

«Самоизменения» личности: возможное и необходимое*

Н. В. Гришина

Санкт-Петербургский государственный университет,
Российская Федерация, 199034, Санкт-Петербург, Университетская наб., 7–9

Для цитирования: *Гришина Н. В.* «Самоизменения» личности: возможное и необходимое // Вестник Санкт-Петербургского университета. Психология и педагогика. 2018. Т. 8. Вып. 2. С. 126–138. <https://doi.org/10.21638/11701/spbu16.2018.202>

Один из важнейших вопросов современной психологии личности — каким образом изменения современной реальности сказываются на личности. Проблема изменчивости человека относится к фундаментальным темам психологии: параметр «изменяемость — неизменность» входит в систему базовых характеристик в описании личности. Рубинштейн формулировал ее как проблему соотношения изменчивости и тождественности человека. Традиционно проблема изменений в психологии рассматривается через тему развития человека. Осознание роли самого человека как источника и фактора собственного развития приводит к появлению понятия самопроцессов и их активному изучению. Наиболее разработаны и представлены в отечественной психологии понятия саморегуляции и саморазвития. Характерным для большинства исследований, в центре внимания которых оказываются источники изменений человека, является локализация последних в личностных особенностях человека, их «вписывание» во внутренние структуры личности. Вместе с тем в современной психологии общепризнанно представление о вызовах изменяющегося контекста, которые становятся источником изменений, требуя новых способов и стратегий взаимодействия с окружающим миром. Предлагаемое нами понятие потенциала самоизменений личности включает (1) способность и готовность человека к осознанию «вызовов» ситуации и необходимости изменений, (2) готовность к принятию этой необходимости и (3) готовность действовать в соответствии с осознаваемыми вызовами. В совокупности они составляют потенциал, отражающий возможности изменчивости человека. В современных условиях сохранение устойчивости, «тождественности» личности требует ее постоянных изменений и развития. Противопоставление адаптивных и преобразующих стратегий поведения человека, «выживания» и «жизнетворчества», в котором «выживание» рассматривается как необходимое для нормальной жизнедеятельности, а «жизнетворчество» — как ее возможный компонент, оказывается нерелевантным в современных условиях. «Жизнетворчество» становится необходимым и условием выживания человека в современных условиях, а такие характеристики индивида, как способность и готовность к изменениям, начинают играть все более важную роль в жизни людей.

Ключевые слова: развитие, изменение, самопроцессы, саморегуляция, саморазвитие, самоизменение, потенциал самоизменений личности.

Состояние современной психологии личности характеризуется противоречивыми тенденциями. Именно в области психологии личности уже не первое десяти-

* Статья написана при поддержке РФФИ, грант № 18-013-00703/18.

© Санкт-Петербургский государственный университет, 2018

летие звучат настойчивые призывы к изучению «изменяющегося человека в изменяющемся мире», «реальных людей в реальном мире», пересмотру традиционных подходов и поиску новых путей изучения человека в современном мире [1]. В основе этой тенденции — изменения современной реальности, перемены в условиях жизни людей и их отношениях с окружающим миром. При этом, если воспользоваться формулой «изменяющегося человека в изменяющемся мире», большее освещение в современной литературе получила тема «*изменяющегося мира*». Нельзя не согласиться с тем, что, несмотря на распространенность представлений об изменчивости (транзитивности) социального пространства, «понимание того, каким образом эти изменения сказываются на личности, содержании и структуре ее идентичности, процессе ее социализации, все еще остается туманным» [2, с. 34]. Вопрос о том, как *изменяется человек* в изменяющемся мире, остается открытым.

Личность: изменяющееся и неизменное

В психологии личности, особенно в исследовательских работах, продолжают доминировать традиционные подходы, описывающие личность через ее черты и свойства. Об этом, в частности, свидетельствуют материалы последнего Всемирного психологического конгресса (2016): в содержании докладов, представленных по направлению «психология личности», преобладают работы по изучению отдельных черт личности и их взаимосвязи с разными аспектами жизнедеятельности и активности человека, не снижается интерес к разработке и модификации методов диагностики личностных черт [1].

Один из последних номеров журнала “Journal of Personality” (2018) представляет собой специальный выпуск под примечательным названием: «Статус концепта черт в современной психологии личности: сохраняют ли еще старые вопросы свою остроту». По мнению редакторов номера, теория черт остается важнейшей научной объяснительной и исследовательской моделью. Они отмечают, что, несмотря на критику, звучащую в основном с позиций социально-когнитивного направления, подход, основанный на теории черт, может быть охарактеризован как продолжающаяся развиваться парадигма. Статьи журнала посвящены различным аспектам данной проблематики и свидетельствуют о стремлении авторов работать над совершенствованием основанной на теории черт традиционной парадигмы в психологии личности, которая фокусирует внимание на устойчивости основных личностных структур во времени. Современные исследования в области теории черт пытаются ответить на вопрос, как черты могут быть использованы для понимания отдельного человека, прогнозирования его поведения, понимания структуры личности и связи отдельных черт с поведением человека и другими процессами [3]. Этот вопрос — один из кардинальных: исследования, основанные на теории черт, дают прекрасные возможности сравнительного анализа, но оказываются несостоятельными при попытках описывать психологическую феноменологию отдельной уникальной личности [4].

