Хазова Светлана Абдурахмановна. МЕНТАЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ СУБЪЕКТА В РАЗНЫЕ ВОЗРАСТНЫЕ ПЕРИОДЫ: диссертация ... доктора психологических наук: 19.00.13 / Хазова Светлана Абдурахмановна;[Место защиты: Институт психологии РАН http://www.ipras.ru/].- Москва, 2014.- 540 с.

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Костромской государственный университет имени Н.А. Некрасова»

На правах рукописи

Хазова Светлана Абдурахмановна

МЕНТАЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ СУБЪЕКТА

В РАЗНЫЕ ВОЗРАСТНЫЕ ПЕРИОДЫ

Специальность 19.00.13 - Психология развития, акмеология

(психологические науки)

ДИССЕРТАЦИЯ

на соискание ученой степени доктора психологических наук

Научный консультант

доктор психол. наук профессор

Холодная Марина Александровна

Кострома, 2014

ОГЛАВЛЕНИЕ

 Стр.

Введение 6

Глава 1. Исследование ресурсов в психологической науке: проблемы и основные противоречия 19

1.1. Ресурсы как фактор противостояния рискам в психологии развития... 19

1.2. Ресурсы как фактор сохранения психического здоровья в позитивной психологии и психологии здоровья 26

1.3. Ресурсы как фактор успешности и противостояния утомлению в психологии спорта, психологии труда и организационной психологии 31

1.4. Интеллектуальные способности как фактор эффективности деятельности в психологии способностей 40

1.5. Ресурсы как фактор совладания со стрессом в психологии совладающего поведения 47

1.6. Динамика ресурсов в психологических теориях стресса и копинга 56

Выводы к главе 1 63

Глава 2. Теоретико-методологические основания исследования ментальных ресурсов субъекта 66

2.1. Значение категорий «субъект» и «субъектность» для исследования ментальных ресурсов субъекта 66

2.2. Проблема критериев субъекта и субъектности в разные возрастные периоды 76

2.3. Системный анализ в исследовании ментальных ресурсов субъекта... 86

Выводы к главе 2 91

Глава 3. Ментальные ресурсы субъекта: понятие, функции, динамика 93

3.1. Ресурсы субъекта: проблема определения понятия 93

3.2. Ресурс, резерв и потенциал как различные механизмы регуляции активности субъекта 100

3.2. Ментальные ресурсы: определение, категориальные признаки и функции 112

3.3. Характеристики системы ресурсов субъекта 121

3.4. Динамические процессы в системе ресурсов субъекта 130

Выводы к главе 3 141

Глава 4. Методические аспекты исследования ментальных ресурсов субъекта: проблемы, стратегии и методы 145

4.1. Анализ основных методических подходов к исследованию ресурсов субъекта 145

4.2. Эмпирические стратегии и методы исследования ментальных ресурсов субъекта 156

4.3. Организация и программа эмпирического исследования ментальных ресурсов субъекта 164

Выводы к главе 4 183

Глава 5. Ментальные ресурсы субъекта в подростковом возрасте 185

5.1. Серия 1: Представления подростков о собственных ресурсах 185

5.2. Ментальные ресурсы одаренных старшеклассников 193

5.2.1. Серия 2. Ресурсы саморазвития и самореализации одаренных старшеклассников 193

5.2.2. Серия 3. Ресурсы одаренных старшеклассников в совладании с социально-психологическими трудностями 205

5.3. Исследование роли интеллекта как модератора рисков развития 219

5.3.1. Серия 4. Роль интеллекта в совладающем поведении у подростков с высокой личностной тревожностью 220

5.3.2. Серия 5. Исследование роли интеллекта в совладающем поведении подростков с высоким нейротизмом 226

5.4.Серия 6. Креативность как ресурс развития и совладающего поведения в подростковом возрасте 232

5.4. Серия 7. Развитие ментальных ресурсов старшеклассников 241

Выводы к главе 5 255

Глава 6. Ментальные ресурсы субъекта в юношеском возрасте 258

6.1. Серия 8. Представления субъекта о собственных ресурсах в юношеском возрасте 260

