



ВЫСШАЯ ШКОЛА ЭКОНОМИКИ  
НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ

С.К. Нартова-Бочавер

# ПСИХОЛОГИЯ СУВЕРЕННОСТИ ДЕСЯТЬ ЛЕТ СПУСТЯ

МОСКВА



**СМЫСЛ**

2017

Рецензенты:

доктор психологических наук, профессор *И.В. Вачков*  
доктор психологических наук, профессор *Д.А. Леонтьев*



*Книга издана при финансовой поддержке  
Российского фонда фундаментальных  
исследований, проект № 17-06-16009,  
не подлежит продаже.*

**Нартова-Бочавер С.К.**

Н 305 Психология суверенности: десять лет спустя. — М.: Смысл, 2017. — 200 с.

ISBN 978-5-89357-368-8

Монография посвящена исследованию высокозначимого для адаптации, развития и коммуникации человека феномена — психологической суверенности. В книге раскрывается эволюционный и социальный смысл суверенности, обосновывается вывод о том, что суверенность представляет собой черту личности второго порядка. Эмпирические данные свидетельствуют, что суверенные личности реже переживают негативные эмоции и сильнее ощущают подлинность собственной жизни, что они более успешно общаются, однако при этом не отличаются более высоким нравственным отношением к миру. Описаны модераторы эффектов суверенности: показано, что наиболее ресурсной эта черта оказывается в подростково-юношеском возрасте, у представительниц женского пола и в диапазоне средних значений. Результаты исследования могут быть использованы в психоразвивающих программах и приемах стихийной повседневной психотерапии. Книга адресована исследователям психологии личности и социальной психологии, практикам, работающим с разными группами населения, студентам, изучающим гуманитарные предметы, и широкому кругу интересующихся психологией читателей.

УДК 159.922  
ББК 88.3-70я73

ISBN 978-5-89357-368-8

© Нартова-Бочавер С.К., 2017  
© Издательство «Смысл», 2017

Введение .....	5
<b>Часть I. Как и зачем изучать психологическую суверенность: теория и методология .....</b>	<b>10</b>
Глава 1. Истоки и контекст: психология суверенности среди других сфер психологии .....	10
1.1. Классические теории личности как источник теории психологической суверенности .....	11
1.2. Науки о жизненных средах человека как предпосылка психологии суверенности .....	18
1.3. Исследования психологических границ и суверенность .....	24
1.4. Психология повседневности и ее вклад в исследования суверенности .....	34
1.5. Гуманистически-позитивная традиция изучения личности и психология суверенности .....	37
Глава 2. Краткое методологическое введение: что такое психологическая суверенность и как ее изучать .....	42
2.1. Психологическая суверенность как конструкт психологии личности .....	42
2.2. Психологическая суверенность: дефиниции и свойства .....	47
2.3. Принципы исследования и теория психологической суверенности .....	54
2.4. Методы и приемы изучения суверенности .....	59
Глава 3. Что нам уже известно: современные российские исследования психологической суверенности .....	81
3.1. Исследования онтогенеза психологической суверенности .....	81
3.2. Психологическая суверенность и благополучие человека .....	86
3.3. Психологическая суверенность как регулятор личного и социального поведения .....	94
3.4. Психологическая суверенность в семейном и социальном пространстве .....	98

<b>Часть II. Роль психологической суверенности в развитии личности: новые эмпирические данные</b> . . . . .	105
Глава 4. Суверенность, устойчивость и позитивное функционирование личности . . . . .	105
4.1. Психологическая суверенность и эмоциональная устойчивость личности . . . . .	106
4.2. Психологическая суверенность и позитивное функционирование личности . . . . .	116
4.3. Обсуждение результатов . . . . .	129
Глава 5. Психологическая суверенность и духовно-мировоззренческие особенности личности . . . . .	134
5.1. Суверенность и справедливость: разные аспекты социальной регуляции . . . . .	135
5.2. Суверенность и моральные мотивы . . . . .	147
5.3. Обсуждение результатов . . . . .	153
Глава 6. Суверенность и особенности межличностного взаимодействия . . . . .	155
6.1. Суверенность в контексте других социально значимых диспозиций . . . . .	158
6.2. Суверенность и качество близких отношений . . . . .	161
6.3. Обсуждение результатов . . . . .	171
Заключение: вопросы, ждущие ответа . . . . .	173
Литература . . . . .	176
Приложения . . . . .	191
Приложение 1. Текст опросника СПП-2010 . . . . .	191
Приложение 2. Ключи к опроснику . . . . .	196
Приложение 3. Описательная статистика . . . . .	197
Приложение 4. Профильные бланки опросника . . . . .	198
Об авторе . . . . .	200

## Введение

В перестроечный постсоветский период, когда бытие потеряло свою привычную устойчивость, психологи стали активно искать возможные ресурсы — как жизненные, так и научные — помогающие людям обрести ясные перспективы и новые жизненные навыки. На волне высокого интереса ко всему новому — социальным и научным экспериментам, автор имел смелость предложить новое понятие психологии личности — психологическую суверенность. Суверенность появилась в научном обиходе психологии как типично перестроечное понятие: ведь в закрытом обществе границы семьи и личности проницаемы, а ценность приватности появляется лишь в условиях возрождения внешних социальных свобод.

В то время суверенность была неясным с точки зрения ее места во внутри- и межличностном пространстве феноменом; тем не менее складывалось впечатление, что участие этого феномена в жизнотворчестве человека, его адаптации было благотворным, возможно, влияющим на успешность в разных сферах жизни.

Удивительным образом и неожиданно для автора, благодаря поддержке авторитетных представителей научного сообщества и практикующих психологов, это понятие прижилось. Идея разрешить себе частную жизнь, личную собственность, приватную территорию, секретную информацию, тайных друзей и вообще позволить нечто, не разделенное с обществом и даже самыми близкими людьми, воспринималась с энтузиазмом, что не удивительно — ведь очень долго советские люди жили в

условиях декларируемого примата общественного над личным. Странно и необычно было признавать право человека возвращать и оберегать свою эмпирическую личность.

Элементы теории суверенности оказались прагматичными и нашли применение в педагогической и психоразвивающей практике. Появлялось все больше доказательств того, что потребность в психологической суверенности представляет собой одну из наиболее существенных для человека, без удовлетворения которой он может потерять душевное равновесие и разрушить связи с другими людьми. И напротив, использование повседневных практик, направленных на поддержание суверенности, помогало наладить служебное или семейное взаимодействие.

Оказалось, что понятие «суверенность» хорошо сочетается с другими терминами, описывающими личность как целостную систему: «субъект», «идентичность», «аутентичность». Наличие стандартизированного опросника сделало возможным осуществление простых в реализации научных проектов. Благодаря интересу к предмету в разных университетах России было получено много данных, которые, с одной стороны, подтверждали ресурсные и адаптивные функции суверенности, с другой же — ставили новые вопросы. Например, какова ее природа — это ситуативное действие, привычка или черта? С чем она больше связана — с темпераментом и полом или прижизненно развивающимися содержательными особенностями индивидуальности? Можно ли сказать, что суверенность — это не просто ценность, но также добродетель, и, чем выше ее уровень, тем более нравственным будет ее обладатель? Поддается ли она упражнению?

Стало ясно, что изучать суверенность все еще актуально и интересно. Был начат новый проект (РГНФ, 13-06-00031), результаты реализации которого и собраны в этой книге.

Проект имел теоретико-эмпирический характер, и книга построена в его логике. **Теоретическая часть** (часть I) включает три главы. В *главе 1* разбирается взаимодействие психологии суверенности с другими предметными областями — теорией

эмпирической личности, исследованиями границ, социозтологией, психологией повседневности, позитивной психологией, субъектно-средовым подходом. Выделяется главная идея, объединяющая эти исследования, — существующая в любом сообществе необходимость распределения ресурсов.

*Глава 2* посвящена вопросам методологии исследования психологической суверенности. Очерчиваются научные принципы, без которых невозможна его реализация: системность, развитие, детерминизм, эквивинальность, дополнительность. Анализируется тезаурус близких понятий и дается тройное определение суверенности как а) черты личности, ответственной за сохранение границ психологического пространства, б) актуального состояния личностных границ, в) баланса потребностей субъекта и окружающих его людей. Приводятся пять положений обновленной в соответствии с новым определением теории психологической суверенности (о предназначении, структуре, динамике, детерминации, феноменологии). Анализируются и сопоставляются возможности разных методов в изучении суверенности, после чего приводятся результаты ревалидации опросника «Суверенность психологического пространства—2010».

В *главе 3* систематизируются эмпирические исследования, которые сгруппированы в три направления: изучение онтогенеза суверенности, ее роли в поддержании психологического благополучия и регулировании межличностных, в том числе и семейных, взаимоотношений.

**Эмпирическая часть** (часть II) посвящена новым данным, собранным автором в ходе реализации проекта, и также включает три главы. Исследования проводились по модульному плану, поэтому выборки имеют разный объем, и наиболее адекватными методами обработки данных были приемы непараметрической статистики, а также корреляционный и регрессионный анализ.

*Глава 4* эмпирической части посвящена изучению вклада суверенности в поддержание психологического благополучия и позитивного функционирования личности. Обнаружено, что

предположение о благотворной роли суверенности в целом верно, что суверенность связана и определяет эмоциональную устойчивость, предохраняя от депрессивных состояний, способствует переживанию аутентичности жизни и сохранению высокой самооценки. Однако эти связи модерированы полом и возрастом: протективная роль суверенности выше в женской группе и юношеском возрасте, ослабевая в зрелости.

*Глава 5* посвящена изучению связи суверенности с духовно-мировоззренческими особенностями — представлением о справедливости и моральной мотивацией. Обнаружено, что суверенные индивидуумы склонны видеть мир справедливым, однако в то же время не обладают высокой чувствительностью к справедливости в повседневной жизни. Было также показано, что суверенность имеет очень мало связей с моральной мотивацией, причем некоторые из имеющихся связей отрицательны.

Наконец, *глава 6* посвящена изучению суверенности и коммуникативных особенностей человека. Прежде всего было обнаружено, что диспозициональная суверенность сопряжена с теми чертами личности, которые регламентируют общение: с экстраверсией, привязанностью, эмоциональной устойчивостью. Далее было показано, что суверенные индивидуумы значительно реже бывают в своем общении тревожными, реже избегают близких отношений; эти факты обнаружены в группе умеренно суверенных. Депривированные не используют ресурс своей не сформированной еще суверенности для налаживания близкого общения, а сверхсуверенные склонны избегать сближения, опасаясь утраты личной автономии.

Итак, в результате реализации проекта было получено много совершенно новых данных, которые будут осмысливаться и дальше. Было показано, что для всех зависимых переменных оптимальным является средний коридор значений суверенности, а понижение или повышение ее уровня приводит к разного рода дисгармониям личности и общения. Но главное обобщение состоит в том, что, хотя суверенные люди более успешны и, вероятно, счастливы, мы не можем считать их более нравственными

и человеколюбивыми людьми. Иначе говоря, как только человек выходит из подростково-юношеского возраста, суверенность становится важным психологическим инструментом жизнестворчества (skill), но никак не самоценностью и тем более — не добродетелью. Таким образом, суверенность представляет собой знак личностной зрелости на очень ограниченном участке жизненного пути.