Другим вектором развития темы является проблема изменчивости человека — одна из фундаментальных проблем психологии.

Традиционно проблема изменений человека рассматривалась в контексте темы развития человека, одной из наиболее разработанных областей психологии: сфор-

мулированы теоретические основания процесса развития, представления о критериях и нормах развития, его логике и механизмах. Первоначально, в соответствии с представлениями классической психологии, процессы развития относились по преимуществу к ранним возрастам, а само развитие понималось как закономерное изменение психических процессов во времени, которое проявляется в качественных, количественных и структурных изменениях. Далее процессы развития начинают рассматриваться применительно к взрослому возрасту, появляются понятия личностного развития и личностного роста. Таким образом, психология развития переходит от изучения отдельных психических процессов и структур к исследованию личности. Более того, развитие начинает рассматриваться как основной способ существования личности, осуществляемый на всех этапах жизненного пути [5].

Развитие определяется в психологии как процесс постоянных изменений, интерпретируемый как закономерное качественное изменение во времени. В одной из недавних публикаций Е. А. Сергиенко анализирует определения развития, представленные в психологической литературе. Приводимые примеры показывают, что при некоторых различиях в определениях развития их инвариантным элементом является понятие «изменение». На основе проведенного анализа Сергиенко констатирует: «Сравнение более общих и развернутых определений, представленных в философской литературе и в приведенных психологических учебниках и словарях, показывает, что психологическим определениям недостает четкого разграничения между понятиями “развитие” и “изменение”» [6, с. 86–87].

Проблема соотношения понятий «изменение» и «развитие» требует более основательного анализа. Очевидно, однако, что любое развитие непременно предполагает изменения (структурные или функциональные), развитие — особая форма изменений, но эти понятия не тождественны: «изменение», по сравнению с «развитием», имеет более широкий объем, и не всякое изменение означает развитие. Основная сущностная характеристика изменений — это альтернатива стабильности.

Характерно, что как в психологии, так и в гуманитарной науке в целом при описании тенденций развития современной реальности и существования человека в ней используется именно понятие изменения.

Предпочтение в использовании понятия изменений по сравнению с находящимся в том же проблемном поле понятием развития имеет свои основания. З. Бауман, автор популярной метафоры современного общества — «текучей реальности» — пишет о «ненаправленности перемен», что предполагает пребывание индивида в постоянно и непредсказуемо изменяющейся среде. Тем самым существование человека в современном мире превращается в процесс происходящих изменений как жизненного контекста, так и его самого. Можно констатировать, что используемое в современной науке понятие изменений отражает реальную феноменологию и процессы, в которые вовлечен индивид.

В психологической литературе понятие изменения также имеет высокий рейтинг частоты упоминания, однако, несмотря на постоянное обращение к нему, оно не имеет терминологической определенности. Но неопределенность понятия изменения никак не свидетельствует о его незначимом для психологии характере.

Л. Хьелл и Д. Зиглер в своем аналитическом обзоре вводят параметр «изменяемость — неизменность» в систему базовых положений, на которых основывают-

ся теоретические подходы к пониманию личности в психологии. Разные позиции авторов отражают их ответ на вопрос, «до каких пределов индивидуум способен фундаментально меняться на протяжении жизни» [7, с. 45]. Этот вопрос допускает разные акценты — может ли изменяться в течение жизни основной склад личности, являются ли наблюдаемые нами изменения у людей только поверхностными и внешними или за ними непременно стоят глубинные изменения и т. д. Хорошо известно, что, например, Фрейд фактически отрицал возможность существенных изменений личности, Эриксон допускал изменяемость личности, рассматривая жизнь как процесс постоянных изменений, и т. д. В современной психологии, однако, более распространено представление об изменяемости человека. Эти различия в позициях принципиальны: именно сторонники неизменности (или слабой изменяемости) личности защищают представление о чертах или структурах личности, составляющих ее ядро и определяющих поведение человека на протяжении жизни. Сторонники изменяемости личности, в свою очередь, работают над проблемой того, какие факторы (силы) провоцируют изменения в человеке, имеют ли эти изменения стадийный характер, можно ли их прогнозировать и т. д.

В отечественной психологии глубокая постановка вопроса об изменчивости личности принадлежит С. Л. Рубинштейну, который формулирует ее как проблему соотношения изменчивости и тождественности человека.

