

Научная статья

УДК 159.9:330.163.11

DOI: 10.35854/2541-8106-2022-4-333-338

Философские и психологические аспекты изучения проблемы жизнестойкости личности

Светлана Юрьевна Дмитриева

Санкт-Петербургский университет технологий управления и экономики,
Санкт-Петербург, Россия, review2007@yandex.ru

Аннотация. В статье рассмотрены теоретические аспекты проблемы изучения феномена жизнестойкости в философской и психологической литературе. Исследована категория «мужество быть» в качестве философского прототипа категории «жизнестойкость». Проведен теоретический анализ проблемы жизнестойкости в научных исследованиях.

Ключевые слова: жизнестойкость, категория «мужество быть», понятие «экзистенциальное мужество», экзистенция

Для цитирования: Дмитриева С. Ю. Философские и психологические аспекты изучения проблемы жизнестойкости личности // Ученые записки Санкт-Петербургского университета технологий управления и экономики. 2022. Т. 23. № 4. С. 333–338. <https://doi.org/10.35854/2541-8106-2022-4-333-338>

Original article

Philosophical and psychological aspects of studying the problem of personal hardiness

Svetlana Yu. Dmitrieva

St. Petersburg University of Management Technologies and Economics,
St. Petersburg, Russia, review2007@yandex.ru

Abstract. The article discusses the theoretical aspects of the problem of studying the phenomenon of hardiness in philosophical and psychological literature. The category “courage to be” is analyzed as a philosophical prototype of the category “hardiness”. A theoretical analysis of the problem of hardiness in scientific research is carried out.

Keywords: hardiness, category “courage to be”, concept of “existential courage”, existence

For citation: Dmitrieva S. Yu. Philosophical and psychological aspects of studying the problem of personal hardiness // *Uchenye zapiski Sankt-Peterburgskogo universiteta tekhnologiy upravleniya i ekonomiki*. 2022;23(4):333-338. (In Russ.). <https://doi.org/10.35854/2541-8106-2022-4-333-338>

Проблема человеческой стойкости является одной из важнейших в философии и психологии. Ее истоки находим в философии стоицизма (III в. до н.э. — III в. н.э.), где впервые появляется идея включенного наблюдения за бытием, которая впоследствии станет центральной в понимании жизнестойкости в психологии через один из базовых ее элементов — “commitment” [1, с. 63].

В стоической философии в качестве цели человеческой жизни провозглашено счастье, которое в целях самосохранения трактовалось в качестве искренне разумного спокойствия, а также рационального приспособления к окружающим условиям [1, с. 63]. В этих размышлениях прослеживается идея когнитивной адаптации человека к сложным жизненным ситуациям, с которыми он сталкивается в своей жизнедеятельности. Стоики развивают идею самосохранения человека. По их мнению, то, что направлено на сохранение человеческого существа, является добром, а то, что направлено на его уничтожение — это зло. Но при этом полагают, что не все благо является одинаково ценным, а лишь благо, направленное на сохранение и развитие Логоса (разума), можно признать подлинной добродетелью [1, с. 64].

Яркий интерес к проблеме жизнестойкости личности выявлен и у других философов, рассматривавших данный конструкт в качестве гармоничного универсального развития всех задатков индивида, как фундамента развития личности в кризисный период. Так, представителю «философии жизни» Ф. Ницше (1844–1900) принадлежат слова: «Все то, что нас не убивает, делает нас сильнее». Их можно трактовать через наличие у человека «внутреннего стержня», позволяющего не ломаться под натиском обстоятельств и искать пути выхода из трудных жизненных ситуаций с последующим переходом на новые уровни развития [2]. Австрийский врач-психиатр, бывший заключенный лагеря Освенцим В. Франкл (1905–1997) также обращался к феномену экзистенциальной стойкости человека, применяя термин «упрямство духа» и подчеркивая, что данное упрямство происходит вопреки страданиям, которые может испытывать тело и разладу, который может испытывать душа [2].

