Measure, RRC-ARM) (Ungar, Liebenberg, 2013); Опросник «Стиль саморегуляции поведения» (ССПМ) (Моросанова, 2004); Опросник способов совладания (ОСС – WCQ) (Крюкова, 2010); Опросник эмоционального интеллекта «ЭмИн» (Люсин, 2006); Методика изучения структуры темперамента Я. Стреляу (PTS). Методы статистической обработки данных: корреляционный факторный и регрессионный анализ, выявления значимости

различий по U-критерию Манна–Уитни. Математико-статистическая обработка результатов проводилась с помощью пакета статистических программ SPSS 22.0 for Windows.

Объект, предмет, цель и гипотезы исследования обусловили постановку и решение следующих задач:

1. Провести теоретический анализ современных российских и зарубежных исследований жизнеспособности человека, систематизировать основные методологические, теоретические и эмпирические подходы к пониманию данного феномена и определить предпосылки и степень разработанности проблемы возрастного развития жизнеспособности человека.
2. Выделить основные теоретические подходы к изучению системной организации жизнеспособности человека и на их основании определить основные критерии дифференциации особенностей и направленности развития жизнеспособности в онтогенезе человека.
3. На основании системно-субъектного и социокультурного (экологического) подходов разработать теоретико-методологическую концепцию возрастных различий жизнеспособности человека как открытой, динамичной, изменяющейся в онтогенезе системы.
4. На основании концепций возрастного развития определить критерии разделения выборки исследования на возрастные группы и выделить основные задачи их развития.
5. Осуществить проверку теоретической и эмпирической обоснованности концептуальной модели жизнеспособности человека как открытой, динамичной системы.
6. Выявить особенности развития жизнеспособности в разные возрастные периоды и закономерности динамики ее развития.
7. С целью выявления роли внешних и внутренних детерминант развития жизнеспособности в онтогенезе проанализировать взаимосвязи между индивидуально-психологическими характеристиками: уровневыми (индивидуальные,

личностные, субъектные), компонентными (базовые саморегулятивные функции, локус контроля, самоотношение и отношение к другим людям, направленность, стремления личности (мотивация достижения), контроль поведения (способность к произвольной осознанной саморегуляции, выраженность эмоционального интеллекта, механизмы совладания) – и социально-психологическими характеристиками (влияние семьи и социума).

Общая методологическая база исследования: Теоретическими основаниями работы выступили положения системно-субъектного подхода (Е.А. Сергиенко), в основу которого положены системный подход в психологии (Б.Ф. Ломов) и субъектно-деятельностный подход (А.В. Брушлинский, К.А. Абульханова), социокультурный подход (Ю. Бронфенбреннер), концепция жизнеспособности человека (Э.В. Зеер, Е.В. Куфтяк, А.В. Махнач, А.А. Нестерова, Е.А. Рыльская, Н.М. Сараева, S. Luthar, A. Masten, M. Rutter, I. Schoon, M. Ungar, E. Werner и др.), всевозрастной подход в психологии развития (П.Б. Балтес), общая теория систем (А.А. Богданов, Л. фон Бергаланфи, И.В. Блауберг, В.Н. Садовский, Э.Г. Юдин и др.), психология регуляции поведения (В.А. Бодров, Л.Г. Дикая, О.А. Конопкин, В.И. Моросанова, О.С. Никольская, А.О. Прохоров, Е.А. Сергиенко, С.А. Хазова, М.А. Холодная и др.), теории и концепции психологии развития и функционирования психики (Л.С. Выготский, Л.И. Анцыферова, Ю.И. Александров, Н.С. Лейтес, В.С. Мерлин, Д.Б. Эльконин, А.Г. Асмолов), в том числе возрастного развития (Э. Эриксон, К. Юнг, Б.Г. Ананьев, В.В. Давыдов, Е.А. Сергиенко и др.), концепции контроля поведения (Е.А. Сергиенко, Г.А. Виленская, Е.И. Лебедева, А.Ю. Уланова), эмоционального интеллекта (Д.В. Ушаков, Д.В. Люсин, J.D. Mayer, D. Caruso, P. Salovey, G. Matthews, R. Roberts, M. Zeidner), психологического совладания (Р.М. Грановская, И.В. Ветрова, Т.Л. Крюкова, А.В. Либина, И.М. Никольская, Н.А. Сирота, В.М. Ялтонский и др.).

Эмпирическая база исследования и характеристика выборки. Общая выборка исследования составила 1254 человека в возрасте от 15 до 65 лет, представителей

разных социальных групп, жителей крупных городов России (Москва, Санкт-Петербург, Томск, Чита, Хабаровск и др.). В сравнительном эмпирическом исследовании жизнеспособности и особенностей ее формирования в разных средовых условиях у юношей и девушек 15–17 лет, проведенном в 2005–2010 гг., принимали участие учащиеся 9–11-х классов московских общеобразовательных школ ($n = 133$) и школы для детей с девиантными формами поведения ($n=99$). 51,5% – девушки, 48,5% – юноши. Средний возраст участников — 16,1 года ($\min = 15$, $\max = 17$ лет). Общая выборка респондентов по всем сериям эмпирических исследований, проведенных в 2019–2022 гг., включает 1022 человека в возрасте от 15 до 65 лет. Эмпирическое исследование возрастной динамики уровня развития жизнеспособности проводилось на выборке юношей, девушек и взрослых ($n = 722$) — жителей крупных городов России. Возраст 15–65 лет. Из них: мужчины – 362 человека, средний возраст 30 лет ($\min = 15$, $\max = 65$); женщины – 360 человек, средний возраст 32,39 ($\min = 15$, $\max = 65$). В сравнительном исследовании обусловленности жизнеспособности человека особенностями его темперамента, контроля поведения и средовых факторов в разных возрастных группах принимали участие жители Москвы, Санкт-Петербурга и других крупных городов России $n = 300$ (мужчины $n = 119$, женщины $n = 181$).

Научная новизна и теоретическая значимость исследования.

1. Обосновано новое научное направление в возрастной психологии — развитие жизнеспособности человека в разные возрастные периоды. В рамках этого направления разработана с точки зрения системно - субъектного и социокультурного подходов и эмпирически верифицирована его теоретико-методологическая основа — концепция возрастных различий жизнеспособности человека, в соответствии с основными положениями которой предлагается понимать жизнеспособность человека как открытую, динамичную, изменяющуюся в онтогенезе и в процессе взаимодействия человека с социумом систему, характеризующуюся уровневой структурой и направленностью развития.

2. Эмпирически верифицировано, что компонентный состав индивидуальной жизнеспособности человека включает такие механизмы регуляции и саморегуляции, как: смысловые образования и направленность личности (личностный уровень жизнеспособности), контроль поведения (субъектный уровень), и психодинамические характеристики (индивидный уровень). Но их представленность на разных этапах онтогенеза изменяется.
3. Впервые описаны закономерности динамики развития жизнеспособности в разные возрастные периоды от 15- до 65-летнего возраста во взаимосвязи с системой внешних и внутренних детерминант.
4. Показано, что динамика взаимодействия между системами (человек – социум) в онтогенезе человека связана с изменением уровневой структуры его жизнеспособности и ее компонентного состава.
5. Выявлено, что развитие уровней жизнеспособности человека в онтогенезе имеет нелинейную динамику и тесно связано с изменением внешних средовых условий его существования. В возрасте 18–25 лет наблюдается самый низкий уровень всех показателей жизнеспособности. Между возрастными группами 26–45 и 46–65 лет отсутствуют различия.
6. Аргументировано, что по мере взросления человека изменяется компонентный состав его индивидуальной жизнеспособности, при этом ведущую роль начинают играть компоненты, включенные в субъектный уровень жизнеспособности, что приводит к перестройке ее уровневых функций и структуры.
7. Обнаружено, что возрастная специфика в системе жизнеспособности человека связана с постепенным накоплением ее ресурсов и перестройкой уровневой структуры и ее компонентного состава. Ведущая роль в уровневой структуре жизнеспособности переходит к субъектному уровню, сменяющему основной вклад индивидного уровня в индивидуальную жизнеспособность молодых людей. В процессе онтогенеза человека возрастает степень его субъектности.

8. Выявлено, что в период взрослости происходит эволюция саморегуляции. Роль саморегуляции стиля поведения (темпераментальных характеристик) в структуре жизнеспособности уменьшается по мере взросления, уступая место субъектному уровню. Осуществляется постепенный переход от осознанной регуляции к самопроизвольности поведения за счет постепенного формирования в онтогенезе компонентов контроля поведения и навыков их использования.
9. Выявлена динамика развития контроля поведения от 15 до 65-летнего возраста и его взаимосвязь с развитием жизнеспособности человека.
10. Обнаружена возрастная динамика вкладов различных составляющих жизнеспособности. По мере взросления человека от 15 до 65 лет изменяется вклад различных компонентов жизнеспособности в интегративный показатель «общая жизнеспособность»: от «контекстуальной» в группе 15–17-летних к «индивидуальной жизнеспособности» в старшей возрастной группе 46–65-летних. Это говорит о возрастании роли автономии и компетентности в процессе жизни.
11. Теоретически и эмпирически доказано, что развитие жизнеспособности на разных жизненных этапах имеет свою направленность, связанную с развитием компонентов, способствующих решению актуальных задач возрастного периода.

Практическая значимость результатов исследования. Полученные в исследовании результаты дают понимание особенностей взаимодействия психологических и социальных механизмов формирования жизнеспособности человека на разных возрастных этапах его развития. Это позволяет более точно и эффективно проводить психотерапевтические, педагогические и социальные интервенции, направленные на развитие и повышение необходимых ресурсов жизнеспособности. Результаты исследования имеют прогностическое и фасилитирующее значение и могут быть использованы в кризисной терапии, психологической, педагогической, консультационной и социальной работе с

учетом специфики возраста, а также при разработке научно обоснованных курсов для студентов и специалистов в области психологии, образования, здравоохранения и социальной сферы.