Исследование проводилось в течение многих лет, и основные данные были собраны в рамках ранее реализованных проектов. Автор очень благодарен учителям, коллегам и друзьям, которые поддержали новые и достаточно рискованные идеи психологии суверенности на ранних этапах ее изучения — Л.И. Анцыферовой, В.В. Знакову, Е.А. Сергиенко, В.А. Петровскому, Н.Е. Харламенковой. Мы очень признательны всем экспертам и участникам исследования, в первую очередь — студентам и другим добровольцам, без которых гипотезы о сущности суверенности не могли бы быть подтверждены. И, конечно, особую благодарность автор выражает членам своей семьи за их многолетнее терпение, дающее автору защищенность и вдохновение.

## ЧАСТЬ I

# Как и зачем изучать психологическую суверенность: теория и методология

### Глава 1. Истоки и контекст: психология суверенности среди других сфер психологии

Понятие психологической суверенности родилось из консультативной практики и повседневных наблюдений, и к настоящему моменту это понятие можно считать достаточно разработанным, обоснованным и обобщенным в теории психологической суверенности. Однако в силу того что в психологической науке по-настоящему новых открытий или теорий не очень много и трудно быть первопроходцем, идеи суверенности можно проследить в различных философских и психологических школах, возникших ранее. Примечательно, что, чем больше времени проходит с момента создания нашей частной теории, тем больше содержательных связей с другими областями психологии обнаруживается или возникает. Таким образом, теория психологической суверенности все теснее вращается в корпус современных теоретических исследований и прикладных работ, во многом согласуясь с их результатами и демонстрируя свою пригодность в решении практических задач.

Остановимся на тех течениях психологической мысли, которые способствовали первоначальной разработке конструкта психологической суверенности и открыли новые стороны его применения.

#### 1.1. Классические теории личности как источник теории психологической суверенности

Поскольку автор считает себя в первую очередь исследователем личности, неудивительно, что источником понятия суверенности явились именно персонологические теории. Изучение суверенности началось с попыток осознать сам ее предмет, то есть ответить на вопрос: что же именно защищает, охраняет в себе человек, чем он в наибольшей степени дорожит, как маркирует свою индивидуальность поведенческими посланиями другим людям. Обнаружилось, что на вечный вопрос: «Кто я?» психологи давали разные ответы. Наиболее сильным импульсом для появления конструкта психологической суверенности была, безусловно, прагматическая теория эмпирической личности, развиваемая Уильямом Джемсом (*Джемс, 1922*). Именно Джемс дал персонологам «разрешение» думать о личности не только как о ментальном феномене, но также как о верифицируемой, представленной в практиках реальности. Акцентируя важность внешних проявлений человеческой личности, Джемс обращал внимание на те объекты, которые мотивируют активность, притягивают или отвращают человека (имение, дом, лошади, одежда, но также — идеи и репутация). Структура личности стала представлять как незримый контур того привлекательного во внешнем и внутреннем мире, что человек делает своим и с чем себя отождествляет. Развитие личности, согласно Джемсу, представляет собой череду добровольных идентификаций-разотождествлений с разного рода сущностями; эта динамика способствует самоуважению человека и поддержанию его высокой самооценки. Развивая эту мысль, современный исследователь взаимодействия человека и среды Харри Хефт подчеркивал, что сам факт нахождения в той или иной среде способствует самоутверждению человека, и некомфортная обстановка может унижать, а «дом с чувством собственного достоинства» — возвышать своих обитателей (*Heft, 2001*). Это влияние имеет не-

прямой характер, однако опосредствованная связь с условиями жизни, физической средой все же существует.

О развитии личности посредством выстраивания мотиваций деятельности, направленной на приближение или удаление от значимых объектов различной онтологической природы, писал и Курт Левин (*Левин, 2000*). Используя в качестве наиболее крупной единицы описания психики понятие жизненного пространства, он также подчеркивал, что это пространство формируется за счет мотивационных векторов, что все мотивации взаимодействуют друг с другом и невозможно выделить внутри жизненного пространства объект, совершенно не зависимый от других. Эти идеи холистичности, холистичности развития личности имеют исключительную важность для понимания процессов компенсации и замещения одних значимых объектов другими, изменения бытийных языков взаимодействия человека с миром. Левин также обращал внимание на динамичность жизненного пространства, в силу чего основные личностные процессы осуществляются на его границах: одни объекты уходят из него, изживая свою значимость и притягательность, другие входят в процессе прохождения человеком через кванты жизненного пространства — отдельные ситуации.

Традиция описания личности через систему значимых ценностей в современной прикладной психологии получила свое дальнейшее развитие. После того как в вариациях психоаналитических течений появилось понятие привязанности к матери (*attachment, bonding*), термин привязанности стал использоваться более широко. Например, говорят о привязанности к личным вещам; признаком установления отношений привязанности оказывается в основном эмоциональное отношение к вещи, связанное с ее включенностью в личную биографию (*Лунт, 1997; Kleine, Baker, 2001*). В формировании привязанности важно личное отношение, а не бренд или стоимость вещи, так как она представляет ценность зачастую только для обладателя. Для него она сопряжена с опытами, переживаниями, ресурсными воспоминаниями; вещь связывает между собой эпизоды

жизненного пути, переходя из прошлого в настоящее и будущее. Если провести параллели с приписываемым Л. Фейербаху вульгарно материалистическим изречением о том, что человек есть то, что он ест, вещи и равно аскетическое пренебрежение собственностью, конечно же, характеризуют своего владельца, демонстрируя его привычки, способ времяпрепровождения, достаток и социальное положение.

Понятие привязанности стало использоваться и при описании территориального поведения и привычек человека, закрепившись в терминах «привязанность к месту» (*place attachment*) (*Williams, Vaske, 2003*), «привязанность к дому» (*home attachment*) (*Резниченко, 2014; Резниченко, Нартова-Бочавер, Кузнецова, 2016*). Эти термины возникли на стыке персонологии, гуманитарной географии и экологической психологии и включают в себя положительное отношение к некоторому месту, чаще природному, а также систему установок, эмоций, смыслов, побуждающую человека находиться в этом месте, стремиться его укреплять и совершенствовать. Эволюционное обоснование привязанности восходит к гипотезе биофилии Э. Уилсона, согласно которой каждое живое существо, адаптируясь к реальности, с необходимостью становится чувствительным к другим живым существам и образу их жизни, включая место обитания (*Wilson, 1984*). Надо отметить, что человек не только привязывается к разным местам, он также может и отчуждаться от них, и тогда контекст его жизни будет задаваться уже иными пространственно-временными границами существования.

Исследования показывают также, что объекты идентификации и защиты могут быть достаточно неожиданными — например, отмечаются отчетливые предпочтения букв алфавита (при хорошем самопринятии это те буквы, которые входят в написание собственного имени человека), а также это может быть секрет или тайна (*Wismeijer, van Assen, Bekker, 2014* [Эл. ресурс]). Не так давно начали развиваться прикладные области психологии — психотерапия с помощью животных (*animal-assisted therapy*) (*Fine, 2010*) и психотерапия садоводством (*horticultural*

therapy), центральными факторами воздействия в которых оказывается привязанность к животным или любовь к растениям (Elings, 2006).

И хотя не для каждого значимого объекта человеческого бытия может быть найден подходящий термин, очевидно, что личность идентифицирует себя с очень широким спектром явлений и объектов различной природы, на которые распространяется чувство «Я», которые он считает частью своей личности, защищает, поддерживает и преумножает.

Опосредствованно, однако достаточно интенсивно, мир мест, вещей, природы изучался во всех вариантах психоанализа, особенно ярко выступая в аналитической психологии К.Г. Юнга, приписывающего высокую значимость процессам символизации, переноса, проекций, которые возможны в силу изначального глубокого родства человеческой личности с другими сущностями (Юнг, 1993, 1997). Явление синхронистичности также основано на дублировании ментального и вещного, материального. В силу этого в фантазиях, сновидениях и любых других продуктах человеческой психики личность может представлять в различных обликах. Тем не менее эти завуалированные послания психики человека самому себе и миру все же нередко распознаются и принимаются во внимание. Это было бы невозможно при отсутствии самой возможности взаимопревращений ментального и материального (Дорфман, 2006).

Роль пространственно-предметного мира в начальном развитии личности подчеркивалась также и Г. Олпортом в его концепции проприума как основного механизма самости, принципа организации частных идентификаций в переживание целостной личности (Олпорт, 2002). «Проприотические функции» меняют свое содержание от рождения до зрелости и проявляются стадийно, проходя через восемь ступеней: 1) ощущения своего тела образуют телесную самость как опору для самосознания; 2) переживание самоидентичности проявляет себя, когда ребенок отождествляет себя со своим именем; 3) чувство самоуважения

начинает проявляться на третьем году жизни ребенка; 4) расширение границ самости начинается с 4 лет, когда ребенок осознает владение не только своим телом, но и элементами окружающего мира (родителями, игрушками и пр.); 5) образ себя развивается с 5–6 лет, когда ребенок начинает понимать, каким его хотят видеть, давать себе этическую оценку; 6) рациональное управление собой возникает между 5 и 12 годами, с чувством личностной компетентности в решении проблем, но еще без моральной уверенности, в силу чего присутствует сильный конформизм; 7) проприативное стремление в подростковом возрасте — выбор карьеры и других жизненных целей; 8) познание самого себя, возникающее на заключительной стадии развития проприума. Таким образом, согласно Олпорту, самость и рефлексия как признаки зрелости начинают свое развитие с идентификаций с объектами физического мира. Будучи во многом солидарным с ортодоксально психоаналитическими воззрениями на развитие личности, он полагал, что раннедетские опыты травмированности или успешного владения своим телом, социальными и вещными объектами определяют развитие сохранной личности без избыточной дефензивности.

В российской психологии (впрочем, при очевидном влиянии немецкой феноменологии) Д.Н. Узнадзе также высказывал очень близкую взглядам У. Джеймса, К. Левина и Г. Олпорта идею о том, что переживание собственной личности распространяется на тело, одежду, украшения, мебель и бытовые предметы, архитектурные сооружения, включая дом, и что между человеком и миром существует буферная зона — часть среды, в которой и происходят основные процессы развития личности, выражающиеся в отторжении от себя чего-то вовне и присвоении чего-то извне (Абзианидзе, Джорбенидзе, 1983). Правда, в отличие от мнения У. Джеймса о том, что отторгаемое уже не нужно личности, так как не может больше служить для нее «строительным материалом», Узнадзе отторжение понимал скорее как добровольный дар личности, как персонализацию и осуществление себя в мире.