Идеи жизнестойкости прослеживаются и в феноменологическом учении, которое стало одним из фундаментальных и значимых направлений в философии XX в. Выдающимся представителем данного направления является немецкий философ Эдмунд Гуссерль (1859–1938). В феноменологии возникают очень важные идеи о доступности человеку реальности через сознание; первичной важности не реальности, а восприятия и осмысливания ее сознанием; конструировании мира при помощи сознания посредством внесения «абсолютным Я» в него смыслов [3, с. 210].

Но наибольший вклад в философское осмысление проблемы жизнестойкости личности можно найти в философии экзистенциализма, в рамках которой существует концепция «экзистенциального мужества». Экзистенциализм (экзистенциальная философия) возник в начале XX в. Концептуальные основы этого движения заложены между двумя мировыми войнами, что не могло не отразиться на его идейном наполнении и смысловом содержании. Данное философское направление пронизано разочарованием в идеалах гуманизма, пессимистическими настроениями и обесцениванием идей прогресса, разума и науки. Глобальное чувство одиночества, разочарование, внутренняя пустота — типичные переживания среднестатистического человека указанной эпохи. Главным предметом своего изучения философы-экзистенциалисты сделали человека, его проблемы, трудности, этические дилеммы, существование в окружающей реальности [3, с. 194].

Основателем исследуемого направления принято считать датского философа Серена Кьеркегора (1813–1855), заявившего о необходимости для философии изучать в первую очередь вопросы жизни человека, а не абстрактную проблематику сущности бытия, доказательствами существования Бога, пределами и механизмами познания и др. [3, с. 194]. Кьеркегор считал, что философии следует развернуться к человеку и его подлинным проблемам, чтобы помочь найти ему истину, ради которой он мог бы жить. Во взглядах датского философа четко прослеживается идея,

которая впоследствии окажется одной из основных в понимании «жизнестойкости» в психологии. Речь идет об идее вовлеченности субъекта в происходящие с ним события, ценностного их осмысления, наделения особым значением, что стимулирует возникновение подлинного интереса к происходящим событиям [3, с. 194].

Кьеркегору принадлежит выделение категорий «неподлинное существование» и «подлинное существование». «Неподлинное существование» характеризуется полной подчиненностью субъекта социуму. Это — «плавание по течению», отсутствие осознания своего подлинного «Я», личностной уникальности, отсутствие призвания. Для «подлинного существования» характерен сознательный выбор, выход из состояния подчинения социуму, осознание личной уникальности, своего конгруэнтного «Я», возможность стать хозяином собственной судьбы. Такое «истинное» существование называется «экзистенцией» [3, с. 195].

Именно в переходе на подлинный уровень существования, погружении субъекта в собственную «экзистенцию» можно увидеть и истоки идеи жизнестойкости, логически связывая это с установкой личности на вовлеченность в действительность, что позволяет найти в ней что-либо важное и ценное. В одной из своих основных работ под названием «Страх и трепет» С. Кьеркегор пишет о том, что основной задачей, стоящей перед субъектом в собственной жизни, служит обретение «подлинной самости» в атмосфере страха и ужаса непосредственного бытия, что, безусловно, указывает на идею обретения смысла человеком в бессмысленном мире [4].

Проблему жизнестойкости личности прямо или косвенно можно проследить в трудах других философов-экзистенциалистов: Карла Ясперса (1881–1969), Мартина Хайдеггера (1889–1976), Жана Поля Сартра (1905–1980), Альбера Камю (1913–1960), Пауля Тиллиха (1886–1965) [3].

К. Ясперс (1881–1969) в работе «Психология мировоззрений» описывает «заброшенную», не имеющую большого смысла жизнь «как все» обычного человека. Такой человек не знает о своих способностях, возможностях и не знаком со своим «подлинным Я», он может оказаться однажды между жизнью и смертью в «пограничной ситуации», в которой раскрывается его истинная натура и выходят из тени его подлинные качества. С этого момента человек осознает самого себя и соприкасается со своей «трансцендентальностью» — высшим бытием [3].