Положения, выносимые на защиту:

1. Жизнеспособность человека как открытая, динамичная, изменяющаяся в онтогенезе и в процессе взаимодействия с социумом система характеризуется взаимодействием уровней, изменением структуры и направленностью развития.
2. Уровневая структура индивидуальной жизнеспособности человека включает субъектный, личностный и индивидный уровни, каждый из которых имеет свою компонентную систему. В процессе онтогенеза изменяется вклад каждого из уровней, постепенно переходя от ведущей роли индивидного уровня у молодых людей к ведущей роли субъектного уровня в старшей группе.
3. Развитие жизнеспособности человека в процессе онтогенеза отличается нелинейной динамикой, описывается процессами изменения ее уровневой структуры и состава компонентов, что обеспечивает успешное решение задач возрастного развития и тесно связано с внешними средовыми условиями существования человека.
4. В период взрослости происходит эволюция саморегуляции. Роль саморегуляции стиля поведения (темпераментальных характеристик) в структуре жизнеспособности уменьшается по мере взросления, уступая место субъектному уровню. Осуществляется постепенный переход от осознанной регуляции к самопроизвольности поведения за счет постепенного формирования в онтогенезе компонентов контроля поведения и навыков их использования.
5. По мере взросления человека изменяется вклад различных компонентов жизнеспособности в интегративный показатель «общая жизнеспособность» — от основного вклада «контекстуальной» в младшей возрастной группе к «индивидуальной жизнеспособности» в группе 46–65-летних.

Достоверность и надежность полученных результатов исследования обеспечивалась: теоретическим анализом современных российских и зарубежных исследований жизнеспособности человека; систематизацией основных методологических, теоретических и эмпирических подходов к пониманию данного феномена; апробацией результатов исследования в психотерапевтической практике, а также при разработке и проведении серии онлайн-тренингов для психотерапевтов и психологов; репрезентативностью групп обследованных респондентов; применением адекватных задачам исследования психологических методов; соблюдением требований к валидности и надежности используемых методик исследования; использованием современных математико-статистических методов обработки и анализа данных; применением адекватных критериев оценки достоверности полученных результатов; высокой согласованностью и непротиворечивостью полученных результатов.

Апробация и внедрение результатов исследования. Результаты, полученные в диссертационном исследовании, отражены в 71 научной публикации: 29 статьях в рецензируемых научных журналах, рекомендованных ВАК при Министерстве науки и высшего образования РФ и в научных журналах, входящих в международные реферативные базы данных, 3 авторских монографиях. Основные результаты работы апробированы и были представлены на 20 международных конгрессах, российских научных и научно-практических конференциях: Всероссийской научной конференции, посвященной 90-летию со дня рождения А.В. Брушлинского и 300-летию основания Российской академии наук (Москва, 2023); Международной юбилейной научной конференции, посвященной 50-летию создания Института психологии РАН (Москва, 2022); III Международной научно-практической конференции «Современное состояние и перспективы развития психологии труда и организационной психологии» (Москва, 2021); VI Международной научно-практической конференции памяти М.Ю. Кондратьева «Социальная психология: вопросы теории и практики» (Москва, 2021); IX Международной конференции молодых ученых «Психология – наука будущего» (Москва, 2021); Международной научно-практической конференции «Современное

состояние и перспективы развития психологии труда и организационной психологии» (Москва, 2018); The 4th World Congress on Resilience (Марсель, Франция, 2018); Всероссийской юбилейной научной конференции «Фундаментальные и прикладные исследования современной психологии: результаты и перспективы развития» (Москва, 2017); International Conference «Pathways to Resilience IV» (Кейптаун, ЮАР, 2017); Международной конференции «Современные тенденции развития психологии труда и организационной психологии» (Москва, 2015); Конференции «Семья, брак и родительство в современной России» (Москва, 2015), International Conference “Pathways to Resilience III: Beyond Nature vs. Nurture” (Галифакс, Канада, 2015); I Всероссийской конференции по психологии развития «Другое детство» (Москва, 2009) и др. Основные результаты и положения работы обсуждались на экспертных семинарах: «Актуальные проблемы психологических исследований» (ИП РАН), «Экспертный семинар по социальной психологии, психологии труда и инженерной психологии» (ИП РАН), «Преддокторский экспертный семинар» (ИП РАН), заседаниях лаборатории психологии труда, эргономики, инженерной и организационной психологии, лаборатории психологии развития субъекта в нормальных и посттравматических состояниях, на методологическом семинаре, ежегодных итоговых научных конференциях Института психологии РАН. Материалы диссертации используются в учебном процессе: разработаны и внедрены рабочие программы учебной дисциплины «Терапия подростков, переживших травму с позиции теории жизнеспособности подростков», «Терапия взрослых, переживших психическую травму с позиции теории жизнеспособности», «Мишени психотерапевтического воздействия в медико-психологической практике с позиции теории жизнеспособности» (Проект ПР ООН Кыргызская Республика под эгидой программы «Российские эксперты для международного развития»).

Структура и объем диссертации. Диссертация включает введение, 7 глав (20 параграфов), выводы, заключение и список литературы (509 источников, из них 152 — на иностранных языках). В текст включены 25 таблиц и 2 рисунка.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ДИССЕРТАЦИИ

Во Введении определяется научная проблема и обосновывается актуальность исследования, раскрываются его теоретико-методологические основы, определяются объект, предмет, цели, задачи, гипотезы и методы. Формулируются положения, выносимые на защиту, показывается научная новизна, теоретическая и практическая значимость исследования, описывается выборка. Определяются основные проблемы исследований в рамках нового научного направления.

Глава 1. «Теоретико-методологические основы изучения жизнеспособности человека» состоит из четырех параграфов и посвящена анализу исследований феномена жизнеспособности и возрастных различий жизнеспособности человека в зарубежной и российской психологии, возрастных задач развития и их взаимосвязи с жизнеспособностью, а также теоретико-методологических подходов к изучению феномена жизнеспособности.

В параграфе 1.1 описано современное состояние изучения феномена жизнеспособности человека. Показано, что в настоящий момент жизнеспособность понимается как процесс, связанный с изменениями во времени. Особое внимание уделяется динамической природе жизнеспособности и отказу от ее концептуализации, как только индивидуальной черты человека. Выделены различия в особенностях изучения жизнеспособности человека в западной и российской психологии.

В параграфе 1.2 показано, что как в зарубежной, так и в российской психологии крайне мало исследований, направленных на изучение возрастных различий жизнеспособности человека. Эта проблема практически остается неизученной. На данный момент в России изучение возрастной динамики в развитии жизнеспособности, даже если и является основной целью, сосредоточено преимущественно на сравнительных исследованиях старшеклассников и студентов или студентов младших и старших курсов (Куфтяк, 2017; Морозюк и др., 2020; Паатова, 2021 и др.). В качестве исключения можно привести сравнительные исследования жизнеспособности взрослых (Белюсова и др., 2019; Васильева, 2023;

Лактионова, 2020; Рубинский и др., 2023 и др.). В зарубежной психологии исследования возрастных различий жизнеспособности также малочисленны (Chen et al., 2021; Li Y et al., 2023; McGinnis, 2018; Moreno-Agostino et al., 2022; Pearman et al., 2021; Varma et al., 2021; Prakruthi, Suman, 2021; и др.). Делается вывод о научной и практической актуальности изучения возрастных особенностей жизнеспособности человека, проясняющих динамику и механизмы ее развития.

В параграфе 1.3 описаны различные подходы к выделению возрастных границ периода взрослости. Приводятся классификации Б.Г. Ананьева, Дж. Биррена, Д.Б. Бромлей, Г. Крайг, Ш. Бюлер, Д. Левинсона, Э. Эриксона и др.). На основании анализа различных классификаций обосновывается разделение выборки экспериментального исследования на 4 группы: 15–17 лет — юношеский возраст; 18–25 лет — ранняя взрослость; 26–45 лет — средняя взрослость; 46–65 лет — поздняя взрослость. Дается описание особенностей и возрастных задач каждого из выделенных периодов. Показывается, что каждый период развития имеет свои собственные проблемы, возникающие в результате специфических констелляций биологических изменений, ролевых переходов и общих жизненных событий. Сформулирована гипотеза о том, что развитие жизнеспособности на разных жизненных этапах имеет свою направленность, связанную с развитием компонентов (составляющих), способствующих решению актуальных задач возрастного периода

В параграфе 1.4 анализируются подходы к изучению жизнеспособности человека: системно-субъектный (Е.А. Сергиенко) и социокультурный (экологический) Ю. Бронфенбреннера. Обосновывается проведение теоретического анализа и экспериментальных исследований в русле этих подходов.

Глава 2. Теоретические аспекты изучения жизнеспособности человека посвящена теоретическому обоснованию работы и состоит из одиннадцати параграфов.

В параграфе 2.1 на основании анализа исследований общей теории систем (А.А. Богданов, Л. фон Бергаланфи, И.В. Блауберг, У. Эшби, В.Н. Садовский, А.Д. Холл, Р.Е. Фейджин, Э.Г. Юдин) теоретически обосновывается правомерность

рассмотрения жизнеспособности человека, как открытой динамической системы. Показывается, что жизнеспособность зависит как от взаимовлияния различных систем: индивида (в эмпирическом исследовании — индивидуальная жизнеспособность), семьи (семейная жизнеспособность) и более широкого социального контекста (контекстуальная жизнеспособность), так и от общего влияния развития человека и окружающей среды с течением времени. Ключевой особенностью системной жизнеспособности является ее фокус на динамических взаимодействиях. Индивид и контекст понимаются как саморегулирующиеся, взаимозависимые и развивающиеся системы, где множество уровней взаимодействия определяют функционирование и развитие человека. Каждый из уровней может быть концептуализирован как система и далее сведен к их составным частям, чтобы получить понимание данной системы.