Еще один значительный подход к пониманию субъекта как единства интерпсихологического и интрапсихологического был обозначен в философских трудах С.Л. Рубинштейна и А.В. Брушлинского и затем получил дальнейшее развитие в эмпирических доказательных исследованиях бытия и со-бытия, проведенных З.И. Рябикиной, А.В. Бурмистровой, А.Р. Тиводар, другими психологами преимущественно Кубанской психологической школы, а также психологии понимания В.В. Знакова (*Брушлинский, 2003; Бурмистрова, 2004; Знаков, 2005; Тиводар, 2008; Рубинштейн, 1973; Рябикина, 2005*). Это направление, во многом альтернативное деятельностному подходу А.Н. Леонтьева, постулировало невозможность понимания и изучения личности в отрыве от ее бытия, развиваемого и обогащаемого в ходе жизненного пути, разделяемого с другими субъектами или ограждаемого от них и сохраняемого в своей приватности. И если С.Л. Рубинштейн выделил в качестве ценного для понимания субъекта феномен его «личной жизни», то обладающим высокой прикладной ценностью нам представляется подробное исследование приватности, проведенное А.В. Бурмистровой, в котором она определила содержание того, чем наполняют свою «личную жизнь» разные люди: сюда оказались отнесены занятия и профессиональная сфера, семья, значимые другие, домашние животные, географические пространства, образовательное пространство, бытие, природа, мир вещей, время жизни, «Я-концепция», телесно-организмическая среда, общечеловеческие ценности, внутренний мир. Содержательное наполнение этих фрагментов бытия, отмечает исследовательница, индивидуально своеобразно и различается по объему и классам включаемых объектов.

Вариантом реализации рубинштейновского видения взаимодействия человека и мира мы считаем наш собственный субъектно-средовой подход, подробному рассмотрению которого посвящено много наших работ (*Нартова-Бочавер, 2005, 2006, 2008, 2009* и др.). Исходным для понятия «суверенность» стал феномен психологического пространства личности, кото-

рый понимается нами как персонализированная часть внешней среды и условий жизни.

В современной российской психологии понятия «мир», «пространство» нередко используются как метафоры, отличающие миры феноменологические от тех, что изучаются физикой или астрономией. Поэтому часто говорят о «внутреннем мире», «жизненных мирах», «акмеологическом пространстве развития» человека (*Василюк, 1984; Калмыкова, 1986*). Однако между естественнонаучным и психологическим пониманием пространства имеются существенные различия, связанные с фактом произвольной селекции части физического мира человеком в соответствии с его потребностями, означивания и обживания этого мира. Отмечая этот факт, О.Н. Манолова к акмеологическому пространству относит не просто места или предметы, а экзистенциальные ценности, решения, выбор приоритетов, чувства, отношения, саморазвитие, самореализацию, качественные изменения личности. Изменения пространства активности она рассматривает как существенный акмеологический ресурс личности (*Манолова, 2009*).

Схожие идеи неразрывного единства человека и творимого им бытия, а также осознание условности разделения на внешнее и внутреннее, высказываются Л.Я. Дорфманом, предложившим концепцию метаиндивидуального мира, определяющую индивидуальность как единство самости и мира в его собственном бытии, которые целостны, равновелики как системы и одновременно могут выступать подсистемами друг друга (*Дорфман, 2006*). Другой ракурс развития активности человека обозначен в концепции социального пространства личности, развиваемой А.Б. Купрейченко и А.Л. Журавлевым (*Журавлев, Купрейченко, 2007*).

Осознание вклада объектов условно внешнего мира в развитие личности наиболее рано начало проявляться в социальной и семейной психологии, подчеркивающих стимулирующую роль значимых других (за рубежом — *admired person*, т.е. людей, которых почитают) в развитии личности. Для того чтобы

изменяться, необходимо иметь ориентиры и модели, которые растущий человек обычно заимствует от близких — родителей, наставников, сверстников. Причем подражание социальным моделям касается как содержательно-мировоззренческой сферы, ориентирующей человека в мире, задающей цели и ценности (values), так и операционально-технической, предоставляющей ему средства достижения желаемых целей (skills) или оберегающего от использования нежелательных или рискованных техник жизни (Кондратьев, 2011; Петровский, 1991; Robinson, Dunn, Nartova-Bochaver et al., 2016). Идея присвоения и персонализации внешней среды вполне отвечает центральной для российской психологии мысли об интериоризации как главном механизме развития психических процессов и личности, а также наличию значимого другого как условия содержательного изменения личности.

Таким образом, психология личности в разных своих течениях обозначает эмпирическое содержание предмета суверенизации — того, составляя сущностную природу человека, оберегается им и укрепляется, и последовательно отмечает необходимость принимать во внимание реальное бытие человека.

## 1.2. Науки о жизненных средах человека как предпосылка психологии суверенности

Другим источником исследований психологической суверенности явилась психология среды. Понятие среды возникло в рамках нескольких научных дисциплин. В российской науке также есть несколько наименований для этой области знания: экологическая психология, экология, психология среды (Шмелева, 2010). Это разделение неслучайно, и психология суверенности испытала сильное влияние разных наук о среде.

Начнем с экологии как науке об общем природном доме, в котором обитают различные существа (само название науки произошло от греческого эйкос — дом). Экологическое отношение ко всему живому предполагает отказ от предпочтения изб-

ранных видов или даже особей (применительно к человеку — не антропо-, но экоцентризм); это понимание сразу же задает необходимость мирного взаимодействия различных существ, потому что основа их жизни, ресурсы, должны с необходимостью распределяться. Для справедливости распределения следует вводить правила, касающиеся реальных или незримых, но поведенчески обозначаемых границ, которые и маркируют право на ресурсы. Любая среда либо более, либо менее дружелюбна для своих обитателей, что в экологии оценивается по количеству потомства. Состояние популяции описывается при помощи основного логистического уравнения:  $dN/dt=rN(K-N)-mN$ , где  $r$  и  $m$  — постоянные рождаемости и смертности, а  $K$  — «несущая способность» окружающей среды. В зависимости от качества «несущей способности», включающей в себя в основном наличие личной территории и питание, вид или семья либо увеличивает свою численность, либо сокращает ее. В человеческом сообществе «несущая способность» включает также и качества среды, которые способствуют возможности добыть ресурсы — например, наличие рабочих мест, качество образования, медицинское обслуживание, наличие представителей своей культуры и пр. То есть свойства среды для всех живых существ всегда соотносятся с потребностями обитателей и уже в этом смысле не являются объективными.

Экологический взгляд на человеческую жизнь сразу же задает ее контекстуальное, системное понимание, необходимость принимать во внимание тех, кто рядом. В дружелюбной среде оборонительная активность будет ниже, в агрессивной — выше; все это будет накладывать отпечаток как на продолжительность жизни, так и на ее качество. Кроме того, необходимость сосуществования с другими особями или видами определяет специфику поведения, инстинктивные основы которого изучает этология.

Один из важнейших для понимания сущности суверенности феноменов, который был описан в этологии, — это территориальное поведение. Именно на границах — собственного участка у животных, жизненного мира или пространства у че-

ловека — осуществляются основные смысложизненные процессы. Причем если в мире животных отмечают устойчивые программы территориального поведения, то в социальной этологии понятие территориальности используется расширительно, как метафора, а границы перестают быть заметным для всех «забором», помечаемым при помощи вокализаций, уринации или дефекации, но также предстают поведенчески, в силу чего человек разделяет окружающих на социально и психологически близких и не-близких, а оборонительное поведение нередко трансформируется в символическое указание тех, кто признается своим, а кто — чужим (Ермилова, 2015; Моррис, 2001).

И, опять же, это разделение напрямую связано с ресурсами. Свои — это те, с кем можно ресурсами поделиться или сделать инвестицию (что и осуществляется по отношению к потомству или в организации) в надежде по умолчанию, что эти ресурсы когда-нибудь возвратятся. Чужие — это те, кто посягает на ресурсы и привилегии (энергетические, информационные, рекреационные и пр.), с кем не хочется делиться и от кого поэтому приходится защищаться. Механизмом осуществления селекции влияний извне, обеспечивающим защиту от перерасхода собственных ресурсов, является психологическая приватность (Нартова-Бочавер, Бочавер, Дмитриева, Резниченко, 2016; Altman, 1975; Children and Environment, 1978). Психология приватности, первоначально включающая регуляцию территории, социальных контактов и информации, идеологически очень близка нашим исследованиям суверенности, с той разницей, что объектом суверенизации может быть и другая данность, помимо уже изученных последователями И. Альтмана.

Для того чтобы понять, как происходит выделение наиболее значимых объектов суверенизации, мы обратились к зооэкологии и экосемиотике (Lang, 1988). Я. Икскуль был первым, кто отметил, что, находясь в одних и тех же жизненных условиях, живые существа выделяют в них разные объекты в соответствии с наиболее актуальными потребностями, причем взаимодействие живого существа и мира осуществляется в два шага

(Uexküll, 1987). Первый шаг состоит в том, что живое существо обращает внимание на некоторый значимый объект, и таким образом как бы замечает, выделяет этот объект как фигуру из фона, делает «мир вообще» миром видимым, замеченным (Merkwelt). Этот шаг называют сигнификацией — выделением смысла или значения объекта для жизнедеятельности особи. На втором шаге под влиянием образа объекта стимулируется некоторая активность, направленная на нужное изменение жизненного пространства, и мир просто воспринятый становится миром преобразованным (Wirkwelt). Этот шаг представляет собой персонализацию, «обживание» жизненной среды в соответствии с собственными нуждами (Хейдметс, 1988). Для описания персонализированного мира Икскуль использовал придуманное им самим слово «Umwelt» — дословно: ближайший, примыкающий к человеку, окружающий его мир, отличающийся от мира вообще («Welt») как просто объективных условий жизни. Акцентируя факт свободы субъекта или организма, Икскуль отмечал, что ни одно живое существо не может пониматься как результат прямого воздействия условий жизни, однако каждый организм создает свою собственную персонализированную среду, Umwelt (Kull, 2001).

В соответствии с этими рассуждениями швейцарский психолог А. Ланг высказал идею, что процесс означивания происходит достаточно условно, и невозможно однозначно придать некоторой сущности статус объекта или субъекта без знания специфики поведенческого и ментального взаимодействия с ней (Lang, 1988). Так, человек может относиться «объектно» к другим людям, но в то же время рассматривать в качестве субъекта персональный компьютер, автомобиль или любимый цветок. Таким образом, контуры психологического пространства, на которое распространяется деятельность суверенизации, ни в коем случае не могут рассматриваться как константная конструкция, они видоизменяются в зависимости от множества факторов — состояния эмоционально-потребностной сферы, жизнестойкости, темперамента. Другой важный прикладной вывод из рассужде-

ний А. Ланга состоит в том, что вся повседневная жизнь человека может рассматриваться как текст, послание с отдельными фразами в форме ситуативных бытовых актов, которые могут интерпретироваться в терминах психологии личности, а также использоваться для диагностики и коррекции. Означивание (семиозис) предметного мира — важный прием эффективной коррекционной работы с детьми и взрослыми, имеющими особенности развития (Стебляк, Трофимова, Коновалова, 2011).