В трудах М. Хайдеггера (1889–1976) прослеживается идея о том, что «отрефлексированность» личностью бытия приводит человека к осознанию себя одновременно и объектом, и субъектом окружающей его действительности. Понимание и принятие этой возможности может стать для личности толчком к тому, чтобы занять активную жизненную позицию. У него появится чувство отваги, которое заставляет личность действовать вопреки онтологической тревоге, страху потери смысла, чувству «заброшенности» [2]. Свобода человека должна присутствовать у него в любой ситуации и иметь прямую корреляцию с его внутренними побуждениями. «Экзистенция», как считал Хайдеггер, является бытием, к которому личность сама себя относит, то есть наполненность жизни человека конкретикой, которая становится принадлежащей человеку, потому что становится для него «сущим» [2].

В философии французского экзистенциалиста Жана Поля Сартра (1905–1980) центральным понятием является «для-себя-бытие», то есть высшая реальность для человека, заключающаяся в обретении собственного внутреннего мира. Но обретение «для-себя-бытия» видится возможным только в «бытии-для-другого», взаимоотношениях с другими людьми, в которых человек может увидеть и воспринять себя через призму отношения к нему Другого. При всем этом наиболее значимым условием жизни человека служит свобода, проявляющаяся в жизненно важном, судьбоносном выборе, при котором решения не избежать. Вопросы трудных жизненных и экстремальных ситуаций, жизни и смерти, существенных для человека

проблем и др. Такой выбор Сартр именует «экзистенциальным выбором». Реализуя его, личность выбирает свою жизнь на многие годы вперед, переходя из одного бытия в другое [3]. Именно в необходимости и способности реализовывать экзистенциальный выбор заключается безоговорочная ответственность человека за свою жизнь, делающая его стойким перед ударами судьбы.

Следующий знаковый философ экзистенциального направления, развивающий идеи о стойкости личности, — Альбер Камю (1913–1960). В своем программном произведении «Миф о Сизифе», в центре внимания которого находится проблема смысла жизни, автор приходит к выводу о том, что жизнь человека абсолютно бессмысленна и абсурдна, что человек должен сделать самый важный выбор в своей жизни: либо добровольно покинуть этот мир посредством суицида, либо бросить вызов его бессмысленности и абсурду. Именно проблема самоубийства, по взглядам А. Камю, является единственной настоящей и важной в философии и частной жизни каждого человека. Истинным экзистенциальным мужеством, по Камю, следует признать мужество жить в этом абсурдном мире, отрицая самоубийство. Такой человек «отдает предпочтение своему мужеству и своей способности суждения». Мужество учит человека, научает его «вести неподлежащую обжалованию жизнь». Способность суждения дает человеку понимание своих пределов. Такая личность имеет готовность «продолжить свои деяния в том времени, которое ему отпущено жизнью» [5].

В своей книге А. Камю приводит в пример самого яркого бунтаря в человеческой истории — Сизифа, приговоренного богами толкать огромный камень на вершину горы, с которой он сразу же скатывается вниз, то есть совершать вечно бессмысленный и безнадежный труд. Но Сизиф — это личность, обладающая настоящим экзистенциальным мужеством в бессмысленном труде увидеть настоящий смысл, обратить страдания в радость путем сознательного выбора. Мучения, которые испытывает Сизиф под бременем своего камня, — красивый художественный образ бунта против абсурдности этого мира, квинтэссенция идеи подлинного экзистенциального мужества [5].