В параграфе 2.2 изложен концептуальный подход автора. Описывается уровневая структура индивидуальной жизнеспособности человека. Теоретическим основанием для анализа индивидуальной жизнеспособности человека выступили положения системно-субъектного подхода (Е.А. Сергиенко). Показано, что каждый из уровней имеет свои структурные компоненты. На индивидном уровне рассматривается значение и вклад базовых саморегулятивных функций (Стреляу, 1982); на личностном — вклад локуса контроля, самоотношения и отношения к другим людям и направленности личности; на субъектном — вклад контроля поведения (способность к произвольной осознанной саморегуляции, выраженность эмоционального интеллекта и механизмы совладания).

Выдвигается предположение о том, что уровневая структура жизнеспособности человека и ее структурные компоненты могут быть верифицированы на разных возрастных этапах развития. Однако, согласно возрастным уровням организации и социальным условиям в процессе развития человека, их функции и взаимосвязи между ними будут иметь специфическое выражение, в результате будет изменяться вклад различных уровней и их компонентов в развитие жизнеспособности, а также будет происходить смена подсистем, выступающих в качестве ее системообразующего фактора.

Параграф 2.3 посвящен характеристике разноуровневых компонентов индивидуальной жизнеспособности человека и их развитию в онтогенезе.

2.3.1. Анализируется вклад темперамента в развитие жизнеспособности человека. Показывается, что индивидуальные различия в темпераменте, биологически обусловленные поведенческие и эмоциональные различия в реактивности и регуляции (Rothbart, Ahadi, Evans, 2000) могут значимо изменять траектории развития жизнеспособности и чувствительности к факторам риска.

2.3.2. На основании анализа исследований саморегуляции описывается ее системный характер. Анализируется ресурсный подход к системе саморегуляции. Показывается, что регуляция на субъектном уровне, направленная на интеграцию индивидуальных ресурсов человека, вносит наибольший вклад в регуляторный процесс. Обосновывается, что проблема формирования саморегуляции в онтогенезе малоизучена, и динамика различных аспектов ее возрастного становления является первоочередной проблемой изучения (Моросанова, 2022). Анализируется взаимосвязь жизнеспособности и саморегуляции.

2.3.3. Описывается контроль поведения как регулятивная функция субъекта, психологический индивидуальный ресурс субъектной регуляции, выступающий основой становления саморегуляции с использованием индивидуально выраженных способностей (ресурсов) человека (Сергиенко, Виленская, 2018). Сделан вывод о том, что контроль поведения можно рассматривать в качестве индивидуального ресурса жизнеспособности как интегративной способности к адаптации (Сергиенко, 2016; Виленская, 2016; Лактионова, 2017). Отмечается, что развитие контроля поведения происходит на протяжении всей жизни человека.

2.3.4. Анализируется соотношение понятий «эмоциональный интеллект» и «эмоциональная регуляция» (Виленская, 2020; Корнилова и др., 2021; Сергиенко, 2019; Peña-Sarrionandia, Mikolajczak, Gross, 2015; и др.). Описываются внутренние и внешние факторы их развития. Показывается, что с точки зрения системно-субъектного подхода существует непрерывность в развитии эмоциональной регуляции и эмоционального интеллекта как операционализации одного из компонентов контроля поведения (регулятивной функции субъекта) —

эмоционального контроля (Сергиенко, 2019). Отмечается, что развитие целостной регуляторной системы — длительный процесс, продолжающийся и во взрослости, а индивидуальная способность к эмоциональной регуляции меняется на протяжении жизни. Приводятся исследования, подтверждающие, что эмоциональный интеллект увеличивается с возрастом. Анализируется взаимосвязь жизнеспособности, эмоционального интеллекта и эмоциональной регуляции.

2.3.5. Показывается, что психологическая защита и совладающее поведение связаны в единую систему адаптационных механизмов, направленных на преодоление стрессовых ситуаций и включающих разные уровни регуляции (неосознаваемые, осознаваемые). Отмечается, что прогностическое значение имеет соотношение механизмов психологической защиты и стратегий совладающего поведения в структуре адаптационных реакций личности, а мера их интеграции служит характеристикой зрелости адаптационных реакций (Куфтяк, 2016; Журавлев, Сергиенко, 2011; Сергиенко и др., 2010; Яницкий и др., 2013). Обосновывается, что наибольший вклад в связь копинга и адаптации делают воспринимаемая способность справиться со средовыми изменениями и соответствие копинга ситуации (Анцыферова, 1994; Тарабрина, Харламенкова, 2016). Анализируются факторы, детерминирующие формирование, становление и динамику механизмов совладающего поведения (Ветрова, 2010; Грановская, Никольская, 1998; Крюкова, 2010; Куфтяк, 2012; Хазова, 2013; Сергиенко, 2022; Тарабрина, Харламенкова, 2016; Frydenberg, 2004 и др.). Делается вывод о том, что жизнеспособность как интегративная способность к адаптации предполагает достаточную выраженность и широкий репертуар защитных механизмов (отсутствие ригидности и патологически стереотипных защит, возможность интенсивного использования защитных механизмов в период стресса), а также наличие зрелых защит (Лактионова, 2017).

Параграф 2.4. В параграфе проанализирован вклад семьи и общества в жизнеспособность человека с точки зрения социокультурного (экологического) подхода Ю. Бронфенбреннера.

2.4.1. Обсуждается вклад поддержки семьи в формировании жизнеспособности человека (Куфтяк, 2014; Махнач, 2023; Нестерова, 2016; Ушаков, 2020; Харламенкова и др., 2015; Multisystemic Resilience Adaptation..., 2021 и др.). Отмечается, что взаимодействия становятся катализатором жизнеспособности в зависимости от характера пережитых невзгод, уровня реагирования, времени совместного возникновения факторов риска и защиты и более широкого контекста, в котором происходят эти взаимодействия. Показывается, что роль семьи как фактора жизнеспособности человека прослеживается на протяжении всей его жизни (Махнач, 2019).

2.4.2. Анализируется роль макросоциальных факторов жизнеспособности человека, представляющих культурные, религиозные, национальные и глобальные социальные аспекты (Махнач и др., 2023; Нестик, Журавлев, Юревич, 2019; Журавлев, Ушаков, Юревич, 2017; Popham et al., 2021; Schoon, 2021; Theron, 2020; Ungar, 2021). Показана ведущая роль макроуровня и его влияние. Рассматривается вклад социальных институтов, национальной идентичности, культуры и религии в жизнеспособность человека. Делается вывод о необходимости анализа межсистемного взаимодействия и влияния систем друг на друга.

В результате проведенного теоретического анализа были сделаны следующие выводы:

1. В связи с тем, что и в российской, и в мировой психологии практически остается неизученным вопрос возрастных различий жизнеспособности человека, исследование динамики и механизмов ее развития является актуальной научной и практической задачей.
2. Теоретический анализ исследований позволяет выдвинуть гипотезу, согласно которой развитие жизнеспособности на разных жизненных этапах имеет свою направленность, связанную с развитием компонентов (составляющих), способствующих решению актуальных задач возрастного периода
3. Формат исследования, заданный экологическим подходом к изучению жизнеспособности, позволяет рассмотреть факторы риска и факторы

жизнеспособности (ресурсы) в рамках различных контекстов развития индивида, а также проследить их взаимовлияние. Системно-субъектный подход благодаря введению категории субъекта дает возможность обратиться к целостному изучению жизнеспособности человека.

4. Теоретически подтверждается правомерность рассмотрения жизнеспособности человека как открытой динамической системы. Ключевой особенностью системной жизнеспособности является ее фокус на динамических взаимодействиях. Индивид и контекст понимаются как саморегулирующиеся, взаимозависимые и развивающиеся системы, где множество уровней взаимодействия определяют функционирование и развитие личности. Каждый из уровней может быть концептуализирован как система и далее сведен к их составным частям, чтобы получить понимание данной системы
5. Предложена уровневая структура жизнеспособности человека. Выдвинута теоретическая гипотеза о том, что она может быть верифицирована на разных возрастных этапах развития. Однако в процессе онтогенеза будет изменяться вклад различных уровней и их компонентов в развитие жизнеспособности, а также будет происходить смена подсистем, выступающих в качестве ее системообразующего фактора.
6. Теоретически обосновывается значение и вклад в индивидуальную жизнеспособность человека базовых саморегулятивных функций и контроля поведения (способность к произвольной осознанной саморегуляции, выраженность эмоционального интеллекта (ЭИ) и механизмы совладания) и их развитие в онтогенезе.

Глава 3. Научно-методические основы изучения жизнеспособности человека

В параграфе 3.1 проанализированы подходы, стратегии и методы исследования жизнеспособности человека. Кратко представлены существующие методики психологической диагностики жизнеспособности человека.

В параграфе 3.2 описана разработка и психометрическая проверка «Теста жизнеспособности детей и молодежи – 28» (Child and Youth Resilience Measure – 28, CYRM-28 (Ungar, Liebenberg, 2011) и «Теста жизнеспособности взрослых Исследовательского центра жизнеспособности» (Resilience Research Centre Adult Resilience Measure, RRC-ARM).

Параграф 3.3 посвящен организации и программе эмпирического исследования. Описываются этапы исследования, эмпирическая база исследования, характеристики выборки. Представлен комплекс качественных и количественных методик и методических приемов используемых в серии эмпирических исследований, направленных на изучение внутренних и внешних детерминант развития жизнеспособности человека в разные возрастные периоды.

Глава 4. Эмпирическое исследование возрастной динамики уровня развития жизнеспособности.

Для выявления возрастной динамики уровня развития жизнеспособности общая выборка респондентов ($n = 722$) была разделена на 4 группы: группа 1 (15–17 лет) ($n = 178$) (средний возраст — 16,5); группа 2 (18–25 лет) ($n = 194$) (средний возраст — 22,7); группа 3 (26–45 лет) ($n = 188$) (средний возраст — 31,9); группа 4 (46–65 лет) ($n = 162$) (средний возраст — 55,5).