Идеи Икскуля были также конкретизированы в Теории линз, предложенной выдающимся исследователем Эгоном Брунsvиком, который, среди прочего, ввел в научный обиход понятие «экологическая валидность» (Brunswik, 1956). Согласно его теории, элементы окружающей среды представляют собой подобие линзы, которая опосредствует восприятие наблюдателем мира, другого человека или самого себя. Это опосредствование действует двояким образом: во-первых, наблюдатель «считывает» некоторый смысл из средовых характеристик — например, если он видит много книг, хорошее освещение, организованный рабочий стол, то хозяину этого помещения будет приписываться добросовестность (cue utilization). Эта связь образована использованием смысла средовых характеристик. Во-вторых, нужно, чтобы эти наблюдения были точными, то есть чтобы стол действительно был убраным, а освещение комфортным (cue validity). Теория линз показывает, как именно человек влияет на среду, как окружающие считывают это влияние и как они подкрепляют взаимодействие человека и среды через положительную обратную связь

Развивая идеи Икскуля и Брунсвика, современный психолог С. Гослинг предложил Теорию поведенческих остатков (Behavioral Residues Theory), согласно которой человека и среду связывают два механизма. Субъект и выбирает среду в соответствии со структурой своей индивидуальности (identity claims), а затем изменяет эту среду, оставляя так называемый поведенческий «след, или остаток» (behavioral residue), по которому можно очень точно воссоздать характер обитателя и оценить черты

его личности (Gosling, Ko, Mannarelli, Morris, 2002). Например, расставленные вокруг стола стулья и открытая бутылка вина говорят о том, что хозяин ждет гостей, и наблюдатели интерпретируют это как экстраверсию. Иначе говоря, черта личности (диспозиция) задает типичное демонстрируемое поведение, которое и оставляет след в среде человека (персонализуется, опредмечивается, обживается) и таким образом становится доступной наблюдателям. Повседневные проявления человека (everyday manifestations of personality), согласно Гослингу, — необходимые продукты человеческого бытия, и потому очевидно, что ограничение возможностей персонализации жизненных сред негативно сказывается на самопредставлении и самоощущении личности. То есть психологически выгодно обладать некоторым механизмом, сопротивляющимся внешнему давлению на способность субъекта обживать свое личное пространство.

Психология суверенности начала оформляться как предметная область в «до-интернетный» период культуры. Сейчас, когда реальное бытие человека дублируется его виртуальной копией, можно заметить, что процессы суверенизации–депривации происходят и в виртуальном пространстве, которое иногда отражает, а иногда компенсирует реальные опыты (Шаповаленко, 2015; 2016). Там так же, как и в реальной жизни, имеют место быть нарциссическое самопредставление, конфликты, агрессия и травля. Объектом суверенизации может быть и просто информация в широком смысле слова. Интересное звучание идея проприума получила в новом исследовании виртуальной действительности, предпринятом А.А. Шаповаленко, которому удалось эмпирически реализовать возникшую некоторое время назад идею об «удвоении» миров в современной цивилизации благодаря возникновению виртуального пространства. На примере социальной сети «ВКонтакте» он показал, что не только реальный мир служит источником самоутверждения и средством самоэкспозиции человека, но и виртуальное пространство может выполнять совершенно те же самые функции. Не только живым людям человек дает бытийное послание о том, что

он собой представляет, но также широкому кругу виртуальных «френдов» — виртуальное послание, возможно, весьма далекое от реальности, которое относится скорее к субъективному образу «Я» или репутации. Однако оно также обладает высокой личностной ценностью, и свой виртуальный образ субъект склонен так же сильно защищать, как и реальную жизнь.

Защищаемое человеком субъективно значимое бытие и его фрагменты могут быть инструментами изменения и развития жизни субъекта, что давно признается практико-ориентированными теориями личности. Так, например, Г. Аммон в своей динамической психиатрии среди других форм психотерапии отмечает милие-терапию (то есть терапию средой жизни), театр-, арт-, иппо-, танцевальную терапию — эффективность их применения зависит от того, насколько значим для человека данный средовой объект или сфера жизни (Аммон, 1995; Очерки динамической психиатрии, 2003).

Наше понятие психологического пространства личности отражает относительность и субъективность реальности, которая представляет для субъекта ценность и становится предметом суверенизации (Нартова-Бочавер, 2001, 2002).

Итак, развитие суверенности личности осуществляется по отношению к реальной среде обитания и направлено на те объекты, которые необходимы для выживания, размножения, субъективного благополучия и процветания человека, и таким образом выполняет эволюционно важные адаптивные функции (Лоренц, 1992; Моррис, 2001; Тинберген, 1993).

### 1.3. Исследования психологических границ и суверенность

Еще одним источником влияния на наши исследования можно считать эклектические, однако становящиеся все более популярными исследования психологических границ. Понимание суверенности как феномена границ задает социальный смысл изучаемого нами качества, подчеркивая тот факт, что мы

всегда взаимодействуем с другими людьми, вводя новые имплицитные или эксплицитные правила, отделяющие «Я» субъекта от «не-Я» (Белинская, 2006).

Понятие границ незаметно вошло в научный обиход психологии личности из психоанализа. Первоначально оно было введено Паулем Федерном для обозначения различного качества психического содержания — осознаваемого или бессознательного (Federn, 1929). Таким образом, психологические границы возникли как конструкт внутриличностный (Ганцева, 2015; Леви, 2013; Марцинковская, 2008; Силина, Нартова-Бочавер, 2014, 2015; Richards, 1991).

Значительный шаг на пути к пониманию взаимосвязи внутренних и внешних границ был сделан основателем динамической психиатрии Г. Аммоном, который под влиянием интерперсональной теории Г. Салливана смоделировал генезис нормальных здоровых внутриличностных границ как производных от внешних. Согласно его мнению, построение внешних границ «Я» — решающий шаг в становлении идентичности, потому что только при этом условии человек способен фильтровать послания извне с точки зрения того, насколько они могут быть полезны в интроецированном качестве. Построение внешних и внутренних границ представляет собой важный процесс конструирования идентичности человека (в терминологии Аммона — гуманфункции). Это положение о генезисе внутренних границ из внешних обладает высокой конструктивностью, не только позволяя объяснить, почему суверенная личность более субъективно и социально благополучна по сравнению с депривированной, но также облегчая интерпретацию высокого уровня позитивного функционирования и морального мироотношения у суверенных личностей (поскольку все это во многом следует из чувства защищенности, обеспечиваемого прочными внешними границами) (Аммон, 1995).

Смешение (иногда — интеграция) феноменологии внешних и внутренних границ сохраняется и по сию пору. Границы стали пониматься как знак добровольности психических со-

стояний и активности (например, способности противостоять навязыванию определенных состояний или умению отличать веру от опыта), позже — как индикатор успешности межличностных отношений, свободных от внедрений и манипуляций. Однако, несмотря на то, что к настоящему моменту разработано несколько стандартизированных шкал для диагностики состояния границ, в основном их изучали практические психологи, используя идиографические приемы — анализ отдельных случаев, моделирование и пр. Многие психологи, в соответствии с принципом системности, подчеркивают неразрывную связь внешних и внутренних границ личности, поскольку обретение идентичности и аутентичности требует определенности в отношениях с самим собой и миром (Абульханова, Березина, 2001; Аммон, 1995; Марцинковская, 2008; Салихова, 2009; Шамшикова, Шамшикова, Рехлова, 2013).

В наиболее общем виде психологические границы понимаются как свод осознаваемых или неосознаваемых правил поведения, которые человек создает для идентификации и поддержания собственной личности. Эти правила содержат указания относительно того, как нужно себя вести по отношению к другим людям и что позволительно предпринимать, если другие начинают вторгаться в личное пространство человека. Таким образом, поддержание «здоровых» психологических границ стало трактоваться как один из необходимых жизненных навыков, способствующих позитивной «Я-концепции» и умению общаться с другими, всегда сохраняя самоуважение и чувство собственного достоинства (Малейчук, 2015; Hereford [Эл. ресурс]).

Границы можно разделять в зависимости от той реальности, в которой они возникают (Lancer, 2012; Lundberg, Lundberg, 2000). Так, материальные границы определяют порядок владения вещами — есть ли привычка одалживать их и брать займы или человек ни с кем никогда не делится. Физические границы относятся к личному пространству, приватности и охране телесности, определяя, например, с кем человек обменивается рукопожатием, с кем обнимается, когда и почему; как

человек относится к громкой музыке, излишней обнаженности других людей, закрытым дверям. Ментальные границы касаются мыслей, ценностей, взглядов, определяя, легко ли повлиять на мировоззрение человека, может ли он проявлять устойчивость своих взглядов, может ли иметь широкие взгляды и без предрассудков воспринимать чужое мнение? Существуют также и эмоциональные границы, которые позволяют отделяться от чувств других людей, а также выражения ненужных мнений, советов, обвинений или одобрения. Здоровые границы защищают от того, чтобы испытывать незаслуженную вину, если у кого-то возникают проблемы или трудности. Высокая реактивность свидетельствует о слабых эмоциональных границах, а прочные границы предполагают хорошее знание своих чувств и пределов личной ответственности.

Далее, иногда выделяют также сексуальные границы, которые обеспечивают комфорт переживаний и сексуальной активности человека — когда, где, каким образом и с каким партнером она должна происходить. И, наконец, духовные границы определяют приватность в отношении с Богом и высшими силами вообще.

Большое количество научно-популярной и психотерапевтической литературы на Западе посвящено выстраиванию и поддержанию здоровых границ, способствующих переживанию благополучия и процветания (Richmond [Эл. ресурс]).

Признаки здоровых границ разнообразны и включают такие поведенческие проявления, как умение отказывать в случаях провокаций или подстрекательства к нарушению закона, готовности обойти или изменить правила, предать свои нравственные ценности, умение останавливать других людей, если они склонны «лезть в душу», внедряясь эмоционально или физически (Колоскова, 2015; Паулсен, 2015; Черняева, 2015). Что же касается нарушенных границ, то они способствуют проявлениям нечестности, подверженности манипуляциям, саботированию собственных решений. Нарушенные границы часто ведут к отношениям созависимости, и в подобных случаях психотерапев-

тическая работа должна быть направлена на отработку некоторых психологических навыков. Что же препятствует наличию здоровых границ?

Их сложно выстроить тем, кто 1) ставит потребности и чувства других людей выше собственных, 2) не понимает самого себя, 3) не понимает своих прав, 4) считает, что возведение границ разрушает отношения, 5) никогда не пробовал построить здоровые границы. Эти признаки содержат в себе возможные корреляты психологической суверенности и могут быть изучены в эмпирических исследованиях. «Нарушение границ развивается в результате систематического унижения, игнорирования нужд человека, игнорирования его потребностей и чувств, когда вместо «что ты хочешь?» говорят «делай так, так правильно, так надо» (Паулсен, 2015, с. 111).

В практических работах и психотерапевтических случаях нередко удается восстановить историю генезиса границ (Richmond [Эл. ресурс]). Многие психотерапевты отмечают, что в поддержании границ существенную роль играет опыт ненависти: человек может сопротивляться побуждению к чему-то, только если он ненавидит того, кто его заставляет, или то, к чему его склоняют. Ненависть с большей вероятностью возникает у людей, травмированных в детстве, физически или морально. На наш взгляд, стимуляция ненавистью приводит к сверхпрочности и ригидности границ; в некоторых жизненных условиях это вполне адаптивное явление, но стратегически скорее ведет к потерям.

В то же время можно научиться выстраивать границы и признавать свое право на них. И даже случаи насилия в детстве могут не помешать тому, что ребенок вырастет в очень зрелого и сохранного взрослого.

