

Российская академия наук
Институт психологии

**СПОСОБНОСТИ
И МЕНТАЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ
ЧЕЛОВЕКА
В МИРЕ ГЛОБАЛЬНЫХ ПЕРЕМЕН**

Ответственные редакторы:

А. Л. Журавлёв,

М. А. Холодная,

П. А. Сабатов



Издательство
«Институт психологии РАН»
Москва – 2020

УДК 159.9
ББК 88
С 73

*Все права защищены. Любое использование материалов
данной книги полностью или частично
без разрешения правообладателя запрещается*

Ответственные редакторы:

академик РАН, профессор *А. Л. Журавлёв*,
доктор психологических наук, профессор *М. А. Холодная*,
кандидат психологических наук *П. А. Сабадош*

С 73 **Способности и ментальные ресурсы человека в мире глобальных перемен** / Отв. ред. А. Л. Журавлёв, М. А. Холодная, П. А. Сабадош. – М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2020. – 1905 с. doi 10.38098/proc.2020.59.34.001

ISBN 978-5-9270-0415-7

УДК 159.9
ББК 88

Книга включает статьи, с разных сторон раскрывающие научное наследие выдающегося российского ученого В. Н. Дружинина: методологические и теоретические проблемы психологии способностей и ментальных ресурсов человека; история психологических исследований способностей и одаренности; виды и механизмы способностей и ментальных ресурсов; особенности их развития на разных этапах онтогенеза и их проявления в современном социокультурном пространстве; духовные способности как ментальный ресурс; способности к совладанию в условиях повседневного и травматического стресса; профессиональные способности в современной организации; когнитивные и ситуационные факторы проявления способностей и ментальных ресурсов в информационной среде; общие закономерности и индивидуальные вариации формирования и реализации поведения; современные подходы к психодиагностике, моделированию и формированию способностей и ментальных ресурсов; специфика химических способностей. Книга подготовлена к 65-летию В. Н. Дружинина.

*Издание подготовлено при финансовой поддержке Российского фонда
фундаментальных исследований (РФФИ), проект № 20-013-22059*

© ФГБУН «Институт психологии РАН», 2020

ISBN 978-5-9270-0415-7

Раздел 3
СПОСОБНОСТИ И МЕНТАЛЬНЫЕ
РЕСУРСЫ ЧЕЛОВЕКА:
ПРОЯВЛЕНИЯ, ВИДЫ, МЕХАНИЗМЫ

Влияние эмоционального интеллекта и эмоциональной креативности на коммуникативные свойства личности	291
<i>И. Н. Андреева</i>	
Роль подражания в развитии творческих способностей.	301
<i>Ю. Д. Бабаева, Я. И. Варваричева</i>	
«Интеллектуальный диапазон» как одно из направлений научной деятельности В. Н. Дружинина	311
<i>Д. Б. Богоявленская</i>	
Эмоциональный интеллект в структуре метакогнитивных способностей молодежи	318
<i>В. М. Бызова, Е. И. Перикова</i>	
Интеллектуальный контроль — интегральная составляющая в системе ментальных ресурсов личности	325
<i>Л. В. Виноградова</i>	
Взаимосвязь между лингвистическими способностями и интеллектом: роль лингвистического опыта	334
<i>Е. В. Гаврилова</i>	
Исследование взаимосвязей когнитивного стиля, эмоционального интеллекта, психологических защит и акцентуаций характера при выборе группового проекта	343
<i>Н. С. Глуханюк, М. Н. Юртаева</i>	
Принципы функционирования когнитивного ресурса через призму понятий нагрузки и усилия	354
<i>Н. Б. Горюнова</i>	
Черты личности и Я-концепция как предикторы интеллекта	364
<i>Л. Я. Дорфман, А. Ю. Калугин, А. М. Мишкевич</i>	
Настойчивость как ментальный ресурс.	372
<i>С. К. Нартова-Бочавер, В. Г. Ерофеева</i>	