Для выявления значимых различий выраженности показателей индивидуальной, семейной, контекстуальной и общей жизнеспособности в группах респондентов было проведено их попарное сравнение по критерию Манна–Уитни (между группами 1 и 2, 2 и 3, 3 и 4, 2 и 4), которое выявило возрастную динамику развития жизнеспособности от 15 лет до 65 лет:

- От 15–17 к 18–25 годам — значимое снижение выраженности всех показателей индивидуальной, семейной и контекстуальной жизнеспособности. В результате можно констатировать недостаток этих ресурсов у молодых людей 18–25 лет и, как следствие, снижение индивидуальной жизнеспособности в этой возрастной группе.

- От 18–25 к 26–45-летнему возрасту — подъем показателей семейной, контекстуальной и общей жизнеспособности;
- Отсутствие различий между возрастными группами 26–45 и 46–65 лет.
- Таким образом, наиболее низкие показатели жизнеспособности наблюдаются в группе 2 (18–25 лет).

Глава 5. Исследование жизнеспособности и особенностей ее формирования в разных средовых условиях у юношей и девушек 15–17 лет

В исследовании на личностном уровне рассматриваются: локус контроля, самоотношение и отношение к другим людям, направленность личности (мотивация достижения). На субъектном уровне: контроль поведения как регулятивная функция субъекта, включающая эмоциональную регуляцию и механизмы совладания, определяемые когнитивными, эмоциональными и волевыми способностями

Исследование проводилось в четыре этапа.

5.1. На первом этапе исследования в целях выявления феноменов, характеризующих особенности жизнеспособности и социальной адаптации, в группе юношей и девушек 15–17-летнего возраста был проведен факторный анализ на общей выборке ($n = 232$). Было показано, что данные по всей выборке пригодны к факторизации на основе коэффициента (критерия) Кайзера–Мейера–Олькина и критерия Бартлетта: значение КМО равно 0.791 (что выше 0.7). Критерий сферичности Бартлетта: $\chi^2 = 5423.624$, $df = 300$, $p < 0.001$ (что говорит об отличии данных от «сферической» формы). Количество факторов было определено на основе коэффициента Кетэлла. В качестве метода факторизации использовался метод главных компонент, в качестве метода вращения – метод Varimax, предполагающий ортогональность осей.

В таблице 1 представлены результаты факторного анализа корреляционных связей в группе 15–17-летних юношей и девушек при 6-факторном решении, которое описывает 70,733% факторизации матрицы. Фактор 1 — 41,26% дисперсии, фактор

2 — 8,63%, фактор 3 — 6,12%, фактор 4 — 5,63%, фактор 5 — 4,78%, фактор 6 — 4,32%.

Таблица 1. Результаты факторного анализа корреляционных связей в группе 15–17-летних юношей и девушек

Показатели	1	2	3	4	5	6
Коэффициент адаптации	,812					
Коэффициент дезадаптации	-,501	,690				
Принятие себя	,757					
Непринятие себя	-,569	,481				
Принятие других	,553	-,584				
Непринятие других		,854				
Внутренний локус контроля	,631				,456	
Внешний локус контроля		,519			-,408	
Эмоциональный комфорт	,677					
Эмоциональный дискомфорт	-,474	,550	,405			
Доминирование	,447		- ,668			
Зависимость			,827			
Уход		,490	,452			
Мотивация достижений	,532					
Пассивное принятие (способ эмоциональной регуляции)						,846
Удовлетворение соматических потребностей (способ эмоциональной регуляции)						,636
Активная адаптация (способ эмоциональной регуляции)					,546	
Взаимодействие с другими (способ эмоциональной регуляции)				,762		
Решение проблем (механизм совладания)					,778	
Социальная поддержка (механизм совладания)				,808		
Избегание (механизм совладания)						
Жизнеспособность индивидуальная	,859					
Жизнеспособность семейная	,801					
Жизнеспособность контекстуальная	,878					
Жизнеспособность общая	,945					

Согласно полученным данным в структуре жизнеспособности респондентов 15–17 лет субъективный уровень жизнеспособности представлен только эмоциональным компонентом контроля поведения (эмоциональная регуляция).

5.2. На втором этапе исследования с целью определения наиболее значимых компонентов, обуславливающих индивидуальную жизнеспособность юношей и

девушек 15–17-летнего возраста, был проведен регрессионный анализ, в котором зависимой переменной был показатель «жизнеспособность индивидуальная», а в качестве предикторов использовались показатели «принятие себя», «принятие других», «внутренний локус контроля», «эмоциональный комфорт», «мотивация достижений». Оценка качества модели оказалась достаточно высокой — $R^2 = 0,584$, $R^2_{adj} = 0,575$, $F(5, 225) = 63,467$, $p < 0,001$.

Коэффициенты регрессионного уравнения и их статистическая оценка приведены в таблице 2.

Таблица 2. Регрессионные коэффициенты модели

Предиктор	Нестандартизи- рованный коэффициент (ст. ошибка)	Стандартизи- рованный коэффициент (β)	Значимость коэффициента
Константа	1,544 (0,213)		$t=7,234$, $p < 0,001$
Принятие себя	0,049 (0,01)	0,323	$t=4,746$, $p < 0,001$
Принятие других	0,03 (0,014)	0,122	$t=2,184$, $p = 0,03$
Внутренний локус контроля	0,027 (0,011)	0,155	$t=2,464$, $p = 0,014$
Эмоциональный комфорт	0,028 (0,01)	0,172	$t=2,726$, $p = 0,007$
Мотивация достижений	0,006 (0,002)	0,174	$t=3,304$, $p = 0,001$

Как видно из таблицы 2, все предикторы оказывают значимое положительное влияние на показатель индивидуальной жизнеспособности. При этом самое существенное, согласно результатам (стандартизированным коэффициентам и оценкам значимости), влияние получено для показателя «принятие себя», следующие по силе влияния показатели — это «эмоциональный комфорт и «мотивация достижений», затем — внутренний локус контроля, и, наконец, самое слабое, но значимое влияние получено для «принятия других».

5.3. На третьем этапе исследования было проведено сравнительное эмпирическое исследование выраженности личностных и субъектных компонентов жизнеспособности в группах «дезадаптивных» и «адаптивных» юношей и девушек 15–17 лет.

С этой целью общая выборка респондентов была разделена на 2 группы – группа 1 — «дезадаптивные» (n = 99) и группа 2 — «адаптивные» (n = 133).

Для выявления значимых различий в выраженности изучаемых показателей в группах респондентов были определены показатели средних значений для группы 1 «дезадаптивные» (n= 99) и группы 2 «адаптивные» (n = 133) и проведено попарное сравнение оцениваемых показателей по критерию Манна–Уитни.

5.4. На четвертом этапе был выполнен корреляционный анализ взаимосвязей в двух группах: группа 1 «дезадаптивные» (n = 99) и группа 2 «адаптивные» (n = 133).

Перед проведением корреляционного анализа проводилась проверка на соответствие эмпирического распределения нормальному теоретическому для выбора коэффициента корреляции, использовался критерий Колмогорова–Смирнова и Шапиро–Уилка. Из-за большого количества переменных, чье распределение достоверно отличается от нормального, было принято решение в корреляционном анализе применять коэффициент корреляции Спирмена. Рассматриваются корреляции, неутратившие своей достоверности после применения поправки Холма–Бонферрони (см. табл. 3).

Таблица 3. Результаты корреляционного анализа между показателем шкалы «Индивидуальная жизнеспособность» теста CYRM (Child and Youth Resilience Measure) (тест 2) и шкалами тестов

Тест	Шкалы	Шкала индивидуальная жизнеспособность (тест 2)	
		Группа 1 (дезадаптивные)	Группа 2 (адаптивные)
1	Коэффициент адаптации	,634**	
	Коэффициент дезадаптации	-,406**	
	Принятие себя	,499**	
	Непринятие себя	-,363**	
	Принятие других	,350**	
	Внутренний локус контроля		
	Эмоциональный комфорт	,374**	
	Эмоциональный дискомфорт	-,398**	
	Уход		
3	Мотивация достижений		
5	Взаимодействие с другими		
2	Жизнеспособность семейная	,477**	,365**
	Жизнеспособность контекстуальная	,318**	,712**

Жизнеспособность общая	,729**	,864**
------------------------	--------	--------

Примечание: ** - при $p \leq 0,001$.

Шкала социально-психологической адаптированности (Шкала СПА) К. Роджерса, Р. Даймонд (адаптация Т.В. Снегиревой) (тест 1), Тест мотивации достижений А. Мехрибиана ТМД (модификация М.Ш. Магомед-Эминова) (тест 3), Анкета для определения способов преодоления эмоционального дискомфорта А.Н. Фоминовой (тест 5), Тест CYRM (Child and Youth Resilience Measure), Шкала оценки жизнеспособности детей и молодежи (тест 2).

В результате исследования были сделаны следующие выводы:

Характеристики жизнеспособности группы юношей и девушек 15–17 лет:

- Направленность жизнеспособности в группе юношей и девушек 15–17 лет — формирование просоциальной индивидуальной жизнеспособности и развитие необходимых личностных и субъектных характеристик, способствующих возможностям решения актуальных задач этого возрастного периода: эмоциональной регуляции, внутреннего локуса контроля, положительного отношения к себе и другим людям и мотивации достижений.
- Индивидуальная жизнеспособность в группе 15–17-летних опосредуется в первую очередь положительным самоотношением, значимое влияние имеют также эмоциональная регуляция, направленность личности, внутренний локус контроля и положительное отношение к другим людям.
- Индивидуальные, контекстуальные и семейные ресурсы жизнеспособности у респондентов этой группы снижают вероятность развития социальной дезадаптации. И наоборот, такие личностные и субъектные характеристики, как принятие себя и других, экстернальность, недостаточность эмоциональной регуляции, и «уход» как копинговая стратегия способствуют ее возникновению.
- Жизнеспособность группы юношей и девушек 15–17 лет определяется как индивидуальными, так и семейными и средовыми ресурсами. При этом наибольший вклад в интегративный показатель «общая жизнеспособность» вносит «жизнеспособность контекстуальная», а наименьший — «жизнеспособность семейная»;

- Возрастная группа 15–17-летних характеризуется низким функциональным уровнем способов регуляции. Все способы эмоциональной регуляции и совладания респондентов имеют эмоциональную основу и являются скорее разрозненными действиями, чем целостным образованием. При этом они не приводят к состоянию эмоционального комфорта, что говорит как о недостаточном развитии самих способов регуляции, так и о том, что они не умеют их использовать.
- Субъектный уровень представлен в структуре жизнеспособности этой возрастной группы только эмоциональным компонентом контроля поведения.