Рубинштейн писал о жизни как о «пребывании в изменении», при этом пребывание означает «процесс *сохранения тождества внутри изменения*» [8, с. 304]. Об этой же проблеме пишут и современные ученые: «Парадоксально, но факт: сохранение устойчивости, интегративности личности связано с ее *постоянным изменением*, осуществлением *личностного роста*» [9, с. 32].

В 1994 г. Американской психологической ассоциацией была издана коллективная монография под примечательным названием «Может ли личность меняться?» (“Can Personality Change?”). Сам по себе вопрос звучит риторически, поскольку невозможно отрицать то, что человек меняется на протяжении жизни, как и то, что какие-то личностные черты остаются неизменными. Разные позиции в этой области определяются тем, каково соотношение изменяющегося и неизменного в структуре личности и чему отдается приоритет.

В монографии представлены работы (и их большинство), отражающие довольно традиционный подход к проблеме «стабильность — изменчивость» и выполненные в рамках исследовательских схем психологии развития и возрастной психологии, например с помощью лонгитюдных или близнецовых исследований изучается развитие человека на разных возрастных стадиях, прослеживается, происходят ли изменения в интеллектуальных характеристиках или личностных чертах и т. д. [10].

Понятно, что содержание ответа на вопрос об изменениях личности во многом зависит от исходной методологической позиции ученого, например от позиции реформизма или контекстуализма.

Так, Д. Басс с позиций эволюционной психологии предлагает следующую модель объяснения, почему одни аспекты личности остаются неизменными, в то время как другие меняются во времени. Модель основывается на результатах четырехлетнего лонгитюдного исследования и базируется на двух принципиальных положениях: (1) индивиды с течением времени сталкиваются с различными адаптивными проблемами, и (2) индивиды различаются по тем поведенческим стра-

тегиям, которые они используют для разрешения типичных видовых адаптивных проблем. Стабильность личности определяется устойчивостью психологических механизмов, повторяемостью адаптивных проблем, с которыми сталкивается личность, и закреплением успешных стратегий для решения регулярных адаптивных проблем. Личность меняется вследствие того, что с течением времени сталкивается с другими адаптивными проблемами, когда неэффективные стратегии решения проблем замещаются и новые решения дополняют стратегический репертуар [11].

В свою очередь МакАдамс, в соответствии со своей концепцией личности, в которой выделены три уровня — диспозициональные черты, личные цели и стремления и жизненные истории, отмечает, что каждый из этих уровней описывается широким набором личностных конструктов, и ответ на вопрос, может ли личность меняться, зависит от того, какой из трех уровней рассматривается. Жизненные нарративы позволяют фиксировать моменты изменений, поворотных точек в жизненных сценариях [12].

Наиболее объемный эмпирический опыт, связанный с проблемой изменений личности, вероятно, накоплен в области психотерапевтической практики. Трудности в использовании этого опыта для поиска решений теоретической проблемы изменчивости — тождественности человека связаны с его переводом на язык более точных характеристик, а также сильной зависимостью эмпирических данных в области практической работы от исходных установок терапевтов и используемых ими процедур работы.

Помимо эмпирической аргументации, в пользу разных подходов к поиску ответа на вопрос о возможности решения проблемы соотношения изменчивости / неизменности возникает и ряд теоретических проблем.

Что имеется в виду под психологическим изменением? Например, наблюдаемые или фиксируемые изменения в поведении человека — могут ли они быть квалифицированы как изменения личности или за ними остается статус внешних изменений? За этим вопросом, в сущности, стоит еще более фундаментальный вопрос: как понимается личность и какие именно особенности человека рассматриваются как личностные? И наконец, попытка ответа на ряд вопросов, возникающих в связи с темой изменчивости / неизменности, наталкивается на вечную проблему психологии: каким образом эти изменения могут быть измерены и какова может быть исследовательская методология, релевантная поставленной проблеме?

Таким образом, проблема изменчивости и устойчивости личности — это классическая проблема психологии личности, которая обсуждается едва ли не с первых шагов ее возникновения. Однако в условиях современной реальности с ее стремительными и кардинальными изменениями она обретает все большую актуальность.

«Самопроцессы»: от саморегуляции к самоизменениям

В свое время вкладом в развитие тематики изменчивости и устойчивости личности стало развитие представлений о личности как сложной саморегулирующейся системе. На становление этого подхода в психологии оказала влияние разработка тематики самоорганизации сложных динамических систем в других научных обла-

стях. Личность в психологии начинает рассматриваться как сложная динамическая система, способная к сохранению своей структуры в меняющихся условиях, к самоорганизации и самосовершенствованию.

Наиболее разработанными и представленными в отечественной психологии являются понятия саморегуляции и саморазвития. Широкое освещение получило изучение механизмов и особенностей процессов саморегуляции применительно к различным психическим процессам и состояниям, а также видам деятельности и сферам жизнедеятельности. На эмпирическом уровне тема саморегуляции в широком смысле слова представлена исследованиями различных процессов — самоконтроля, самоуправления, самопознания, самоопределения и др.