Серия 9. Ресурсная роль социального интеллекта и лидерской позиции в период обучения в вузе 266

6.3. Серия 10. Ресурсная роль интеллекта и когнитивных стилей в юности 275

6.4. Серия 11. Ментальные ресурсы в ситуации временной разлуки романтических партнеров 284

6.5. Серия 12. Телесное Я как ментальный ресурс в юношеском возрасте и его развитие 285

Выводы по главе 6 294

Глава 7. Ментальные ресурсы в период взрослости 297

7.1. Серия 13. Представление о собственных ресурсах в период взрослости 298

7.2. Серия 14. Чувство юмора как интеллектуальный ресурс субъекта 310

7.3. Серия 15. Эмоциональный интеллект как ресурс субъекта в трудных жизненных ситуациях 318

7.4. Серия 16. Ментальные ресурсы сохранения активности в пожилом возрасте 324

7.5. Серия 17. Исследование истощения психических ресурсов в ситуации хронического стресса 332

Выводы к главе 7 343

Глава 8. Ментальные ресурсы субъекта: итоги и перспективы

исследования 347

8.1. Обобщение результатов эмпирического исследования 347

8.2. Концепция ментальных ресурсов субъекта 353

Выводы к главе 8 363

Выводы 365

Заключение 369

Список литературы 373

Список иллюстративного материала 425

Приложения 428

**ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

**Актуальность исследования ресурсов субъекта настолько очевидна, что фактически не требует доказательств. Здесь правильнее всего обратиться к позиции Л.И. Анцыферовой, отмечавшей, что важнейшая «задача ученого - выявить те жизнетворческие способности, психологические основания и «механизмы», которые обеспечивают переход личности на более высокий уровень субъектности и позволяют сделать жизнь белее содержательной, продуктивной, значительной» [25, с. 38**

**Проблема ресурсов исследуется в психологии более тридцати лет. Пожалуй, одной из первых теорий ресурсов является концепция ресурсов С.Е. Хобфола в рамках исследований стресса и копинга. Ее основные положения автор изложил в книге «The ecology of stress», вышедшей в США в 1988 году. В настоящее время трудно найти отрасль психологии, не оперирующую этим понятием. Так, в психологии развития ресурсы рассматриваются как важный фактор противостояния рискам развития, в психологии труда - как фактор противостояния профессиональному утомлению и выгоранию. Позитивная психология обращает внимание на тот факт, что именно ресурсы позволяют демонстрировать достижения и эффективно совладать с трудными жизненными ситуациями. Парадоксальным образом исследования ресурсов развивающегося субъекта не получили должного воплощения в отечественной психологии, несмотря на всю очевидность идеи: именно ресурсы обеспечивают позитивное развитие и противостоят риску дезадаптации.**

**Оформляя основные положения концепции ментальных ресурсов, мы решали три группы задач.**

Первая группа задач **- это теоретические задачи, предполагающее определение понимания ресурса, выделение его признаков, описание системной организации ресурсов.**

**Формулируя определение ресурса, мы, во-первых, исходили из понимания ресурса как психического свойства, а, во-вторых, рассматривали ресурсы как феномен ментального опыта, что позволило акцентировать роль концептуальных способностей в возникновении и развитии системы ментальных ресурсов субъекта. Такое понимание позволило нам описать категориальные признаки ментального ресурса и дифференцировать его от сходных понятий, часто употребляющихся как синонимы.**

**Рассматривая динамические процессы в системе ресурсов, мы описали три фактора мобилизации, влияющих на использование конкретного ментального ресурса и определяющих индивидуальные вариации. Ситуационный контекст, наличие и состояние ресурса и готовность субъекта к их использованию определяют внутреннюю и внешнюю экологию поведения. Мы предположили и затем доказали, что в разных ситуациях субъект использует комплекс различных ресурсов.**

Вторая группа задач - **методические задачи, основной из которых была задача разработки особых эмпирических стратегий исследования ментальных ресурсов. Важно отметить, что парадигмальная толерантность и внимание к субъективному опыту (М.С. Гусельцева) требует от современного исследователя умения сочетать разные эмпирические стратегии и методы, но и дает ему свободу в выборе методов.**