Прочные границы базируются на осознании и переживании высокой самооценки личности и позитивного отношения к миру. Так, Р.Л. Ричмонд полагает, что работа над саморазвитием осуществляется в два этапа. Вначале человек должен преодолеть ложное, но прочное убеждение в низкой ценности,

«плохости» своей личности. Когда это получится, необходимо перестроить границы на новых основаниях, заменив страх на любовь (Richmond [Эл. ресурс]).

Поскольку генезис психологических границ происходит нелинейно и ненормативно, при их описании часто используют типологический подход. Так, Э. Хартманн, исследуя межличностные границы, описал два типа личности — людей с «тонкими» и «толстыми» границами (Hartmann, 1991; Hartmann, Elkin, Garg, 1991).

Первые отличаются высокой эмпатичностью, открыто делятся информацией о себе, легко вступают в межличностные отношения и способны делать их глубокими и интенсивными, а также отличаются динамичностью мыслей и чувств. Хартманн полагал, что такие люди не страдают избыточной дефензивностью в психоаналитическом смысле слова и не применяют те защиты, которые влекут за собой некомфортное неосознаваемое состояние. Все происходящее в их сознании и поведении кажется естественным, целостным; задача намеренной сепарации от мира перед ними не возникает, и они не тратят энергию на возведение «защитных сооружений». Что же касается людей с «толстыми» границами, то они отличаются закрытостью, суховатостью, избыточными защитами и, подобно чеховскому человеку в футляре, со всех сторон «окружены стенами» (Hartmann, 1991). За этими стенами часто скрывается травмированная, неуверенная в себе и напряженная личность без базового доверия к миру. Надо отметить, что слишком «тонкие» границы, на наш взгляд, также могут делать человека уязвимым.

В практической психологии границы рассматриваются как феномен, позволяющий различать привлекательное и непривлекательное в мире и в зависимости от субъективных оценок устанавливать дистанцию по отношению к этим объектам (Психологические пространства., 2015). Как уже говорилось, границы могут быть физическими, ментальными, духовными, определяя верования, эмоции, интуицию и самооценку. Жак Лакан полагал, что психика человека — это многослойное явление, и границы

внутри нее образуют иерархию, от незначительного количества «слоев» у примитивно устроенных субъектов до большого их количества у людей сложных (Автономова, 1989).

Несколько иначе, с точки зрения роли границ в адаптации личности, изучала качества психологических границ Нина Браун, которая выделила четыре их типа (Brown, 2006). Человек с *мягкими* (soft) границами легко поддается на манипуляции, сливается с другими людьми; человек с *упругими* (spongy) границами сочетает ригидность и мягкость в разных аспектах, что позволяет ему меньше эмоционально заражаться, сливаться с окружающими, однако он не уверен относительно того, что можно позволять и от чего воздерживаться; обладатель *ригидных* (rigid) границ закрыт, отгорожен, селективен в зависимости от места, времени, обстоятельств, что часто представляет собой след пережитого насилия. Идеальны с точки зрения адаптации гибкие (flexible) границы, при которых у субъекта достаточно контроля, присутствует внутреннее решение относительно правил, устойчивость к эмоциональному заражению, манипуляциям, эксплуатации.

Достойна упоминания также этологическая теория развития личностного пространства и личных энергетических границ Лиз Марчер, в которой выделяется четыре фазы формирования границ: 1) физические границы (второй триместр беременности — 1,5 года); 2) личные/энергетические границы (0–3 года); 3) территориальные границы (3–12 лет); 4) социальные или ролевые границы (4–? лет) (Марчер, 2010; Bentzen, 1990; Marcher, Jarlmaes, Münster, van Dijke, 2007).

В отечественной психологии феномен границ в связи с приватностью глубоко и всесторонне изучила А.В. Бурмистрова, которая сфокусировалась на поведении, поддерживающем границы, и обуславливающих его факторах (Бурмистрова, 2004). Среди последних она выделяет представления о своем бытийном пространстве, оценку средового контекста, в котором регулируются границы, индивидуальные предпочтения типа приватности (уединение, анонимность, сдержанность, интимность,

творчество), тип эмоционального реагирования на средовые стимулы и локализацию контроля личности. Интегрировав различные параметры поведения по поддержанию границ, она выделила три типа личности, обладающие характерным средовым поведением. «Открытый» тип отличается субъектной позицией в организации бытийного пространства личности, гибкостью в регулировании его границ, экологичными поведенческими паттернами, эмоционально позитивной экспрессией, включением других людей в бытийное пространство личности. «Закрытый» тип характеризуется ограниченным репертуаром средового поведения, эмоционально негативной экспрессией, агрессивными поведенческими паттернами, избеганием приватного общения, исключением других из своего бытийного пространства. «Ситуативный» тип диагностируется при отсутствии целостного поведенческого контура, несоответствии поведенческих паттернов актуальному состоянию, неспособности поддерживать границы на необходимом уровне открытости/закрытости, зависимости поведенческих паттернов от внешней ситуации, ограничении диаметра бытийного пространства личности узким кругом людей.

Психологические границы представляют собой центральный предмет изучения Т.С. Леви, предложившей структурно-функциональный подход к их пониманию (Леви, 2015). По ее мнению, границы — это всеобщий феномен, задача которого состоит в том, чтобы поддерживать равновесное гармоничное взаимодействие с окружающим миром. Она определяла тип психологических границ с точки зрения того, насколько хорошо границы выполняют основные шесть функций, важные для адаптации личности: 1) спокойно-нейтральную; 2) активно не пропускающую, не проницаемую для внешних воздействий, если эти воздействия оцениваются как вредные; 3) полностью проницаемую, позволяющую «Я» «слиться» с миром; 4) активно вбирающую, стягивающую, способствующую активному удовлетворению потребностей; 5) активно отдающую, позволяющую выражать себя; 6) активно сдерживающую, контейнирующую внутренние импульсы. При этом функции границ могут реализовываться на

разных уровнях психической организации личности, затрагивая состояния, процессы, установки. То есть результат может достигаться при опоре на разные этажи индивидуальности — эта мысль вполне соотносится с нашим пониманием суверенности, которая также может развиваться как «снизу», от темперамента, так и «сверху», от осознания и установок.

Границы как явление контакта с реальностью тесно сопряжены со структурой личности и по-разному функционируют у шизоидных, невротических и нарциссических индивидуумов (Малейчук, 2016).

И, конечно, нельзя оставить без внимания исследования и психотерапевтические описания случаев работы с телесными границами (в том числе и состоянием кожи как вариантом телесной границы), которым уделяется большое внимание как в России, так и за рубежом, особенно в телесной и бодинамической терапии (Кутузова, 2015; Лейбман, 2015; Марчер, 2010; Олифирова, 2015; Ребеко, 2015; Рубштейн, 2015; Тарасова, 2015; Тхостов, 2002; Федорова, 2015). В этих исследованиях реализуется преимущественно психоаналитическое понимание генезиса границ, однако непременно подчеркивается их эволюционно сложившаяся охранительная функция. Исследование телесных границ закреплено в большом количестве не всегда проверенных прикладных типологий, которые, однако, часто оказываются конструктивными в практической работе с травмированными пациентами.

Рассматриваются и границы внутри психотерапевтического взаимодействия, в связи с исследованием семейной истории и семейной тайны, а также личного нарратива. В этом случае границы представляют собой предел допуска психотерапевта в личную жизнь клиента, ту меру, в которой ему позволительно стать хранителем интимных, часто неосознаваемых тайн. На наш взгляд, понимание границ хорошо дифференцирует доминантные и гуманистические формы психотерапии, водоразделом между которыми служит понятие сопротивления, нередко маркирующее моральное право психотерапевта на внедрение в психологическое пространство клиента.

Если обобщить современные исследования психологических границ, то можно выделить следующие их функции (Польстер, Польстер, 2004). Во-первых, на границе взаимодействия с миром рождается субъектность, границы определяют, что есть «Я» и что есть «не-Я», где заканчиваюсь «Я» и начинается кто-то другой. Во-вторых, границы определяют личную идентичность человека. Устанавливая границу, личность самоопределяется и получает возможность активно выбирать способы самовыражения и самоутверждения, не нарушающие своей и чужой личной свободы. Если личностная граница не осуществляет эту функцию, идентичность размывается.

В-третьих, устанавливая границу, человек создает возможность и инструмент равноправного взаимодействия, и контакт как наиболее зрелая форма взаимодействия развивается именно на границе, где сохраняется разделение, а возникшее объединение не нарушает цельность личности. Если границы личности не справляются с этой функцией, способность к контакту подменяется либо пассивной манипуляцией, либо агрессивным неуважением к другим. В-четвертых, границы создают возможность селекции внешних влияний, а также защиту от разрушительных воздействий. Прочные границы защищают от соблазнов разнообразных зависимостей и разделяемых референтной группой пороков, то есть позволяют субъекту подняться «над полем». Нарушение границ ведет к развитию у человека склонности к виктимизации и развитию комплекса жертвы. В-пятых, наличие границ определяют пределы личной ответственности, оберегая как от инфантильного отказа принимать ответственность, так и от сверхответственности, приводящей к истощению.

Надо отметить, что исследования границ в основном носят описательно-прагматический характер и не уточняют природу этого явления — представляют ли собой границы стиль общения, черту личности или межличностный феномен? Однако они позволили выделить важнейшие защитно-адаптивные функции границ, как во внутри-, так и в межличностном пространстве. Границы — это емкая метафора не только для описания акту-

ального состояния безопасности и защищенности личности, но также и потенциальной способности человека удерживать это состояние, то есть иметь механизм управления им. Описываем ли мы их феноменологически или прагматически, суть адаптивной функции границ, их связь с защитами и защищенностью личности не меняется. Во многом это понимание согласуется и с теорией психологической суверенности, и с нижеизложенными эмпирическими результатами ее изучения.

#### 1.4. Психология повседневности и ее вклад в исследования суверенности

Еще одно направление исследований, близкое психологии суверенности, — это психология повседневности. Эта научная школа, возникшая в германо-скандинавской традиции, не получила широкого распространения, однако несколько ее идей и положений кажутся нам чрезвычайно эвристичными (Conducting of everyday life, 2013).

Прежде всего, это ориентация на контекстуальность изучаемых феноменов, стремление к экологической валидности исследования, уход от искусственных лабораторных абстракций в понимании человеческой личности (Гришина, 2016; Шмелева, 2010). Еще одна особенность психологии повседневности — это стремление изучать типичное, массовое, обыденное, то, что составляет привычную ткань жизнедеятельности человека и закрепляется в структуре его личности. Понятие повседневности (Alltag) восходит к гуссерлианскому термину «Жизненный мир» (Lebenswelt) и подчеркивает молярность, неаддитивность системы «человек+его жизненные среды». Оно стало названием направления немецкой психологии, развиваемого К. Хольцкампом, Х. Томе, У. Лер (Holzkamp, 1970, Psychology from the Standpoint of the Subject..., 2015; Lehr, Thomae, 1991).