Если искать в экзистенциальной философии максимально тождественный аналог понятию «жизнестойкость», введенному С. Мадди, то наиболее родственным, с точки зрения автора данной работы, будет понятие «мужество быть», предложенного немецко-американским философом и протестантским неортодоксальным теологом Паулем Тиллихом (1886–1965) [6]. П. Тиллиху принадлежит создание гармоничной теологической системы, реализуемой в трехтомном труде «Систематическая теология», в первом томе которого он рассматривает категорию «мужество быть» (1952) [6]. Т. П. Лифинцева пишет о том, что мужество чаще всего принято понимать как этическую добродетель, «нравственную меру в преодолении страха, а предикат «быть» указывает на сохранение чего-либо на онтологическом уровне. Из этого она делает вывод о том, что категория «мужество быть» сочетает в себе одновременно нравственный и онтологический аспекты [6]. Осознание человеком конечности своего бытия является онтологической тревогой, экзистенциальным осознанием своего небытия. Избавление от экзистенциальной тревоги происходит через трансформацию ее в страх (боязнь), но истинный мужественный подход к ней заключается в честном принятии ее на себя [6].

П. Тиллих предлагает дифференцировать три типа тревоги в соотношении с тремя сферами, в которых небытие представляет угрозу для бытия:

1. Угроза небытия онтологическому самоутверждению в виде судьбы и в виде смерти.
2. Угроза небытия духовному самоутверждению человека в виде пустоты и отсутствия смысла.

3. Угроза небытия нравственным самоутверждению человека в виде вины и осуждения.

В связи с этими тремя угрозами у человека возникают три вида тревоги:

1. Тревога судьбы и смерти.
2. Тревога пустоты и бессмысленности.
3. Тревога вины и осуждения [6].

По сути, тревога заключается в осознании человеком этих трех видов угрозы, самой страшной из которых является осознание того, что жизнь временна и что придется умереть. Если бы не мужество, то человек покорился бы уничтожающему характеру времени, но он утверждает настоящее посредством онтологического мужества. Человек, по Тиллиху, выступает самым мужественным из всех живых существ, поскольку ему придется преодолеть самую сильную тревогу. С точки зрения Тиллиха, вся философская традиция XX в. — это способ выразить тревогу и бессмысленность, попытка принять эту тревогу, то есть мужество быть собой. Мужество служит средством превозможения отчаяния, принятием тревоги на себя. Выход состоит в принятии на себя ситуации отсутствия смысла, принятии отчаяния, которое само по себе является верой, граничащей с «мужеством быть». По П. Тиллиху, «мужество быть» (жизнестойкость) позволяет человеку выносить неустранимую тревогу, сопровождающую выбор будущего (неизвестности), а не прошлого (неизменности) в ситуациях экзистенциальной дилеммы [2].

Как указано выше, истоки психологической категории «жизнестойкость» можно найти в трудах философов разных направлений, что, в свою очередь, вызывает проблему рассогласованности позиции в понимании данного термина в трудах психологов. В понятийный аппарат психологической науки термин “hardiness” введен начале 80-х гг. XX в. психологами С. Кобейса и С. Мадди, которым принадлежат первые разработки базовых конструкций данной теории [7, с. 100]. Русскоязычное калькирование данного понятия реализовано Д. А. Леонтьевым, что отражено в понятии «жизнестойкость» [8, с. 3].

С. Мадди и Д. Кошаба видят в термине “hardiness” особую жизнеспособность и эффективность личности, которые являются критерием психологического здоровья [9]. Согласно позиции упомянутых ученых, этот термин сочетает в себе следующие элементы («3С»):

1. Вовлеченность (*commitment*) — ориентация человека на вовлеченность в реальность, которая помогает найти в ней что-то значимое и ценное.
2. Контроль (*control*) — уверенность личности в том, что на итог происходящего в бытии можно оказать влияние при помощи борьбы, которая понимается через выбор персональной стратегии деятельности.
3. Принятие риска (*challenge*) — установка человека на то, что в жизни важным является получение любого опыта и умение действовать в любых условиях без гарантий результата [10; 11].