**Понимание ресурсов как феноменов ментального мира определило необходимость: во-первых, обращения в исследовании к количественным методам в сочетании с арсеналом качественных, что означает содержание практически во всех сериях исследования материала, полученного с помощью анализа интервью, нарративов, свободных высказываний, анализа изобразительных и вербальных метафор и т.д., а также особое внимание к текстам респондентов.; во-вторых, применение множественного дизайна исследования, то есть использование небольших по количеству выборок для исследования одного и того же феномена.**

**Для решения** третьей группы задач **- эмпирических - было организовано сложное по дизайну исследование, состоящее из трех блоков, касающихся исследования ментальных ресурсов в подростковом, юношеском возрасте и в период взрослости, включая пожилой возраст.**

**Мы исходили из того, что у субъекта есть представления о собственных ресурсах, и исследовали эти представления у всех трех возрастных групп респондентов. Нами было показано общее (наличие представлений об эмоционально-волевых, интеллектуальных, коммуникативных ресурсах во всех возрастных группах), а также специфическое для каждого возраста: например, отсутствие представлений о мотивационных ресурсах в подростничестве, о физических - в юности и наличие всех групп ресурсов у взрослых людей. Это исследование позволило зафиксировать изменение характеристик системы от возраста к возрасту: слабо дифференцированная и интегрированная система ресурсов у подростков проходит этап дифференциации в юности и приобретает высокую дифференцированность при одновременной интегрированности в период взрослости.**

**Поскольку ментальные ресурсы - это характеристики, относительно которых группы и отдельно взятые люди отличаются друг от друга, отдельной эмпирической задачей было выявление типологических особенностей в системе ментальных ресурсов субъектов с разными итогами развития. Нами была зафиксирована ресурсная роль таких свойств личности, как интернальный локус контроля, самостоятельность, эмоциональная устойчивость, независимость от группы, гибкости в общении, контроль импульсивности, позитивная Я- концепция, лидерские качества и т.д. Так, например, при исследовании ресурсов сохранения активности в посттрудовой период показано, что сохраняющие субъектность пожилые люди обладают оптимальным уровнем самооценки, более высоким уровнем самопринятия, уверены в себе, независимы, они предпринимают усилия для сохранения активного образа жизни, создают себе деятельность взамен утраченной профессиональной. Зафиксированы половые различия: мужчины высоко оценивают свои волевые качества, умение справляться с трудностями, а женщины - свои социальные качества, общительность, гибкость. Кстати, большая ценность коммуникативных ресурсов у женщин зафиксирована и в другие возрастные периоды.**

**Мы также предположили, а затем доказали, что интеллектуальные способности играют ключевую роль в организации и функционирования системы ресурсов не только в ситуации интеллектуальной деятельности, но и вообще в жизнедеятельности, позволяя субъекту «открывать» и создавать новые ментальные ресурсы.**

**В современной отечественной психологии практически неразработанным является динамический аспект, то есть неизученными являются как процессы, протекающие в системе ментальных ресурсов субъекта и позволяющие реализовывать ее целевое назначение. Эвристичность нашей работы заключается в том, что в ней описаны процессы мобилизации, расхода, истощения, восстановление ресурсов.**

**При изучении феномена истощения ментальных ресурсов в ситуации хронического стрессе показано, что, во-первых, причиной истощения ресурсов является накапливание негативных эмоций при отсутствии возможности их отреагирования; во-вторых, истощение ресурсов представляет собой процесс, развивающийся во времени; в-третьих, истощение ресурсов имеет ярко выраженную симптоматику, проявляющуюся не только на соматическом уровне, но также на психическом и поведенческом.**

**Наконец, нам удалось показать возможности развития ментальных ресурсов в процессе специально организованной психологической работы, что указывает на необходимость и возможность профессиональной помощи субъектам, находящимся в состоянии истощения, имеющих дефицитарную систему ресурсов или не умеющих их мобилизовать. А это, в свою очередь, подчеркивает актуальность разработки программ развития, направленных на обогащение индивидуальной системы ментальных ресурсов и овладения навыками управления ими.**