В рамках этого направления изучение конкретного человека в его бытии предстает всегда как опосредствованное реальной жизненной ситуацией. Так как один и тот же объективный мир

может быть представлен когнитивно совершенно по-разному, основная задача психологии повседневности — это изучение вариантов обыденных миров и повседневного мира вообще, отмечали У. Лер и Х. Томе. «Поскольку психика проявляется в первую очередь в повседневности и не может быть отделена от нее, мы можем понять функционирование и структуру психических процессов, только если получим возможность изучать повседневные психические явления» (Lehr, Thomae, 1991, S. 5). Они полагали, что именно обыденные события (Alltagsepisoden) — главные источники развития обобщений в общей психологии личности.

Х. Томе в своих исследованиях использовал лонгитюдный метод тридцатилетней продолжительности, наблюдая, как жизненные события сказываются на психологическом облике человека, к каким событиям личность более резистентна, а к каким — восприимчива. Изучая взаимодействие личности с отдельными ситуациями, он выделил большое количество типичных способов поведения в заданных ситуациях, называемых им техниками жизни.

Проводя параллели между психологией повседневности и психологией суверенности, можно отметить, что последняя также вырастает из повседневности и как качество субъекта формируется кумулятивно, по мере приобретения опыта сохранения своих личностных границ: чем чаще человеку удастся их уберечь, тем с большей легкостью он это делает и впредь.

Современные продолжатели традиций психологии повседневности, преимущественно ученые из Германии и скандинавских стран, исследуют персональное бытие человека с точки зрения его аутентичности, способности выражать субъекта и управляться им (conduct of everyday life, управление повседневной жизнью — одна из целей современной практической психологии). Однако выражение «психология повседневности» чаще используется сейчас не как название научной школы, а как обозначение ее предмета; что же касается научного направления, то его представители называют себя критической психологией. Это

название подчеркивает специфику предмета исследования: критическая психология не поддерживает позитивистские экспериментальные работы без внимания к содержанию внутреннего мира человека и отделяет себя вообще от естественнонаучного, объект-ориентированного изучения действительности. Интересно отметить, что современные представители критической психологии очень тепло относятся к российской психологической традиции, в частности, к работам С.Л. Рубинштейна, и, пожалуй, являются единственным зарубежным направлением, использующим термин «субъект» в привычном российским психологам смысле.

В датской психологии самооценność и самодетерминация личности — популярные предметы исследования и практического воздействия. Самоутверждение и усиление аутентичности личности, укрепление субъектной позиции в датской психологии можно назвать национально значимыми явлениями. «Nothing about me without me» — это выражение стало девизом датских психологов, отказывающихся от количественных методов, по их мнению, обесценивающих самобытные проявления личности, и предпочитающих разные варианты идиографических методик — нарративы, интервью, анализ продуктивной деятельности.

Признание субъектности в отношении к миру и ценности самодетерминации в совокупности со вниманием к повседневным явлениям породили еще одну близкую нашим собственным взглядам на стихийную психотерапию идею о возможности использования рутинной активности для поддержания психологического благополучия (*Нартова-Бочавер, 2009; Costall, Dreier, 2006*). То, что составляет основу эмпирической личности, служит материалом для ее роста и развития. Не случайно одна из глав последователя этого научного направления, социального антрополога Т. Инголда называется «Изготовление предметов, уход за растениями, приручение животных, воспитание детей» («Making things, growing plants, raising animals and bringing up children») (*Ingold, 2000*).

Экологическое понимание человеческого бытия предполагает возможность его саморегуляции: то, что первоначально использовалось как средство выживания, наделяется еще и дополнительными, в том числе психотерапевтическими смыслами, а побочными результатами любой продуктивной активности являются повышение собственной личностной компетентности, развитие целеполагания, укрепление межличностных отношений. Человек, использующий возможности своей повседневной рутинной деятельности, самодостаточен, умеет справляться со многими трудными ситуациями и в конечном счете становится суверенной личностью.

Таким образом, психология повседневности тоже вносит вклад в описание механизмов развития и укрепления психологической суверенности.

## 1.5. Гуманистически-позитивная традиция изучения личности и психология суверенности

И, наконец, мы не можем не провести некоторые параллели между гуманистически-позитивным направлением психологии личности и психологией суверенности.

Прежде всего, суверенность изучается идиографически, и в результате ее исследования вырисовывается индивидуальная композиция личностных границ, показывающая как зоны уязвимости, так и ресурсы сохранности личности. Полученные данные говорят о том, что нормы суверенности различаются в зависимости от пола и возраста и, по-видимому, связаны с культурными традициями, хотя этот вопрос еще предстоит изучить глубже.

Один из основателей гуманистической традиции Г. Олпорт, описывая черты личности, отмечал, что они представляют собой движущий элемент поведения (*Олпорт, 2002*). Черты стремятся подтверждать себя в отдельных жизненных ситуациях, таким образом получая положительную обратную связь и укрепляясь.

Нечто похожее происходит и с суверенностью: наши исследования, вполне сочетаясь с мнением большинства психоаналитиков (с которыми в понимании генезиса личности был солидарен и сам Олпорт), говорят о том, что, если человек переживает травмы, находится в условиях депривации основных потребностей, то стать суверенным ему сложнее. Не «взрастив» в себе эффективных психологических защит, человек остается уязвимым и в дальнейшем с большим трудом может воссоздать или укрепить свои личностные границы. Если же, напротив, человек начал жизненный путь в отсутствие тяжелых испытаний и рисков или успешно с ними справился, это будет способствовать его личностной сохранности и в дальнейшем; опыт победительного прохождения через ситуации вызова, угрозы или депривации закрепляется в виде привычки, склонности и готовности действовать определенным образом, которая вполне может превратиться в черту.

Современные исследования суверенности показывают, что этот феномен, проявляющийся вначале эпизодически, имеет способность накапливаться, изменяя самосознание и самоощущение личности, и к подростково-юношескому возрасту может стать чертой личности (Силина, Нартова-Бочавер, 2014, 2015; Силина, 2016). Ниже приведенные исследования свидетельствуют о том, что суверенность действительно может быть интерпретирована как черта второго уровня (facet).

Далее, суверенность имеет области пересечения с другими феноменами, признаваемыми гуманистической психологией в качестве признаков хорошего функционирования личности — автономией, аутентичностью; за всеми этими понятиями стоит система мировоззрения и поведения, близкая платоновской софросине как умению делать свое и быть верным себе, как способность к самоуправлению и самодетерминации.

Суверенность представляет собой и социальную, и персональную ценность и в этом смысле, безусловно, пересекается с другими феноменами, исследуемыми позитивной психологией: она близка умеренности, подразумевает социальный интеллект

и самодетерминацию, сочетающую чувствительность к себе с хорошим самоконтролем. Поскольку суверенность отражает состояние личностных границ, неудивительно, что суверенная личность не только обладает более высокой защищенностью, но также уважает границы других, проявляя к ним эмпатию, дружелюбие и умея вовремя останавливать собственные агрессивные импульсы.

Суверенность, на наш взгляд, может быть сопоставлена и с теорией самоактуализации А. Маслоу, и с некоторыми положениями экзистенциальной психологии. Так, согласно Маслоу, человек имеет больше шансов самоосуществиться, если сначала успешно удовлетворяет свои базовые потребности. Поскольку суверенность/депривированность представляют собой как раз мерило состояния потребностей, вполне можно ожидать, что суверенные с большей вероятностью станут демонстрировать качества самоактуализирующейся личности — гуманность в отношениях с другими людьми и мироотношении в целом, креативность и любопытство, результативность и эффективность в разных сферах жизни.

Суверенность обозначает границы личности, которые, впрочем, могут изменять свою конфигурацию и отодвигаться. Возникает вопрос — не получается ли так, что, удерживая границы, она препятствует развитию личности, ведь самотрансценденция, согласно К. Ясперсу и его последователям, представляет собой выход за пределы собственного «Я», реализацию того, что вчера было невозможным?

На наш взгляд, суверенность — это компетентное переживание своих актуальных возможностей и ресурсов в соответствии с моментом жизненного пути. В трудной или кризисной ситуации человек мало способен к житнетворчеству, он решает задачу на выживание, удержание своих границ, недопущение регресса или разрушения. Если суверенность поможет ему в этом, он сможет позже начать «посттравматически» расти. Таким образом, суверенность «контейнирует» мотивы роста, откладывая их реализацию до лучших времен; если же водитель маломощно-

го автомобиля пойдет на обгон, это будет не самотрансценденцией, а виктимностью.

В отличие от этого, в благополучном или просто стабильном периоде жизни человек может отодвигать границы своего психологического пространства, актуализировать «мотив границы» (Петровский, 2008). Но добровольная самотрансценденция отличается от попыток взломать границы личности извне, через насилие и депривацию. Если обратиться к работам А.Н. Поддьякова о важности умения намеренно создавать и решать трудные задачи, то, опять же, этот выход за пределы привычного присущ только тому человеку, который может быть уверен, что располагает для этого достаточным энергетическим или интеллектуальным ресурсом (Поддьяков, 2016).

Интересную мысль о конструктивной агрессии как выходе за пределы своего «Я» высказала И.А. Шаповал, которая тонко различает разные смысловые оттенки понятия «границы»: так, предел качественно отрицает «не-Я», переход снимает различия между «Я» и «не-Я», а связь знаменует общность «Я» и «не-Я» (Шаповал, 2016). Границы не только защищают человека от Иного, они также приучают его к сущностям, отличным от себя, чтобы затем установить с ними связь. Таким образом, понятие границ и суверенности всегда диалектично — ведь когда человек осуществляет выход за рамки привычного психологического пространства, он это делает согласно уже принятой им цели, образу, выработанному самостоятельно и внутри своего расширяющегося психологического пространства. Строго говоря, действительный выход за пределы собственного «Я», наверное, вообще возможен только с уходом из жизни. Суверенность в нашем понимании — это не ограничитель развития личности, а скорее показатель ее сохранности, жизненного тонуса и готовности к (само)изменению.

Психологию суверенности роднит с позитивной психологией и многое другое — не игнорируя явление и понятие травмы, она все же уходит от понимания травмы как ключевого события человеческой биографии и акцентирует ресурсность суверенно-

сти, ее связь с продуктивным поведением, а не с уязвимостями и рисками. Многочисленные уже проведенные и изложенные ниже исследования свидетельствуют о том, что суверенность вносит вклад и связана с психологическим благополучием, аутентичностью, моральными качествами личности.

Таким образом, суверенность может быть как самостоятельной целью развития личности, так и средством достижения иных позитивных сущностей. Имея адаптивную ценность, суверенность оберегает человека от излишней дефензивности, наделяя его спокойствием и экономя психическую энергию для спонтанной креативной деятельности, способствуя социальной успешности и личностной эффективности. Ранее уже было показано, что «Я-концепция» суверенных людей отличается большей когнитивной сложностью по сравнению с депривированными, а их самооценка выше.

Будучи посредником между субъектом и другими людьми, суверенность вносит вклад в создание равноправного доверительного взаимодействия с другими людьми и, как показывают результаты, способствует установлению глубоких близких отношений.

Итак, мы видим, что понятие суверенности близко многим популярным в современной культуре терминам и вечным ценностям, обладающим непреходящей актуальностью. Обоснование теории психологической суверенности опирается на комплекс продуктивных персонологических или психотерапевтических теорий, и обилие междисциплинарных и внутридисциплинарных связей, на наш взгляд, свидетельствует о том, что этот феномен следует изучать и моделировать.