Постепенно проблематика саморегуляции начинает относиться к личностной феноменологии. Так, в описанной Д. А. Леонтьевым теории Дж. Левинджер развитие личности рассматривается через развитие эго, этот процесс фактически отождествляется с развитием саморегуляции: «Развитие эго — это постепенное обретение большей автономии, большего управления своим поведением, большего контроля над произвольными механизмами». При этом развитие рассматривается как «особая разновидность внутренних изменений, при которой происходит не просто появление новых элементов, но меняется структура, связывающая между собой элементы» [13, с. 60]. В концепции личности самого Д. Леонтьева ее центральное понятие — личностный потенциал — рассматривается автором прежде всего как потенциал саморегуляции [14].

В таком значении рассматриваемое на личностном уровне понятие саморегуляции сближается с другим понятием, обретающим популярность в современной психологии, — «саморазвитие».

Саморазвитие интерпретируется в психологии прежде всего как личностное развитие, движение к большей психологической зрелости, самореализация человека, его самоосуществление. М. А. Щукина, отечественный исследователь психологии саморазвития, определяет его как качественное, необратимое, направленное изменение личности, осуществляемое под управлением самой личности, единицей которого является управляемый акт перевода Я из настоящего в будущее. В зарубежной психологии выделяют несколько подходов к пониманию саморазвития: (1) саморазвитие как потребность и личностный смысл, (2) как форма макросаморегулирования на уровне жизнедеятельности и (3) как процесс развития личности. При некоторых различиях в конкретных описаниях и трактовках саморазвития доминирует его понимание как сознательной формы развития, особой деятельности, осуществляемой личностью [15].

Осознание роли самого человека как источника и фактора собственного развития и собственных изменений приводит к появлению понятия самопроцессов и их активному изучению.

Категория психологических явлений, объединенных понятием «само-», привлекает особенное внимание современных исследователей, что отражает тенденцию все большего признания активной роли субъекта в различных аспектах его жизнедеятельности. В частности, Щукина в результате анализа категории психологических понятий «само-» в качестве их фундаментального признака выделила «внутрисистемную отнесенность причинности и внутрисистемной направленности личности» [15, с. 174].

Одним из наиболее значимых в исследовании самопроцессов является вопрос об их источниках. Так, саморегуляция в исследованиях последних десятилетий в рамках системно-субъектного подхода связывается прежде всего с субъектностью человека: «личность задает направление движения, а субъект — его конкретную реализацию через координацию выбора целей и ресурсов индивидуальности человека», тем самым обеспечивается целостность ценностно-мировоззренческой и поведенческой составляющих человека [6, с.106]. Однако имеющиеся в литературе эмпирические данные, в частности касающиеся связи процессов саморегуляции с «жизненными единицами» (например, жизненными стратегиями и жизненными целями), противоречивы: взаимосвязи имеют парциальное значение, а их возможное взаимовлияние может иметь сложный, циклический характер.

Высказываются различные точки зрения и на источники «самопроцессов» (саморазвития, самосовершенствования и т. д.), стимулов к развитию активности в определенном направлении. В исследованиях отечественных авторов предметом изучения являются различные особенности личности, выступающие в качестве потенциальных источников изменений, в частности ценностно-смысловая система, жизненное самоопределение, стремление к самоактуализации и др. Для большинства исследований, в центре внимания которых оказываются источники изменений человека, характерна локализация последних в личностных особенностях человека, их «вписывание» во внутренние структуры личности.

Вместе с тем в современной психологии общепризнано представление о вызовах изменяющегося контекста, которые становятся источником изменений, требуя новых способов и стратегий взаимодействия с окружающим миром.

В свое время В. А. Петровский на основе исследований надситуативной активности ввел различие между требованиями ситуации, что означает выполнение определенных действий, которые могут описываться схемой «стимул — реакция», и вызовами ситуации, предполагающими выбор: возможность действовать в рамках требований ситуации или выходить за их пределы, «поднимаясь над ситуацией» [16, с. 78].

Такого выбора фактически лишен человек, существующий в современной реальности с ее сложностью и неопределенностью, вынуждающей его к самостоятельному определению «требований ситуации», ставящей его в условия необходимого самоопределения в пространстве возможностей, фактического конструирования собственного жизненного пространства и самоконструирования.

Именно вызовы современной реальности — главные источники изменений жизненной ситуации человека и сопутствующих им изменений личности. Это никак не отменяет сформулированного еще С. Л. Рубинштейном методологического принципа «внешнее действует через внутреннее», но делает необходимым дополнение традиционного фокуса исследовательского внимания к личностным переменным анализом «внешних вызовов» к изменениям.