Гендерные аспекты взаимосвязи академической успешности в STEM (science, technology, engineering, mathematics) и пространственных способностей	381
<i>И. Ю. Завьялова, Е. Л. Солдатова, С. Б. Малых, Э. К. Хуснутдинова, З. Р. Тахирова, Р. Ф. Еникеева, Г. А. Вартамян</i>	
Прогноз музыкальности по показателям интеллекта	389
<i>Т. С. Князева</i>	
Интеллектуальные ресурсы психологического благополучия личности в условиях экзистенциального вызова	399
<i>Л. И. Ларионова, В. Г. Петров, Д. Ю. Горельшева</i>	
Способность к рефлексивной аргументации при совершении морального выбора как отражение когнитивного ресурса личности.	410
<i>Я. А. Ледовая, О. В. Кожевникова</i>	
Взаимосвязь черт личности, когнитивного стиля и мотивации.	420
<i>А. П. Лобанов, Н. В. Дроздова</i>	
К вопросу о когнитивных механизмах интермодальной интеграции информации	430
<i>Е. А. Лупенко</i>	
Актуализация исторических знаний школьниками с различным уровнем мнемических способностей	437
<i>Т. Н. Осинина</i>	
Объектная и пространственная слепота по невниманию при загрузке рабочей памяти.	447
<i>С. С. Попова, Б. Б. Величковский</i>	
Телесный ресурс в структуре ментального опыта	454
<i>Т. А. Ребеко</i>	
Формула интеллекта ученика	462
<i>Г. А. Суворова</i>	
Представления о будущем как ресурс жизнеспособности личности	470
<i>А. Н. Удодова, С. А. Хазова</i>	
О соотношении рационального и эмоционального в интеллекте	478
<i>С. М. Шингаев</i>	

Когнитивно-стилевые характеристики мнемического процесса	487
<i>Н. Г. Шпагонова</i>	
Изменение типа интеллекта подростков за период с 1990 г. по 2020 г.	496
<i>Л. А. Ясюкова</i>	

Раздел 4
РАЗВИТИЕ СПОСОБНОСТЕЙ И МЕНТАЛЬНЫХ РЕСУРСОВ
НА РАЗНЫХ ЭТАПАХ ОНТОГЕНЕЗА

Локус контроля и суеверность как ресурсы преодоления стресса в условиях пандемии COVID-19 в разные периоды взрослости	508
<i>И. Р. Абитов, Р. Р. Акбиров</i>	
Полезависимость/полезависимость обучающихся подросткового возраста и их самоутверждение	517
<i>А. С. Башкирова</i>	
Прогностические модели сохранения здоровья в пенсионном возрасте	524
<i>Т. Н. Березина, И. В. Воронин, Е. А. Чумакова, К. Э. Бузанов</i>	
Специфика когнитивного стиля «импульсивность/рефлексивность» в младшем школьном и младшем подростковом возрастах	535
<i>Е. Г. Будрина</i>	
Роль интеллекта как ресурса контроля поведения у младших школьников с типичным развитием и ограниченными возможностями здоровья	546
<i>Г. А. Виленская</i>	
Мотивация достижения как ментальный ресурс студентов и молодых специалистов	555
<i>О. С. Виндекер</i>	
Особенности факторной структуры личностно-когнитивных стилей в подростковом и юношеском возрастах	564
<i>Т. А. Дудникова</i>	

Представления о будущем как ресурс жизнеспособности личности

А. Н. Удодова, С. А. Хазова

В статье рассматривается представление о будущем как о важном ресурсе жизнеспособности и факторе совладающего поведения. Анализируются особенности восприятия времени в период взрослости. Для каждого из трех уровней жизнеспособности выявлены свойственные ему стратегии совладания и особенности временной перспективы личности.

Ключевые слова: жизнеспособность, ресурс, стратегии совладания, представления о будущем.