С. Мадди считает, что только сочетание всех трех составляющих обеспечивает личности определенную устойчивость в стрессогенной ситуации [12], и подчеркивает, что «данные “3С” обеспечивают мотивацию для выполнения тяжелой работы по превращению стрессовых обстоятельств из потенциальных катастроф в возможности роста» [12]. Тем самым он концептуально связывает понятие “hardiness” с позитивным направлением в психологии через тематику превращения стрессов в пользу и показывает, что жизнестойкость выступает своеобразным буфером, через который стресс может превратиться в стимулятор таких важных характеристик, как повышенные показатели производительности, креативность, мудрость, привести к поддержанию или укреплению физического и психического здоровья в этом процессе [12].

Изложенные идеи закладывают базу в подходе к рассмотрению “hardiness” в качестве важного компонента личности, позволяющего ей функционировать и развиваться, оказавшись в трудной жизненной ситуации. Теоретический конструкт жизнестойкости в психологической науке зарекомендовал себя как валидный предиктор успешного совладания со стрессом.

Итак, необходимо указать на наличие тесной связи между философским и психологическим научным знанием. Анализ философских истоков терминологии может способствовать лучшему раскрытию содержания психологических категорий.

Список источников

1. Миронов В. В. Философия с иллюстрациями: учебник. М.: РГ-Пресс, 2021. 432 с.
2. Publishing house Education and Science // Rusnauka. URL: http://www.rusnauka.com/47_NIO_2015/Psihologia/12_205983.doc.htm (дата обращения: 15.02.2022).
3. Руденко А. М. Философия в таблицах и схемах: учеб. пособие. 5-е изд. Ростов н/Д: Феникс, 2020. 382 с.
4. Кьеркегор С. Страх и трепет / пер. с дат. 2-е изд., доп. и испр. М.: Культурная революция, 2010. 488 с.
5. Камю А. Бунтующий человек. Философия. Политика. Искусство. М.: Политиздат, 1990. 415 с.
6. Лифинцева Т. П. Категория «мужество быть» П. Тиллиха: онтология, теология, этика // История философии. 2003. № 10. С. 50–67.
7. Никитина Е. В. Феномен жизнестойкости: концепция, современные взгляды и исследования // Academy. 2017. № 9 (19). С. 100–103.
8. Леонтьев Д. А., Рассказова Е. И. Тест жизнестойкости. М.: Смысл, 2006. 63 с.
9. Александрова Л. А. К концепции жизнестойкости в психологии // Сибирская психология сегодня: сб. науч. тр. Вып. 2 / под ред. М. М. Горбатовой, А. В. Серого, М. С. Яницкого. Кемерово: Кузбассвуиздат, 2004. 354 с.
10. Kobasa S. C. Stressful life events, personality, and health: an inquiry into hardiness // Journal of Personality and Social Psychology. 1979. Vol. 37. P. 1–11.
11. Maddi S. R., Kobasa S. C. The hardy executive: Health under stress. Homewood, IL: Dow Jones-Irwin, 1984. 131 p.
12. Maddi S. R. Hardiness: The courage to grow from stresses // Journal of Positive Psychology: Dedicated to furthering research and promoting good practice. 2006. Vol. 1. No. 3. P. 160–168.

Информация об авторе

С. Ю. Дмитриева — старший преподаватель кафедры педагогики и психологии.

Information about the author

S. Yu. Dmitrieva — senior lecturer at the Department of Pedagogy and Psychology.

Конфликт интересов: автор декларирует отсутствие конфликта интересов, связанных с публикацией данной статьи.

Conflict of interest: the author declares no conflict of interest related to the publication of this article.

Статья поступила в редакцию 21.11.2022; одобрена после рецензирования 14.12.2022; принята к публикации 26.12.2022.

The article was submitted 21.11.2022; approved after reviewing 14.12.2022; accepted for publication 26.12.2022.