Результатам его исследования, уточнению онтологических свойств и феноменологических проявлений посвящены следующие главы.

## Глава 2. Краткое методологическое введение: что такое психологическая суверенность и как ее изучать

Под влиянием и в тесном взаимодействии с перечисленными выше областями и направлениями проанализируем современный тезаурус конструкта «психологическая суверенность», чтобы затем перейти к описанию ее основных свойств, очертить научные принципы ее изучения, уточнить теорию суверенности с учетом новых полученных другими исследователями и изложенных ниже результатов, а также представить перечень методов и приемов для ее изучения в разных аспектах, особое внимание уделив новой редакции опросника «Суверенность психологического пространства—2010» (СПП–2010).

### 2.1. Психологическая суверенность как конструкт психологии личности

Поиск термина — творческий научный процесс, требующий времени и претерпевающий изменения по мере получения новых данных. Исследования психологической суверенности проводятся давно, и по ходу их реализации центральный научный конструкт уточнялся и кристаллизовался. Надо отметить, что он возник не сразу: довольно долго казалось более существенным акцентировать не позицию субъекта по отношению к тому, что он развивает и охраняет, а само значимое содержимое его бытия (психологическое пространство). Еще раньше мы использовали совсем простой термин «территориальная идентич-

ность». Так назывался и диагностический опросник суверенности в его первой, неопубликованной версии.

Однако вскоре стало ясно, что язык физического пространства наиболее значим не для всех индивидов; многие люди используют для самоутверждения другие бытийные послания — мир личных вещей, социальных связей, ценностей, природы. Позже, под влиянием работ И. Альтмана, мы начали говорить о приватности (Altman, 1975). Хотя этот термин содержательно очень близок суверенности, в мировой психологии он оказался уже занятым и относящимся преимущественно к контролю над социальными связями и информацией. Кроме того, для россиян слово «приватность» имело негативный эмоциональный оттенок, вызванный и отсутствием культуры приватности в СССР, где общественное в течение долгого времени доминировало над личным, и влиянием радикальных экономических реформ, направленных на приватизацию имущества. Сама логика развития наших исследований привела к тому, что центральным понятием стала именно психологическая суверенность. И хотя мы стали впервые использовать этот термин лишь в начале 2000-х годов, он прижился в российской науке. Более того, примерно в это же время он появился и в других научных школах, что говорит о его насущности и востребованности (Дорофеев, 2009).

Уточним терминологический контекст данного понятия. Суверенность — это средство выражения личной свободы человека и одновременно добровольное признание свободы других людей; чтобы сочетать и соотносить различные интересы, собственно, и нужны психологические границы.

В наших исследованиях суверенность обязательно предполагает указание на тот объект, по отношению к которому она устанавливается, или на ту среду, из которой себя субъект выделяет. Таким образом, нам близки все психологические подходы к проявлениям индивидуального бытия. Ранее мы уже проанализировали области пересечения понятия с некоторыми авторитетными терминами классической и современной психологии личности, авторскими и просто широко распростра-

ненными — понятием «самость» К.Г. Юнга, «Я-концепция» Э. Эриксона, «личностная автономия», «обособление», «ответственность», «локус контроля», «самоутверждение», «конформность–неконформность», «независимость», «секретность» (Нартова-Бочавер, 2005б, 2008).

В настоящее время тезаурус понятия дифференцируется и обогащается, новые термины фиксируют иные аспекты существования эмпирической личности и субъекта, и целесообразно продолжить сопоставительный анализ (Дорофеев, 2009).

Интересное мнение высказала Ю.В. Трофимова относительно сходства и различия понятий автономность и суверенность: по ее мнению, автономность личности соответствует неклассическому периоду развития науки и отвечает за процесс самоорганизации личности, а суверенность появилась на постнеклассическом этапе и обеспечивает ее устойчивое саморазвитие (Трофимова, 2012). Это заключение показывает, что термин «суверенность» обладает отдельным смысловым оттенком по сравнению с другими близкими понятиями. Хотя, на наш взгляд, понятие суверенности вполне вписывается также и в рамки классической науки, так как оно вполне познаваемо и верифицируемо (не столько молярно, сколько молекулярно) и даже измеряемо.

Многие исследователи продолжают рассмотрение близких суверенности понятий с точки зрения их вклада в достижение личностной свободы. Е.Д. Главинская обращает внимание на исходный политический смысл суверенности и отмечает, что в социальном пространстве суверенный человек — это правовая личность, обладающая социальными свободами, что закономерно влечет за собой также и повышение уровня ее самоуважения, достоинства, чувства безопасности (Главинская, 2013). Предпосылкой становления суверенной личности, по мнению исследовательницы, является зрелость самосознания.

По мнению Э.Ю. Майковой и Я.В. Бондаревой (2015), для решения задач саморегуляции во всех формах человек нуждается в личностной автономии как черте личности. Именно ав-

тономия, способствующая произвольному дистанцированию человека от нежелательных объектов и установлению границ «изнутри», помогает сохранить личностные ресурсы. Таким образом, явления автономии и суверенности очень близки по своему предназначению и адаптивным функциям.

Похожим смыслом обладает и термин «внутренняя независимость», как его понимает Е.В. Кумыкова: «Внутренняя независимость — эмпирическая свобода (чувство личной ответственности, умение управлять собой, способность делать осознанный самостоятельный, независимый выбор), которая организует автономность и целостность жизненного пути личности как субъекта жизнедеятельности» (Кумыкова, 2011, с. 14).

Продолжая тему свободы, Н.Р. Салихова совершенно справедливо отмечает, что содержание персонализированного мира — это не просто часть среды, но *освоенная* им часть среды, и потому нельзя говорить о суверенизации того, что уже принадлежит человеку, так же как и нельзя защищать то, что им не освоено (Салихова, 2009). Суверенность всегда в явном виде или имплицитно содержит указание на предпочтения человека, его депривированные или ненасыщаемые потребности, и в этом смысле, как уже было нами отмечено, представляет собой форму субъектности человека.

Суверенность тесно связана с популярным в психодинамических течениях понятием сепарации, которое лишь относительно недавно стало систематически изучаться в отечественной психологии (Дзукаева, 2016; Луговский, Петренко, Сысоева, 2016; Харламенкова, Кумыкова, Рубченко, 2015). Суверенность способствует бесконфликтной продуктивной сепарации в юношеском возрасте, при которой связи с родителями не разрываются, а новая дистанция позволяет взрослому человеку обрести новую «порцию» личной свободы и ответственности. И напротив, депривированность личности не позволяет выйти из инфантильных отношений симбиоза или зависимости.

С другой стороны, суверенности как проявлению эмпирической личности чрезвычайно близок феномен «онтологическая

уверенность», описанный Р. Лэнгом и затем интересно исследованный Н.В. Коптевой (*Коптева, 2010; Лэнг, 1995*). Описывая содержание этого понятия, она отмечает, что онтологическая уверенность предполагает, а неуверенность исключает общность переживаний себя, других людей, мира в качестве реальных, субстанциональных, живых. Себя онтологически уверенная личность воспринимает как ценную, подлинную, других — как достойных доверия, вещи — как неизменные, природный мир — как надежный. Иначе говоря, такой человек демонстрирует свою непротивопоставленность, синергичность миру. Реальность собственного психологического пространства — это составляющая переживаний также и суверенной личности, как мы ее понимаем, поскольку суверенность определяет ее именно в контексте практического бытия, онтологически. Еще один оттенок понятия суверенности раскрывается при ее сопоставлении с другим набирающим популярность термином, а именно с аутентичностью. Аутентичность — это черта личности, которая обеспечивает переживание подлинности человеческой жизни и выражается в высокой чувствительности к ее неискренности, неестественности, «сделанности». Наличие этого интересного качества не может быть оценено по объективной успешности и продуктивности; подобно платоновской софросине, аутентичность — это «делание своего». Поскольку суверенность также предполагает уместность человека в заданных пространственно-временных обстоятельствах, вероятность подлинного бытия у суверенных людей выше, что далее и доказывается эмпирически.

Не только положительный полюс конструкта (собственно суверенность), но и отрицательный (депривированность) могут быть уточнены. Так, Н.П. Фетискин говорит о личностных деятельностных ограничениях и психологических барьерах, которые препятствуют профессиональному и личностному развитию человека. Сравнивая термины «ограничения» и «границы», нужно отметить, что, несмотря на общий корень слов, последние (в контексте суверенности, как мы ее понимаем) создаются субъектом добровольно, в то время как ограничения задаются извне.

Конечно, можно представить ситуацию, при которой «ограничение рождает искусство», однако она нетипична и в любом случае может быть рассмотрена лишь как один из вариантов развития, при котором актуализируется описываемый В.А. Петровским «мотив границы».

Депривированность как черта личности скорее близка по содержанию другой черте — личностной беспомощности, изучаемой в работах Д.А. Циринг и ее последователей (*Циринг, 2005*). А Е.С. Фоминых, отмечая незащищенность депривированной личности, говорит о ее виктимности, склонности оказываться в опасных ситуациях, что также связано с невыстроенными границами (*Фоминых, 2012а, б, в*).

И круг синонимичных или близких понятий, и антонимы уже исследованы в эмпирических работах и подтвердили свою содержательную связь с категорией суверенности.

## 2.2. Психологическая суверенность: дефиниции и свойства

В наших собственных исследованиях используется несколько определений суверенности: это, во-первых, способность человека контролировать, защищать и развивать свое психологическое пространство; во-вторых, состояние личностных границ человека; в-третьих, черта личности, проявляющаяся в высокой чувствительности к внедрению извне; в-четвертых, механизм установления баланса между собственными потребностями человека и потребностями других; в-пятых, система имплицитных и эксплицитных правил, регулирующих доступ к ресурсам и взаимоотношения между людьми (*Нартова-Бочавер, 2008; Nartova-Bochaver, 2012, 2013, 2014*).

Суверенность проявляется в переживании аутентичности собственного бытия, уместности в пространственно-временных и ценностных обстоятельствах своей жизни, которые она создает либо принимает, уверенности человека в том, что он поступает согласно собственным желаниям и убеждениям.

Если же человек действует, следуя логике обстоятельств и воле других людей, которая им не интериоризируется, можно говорить о депривированности личности (от английского *deprive* — лишать). Доминирующее переживание в этом случае состоит в ощущении подчиненности, отчужденности, фрагментарности собственной жизни и характеризуется затруднениями в поиске объектов среды, с которыми человек себя идентифицирует: он ощущает себя «на чужой территории» и не в своем времени.

Можно говорить о таких уровнях изучаемого качества как сверхсуверенность, нормальная (умеренная) суверенность, депривированность и травмированность (неподтвержденность). Сверхсуверенность (квазисуверенность) чаще проявляется как сверхкомпенсация в ответ на избыточно депривующие воздействия извне, неподтвержденность означает полное отсутствие чувства своего существования в результате пренебрежения потребностями человека.