Особенности формирования личностных и субъектных компонентов жизнеспособности в группах «адаптивных» и «дезадаптивных» юношей и девушек:

- По-разному формируется личностный уровень «адаптивных» и «дезадаптивных» юношей и девушек. Личностные характеристики, положительно связанные с жизнеспособностью и социальной адаптацией, имеют значимо меньшую выраженность в группе «дезадаптивные» по сравнению с группой «адаптивные». И наоборот — личностные характеристики, отрицательно связанные с жизнеспособностью и социальной адаптацией, имеют большую выраженность в группе «дезадаптивные» по сравнению с группой «адаптивные подростки».
- Контроль поведения, как регулятивная функция субъекта, имеет значимо более высокую степень выраженности в группе «адаптивных юношей и девушек» по сравнению с «дезадаптивными», характеризующимися низким уровнем контроля поведения.
- В группе «дезадаптивных» наблюдается отсутствие эффективной социальной поддержки и низкий уровень эффективности использования ресурсов среды.
- Недостаточность индивидуальных и средовых ресурсов жизнеспособности и низкая эффективность их функционирования являются причиной

возникновения социальной дезадаптации в группе «дезадаптивных юношей и девушек».

- В группе «дезадаптивные» на фоне общей дефицитности ресурсов наблюдаются положительные взаимосвязи между индивидуальной жизнеспособностью и самопринятием и принятием других и эмоциональной регуляцией, а также со средовыми и семейными ресурсами и с социальной адаптацией. В группе «адаптивные» присутствует взаимосвязь только между показателями «жизнеспособность индивидуальная», «жизнеспособность семейная» и «жизнеспособность контекстуальная». Таким образом, индивидуальная жизнеспособность в этой группе обусловлена внешней поддержкой социума и семьи, которая помогает им эту поддержку получить. Исходя из этого, внимание должно быть направлено на развитие у них способности опираться на себя и использовать эти ресурсы. Это непосредственно связано с развитием их субъектности.
- Уровневая и компонентная структура индивидуальной жизнеспособности юношей и девушек 15–17 лет включает такие механизмы регуляции и саморегуляции, как смысловые образования и направленность личности (личностный уровень жизнеспособности). Субъектный уровень представлен эмоциональной регуляцией как компонентом контроля поведения. Механизмы совладания и защитные механизмы не входят в структуру их жизнеспособности.

Глава 6. Сравнительное исследование обусловленности жизнеспособности человека особенностями его темперамента, контроля поведения и средовых факторов в разных возрастных группах

Представлено исследование, целью которого является изучение обусловленности жизнеспособности человека особенностями его темперамента и контроля поведения, относимых к субъектному и индивидуальным уровням жизнеспособности человека.

Для проверки гипотезы исследования о возрастных различиях жизнеспособности вся выборка респондентов $n=300$ человек была разделена на 3 группы:

Группа 1 (18–25 лет) $n=92$ (средний возраст — 22,7)

Группа 2 (26–45 лет) $n=105$ (средний возраст — 35,4)

Группа 3 (46–65 лет) $n=103$ (средний возраст — 55,6)

6.1. На первом этапе исследования для выявления значимых различий в выраженности изучаемых показателей в группах респондентов были определены показатели средних значений для группы 1 (18–25 лет), 2 (26–45 лет), 3 (46–65 лет) и проведено попарное сравнение оцениваемых показателей по критерию Манна–Уитни.

Полученные статистически значимые различия показывают, что:

От 18–25-летнего возраста к 26–45 годам:

- Возрастает способность к «моделированию» как механизму саморегуляции.
- Расширяется репертуар защитных и копинговых механизмов (поиск социальной поддержки, принятие ответственности (снижается), бегство - избегание, планирование решения проблем, положительная переоценка).
- Возрастает показатели внутриличностного эмоционального интеллекта (способность к пониманию собственных эмоций и управлению ими), понимания эмоций (включающих способность к пониманию своих и чужих эмоций) и, как следствие, общий уровень эмоционального интеллекта.
- В результате значимого возрастания показателей индивидуальной, семейной и контекстуальной жизнеспособности возрастают и показатели общей жизнеспособности.

От 18–25-летнего возраста к 46–65 годам:

- Возрастает способность к «самостоятельности» как механизму саморегуляции.
- Расширяется репертуар защитных и копинговых механизмов («дистанцирование», «самоконтроль», «поиск социальной поддержки», «планирование решения проблем», «положительная переоценка»). Снижается показатель «бегство – избегание».

- Значимо возрастают показатели «внутриличностного эмоционального интеллекта», «понимания эмоций», «управления эмоциями» и, как следствие, «общего уровня эмоционального интеллекта».
- В результате значимого возрастания показателей «семейной» и «контекстуальной жизнеспособности» возрастают и показатели «общей жизнеспособности».

От 26–45-летнего возраста к 46–65 годам:

- Значимые различия наблюдаются только по показателю «самоконтроль». Это говорит о возрастании способности «преодоления негативных переживаний в связи с проблемой за счет целенаправленного подавления и сдерживания эмоций, минимизации их влияния на восприятие ситуации и выбор стратегии поведения, высокий контроль поведения, стремление к самообладанию» (Крюкова, 2010).

Таким образом:

1. По мере взросления человека происходит постепенное накопление ресурсов жизнеспособности.
2. Развитие уровня жизнеспособности человека в онтогенезе имеет нелинейную динамику и тесно связано с изменением внешних средовых условий его существования.

6.2. На втором этапе с целью исследования характера взаимосвязей между изучаемыми компонентами был проведен корреляционный анализ. Перед проведением корреляционного анализа проводилась проверка на соответствие эмпирического распределения нормальному теоретическому для выбора коэффициента корреляции. Использовался критерий Колмогорова–Смирнова. Из-за большого количества переменных, чье распределение достоверно отличается от нормального, было принято решение в корреляционном анализе применять коэффициент корреляции Спирмена. Рассматриваются корреляции, не утратившие своей достоверности после применения поправки Холма–Бонферрони.

Таблица 4. Результаты корреляционного анализа между показателем шкалы «Индивидуальная жизнеспособность» теста «Жизнеспособность взрослых (RRC-ARM)» (тест 5) и шкалами тестов: Опросник «Стиль саморегуляции поведения» (ССПМ) (тест 1), Методика изучения структуры темперамента Я. Стреляу (PTS)

(тест 2), Опросник способов совладания (ОСС – WCQ) (тест 3), Опросник эмоционального интеллекта «ЭМИН» (тест 4), «Жизнеспособность взрослых (RRC-ARM)» (тест 5).

Тест	Шкалы	Шкала индивидуальная жизнеспособность (тест 5)		
		Группа 1 (18–25 лет)	Группа 2 (26–45 лет)	Группа 3 (46–65 лет)
1	Общий уровень саморегуляции		,396**	
2	Возбуждение	,523**	,517**	
	Подвижность	,398**	,388**	
	Уравновешенность	,541**		
3	Поиск социальной поддержки		,396**	
	Планирование решения проблем	,500**		
4	Межличностный эмоциональный интеллект	,492**	,523**	,379**
	Внутриличностный эмоциональный интеллект	,454**	,400**	,434**
	Понимание эмоций	,581**	,439**	381**
	Управление эмоциями	,536**	,498**	,440**
	Общий уровень эмоционального интеллекта	,645**	,538**	,465**
5	Жизнеспособность семейная	,394**		,506**
	Жизнеспособность контекстуальная	,568**	,603**	,581**

Примечание: * — при $p \leq 0,05$; ** — при $p \leq 0,001$.

Сравнение корреляционных связей в трех группах показывает, что с возрастом происходит переструктурирование взаимосвязей между изучаемыми компонентами индивидуальной жизнеспособности.

- «Общий уровень саморегуляции» является ресурсом индивидуальной жизнеспособности только в группе 2 (26–45 лет). Потенциальные ресурсы субъектной саморегуляции в группе 1 имеются, но осознанное использование этих ресурсов у респондентов 18–25 лет недостаточно развито. Система осознанной индивидуальной регуляции формируется постепенно, и в возрасте 26–45 лет является ресурсом индивидуальной жизнеспособности. С возрастом осознанная саморегуляция переходит на уровень автоматизма, что и приводит к отсутствию взаимосвязей между

показателями «общий уровень саморегуляции» и «индивидуальная жизнеспособность» в группе 3 (46–65 лет).

- Формально-динамические характеристики («возбуждение» и «подвижность») положительно связаны с показателем «индивидуальной жизнеспособности» в группах 1 и 2. В группе 2 взаимосвязи между показателями «уравновешенность» и «индивидуальная жизнеспособность», в отличие от группы 1, отсутствуют. Это происходит за счет формирования системы осознанной индивидуальной регуляции и значимого возрастания показателей «внутриличностного эмоционального интеллекта». В группе 3 показатели формально-динамических характеристик не связаны с индивидуальной жизнеспособностью. Это можно объяснить как результат процесса приспособления человека к своим психофизиологическим особенностям в процессе онтогенеза.
- «Поиск социальной поддержки» связан с индивидуальной жизнеспособностью только в группе 26–45-летних. Возрастание общего уровня эмоционального интеллекта (1-й этап исследования) в группе 2 по сравнению с группой 1 (18–25 лет) облегчает возможность лучшего понимания себя и взаимодействия с другими людьми, что позволяет прибегать к социальной поддержке как способу совладания со сложными ситуациями. В группе 18–25-летних с индивидуальной жизнеспособностью связан копинговый механизм «планирование решения проблем». Что объясняется необходимостью адаптации к новым условиям деятельности, проживания, смене привычного коллектива. В группе 46–65-летних нет взаимосвязей между индивидуальной жизнеспособностью и копинговыми механизмами. Любые формы проактивного копинга связаны прежде всего с осознанными процессами. Можно говорить о переходе этих процессов у старшей возрастной группы на уровень автоматизма.
- Во всех группах «общий уровень эмоционального интеллекта – ЭИ» и все его составляющие связаны с индивидуальной жизнеспособностью. Это подчеркивает значение ЭИ в качестве индивидуальной характеристики

жизнеспособности. Общий уровень эмоционального интеллекта возрастает по мере взросления человека.