Введение

Современный мир динамичен и требователен к личностному развитию каждого из нас. Возникновение новых кризисов, охватывающих все сферы жизни общества, влечет за собой неизбежные изменения в жизни отдельного человека. Столкновение с трудноразрешимыми задачами каждый день влияет на физическое и психологическое здоровье личности. В данной ситуации ментальные ресурсы человека играют важнейшую роль в сохранении жизнеспособности личности. Таким образом, изучение ресурсов и их влияние на жизнеспособность является первоочередной задачей в рамках исследования возможностей сохранения и развития благополучия человека.

Жизнеспособность, с точки зрения А. В. Махнача, — это «индивидуальная способность человека управлять собственными ресурсами: здоровьем, эмоциональной, мотивационно-волевой, когнитивной сферами в контексте социальных, культурных норм и средовых условий» (Махнач, 2017, с. 5). Как многокомпонентная структура,

Исследование выполнено при поддержке РФФИ, проект № 20-013-00435А.

она включает в себя самоэффективность, настойчивость, способность к совладанию/адаптации, внутренний локус контроля, семейные/социальные отношения, духовность. Е. А. Рыльская добавляет к этим компонентам способность к адаптации, саморегуляции, саморазвитию и осмысленность жизни (Рыльская, 2009). Субъективно жизнеспособность проявляется как удовлетворенность собственной жизнью.

Основой жизнеспособности является ресурсная база личности. Ресурсы позволяют человеку продуктивно справляться с решением сложных жизненных задач и эффективно совладать со стрессом (Бодров, 2006; Хазова, 2019; Hobfoll, 2018). Ресурсная концепция С. Хобфолла подразумевает под ресурсами «те, ценности, которые люди стремятся получить, сохранить, преумножить и защитить» (Hobfoll, 2018, p. 104). Автор выделяет объективные (имущество, материальные ценности); социальные (должность, звание, замужество, принадлежность к конфессии); энергетические (время, деньги, знания) и личностные (оптимизм, самоэффективность, жизнестойкость, локус контроля) ресурсы.

Кроме того, в качестве ресурсов рассматриваются адаптационные способности (индивидуально-психологические особенности) и адаптационная готовность (готовность к эффективному взаимодействию), прогностические и когнитивные способности, особенности организации индивидуального ментального опыта (Хазова, 2019). Среди личностных ресурсов важную роль играет отношение ко времени и его восприятие (Мелёхин, 2019). Удовлетворенность жизнью и ощущение субъективного благополучия напрямую зависят от особенностей временной перспективы личности, от представлений о собственном прошлом и будущем. В основе особенностей временной перспективы лежат интеллектуальные способности к анализу личного опыта прошлого и планированию личного будущего. Когнитивная и эмоциональная переработка этих двух составляющих является основой жизнеспособности и отдельных ее компонентов.

В отечественной литературе рассматривается роль рефлексии жизненного опыта (Клементьева, 2013), влияние планирования будущего на субъективное качество жизни (Неяскина, Мазуркевич, 2014), роль прогностических способностей в рамках анализа проактивного совладания (Старченкова, 2009). Однако остается малоизученным взаимосвязь представления о будущем с уровнем жизнеспособности личности и его влияния с выбором стратегий совладания в трудных жизненных ситуациях.

Таким образом, мы предположили, что представления о своем будущем являются ресурсом жизнеспособности личности, а имен-

но, во-первых, уровень жизнеспособности личности связан с эмоциональной оценкой; во-вторых, люди с высоким и средним уровнем жизнеспособности ориентированы на будущее как позитивную перспективу развития жизни.