В рамках экзистенциального подхода нами предложена экзистенциальная модель взаимодействия человека с окружающим миром, описывающая это взаимодействие через «ответы» человека на вызовы неопределенности, необходимости выбора, ответственности и др. [17]. «Внешние вызовы» ставят человека перед необходимостью реагирования, но оставляют ему свободу выбора конкретного способа этого реагирования, как и отношения к этим «вызовам». Тем самым человек

выступает в качестве активного субъекта изменений своей жизненной ситуации и фактического самоизменения.

Самоизменение является вариацией изменений и так же соотносится с понятием изменения, как понятие саморазвития — с понятием развития. Понятие самоизменения означает активную роль самого человека в изменении своей жизненной ситуации, сознательное принятие решений об этих изменениях.

В проведенных нами исследованиях, посвященных изменяющейся жизненной ситуации, были получены эмпирические данные, демонстрирующие влияние различных и разнообразных по своей природе факторов на способность и готовность человека к изменениям своей жизненной ситуации, принятие жизненно значимых решений и осуществление жизненных выборов (см.: [18] и др.).

Готовность к изменению жизненной ситуации фактически означает и готовность человека к самоизменениям. Соответственно, готовность человека к самоизменениям может быть описана, в частности, через его готовность к изменениям своей жизненной ситуации.

Для описания совокупности факторов, определяющих готовность человека к изменениям, нами предлагается понятие потенциала самоизменений.

Понятие *потенциала* получает все большее распространение в гуманитарных науках благодаря их растущему вниманию к сфере возможного.

Понятие потенциала и потенциальных возможностей человека начинает активно развиваться представителями гуманистического направления в психологии в рамках идеи самоактуализации, реализации заложенных в человеке возможностей. В современной психологии понятие потенциала конкретизируется в понятиях человеческого, профессионального, психологического потенциала. Наиболее обоснованную разработку понятие личностного потенциала получило в работах Д. А. Леонтьева и его учеников, в которых описаны различные подсистемы личностного потенциала и его составляющие [14]. Однако нельзя не согласиться с тем, что объяснительные возможности понятия потенциала остаются нереализованными.

Предлагаемое нами понятие *потенциала самоизменений личности* включает (1) способность и готовность человека к осознанию «вызовов» ситуации и необходимости изменений, (2) готовность к принятию этой необходимости и (3) готовность действовать в соответствии с осознаваемыми вызовами. В совокупности они составляют потенциал, отражающий возможности изменчивости человека.

«Самоизменения» и «жизнетворчество»: возможное или необходимое

Выше приводилось высказывание, отражающее парадоксальность современной ситуации: сохранение устойчивости, «тождественности» личности требует ее постоянных изменений и развития.

Любой человек потенциально обладает достаточно широким диапазоном возможных стратегий поведения, которые он, осознанно или неосознанно, выбирает в зависимости от ситуации и своих индивидуальных особенностей. Адекватность поведения и его эффективность во многом определяются соответствием или несоответствием используемых жизненных стратегий и моделей поведения вызовам реальности.

Соотношение различных стратегий поведения в индивидуальном репертуаре человека определяет его индивидуальную формулу жизненного стиля. Однако помимо индивидуальной склонности к выбору тех или иных стратегий, он определяется и особенностями контекста.

Проследить тенденции в изменении «востребованности» различных жизненных стратегий можно через смещение исследовательских и практических интересов психологической науки. Объектом преимущественного внимания психологов прошлых поколений было адаптивное поведение, однако меняющаяся реальность и ее «вызовы» смещают интересы психологов к способности человека противостоять трудностям окружающего мира. «Ускорение темпов социального развития, определяющее влияние на него новых технологических достижений, принципиальная изменчивость всего социального поля вынуждают человека постоянно менять представления об окружающей действительности, бросая вызов его адапционным возможностям» [19, с. 6]. Усиливается внимание к описанию стрессоров окружающей среды и способности человека справляться с ними. По мере усиления неопределенности контекста стратегии совладания (копинг-стратегии) начинают дополняться стратегиями конструирования (преобразования, «жизнетворчества»), «авторского» преобразования структуры бытия в мир конкретного субъекта. Стабильная среда и привычные ситуации требуют адаптивных стратегий, изменяющийся контекст — умения справляться с новыми вызовами. Неопределенность окружающего мира бросает вызов способности человека выстраивать свой путь и создавать свой жизненный мир в «текучей реальности».

Содержание адаптивной активности более типично и однородно, копинговой — более вариативно, но поддается типологизации. Стратегии преобразования, конструирования, «жизнетворчества» индивидуальны и уникальны.

«Вызовы» окружающей реальности становятся все более многообразными и все более настойчивыми, и сегодня человек, как никогда, все более «обречен» на авторство собственного бытия, на превращение всеобщего Бытия в индивидуальный жизненный мир. Соответственно, развитие жизненных стратегий человека идет по пути уменьшения типичных компонентов и усиления их уникальности.