- В группе 2 (26–45 лет), в отличие от групп 1 и 3, показатели семейной жизнеспособности не связаны с показателями индивидуальной жизнеспособности. Предположительно это можно объяснить тем, что в возрастной группе 26–45-летних проблемы профессионального и карьерного роста выходят на первый план и требуют наибольших затрат индивидуальных ресурсов. Соответственно неудачи или успехи именно в этой области повышают или снижают субъективное восприятие своих индивидуальных ресурсов.
- Во всех трех группах наблюдается взаимосвязь между показателями индивидуальной и контекстуальной жизнеспособности. Отмечая значимые различия выраженности показателя контекстуальной жизнеспособности между группой 18–25-летних и двумя старшими группами (1 этап исследования), можно констатировать недостаток этого ресурса у молодых людей и, как следствие, снижение индивидуальной жизнеспособности в этой возрастной группе.
- По мере взросления происходит уменьшение корреляционных связей между показателями «индивидуальной жизнеспособности» и показателями других изучаемых переменных. Это говорит о том, что меньшее количество ресурсов требует большего количества взаимосвязей между ними.

6.3. На третьем этапе исследования с целью определения наиболее значимых компонентов, обуславливающих индивидуальную жизнеспособность человека в разных возрастных группах, был выполнен множественный регрессионный анализ, результаты которого выявили:

1. В группе 1 (18–25 лет) среди переменных-предикторов индивидуальной жизнеспособности достоверной является переменная «уровень процессов возбуждения» ($p = 0,010$) (тест 2). При этом на уровне тенденции можно отметить предикцию переменных «подвижность нервных процессов» ($p = .061$) (тест 2) и «общий уровень эмоционального интеллекта» ($p = .078$) (тест 4).

2. Для группы 26–45 лет среди переменных-предикторов достоверной является переменная «поиск социальной поддержки» ($p < 0,001$) и «общий уровень эмоционального интеллекта» ($p = 0,012$).

Для группы 46–65 лет достоверной является переменная «общий уровень ЭИ» ($p = 0,028$).

В результате данных серий исследований можно сделать следующие выводы:

- Индивидуальная жизнеспособность в группе 1 (8–25 лет) опосредуется в первую очередь формально-динамическими характеристиками и обеспечивается индивидуальным уровнем жизнеспособности.
- В более старших возрастных группах индивидуальная жизнеспособность опосредствуется характеристиками контроля поведения и обеспечивается субъектным уровнем.

6.4. На четвертом этапе исследования был проведен факторный анализ. В факторы были включены показатели «Опросника “Стиль саморегуляции поведения”» («общий уровень саморегуляции») (ССПМ) (тест 1), «Методики изучения структуры темперамента» Я. Стреляу (PTS) (тест 2), «Опросника способов совладания» («планирование решения проблем» и «поиск социальной поддержки») (ОСС – WCQ) (тест 3), «Опросника эмоционального интеллекта» («общий уровень ЭИ») «ЭМИн» (тест 4) «Теста Жизнеспособность взрослых (RRC-ARM)» (тест 5). Рассматривались показатели со значением весов более 0,5. Количество факторов было определено на основе коэффициента Кетэлла. В качестве метода факторизации использовался метод главных компонент, в качестве метода вращения — метод Varimax, предполагающий ортогональность осей.

В таблице 5 представлены результаты факторного анализа корреляционных связей в группе 18–25-летних при 4-факторном решении, которое описывает 76,711% факторизации матрицы. Фактор 1 — 40,81% дисперсии, фактор 2 — 16,06%, фактор 3 — 11,19%, фактор 4 — 8,65%. Данные по всей выборке пригодны к факторизации на основе коэффициента (критерия) Кайзера–Мейера–Олькина и критерия Бартлетта: Значение КМО равно 0.782.

Таблица 5. Результаты факторного анализа корреляционных связей в группе 18–25 лет

Показатели	1	2	3	4
Общий уровень саморегуляции	,757	,109		
Возбуждение	,824	,288		,235
Торможение	,589		-,130	-,700
Подвижность	,369	,138	,460	,372
Уравновешенность	-,191	,233		,890
Поиск соц. поддержки	,245		,890	
Планирование решения проблем	,543		,535	
Общий уровень ЭИ	,780	,230	,170	
Жизнеспособность индивидуальная	,535	,501	,471	,149
Жизнеспособность семейная		,901		
Жизнеспособность контекстуальная	,308	,834		,166
Жизнеспособность общая	,349	,885	,229	,170

В таблице 6 представлены результаты факторного анализа корреляционных связей в группе 26–45-летних при 3-факторном решении, которое описывает 65,387% факторизации матрицы. Фактор 1 — 39,78% дисперсии, фактор 2 — 13,88%, фактор 3 — 11,73%. Данные по всей выборке пригодны к факторизации на основе коэффициента (критерия) Кайзера–Мейера–Олькина и критерия Бартлетта: значение КМО равно 0,698.

Таблица 6. Результаты факторного анализа корреляционных связей в группе 26–45 лет

Показатели	1	2	3
Общий уровень саморегуляции		,545	,587
Возбуждение	,130	,833	,400
Торможение		-,104	,864
Подвижность	,147	,689	,171
Уравновешенность	,125	,903	-,182
Поиск соц. поддержки	,602		-,108
Планирование решения проблем	,291	,231	,569
Общий уровень ЭИ	,309	,229	,605
Жизнеспособность индивидуальная	,696	,432	,242
Жизнеспособность семейная	,675		,168
Жизнеспособность контекстуальная	,773	,148	,205
Жизнеспособность общая	,905	,224	,272

В таблице 7 представлены результаты факторного анализа корреляционных связей в группе 46–65-летних при 4-факторном решении, которое описывает 76,46% факторизации матрицы. Фактор 1 — 25,85% дисперсии, фактор 2 — 21,01%, фактор 3 — 18,59%, фактор 4 — 11,004%. Данные по всей выборке пригодны к факторизации на основе коэффициента (критерия) Кайзера–Мейера–Олькина и критерия Бартлетта: Значение КМО равно 0,603.

Таблица 7. Результаты факторного анализа корреляционных связей в группе 46–65 лет

Показатели	1	2	3	4
Общий уровень саморегуляции		,362	,563	-,434
Возбуждение	,105	,807	,316	-,259
Торможение	,149	-,161	,836	
Подвижность		,779	,153	,258
Уравновешенность		,880	-,266	-,238
Поиск соц. поддержки				,934
Планирование решения проблем		,159	,800	,164
Общий уровень ЭИ	,246	,494	,555	-,125
Жизнеспособность индивидуальная	,861		,211	-,110
Жизнеспособность семейная	,788	-,121		,106
Жизнеспособность контекстуальная	,808	,187	,102	
Жизнеспособность общая	,988		,120	

В результате были сделаны следующие выводы:

1. Обнаружена возрастная динамика вкладов различных составляющих жизнеспособности.

По мере развития человека от 18 до 65 лет, изменяется вклад различных компонентов жизнеспособности в интегративный показатель «общая жизнеспособность»: в группе 1 (18–25 лет) – «семейная», в группе 2 (26–45 лет) – «контекстуальная», в группе 3 (46–65 лет) – «индивидуальная». Это говорит о возрастании роли автономии и компетентности в процессе жизни.

2. Жизнеспособность на разных жизненных этапах имеет свою направленность, связанную с развитием компонентов, способствующих решению актуальных задач возрастного периода:

- В группе 18–25-летних — развитие ресурсов контроля поведения - ЭИ, саморегуляция на субъектном уровне и механизма совладания «планирование решения проблем»,
- В группе 26–45-летних — развитие актуального с точки зрения жизнеспособности механизма совладания «поиск социальной поддержки», позволяющий, в частности, использовать ресурсы контекстуальной жизнеспособности, т.е. вписаться в социум и использовать его как внешний ресурс.
- В группе 46–65-летних направленностью жизнеспособности является формирование «спонтанности и самопроизвольности поведения».

3. Факторный анализ показал динамику саморегуляции, происходящую в период взрослости.

Роль саморегуляции стиля поведения в структуре жизнеспособности уменьшается по мере взросления, уступая место субъектному уровню.

- В группе 18–25-летних — занимает ведущее место в системе индивидуальной жизнеспособности, связана со всеми механизмами контроля поведения.
- В группе 26–45-летних стиль поведения не связан с жизнеспособностью, связан только с показателем «общий уровень саморегуляции».
- В группе 46–65-летних стиль поведения также не связан с жизнеспособностью. И во второй, и в третьей группах только в 3-м факторе есть связь «торможения» с показателями контроля поведения.
- Осуществляется постепенный переход от осознанной регуляции к самопроизвольности поведения за счет постепенного формирования в онтогенезе компонентов контроля поведения и навыков их использования.

4. Структура жизнеспособности во второй и в третьей группах сходная, но ее факторный паттерн своеобразен. Наиболее важным фактором в группе 18–25-летних является фактор «ресурсы, актуальные с точки зрения развития индивидуальной жизнеспособности». А в группах 2 и 3 — фактор «жизнеспособность».