Проведенное исследование и полученные результаты

Эмпирическую выборку пилотажного исследования составили 23 человека в возрасте от 30 до 60 лет (30–40 лет – 11 человек; 41–60 – 12 человек), из них 9 мужчин и 14 женщин. Для определения типов жизнеспособности мы использовали Методику исследования жизнеспособности человека (Methods of a Person's Resilience Investigating) Е. А. Рыльской (Рыльская, 2014), которая предполагает изучение способности личности решать трудные жизненные ситуации (как семьянин, как гражданин, как труженик) с учетом четырех компонентов жизнеспособности: способность адаптации, саморегуляции, саморазвития и осмысленность жизни. Для определения стратегий совладающего поведения применялся Опросник Способов Совладания (WCQ; S. Folkman, R. Lazarus, 1988), адаптация Т. Л. Крюковой, Е. В. Куфтяк (2007); для диагностики временной перспективы личности – графические тесты «Временные децентрации» Е. И. Головахи, А. А. Кроника (1984) и рисуночная проба «Я в прошлом, настоящем и будущем».

Полученные результаты позволили сделать вывод о том, что большая часть данной выборки имеет средний уровень жизнеспособности. Временные ориентации представлены следующими показателями: ориентация на прошлое ($M = 3,3$, $SD = 1,3$), ориентация на настоящее ($M = 11,1$, $SD = 1,6$), ориентация на будущее ($M = 9,3$, $SD = 2,1$). Эти результаты позволяют сделать вывод об ориентации большей части участвующих в исследовании людей на настоящее время.

В результате корреляционного анализа были выявлены связи между общим показателем жизнеспособности и ориентацией на будущее ($r = 0,55$, $p < 0,05$): чем сильнее ориентация на будущее, тем выше общий показатель жизнеспособности. Направленность личности на будущее проявляется в активных действиях для достижения желаемых целей и успехов в будущем. Ориентация на будущее связана также со способностью саморегуляции ($r = 0,49$, $p < 0,05$) и способностью адаптации ($r = 0,49$, $p < 0,05$), поскольку она предъявляет требования к прогностическим способностям личности, умению планировать потенциальные события в будущем, анализировать возможные варианты развития событий и пути преодоления возможных трудностей. Кроме того, нами была установлена корреляция между

способностью саморегуляции как компонентом жизнеспособности и ориентацией на настоящее ($r = -0,58, p < 0,05$), что, возможно, объясняется низкими способностями людей с невысокими показателями жизнеспособности переносить центр своего внимания на перспективы будущего. Исходя из этого, можно говорить об отношении ко времени как важнейшем ресурсе жизнеспособности.

При анализе взаимосвязей стратегий совладания и особенностей временной перспективы получены следующие результаты. Зафиксированы значимые статистические связи шкал самоконтроль – ориентация на прошлое ($r = -0,44, p < 0,05$), поиск социальной поддержки – ориентация на прошлое ($r = -0,46, p < 0,05$). Иными словами, концентрация на переживаниях событий прошлого приносит эмоциональную неустойчивость в актуальное состояние и не позволяет личности обратиться к собственным ресурсам и ресурсам своего окружения. Связь стратегии избегания и ориентации на будущее ($r = 0,44, p < 0,05$) объясняется сосредоточением внимания личности на будущих событиях и потенциальных возможностях, что ведет к попыткам в настоящем времени максимально избежать негативных переживаний в трудных ситуациях. Проанализировав полученные данные, мы пришли к выводу о том, что представления о своем будущем являются важнейшим ресурсом жизнеспособности личности.

Для доказательства того, что люди с высоким и средним уровнем жизнеспособности ориентированы на будущее как позитивную перспективу развития жизни, общая выборка исследования была разделена нами на три группы по уровню жизнеспособности: низкий ($M = 150,6, SD = 2,2$) – 8 человек, средний ($M = 164,2, SD = 4,8$) – 10 человек, высокий ($M = 176,7, SD = 3,3$) – 8 человек.