До недавнего времени можно было говорить о явном или неявном противопоставлении адаптивных и преобразующих стратегий поведения человека, «выживания» и «жизнетворчества», которые, не без упрощения, могли быть сведены к «необходимому» и «возможному»: «выживание» рассматривается как необходимость нормальной жизнедеятельности, а «жизнетворчество» — как ее возможный компонент.

В свое время С. Мадди, сравнивая разные модели, на которых основываются теории личности, сформулировал вопрос: «Высшая форма жизни — это трансцендентность или адаптация?» [20, с. 196]. Модель конфликта связывает благополучие человека с приспособительными формами поведения, соответственно зрелость предполагает надежность, уравновешенность, адаптацию к обществу. Напротив, модель самореализации считает повторяющееся и конформистское поведение защитным и незрелым, а способность противостоять условностям общества — необходимым условием зрелого существования. Поведение человека неизбежно включает и приспособительные, и трансцендентные компоненты, но, как отмечает Мадди, «какое из них лучше — это неизбежно вопрос личного мнения».

На основе эмпирического исследования, основанного на сравнении людей одной профессии с разными творческими достижениями, Мадди утверждает, что людям с большим творческим потенциалом был свойственен трансцендентный характер поведения. Тем самым, по его мнению, можно утверждать, что «высшей формой существования является трансцендентность, а не приспособление» [20, с.198].

К обсуждению темы влияния креативных форм поведения и жизнедеятельности на психологическое благополучие и развитие человека обращаются и современные авторы. Так, составитель фундаментального издания по повседневной креативности Р.Ричардс приводит разнообразные данные, касающиеся влияния креативности на особенности личности. Среди них — спонтанность и свобода от стереотипов и штампов, креативность как фактор развития, усиление осознанности, открытость опыту, высокая толерантность к неопределенности и предпочтению сложности, «эластичность» при столкновении с изменениями и дестабилизацией, оригинальность, приобретающая привычный характер, способность к полному и живому проживанию каждого момента, большая вовлеченность в процесс жизни, обращенность к универсальным темам жизни и др. [21, с.41–42]. Нетрудно заметить в рамках обсуждаемой нами темы связь перечисляемых характеристик со способностью человека к гибкости и изменениям.

Опубликованные работы по анализу феномена креативности, ее проявлений в повседневной жизни и влияния на разнообразные психологические характеристики личности позволили сделать вывод о повседневной креативности как способности выживания [22].

Внешний мир содержит все меньше опор для принятия решений и выбора форм поведения, а жизнь человека все больше становится результатом его собственного выбора. Таким образом, условия современной реальности с ее растущими вызовами к способности личности справляться с неопределенностью, с задачами собственного выбора и самоопределения превращают жизнь человека в «жизнетворчество», которое становится необходимостью и условием выживания в современных условиях, а такие характеристики индивида, как способность и готовность к изменениям, начинают играть все более важную роль в жизни людей.

Литература

1. Гришина Н.В., Костромина С.Н. Психология личности: переосмысление традиционных подходов в контексте вызовов современности // Психологические исследования. 2017. Т. 10, № 52. С. 1. URL: <http://psystudy.ru> (дата обращения: 10.02.2018).
2. Марцинковская Т.Д. Проблема социализации в историко-генетической парадигме. М.: Смысл, 2015. 248 с.
3. Journal of Personality. Special Issue: Status of the Trait Concept in Contemporary Personality Psychology. February, 2018. Vol. 86, issue 1.
4. Giordano P. Individual personality is best understood as process, not structure: A Confucian-inspired perspective // Culture and Psychology. 2017. Vol. 23, issue 4. P. 502–518.
5. Анцыферова Л.И. К психологии личности как развивающейся системы // Психология формирования и развития личности / под ред. Л.И. Анцыферовой. М.: Наука, 1981. С. 3–19.
6. Сергиенко Е.А. Современные идеи развития в психологии // Принцип развития в современной психологии / отв. ред. А.Л. Журавлев, Е.А. Сергиенко. М.: ИП РАН, 2016. С. 84–115.
7. Хьелл Л., Зиглер Д. Теории личности. СПб.: Питер, 1997. 608 с.
8. Рубинштейн С. Бытие и сознание. Человек и мир. СПб.: Питер, 2003. 512 с.