Глава 7. Теоретико-методологическая концепция возрастных различий жизнеспособности человека

В параграфе 7.1 обсуждается разработанная в результате диссертационного исследования концепция возрастного развития жизнеспособности человека, включающая в себя:

1. Теоретические основания анализа проблематики возрастного развития жизнеспособности человека, в качестве которых выступают положения системно-субъектного подхода Е.А. Сергиенко, социокультурного (экологического) подхода Ю. Бронфенбреннера и концепция жизнеспособности человека (Э.В. Зеер, Е.В. Куфтяк, А.В. Махнач, А.А. Нестерова, Е.А. Рыльская, Н.М. Сараева, S. Luthar, A. Masten, M. Rutter, I. Schoon, M. Ungar, E. Werner и др.).
2. Понятие жизнеспособности человека в рамках возрастной психологии, согласно которому жизнеспособность человека — это открытая динамическая, изменяющаяся в онтогенезе и в процессе взаимодействия с социумом система, характеризующаяся уровневой структурой и направленностью развития.
3. Уровневую модель жизнеспособности человека, отражающую сложные внутри- и межсистемные реципрокные взаимосвязи, теоретическим основанием для которой выступили социокультурный (экологический) подход Ю. Бронфенбреннера и положения системно-субъектного подхода (Е.А. Сергиенко).
4. Выделены уровни жизнеспособности, включающие структурные компоненты, образующие индивидуальные паттерны и принципы возрастного развития жизнеспособности человека как открытой динамической системы: неравномерность развития; направленность развития, изменяющаяся в зависимости от возрастных задач данного возрастного этапа; смена уровней, выступающих в качестве ее системообразующего фактора; переструктурирование в ходе онтогенеза

внутри- и межуровневых компонентных взаимосвязей; изменение факторов жизнеспособности в ходе развития.

Приводится уровневая структура индивидуальной жизнеспособности человека и ее структурные компоненты (таблица 8) и модель жизнеспособности человека (рисунок 1).

Таблица 8. Уровневая структура индивидуальной жизнеспособности человека и ее структурные компоненты

Уровень	Компоненты жизнеспособности
Субъектный	Контроль поведения как регулятивная функция субъекта
Личностный	Смысловые образования, установки как когнитивная функция
Индивидуальный	Формально-динамические характеристики

Модель жизнеспособности человека

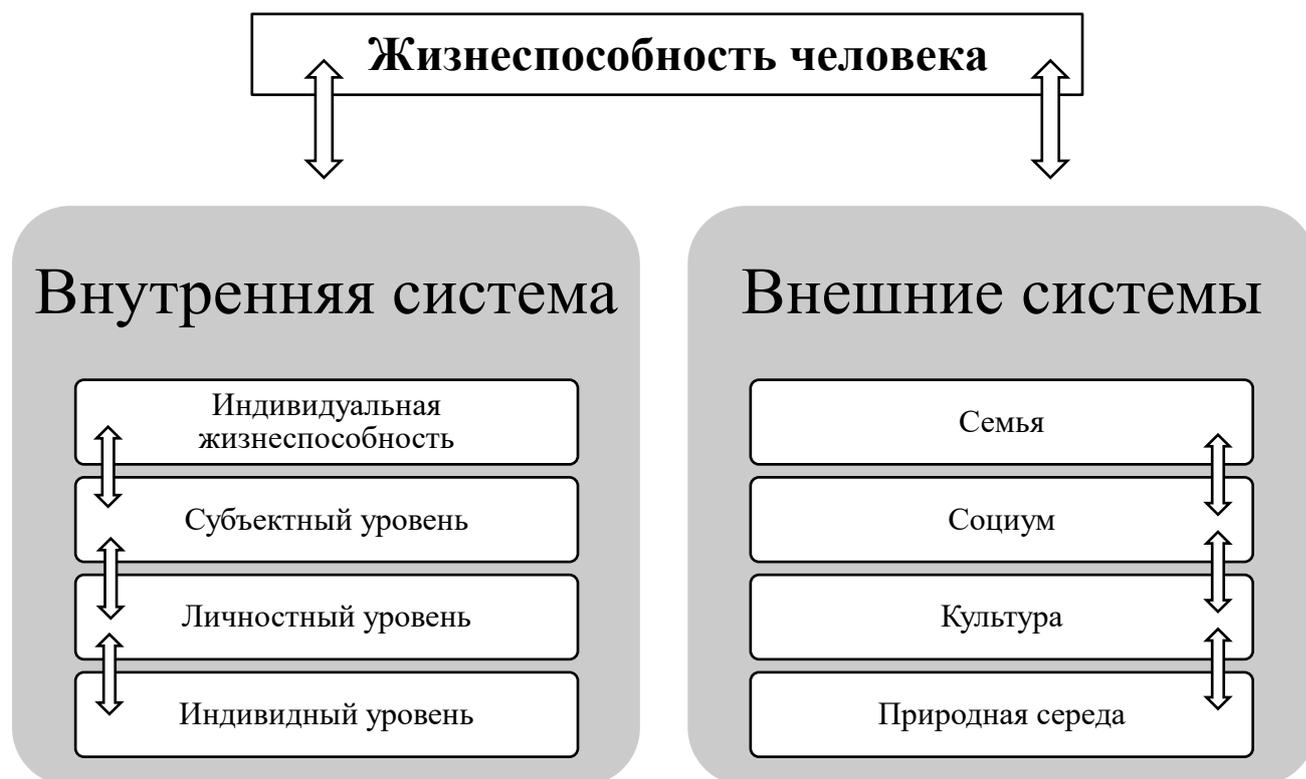


Рисунок 1. Модель жизнеспособности человека

В соответствии с разработанной концепцией возрастного развития жизнеспособности человека она зависит как от взаимовлияния различных систем:

индивид (внутренняя), семья, социум, культура, природная среда (внешние — части окружающей среды), так и от общего влияния развития человека и окружающей среды с течением времени.

Индивид и контекст рассматриваются как саморегулирующиеся, взаимозависимые и развивающиеся системы, где множество уровней взаимодействия определяют функционирование и развитие жизнеспособности человека. Таким образом, ключевой особенностью системной жизнеспособности является ее фокус на динамических взаимодействиях.

В параграфе 7.2 обосновывается эмпирическая верификация концепции возрастного развития жизнеспособности человека, делается вывод о том, что все положения, выносимые на защиту, верифицированы.

В параграфе 7.3 приводятся рекомендации по практическому применению теоретико-методологической концепции возрастных различий жизнеспособности человека. Формулируется методика работы по повышению жизнеспособности человека в процессе психологического консультирования и психотерапии. Кратко описываются основные направления особенностей социально-психологического и педагогического сопровождения школьников и студентов

В разделе **Заключение** обсуждены перспективы дальнейшего изучения жизнеспособности человека в разные возрастные периоды как нового направления в возрастной психологии, сформулированы основные выводы.

Выводы

1. Обосновано новое научное направление в возрастной психологии — жизнеспособность человека в разные возрастные периоды. В рамках этого направления разработана и эмпирически верифицирована с точки зрения системно - субъектного и социокультурного подходов его теоретико-методологическая основа — концепция возрастных различий жизнеспособности человека, в соответствии с основными положениями которой предлагается понимать жизнеспособность человека как открытую, динамичную, изменяющуюся в онтогенезе и в процессе взаимодействия человека с социумом систему,

характеризующуюся компонентно-уровневой структурой и направленностью развития.

2. Аргументировано, что компонентная структура индивидуальной жизнеспособности человека включает такие механизмы регуляции и саморегуляции, как: смысловые образования и направленность личности (личностный уровень жизнеспособности), контроль поведения (субъектный уровень) и психодинамические характеристики (индивидный уровень). Но их представленность на разных этапах онтогенеза изменяется.

3. Впервые описаны закономерности динамики развития жизнеспособности в разные возрастные периоды от 15- до 65-летнего возраста во взаимосвязи с системой внешних и внутренних детерминант.

4. Показано, что динамика взаимодействия между системами (человек – социум) в онтогенезе человека связана с изменением уровневой и компонентной структуры его жизнеспособности.

5. Выявлено, что развитие уровня жизнеспособности человека в онтогенезе имеет нелинейную динамику и тесно связано с изменением внешних средовых условий его существования. В возрасте 18–25 лет наблюдается самый низкий уровень всех показателей жизнеспособности. Между возрастными группами 26–45 и 46–65 лет отсутствуют различия.

6. По мере взросления человека изменяется компонентная структура его индивидуальной жизнеспособности, при этом ведущую роль начинают играть компоненты, включенные в субъектный уровень жизнеспособности, что приводит к перестройке ее уровневой структуры.

7. Обнаружено, что возрастная специфика в системе жизнеспособности человека связана с постепенным накоплением ее ресурсов и перестройкой компонентной и уровневой структуры. Ведущая роль в уровневой структуре жизнеспособности переходит к субъектному уровню, сменяющему основной вклад индивидного уровня в индивидуальную жизнеспособность молодых людей. В процессе онтогенеза человека возрастает степень его субъектности.

8. Выявлено, что в период взрослости происходит эволюция саморегуляции. Роль саморегуляции стиля поведения в структуре жизнеспособности уменьшается по мере взросления, уступая место субъектному уровню. Осуществляется постепенный переход от осознанной регуляции к самопроизвольности поведения за счет постепенного формирования в онтогенезе компонентов контроля поведения и навыков их использования
9. Впервые выявлена динамика развития контроля поведения от 15- до 65-летнего возраста и его роль в развитии жизнеспособности человека.
10. Обнаружена возрастная динамика вкладов различных составляющих жизнеспособности. По мере взросления человека от 15 до 65 лет изменяется вклад различных компонентов жизнеспособности в интегративный показатель «общая жизнеспособность»: от «контекстуальной» в группе 15–17-летних, к «индивидуальной жизнеспособности» в старшей возрастной группе 46–65-летних. Это говорит о возрастании роли автономии и компетентности в процессе жизни.
11. Теоретически и эмпирически обосновано, что развитие жизнеспособности на разных жизненных этапах имеет свою направленность, связанную с развитием компонентов, способствующих решению актуальных задач возрастного периода.