На этом этапе исследования с помощью графического теста «Временные децентрации» были продиагностированы способности человека взглянуть на свою жизнь с точки зрения любого временного периода. Это позволило определить степень выраженности ориентации на настоящее, прошлое и будущее. Рисуночная проба «Я в прошлом, настоящем и будущем» была нацелена на изучение влияния опыта прошлого и будущего на настоящее состояние человека и обращение внимания на его ресурсы, находящиеся во всех трех временных перспективах. Интерпретация результатов включала несколько критериев: 1) особенности изображения (количество деталей рисунка, особенности изображения лица и тела); 2) структура рисунка (персонализация изображаемых людей, их расположение); 3) эмоциональная окраска рисунка и комментариев.

Люди с низким уровнем жизнеспособности более, чем люди со средним уровнем жизнеспособности, ориентированы на настоя-

щее ($U=5,0, p<0,03$). При этом они либо вообще не наблюдают никаких серьезных и значимых изменений с течением их жизни («ничего не меняется», «не вижу, что что-то сильно изменится») (40%); либо видят свое будущее как продолжение своего рода («приятно, что после меня останется моя фамилия») (40%) или как будущее своих детей («беспокойство, как сложится у них (детей) жизнь») (40%); либо выбирают вариант жизни только сегодняшним днем («будущее не может повлиять на настоящее, так как оно неизвестно») (20%). Это согласуется с изображением себя в будущем как схематичной статичной фигуры без прорисовки черт лица (40%). 40% респондентов данной группы изображают будущее как перспективу с множеством вопросов, возникающих с процессом угасания жизни. Интересен случай респондента, у которого присутствует несоответствие описания будущего с его графическим изображением: описание будущего как неизвестного и не влияющего на настоящее и графическое изображение будущего как светлого и радостного времени с супругом возле дома среди цветущего сада. Возможно, это связано с оценкой будущего как желаемого, но не достижимого. Сравнительный анализ стратегий совладания позволяет утверждать, что люди с низким уровнем жизнеспособности более склонны дистанцироваться от проблемы ($U=6,5, p<0,05$), обесценивать сложную жизненную ситуацию и стремиться эмоционально отдалиться от ее негативных воздействий.

Люди со средним уровнем жизнеспособности показывают положительное отношение к своему будущему, выражая это с помощью таких формулировок, как «думая о будущем, я радуюсь», «всё будет так, как я захочу» (20%). Однако при этом есть некоторые неуверенность и опасения из-за неизвестности будущих событий («наверное, меня ждет много хорошего», «всё равно есть какая-то тревога») (20%). Возможно, именно открытость к поддержке со стороны влияет на то, что 60% людей данной категории изображает свое будущее в кругу большой семьи (супруги, дети) (60%), 40% людей изображает в будущем только себя и отражение своих личных интересов: человек занимающийся спортом, человек-профессионал.

Люди с высоким уровнем жизнеспособности больше, чем представители среднего уровня жизнеспособности, ориентированы на будущее ($U=6,0, p<0,02$) и рассматривают его как перспективу личного развития («я стану лучше, стройнее, успешнее», «будущем я состоявшаяся женщина, которая любит и принимает себя») и профессионального роста («я надеюсь стать отличным профессионалом») (37,5%). Респонденты этой группы видят в будущих планах толчок для движения в настоящем («стимул трудиться», «мысли о беззабот-

ном будущем заставляют делать для него всё в настоящем») (25%). Позитивные представления о будущем позволяют сосредоточиться на настоящем («успокаивают перед очевидными проблемами», «понимаю, что тружусь не зря») (25%). Это отражается и в рисунках: людей данной категории изображают себя как успешного профессионала на рабочем месте, 25% – как духовно и физически развивающуюся личность, что проявляется в атрибутике (книги, спортивный инвентарь), 37,5% – как состоявшихся родителей (со счастливыми детьми), 12,5% – как счастливых бабушек и дедушек (в окружении внуков). Важным моментом является эмоционально-ценностное отношение к изображению себя во всех трех временных перспективах, что отражается в детальном прорисовывании всех объектов рисунка и в четких развернутых комментариях. Некоторых всё же беспокоят мысли о предстоящем будущем («ухудшает состояние мысли о старости», «лишь бы не болеть в старости», «немного страшно, как я буду стареть»). Один человек изобразил себя в будущем как увядающего человека с трудностями здоровья. Это относится к возрастной категории 51–60 лет, что отражает специфику проживания данного возрастного периода.