9. Can Personality Change? / eds. T. Heatherton, J. Weinberger. Washington: APA, 1994. 386 p.
10. Журавлев А. Л., Харламенкова Н. Е. Психология личности как открытой и развивающейся системы. (К юбилею Л. И. Анцыферовой) // Психологический журнал. 2009. Т. 30, № 6. С. 30–39.
11. Buss D. Personality evoked: The evolutionary psychology of stability and change // Can Personality Change? / eds. T. Heatherton, J. Weinberger. Washington: APA, 1994. P. 41–57.
12. McAdams D. Can personality change? Levels of stability and growth in personality across the life span // Can Personality Change? / eds. T. Heatherton, J. Weinberger. Washington: APA, 1994. P. 299–313.
13. Леонтьев Д. А. Подход через развитие эго: уровневая теория Дж. Лёвинджер // Личностный потенциал: структура и диагностика / под ред. Д. А. Леонтьева. М.: Смысл, 2011. С. 59–75.
14. Личностный потенциал: структура и диагностика / под ред. Д. А. Леонтьева. М.: Смысл, 2011. 680 с.
15. Щукина М. А. Психология саморазвития личности. СПб.: Изд-во СПбГУ, 2015. 348 с.
16. Петровский В. А. Человек над ситуацией. М.: Смысл, 2010. 559 с.
17. Гришина Н. В. Экзистенциальная психология. СПб.: Изд-во СПбГУ, 2018. 494 с.
18. Гришина Н. В. Изменения жизненной ситуации: ситуационный подход // Психологические исследования. 2013. Т. 6, № 30. URL: <http://psystudy.ru> (дата обращения: 10.02.2018).
19. Белинская Е. П., Тихомандрицкая О. А. Социальная психология личности. М.: Академия, 2009. 304 с.
20. Мадди С. Теории личности: сравнительный анализ. СПб.: Речь, 2002. 539 с.
21. Richards R. Everyday Creativity: Our Hidden Potential // Everyday Creativity and New Views of Human Nature. Psychological, Social and Spiritual Perspectives / ed. by R. Richards. Washington: APA, 2009. P. 25–54.
22. Гришина Н. В. Поведение в повседневности: жизненный стиль, повседневная креативность и «жизнетворчество» // Психологические исследования. 2017. Т. 10, № 56. С. 2. URL: <http://psystudy.ru> (дата обращения: 10.02.2018).

Статья поступила в редакцию 13 февраля 2018 г.,
принята к публикации 5 марта 2018 г.

Контактная информация:

Гришина Наталья Владимировна — д-р психол. наук; n.grishina@spbu.ru

'Self-changes' of person: Possible and necessary

Grishina N. V.

St. Petersburg State University, 7–9, Universitetskaya nab., St. Petersburg, 199034, Russian Federation

For citation: Grishina N. V. 'Self-changes' of person: Possible and necessary. *Vestnik of Saint Petersburg University. Psychology and Education*, 2018, vol. 8, issue 2, pp. 126–138. <https://doi.org/10.21638/11701/spbu16.2018.202>

One of the most important topics of modern personality psychology is studying of how modern reality changes' influence on personality. A problem of human variability refers to fundamental themes of psychology: parameter 'variability — immutability' is included in a system of basic characteristics of personality's description. Rubinstein formulated it as a problem of correlation of variability and identity of a person. Traditionally, the problem of changes in psychology is examined through the theme of human development. Awareness of who/man's role him/herself as a source and factor of his/her own development and his/her own changes leads to the emergence of the concept of self-processes and active study of them. In domestic psychology, the most developed and represented are the concepts of self-regulation and self-development. Typical for most studies focused on sources of human changes is the localisation of changes in personality traits of a person, their 'inscription' in an internal structure of an individual. At the same time, a notion of challenges of changing context is widely recognised in

modern psychology. They are becoming a source of changes, requiring new ways and strategies for interaction with the surrounding world. We propose a notion of a self-change potential of personality which includes (1) ability and readiness of a person to understand 'challenges' of the situation and need for changes, (2) readiness to accept this need, and (3) willingness to act in accordance with perceived challenges. All together they constitute a potential that reflects a possibility of human variability. In modern conditions, preservation of stability, 'an identity' of individual requires his/her constant changes and development. Counterposing of adaptive and transformative strategies of human behaviour, of 'survival' and 'life creation' ones (in which a 'survival' is considered as necessary for normal life activity, and a 'life creation' — as its possible component) is irrelevant in modern conditions. 'Life-making' becomes a necessity and a condition for human survival in modern conditions, and such characteristics of an individual as ability and readiness for changes start to play an increasingly important role in people's lives.

Keywords: development, change, self-processes, self-regulation, self-development, self-changes, self-change potential of personality.