**Статьи в рецензируемых научных журналах, рекомендованных ВАК при
Министерстве науки и высшего образования РФ (5.3.7.)**

1. Махнач А.В., Лактионова А.И., Башкиров П.В., Павлов К.В., Ширяев С.А., Гудков Д.А. Взаимосвязи жизнеспособности человека с его темпераментом и уровнем переживания им стрессовых ситуаций различного генеза // Институт психологии Российской академии наук. Организационная психология и психология труда. 2023. Т. 8. № 1. С. 140-160. https://doi.org/10.38098/ipran.opwp_2023_26_1_006
2. Лактионова А.И. Возрастные и гендерные различия жизнеспособности человека. Часть 2 // Институт психологии Российской академии наук. Организационная психология и психология труда. 2022. Т. 7. № 1. С. 96–119. https://doi.org/10.38098/ipran.opwp_2022_22_1_005
3. Махнач А.В., Лактионова А.И., Постылякова Ю.В., Горьковая И.А., Микляева А.В., Сараева Н.М., Суханов А.А. Половые различия жизнеспособности и психопатологической симптоматики у молодежи из регионов с разными

- экологическими условиями жизни // Институт психологии Российской академии наук. Организационная психология и психология труда. 2022. Т. 7. № 3. С. 4–33. https://doi.org/10.38098/ipran.opwp_2022_24_3_001
4. Махнач А.В., Лактионова А.И., Постылякова Ю.В. Жизнеспособность студенческой молодежи России в условиях неопределенности // Образование и наука. 2022. Т. 24. № 5. С. 90–121. <https://doi.org/10.17853/1994-5639-2022-5-90-121>
 5. Махнач А.В., Лактионова А.И., Постылякова Ю.В., Горьковая И.А., Микляева А.В., Сараева Н.М., Суханов А.А., Терон Л., Унгар М. Сравнительный анализ жизнеспособности молодежи из регионов с разными культурно-социальными и экологическими условиями жизни // Психологический журнал. 2021. Т. 42. № 4. С. 16–27. <https://doi.org/10.31857/S020595920016005-1>
 6. Лактионова А.И. Возрастные и гендерные различия жизнеспособности человека. Часть 1 // Институт психологии Российской академии наук. Организационная психология и психология труда. 2021. Т. 6. № 4. С. 103–133. https://doi.org/10.38098/ipran.opwp_2021_21_4_005
 7. Лактионова А.И. Взаимосвязь дифференциального типа рефлексии и компонентов жизнеспособности человека в разных возрастных группах // Институт психологии Российской академии наук. Организационная психология и психология труда. 2020. Т. 5. № 4. С. 193–217. <https://doi.org/10.38098/ipran.opwp.2020.17.4.008>
 8. Лактионова А.И. Проблематика жизнеспособности в публикациях журнала «Институт психологии Российской академии наук. Организационная психология и психология труда»: профессиональные, социальные и индивидуальные аспекты // Институт психологии Российской академии наук. Организационная психология и психология труда. 2019. Т. 4. № 4. С. 4–29.
 9. Лактионова А.И. Взаимосвязь смысловых образований и рефлексивности с жизнеспособностью человека // Психологический журнал. 2017. Т. 38. № 5. С. 37–50.
 10. Лактионова А.И. Влияние образовательной среды на развитие социальной адаптации и жизнеспособности старшеклассников // Социальные и гуманитарные науки на Дальнем Востоке. 2015. № 3(47). С. 24–32.
 11. Махнач А.В., Лактионова А.И., Постылякова Ю.В. Роль ресурсности семьи при отборе кандидатов в замещающие родители // Психологический журнал. 2015. Т. 36. № 1. С. 108–122.

12. Махнач А.В., Лактионова А.И. Личностные и поведенческие характеристики подростков как фактор их жизнеспособности и социальной адаптации // Психологический журнал. 2013. Т. 34. № 5. С. 69–84.
13. Лактионова А.И. Особенности жизнеспособности и социальной адаптации подростков // Социальные и гуманитарные науки на Дальнем Востоке. 2013. № 2(38). С. 107–115.
14. Лактионова А.И. «Жизнеспособность» в структуре психологических понятий // Вестник Московского государственного областного университета. Серия: «Психологические науки». 2010. № 3. С. 11–15.
15. Лактионова А.И., Махнач А.В. Факторы жизнеспособности девиантных подростков // Психологический журнал. 2008. Т. 29. № 6. С. 39–47.

Монографии и коллективные монографии

16. Махнач А., Микляева А.В., Сараева Н.М., Горьковая И.А., Лактионова А.И., Постылякова Ю.В., Суханов А.А. Жизнеспособность российской молодежи: социально-экологическая парадигма психологического исследования М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2024.
17. Makhnach A., Laktionova A.I. Systemic analysis of family resilience // Emotion, Well-Being, and Resilience: Theoretical Perspectives and Practical Applications / R.K. Pradhan, U. Kumar (Eds.). New York: Apple Academic Press, 2021. P. 195–207.
18. Махнач А.В., Лактионова А.И., Постылякова Ю.В., Лотарева Т.Ю. Жизнеспособность замещающей семьи: профилактика отказов от приемных детей. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2018.
19. Лактионова А.И. Жизнеспособность и социальная адаптация подростков Сер.: «Психология социальных явлений». М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2017.
20. Лактионова А.И. Жизнеспособность человека: метакогнитивный подход // Жизнеспособность человека: индивидуальные, профессиональные и социальные аспекты / Отв. ред. А.В. Махнач, Л.Г. Дикая. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2016. С. 88–110.
21. Лактионова А.И. Развитие жизнеспособности человека в онтогенезе // Социальные и гуманитарные науки на Дальнем Востоке. 2016. № 3. С. 79–86.
22. Лактионова А.И., Махнач А.В. Жизнеспособность и социальная адаптация подростков-сирот // Проблема сиротства в современной России: психологический аспект. Отв. ред. А.В. Махнач, А.М. Прихожан, Н.Н. Толстых. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2015. С. 193–223.

23. Махнач А.В., Лактионова А.И., Постылякова Ю.В. Программа психологической диагностики личностных и семейных ресурсов в практике отбора, обучения и сопровождения замещающих родителей // Методы психологического обеспечения профессиональной деятельности и технологии развития ментальных ресурсов человека / Отв. ред. Л.Г. Дикая, А.Л. Журавлев, М.А. Холодная. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2014. С. 166–193.
24. Лактионова А.И. Структурно-уровневая организация жизнеспособности человека: метасистемный подход // Личность профессионала в современном мире / Отв. ред. Л.Г. Дикая, А.Л. Журавлев. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2013. С. 109–127.
25. Лактионова А.И., Махнач А.В. Жизнеспособность как фактор адекватного профессионального самоопределения и социализации // Социальная психология труда: Теория и практика. Т. 1. / Отв. ред. Л.Г. Дикая, А.Л. Журавлёв. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2010. С. 459–477.
26. Лактионова А.И., Махнач А.В. Жизнеспособность подростков-сирот // Проектная деятельность детей как ресурс развития жизнестойкости / Авт.-сост. Е.Г. Коблик. М.: Благотворительный фонд «Женщины и дети прежде всего», 2009. С. 6–32.
27. 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 «Институт психологии РАН», 2007. С. 290–312.
28. Makhnach A.V., Laktionova A.I. Social and cultural roots of Russian youth resilience: Interventions by the state, society, and the family // Handbook for working with children and youth. Pathways to resilience across cultures and contexts / M. Ungar (Ed.). Thousand Oaks-L.-New Delhi: Sage Publications, Inc., 2005. P. 371–386. <https://doi.org/10.4135/9781412976312.n23>

**Статьи в других рецензируемых научных журналах, рекомендованных ВАК при
Министерстве науки и высшего образования РФ**

29. Махнач А.В., Сараева Н.М., Дагбаева С.Б., Лактионова А.И., Суханов А.А. Этнокультурные особенности в представлениях о семье как ресурсе жизнеспособности у русской и бурятской молодежи // Социальная психология и общество. 2024. Т. 15. № 3. С. 108-125. <https://doi.org/10.17759/sps.2024150307>
30. Махнач А.В., Сараева Н.М., Дагбаева С.Б., Лактионова А.И., Постылякова Ю.В., Суханов А.А. Сравнительный эмпирический анализ жизнеспособности русской и

- бурятской молодежи // Социальная психология и общество. 2023. Т. № 14. № 2. С. 66–84. <https://doi.org/10.17759/sps.2023140205>
31. Махнач А.В., Лактионова А.И. Жизнеспособность семьи с позиции организационной теории А.А. Богданова // Социальная психология и общество. 2021. Т. 12. № 2. С. 41–55. <https://doi.org/10.17759/sps.2021120203>
32. Сараева Н.М., Игумнова Е.А., Махнач А.В., Микляева А.В., Горьковая И.А., Лактионова А.И., Постылякова Ю.В., Суханов А.А. Гражданская наука и международная коллаборация в социально-психологическом исследовании // Институт психологии Российской академии наук. Социальная и экономическая психология. 2021. Т. 6. № 4 (24). С. 6-33. https://doi.org/10.38098/ipran.sep_2021_24_4_01
33. Махнач А.В., Лактионова А.И., Постылякова Ю.В. Гражданская наука в социально-психологических исследованиях // Институт психологии Российской академии наук. Социальная и экономическая психология. 2019. Т. 4. № 4(16). С. 43–70.
34. Лактионова А.И. Обусловленность жизнеспособности человека особенностями его темперамента и контроля поведения // Психология. Психофизиология. 2019. Т. 12. № 4. С. 24–33. DOI:10.14529/jpps190403
35. Дикая Л.Г., Махнач А.В., Лактионова А.И. Индивидуальные и социально-психологические факторы жизнеспособности профессионала // Социальные и гуманитарные науки на Дальнем Востоке. 2018. Т. 15. № 4. С. 137–146.
36. Махнач А.В., Лактионова А.И., Постылякова Ю.В. Жизнеспособность и семейные ресурсы замещающих родителей // Социальные и гуманитарные науки на Дальнем Востоке. 2018. Т. 15. № 4. С. 45–54.
37. Makhnach A., Laktionova A. Resilience among Russian youth // International Journal of Psychology. 2008. Vol. 43. № 3–4. P. 534.
38. Makhnach A., Laktionova A. Community and individual aspects of Russian youth resilience // International Journal of Psychology. 2008. Vol. 43. № 3–4. P. 254.