Респонденты с высоким уровнем жизнеспособности, чаще других, прибегают к стратегиям конфронтативный копинг ($U=14,5$, $p<0,02$), самоконтроль ($U=9,0$, $p<0,006$), избегание ($U=9,0$, $p<0,006$). Выбор стратегии самоконтроля обусловлен высоким уровнем эмоционального контроля и поведения у людей с высокими показателями жизнеспособности. Избегание в трудной ситуации позволяет людям данной категории сохранять жизненно важные ресурсы для когнитивной переработки информации и поиска потенциально выгодных путей входа из сложных обстоятельств. Конфронтативный копинг может являться вариантом выплеска негативных переживаний для высвобождения энергии личностного потенциала.

Заключение

Обобщая полученные результаты, мы пришли к следующим выводам.

1. Представления о будущем являются мотиватором преодоления жизненных трудностей и фактором выбора стратегий совладающего поведения.
2. Уровень жизнеспособности личности влияет на эмоциональную оценку будущего.
3. Люди с высоким и средним уровнем жизнеспособности воспринимают собственное будущее как перспективу личного развития, выделяя позитивные черты предстоящих событий.

4. Люди с низким уровнем жизнеспособности склонны к проживанию текущего момента и ориентированию на настоящее, что отражается в обесценивании и обезличивании будущего, уверенности в невозможности влиять на развитие потенциальных событий.
5. Отношение к будущему можно рассматривать как важный ресурс личности и говорить о его важной роли в развитии жизнеспособности.

Литература

- Бодров В. М.* Проблема преодоления стресса // Психологический журнал. 2006. Т. 27. № 2. С. 113–123.
- Клементьева М. В.* Биографическая рефлексия как предмет исследования психологии // Человек, субъект, личность в современной психологии. Материалы Международной конференции, посвященной 80-летию А. В. Брушлинского. Т. 1. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2013. С. 411–414.
- Махнач А. В.* Жизнеспособность человека как предмет изучения в психологической науке // Психологический журнал. 2017. Т. 38. № 4. С. 5–16.
- Мелёхин А. И.* Ментальные ресурсы в пожилом и старческом возрасте: дис. ... канд. психол. наук. М., 2019.
- Неяскина Ю. Ю., Мазуркевич А. В.* Взаимосвязь субъективного качества жизни и временной перспективы личности // Вестник КРАУНЦ. Гуманитарные науки. 2014. № 1 (23). С. 94–105.
- Рыльская Е. А.* Жизнеспособность человека: понятие и концептуальные основы исследования // Сибирский психологический журнал. 2009. № 31. С. 6–11.
- Старченкова Е. С.* Концепция проактивного совладающего поведения // Вестник Санкт-Петербургского университета. Социология. 2009. Сер. 12. Вып. 2. Ч. 1. С. 198–204.
- Хазова С. А.* Ментальные ресурсы субъекта // Разработка понятий в современной психологии. Сборник статей / Отв. ред. А. Л. Журавлёв, Е. А. Сергиенко, Г. А. Виленская. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2019. С. 63–83.
- Hobfoll S., Halbesleben J., Neveu J., Westman M.* Conservation of Resources in the Organizational Context: The Reality of Resources and Their Consequences // Annual Review of Organizational Psychology and Organizational Behavior. 2018. V. 5. P. 103–128.

Ideas about future as a resource for personal resilience

A. N. Udodova, S. A. Hazova

Ideas about the future as an important resource of resilience and a factor in coping behavior are examined in the article. Features of time perception during adulthood are analyzed. The coping strategies and the characteristics of the temporal perspective of the personality are revealed for each of the three levels of resilience.

Keywords: resilience, resource, coping strategies, ideas about the future.