References

1. Grishina N. V., Kostromina S. N. Psikhologiya lichnosti: pereosmyslenie traditsionnykh podkhodov v kontekste vyzovov sovremennosti [Psychology of personality: a rethinking of traditional approaches in the context of modern challenges]. *Psikhologicheskie issledovaniia*, 2017, vol. 10, no. 52. P. 1. URL: <http://psystudy.ru> (accessed: 10.02.2018). (In Russian)
2. Marcinkovskaya T. D. *Problema sotsializatsii v istoriko-geneticheskoi paradigme [The problem of socialization in the historical-genetic paradigm]*. Moscow, Smysl Publ., 2015. 248 p. (In Russian)
3. *Journal of Personality*. Special Issue: Status of the Trait Concept in Contemporary Personality Psychology. February, 2018, vol. 86, issue 1.
4. Giordano P. Individual personality is best understood as process, not structure: A Confucian-inspired perspective. *Culture and Psychology*, 2017, vol. 23, issue 4, pp. 502–518.
5. Ancyferova L. I. K psikhologii lichnosti kak razvivaiushcheisia sistemy [On the Psychology of Personality as a Developing System]. *Psikhologiya formirovaniia i razvitiia lichnosti [Psychology of Formation and Development of Personality]*. Ed. by L. I. Ancyferova. Moscow, Nauka Publ., 1981, pp. 3–19. (In Russian)
6. Sergienko E. A. Sovremennye idei razvitiia v psikhologii [Modern ideas of development in psychology]. *Printsip razvitiia v sovremennoi psikhologii [Principle of development in modern psychology]*. Eds A. L. Zhuravlev, E. A. Sergienko. Moscow, IP RAN Publ., 2016, pp. 84–115. (In Russian)
7. Hell L., Zigler D. *Teorii lichnosti [Theories of personality]*. St. Petersburg, Piter Publ., 1997. 608 p. (In Russian)
8. Rubinshtein S. L. *Bytie i soznanie. Chelovek i mir [Being and Consciousness. Man and the world]*. St. Petersburg, Piter Publ., 2003. 512 p. (In Russian)
9. *Can Personality Change?* Eds T. Healtherton, J. Weinberger. Washington, APA, 1994. 386 p.
10. Zhuravlev A. L., Harlamenkova N. E. Psikhologiya lichnosti kak otkrytoi i razvivaiushcheisia sistemy. (K iubileiu L. I. Antsyferovoi) [Psychology of personality as an open and developing system (To the anniversary of L. I. Antsyferova)]. *Psikhologicheskii zhurnal*, 2009, vol. 30, no. 6, pp. 30–39. (In Russian)
11. Buss D. Personality evoked: The evolutionary psychology of stability and change. *Can Personality Change?* Eds T. Healtherton, J. Weinberger. Washington, APA, 1994, pp. 41–57.
12. McAdams D. Can personality change? Levels of stability and growth in personality across the life span. *Can Personality Change?* Eds T. Healtherton, J. Weinberger. Washington, APA, 1994, pp. 299–313.
13. Leont'ev D. A. Podkhod cherez razvitie ego: urovnevaia teoriia Dzh. Levindzher [Approach through the development of the ego: the level theory J. Lowinger]. *Lichnostnyi potentsial: struktura i diagnostika [Personal potential: structure and diagnostics]*. Ed. by D. A. Leont'ev. Moscow, Smysl Publ., 2011, pp. 59–75. (In Russian)
14. *Lichnostnyi potentsial: struktura i diagnostika [Personality potential: structure and diagnostics]*. Ed. by D. A. Leont'ev. Moscow, Smysl, 2011. 680 p. (In Russian)
15. Shchukina M. A. *Psikhologiya samorazvitiia lichnosti [Psychology of self-development of personality]*. St. Petersburg, St. Petersburg University Press, 2015. 348 p. (In Russian)
16. Petrovskii V. A. *Chelovek nad situatsiei [Man over the situation]*. Moscow, Smysl Publ., 2010. 559 p. (In Russian)

17. Grishina N. V. *Ekzistentsial'naia psikhologiya* [Existential psychology]. St. Petersburg, St. Petersburg University Press, 2018. 494 p. (In Russian)
18. Grishina N. V. Izmeneniia zhiznennoi situatsii: situatsionnyi podkhod [Changes in the life situation: situational approach]. *Psikhologicheskie issledovaniia*, 2013, vol. 6, no. 30. Available at: <http://psystudy.ru> (accessed: 10.02.2018). (In Russian)
19. Belinskaya E. P., Tihomandrickaya O. A. *Sotsial'naia psikhologiya lichnosti* [Social psychology of personality]. Moscow, Academia Publ., 2009. 304 p. (In Russian)
20. Maddi S. *Teorii lichnosti: sravnitel'nyi analiz* [Theories of personality: a comparative analysis]. St. Petersburg, Rech' Publ., 2002. 539 p. (In Russian)
21. Richards R. Everyday Creativity: Our Hidden Potential. *Everyday Creativity and New Views of Human Nature. Psychological, Social and Spiritual Perspectives*. Ed. by R. Richards. Washington, APA, 2009, pp. 25–54.
22. Grishina N. V. Povedenie v povsednevnosti: zhiznennyi stil', povsednevnaia kreativnost' i «zhiznetvorchestvo» [Behavior in everyday life: life style, everyday creativity and “creative life” (zhiznetvorchestvo)]. *Psikhologicheskie issledovaniia*, 2017, vol. 10, no. 56. P. 2. Available at: <http://psystudy.ru> (accessed: 10.02.2018). (In Russian)

Author's information:

Natalia V. Grishina — Dr. Sci. in Psychology; n.grishina@spbu.ru