Акмеологически суверенность представляет собой одну из форм субъектности человека, выражение его личностной зрелости, позволяющей ему проявлять себя в разных формах спонтанной активности — практических действиях, медитации, чувствительности и восприимчивости к явлениям внешнего и внутреннего мира (*Нартова-Бочавер, 2007*). Процесс становления суверенности, уточнение границ психологического пространства и одновременно их укрепление мы называем суверенизацией личности. Суверенизация направлена на освоение определенных фрагментов персонализированной человеком среды — его психологического пространства, которое включает в себя шесть эмпирически выделенных измерений: физическое тело, личную территорию, личные вещи, режимные привычки, социальные связи, вкусы и ценности. Эта структура, впрочем, была установлена на материале биографических высказываний клиентов, посещающих психологическую консультацию, более пятнадцати лет назад и сегодня может быть дополнена также виртуальными объектами суверенизации (героями любимых

игр или предпочитаемыми сайтами), информационными (приватностью по отношению к логинам-паролям), доступам к гаджетам, хранящим сведения о владельце.

Примечательно, что потребность в суверенности может менять средства своего удовлетворения: так, человек, живущий в условиях социальной несвободы, может «наращивать» внутренний мир как наиболее сущностное для себя явление; человек, не имеющий личной территории, может использовать в качестве ее замещения предметы «движимой» собственности или самоутверждаться за счет обилия своих социальных контактов, имея «сто друзей».

Внутри каждой из сфер психологического пространства складываются свои онтологические языки самовыражения, и каждый человек обладает индивидуальным профилем суверенности, в зависимости от преобладающей чувствительности. Так, кто-то категорически не переносит, чтобы дотрагивались до его тела и кормили тем, что он не любит, а кто-то легко примиряется с подобными опытами, но зато не может прожить без возможности уединения или путешествий.

На наш взгляд, можно говорить о наличии потребности в суверенности, которая принимает разное конкретно-средовое выражение в зависимости от объективных условий (геосоциальный статус) и задачи взросления человека. Подобно потребности в приватности, для современного человека, особенно живущего в условиях мегаполиса, она чрезвычайно значима, и большое количество внутри- и межличностных конфликтов, невротических и даже психотических нарушений возникают из-за невозможности или неспособности ее удовлетворить. Суверенность чрезвычайно важна и для специалистов, связанных с выраженной публичностью или с ненормированным режимом дня — педагогов, журналистов, представителей экстремальных профессий, поскольку такие условия для человека со слабыми границами представляют собой фактор риска полного растворения в работе и отказа от всего личного. По мнению Д.А. Леонтьева, автоно-

мия и самодетерминация как близкие суверенности феномены нужны человеку для того, чтобы ориентировать его активность в пространстве возможного, оберегая от излишних энергозатрат на попытки достигнуть нереальные цели (Леонтьев, 2000). Позволим себе такую интерпретацию — границы в этом смысле несут функцию не защиты от кого-то или чего-то вовне; это защита самого себя от ложных жизненных вызовов.

Будучи позитивным качеством личности, суверенность проявляется в переживании подлинности, аутентичности собственного бытия — уверенности человека в том, что он поступает согласно собственным желаниям и убеждениям, ощущении своей уместности во времени и пространстве, сознании своей самооценности, в то время как депривированность характеризуется переживанием подчиненности, отчужденности, фрагментарности своей жизни и характеризуется затруднениями в поиске объектов идентификации.

Суверенность как прочность границ способствует не только выживанию и сохранению необходимых для нормального функционирования ресурсов, она также оберегает других людей от экспансии со стороны субъекта и потому выполняет существенные регуляторные функции. Уже есть данные, свидетельствующие о том, что суверенный человек не только отличается жизнестойкостью и устойчивостью, но также умеет продуктивно взаимодействовать с другими, проявляя справедливость, эмпатию, умея устанавливать близкие отношения и воздерживаясь от манипулятивных и негуманных практик общения (Нартова-Бочавер, 2014б).

Исследования говорят о том, что у суверенной личности высок уровень доверия себе (Астанина, 2010). Уверенность в своей безопасности наделяет человека диалогическим отношением к миру: его не пугает и не отвращает собственная позиция партнера в совместной деятельности или общении, он может задать вопрос или попросить, он готов принять «нет» от другого человека, не испытывая при этом унижения и страха за свое

достоинство, в то время как отсутствие суверенности нередко сочетается с проявлениями деспотизма как деструктивной формы самоутверждения и примитивной защиты (Черняева, 2016). Поэтому неудивительно, что суверенные люди креативны в своем жизнетворчестве и не боятся экспериментировать над своей деятельностью и ролями, что делает их в конечном счете более социально успешными и счастливыми.

Личностная суверенность динамична; единицей ее приращения и измерения является психологическая ситуация, которая разрешается посредством психологического преодоления (coping). В наших исследованиях и работах других психологов показано, что есть связь между предпочитаемыми способами совладания и уровнем суверенности: активные способы coping-поведения сочетаются с суверенностью, а пассивные — с депривированностью (Никулина, Крекова, 2009).

Нормальная суверенность развивается в онтогенезе на протяжении всего жизненного пути в соответствии с возрастными задачами каждой стадии. Расширение области суверенизации происходит в следующей последовательности: суверенность телесности возникает в младенчестве, личной территории и вещей — на протяжении раннего и дошкольного детства, привычек — с дошкольного по младший школьный возраст (Нартова-Бочавер, 2005а; Силина, Нартова-Бочавер, 2014). Суверенность социальных связей появляется в дошкольном возрасте, вкусов и ценностей — тогда же, но становится регулятором поведения лишь в подростковом возрасте. Механизмы суверенизации — это сигнификация (означивание) и персонализация (присвоение). Таким образом, взрослеющий человек выделяет и делает своими разные объекты жизненного пространства, начиная с собственного тела и заканчивая духовными данностями. В случае гармоничного развития человек обладает средовыми языками самовыражения, адекватными всем шести измерениям психологического пространства, и пользуется ими согласно контексту жизненной ситуации.

В то же время необходимо отметить, что суверенность представляет собой не универсальный ресурс развития; слишком высокий ее уровень, как и слишком низкий, деструктивно сказывается на развитии личности и социального поведения человека. Что также не удивительно: в случае депривированности границы обладают слабой прочностью, и человек оказывается жертвой манипуляций, давления извне, в то время как в случае ригидно сверхпрочных границ (сверхсуверенности) он имеет слабую восприимчивость к миру и склонен сам внедряться в психологическое пространство других людей, рано или поздно получая отрицательный средовой ответ. И то и другое повышает уязвимость личности, однако с разной симптоматикой и последствиями.

Ограничение благотворной роли суверенности в развитии личности задано не только ее уровнем, но также и возрастом человека. Можно ожидать (и это предположение далее подтверждается эмпирически), что период жизненного пути до ранней молодости отличается высокой чувствительностью к суверенности, представляющей мощный ресурс ее самоподдержки. Это вполне согласуется с основным содержанием возрастных задач развития, решаемых в подростковом и юношеском возрасте, поскольку они тесно связаны с успешностью сепарации от родителей, от роли ребенка, и подразумевают перестройку конфигурации личностных границ.

Так, в подростковом возрасте, который, по мнению Р. Хевигерста, продолжается с 12 до 18 лет, необходимо устанавливать как можно больше зрелых отношений со сверстниками обоего пола, принять свою маскулинную или фемининную социальную роль, принимать и использовать свои телесные возможности, достигнуть эмоциональной независимости от родителей и других взрослых, подготовиться к женитьбе/замужеству и семейной жизни, создать систему этических ценностей и научиться социально ответственному поведению. Все это подразумевает выстраивание и укрепление личностных границ (Havighurst, 1972). Что же касается ранней взрослости, которая длится с 19 до 30

лет, то это уже время эксплуатации и испытания своих границ на прочность, так как среди задач данного периода называются выбор романтического партнера и обретение навыков совместной жизни с ним, создание дома, начало профессиональной карьеры, принятие социальной ответственности, обретение близкого по духу круга знакомых. Очевидно, что на этих жизненных этапах задачи сепарации–интеграции решаются перманентно, и чувствительность к сохранности границ должна быть уже сформированной.

К сожалению, до сих пор собрано очень мало данных о регуляторной роли суверенности в средней взрослости и на поздних этапах жизни, однако можно предположить, что у зрелых и пожилых людей задачи выстраивания границ должны быть уже решены, и эти продуктивные периоды жизни располагают к тому, чтобы использовать то, что было создано раньше. Обострение проблемы границ в зрелом и пожилом возрасте, на наш взгляд, может свидетельствовать об инфантильности личности, ее стрессовой дезадаптации при травматичной смене условий, например, вынужденной эмиграции или смене социального круга, если начинают вновь возникать трудности самоидентификации.

При невозможности обрести психологическую суверенность отмечаются регрессии, связанные с ригидной фиксацией одного или нескольких языков средового самовыражения, что проявляется в психосоматических расстройствах как знаке невладения своим телом и неуверенности в нем, территориальной экспансии в поведении, фетишизме, ритуализации и сверхконтроле над временными характеристиками поведения, межличностных патологиях, внушаемости или склонности к внедрению «сверхценных» идей. Развитие суверенности имеет кумулятивный характер: опыт автономного поведения в одной ситуации, обобщаясь, переносится на стратегии поведения в других. Если суверенные поступки последовательно подкрепляются, возможно развитие суверенности как черты личности, в других же случаях она может оставаться на уровне привычек или установок.

### 2.3. Принципы исследования и теория психологической суверенности

Итак, психологическая суверенность — многомерное и полидетерминированное явление, которое регулируется средовыми факторами и формами активности, восходящими к природным программам и социальным образцам поведения.

Формулируя положения теории психологической суверенности, мы руководствовались следующими общенаучными принципами.

1. Принцип развития утверждает, что любое явление исторично и должно изучаться как изменяющееся во времени, обладающее объяснительной и предсказательной силой. Опираясь на этот принцип, мы использовали в изучении суверенности ретроспективный анализ: предположив, что суверенность — кумулятивное качество, основанное на позитивном опыте разрешения ситуаций вызова, ограничения, подавления, акты поведения в этих отдельных ситуациях мы рассматривали в качестве единиц приращения суверенности как черты личности. Она формируется, основываясь на накопленном опыте суверенного поведения, и по актуальному состоянию личностных границ можно с достоверностью воспроизвести личную историю человека.

Принцип развития направлял также и возрастно-психологический аспект исследований: в разных модулях была получена информация о том, к какому фрагменту психологического пространства наиболее сензитивен человек на разных этапах жизненного пути, как меняются в онтогенезе качества границ, какова специфика предназначения суверенности в интра- и интерпсихологическом пространстве в зависимости от возраста человека (*Бальтес*, 1994).

Кроме того, изучение суверенности обладает предсказательной силой, поскольку во многих эмпирических исследованиях мы использовали регрессионный анализ, где суверенность выступала в качестве независимой переменной.

2. Принцип системности, заимствованный из теории систем Л. фон Берталанфи, призывает любое явление изучать как обладающее сложной структурой и в то же время включенное в другую систему. Каждый человек находится одновременно в нескольких системах, характеризующихся открытостью–закрытостью. Для нормальной саморегуляции подсистемы необходимо, чтобы границы существовали, но не были избыточными. Так, в СССР в пору «железного занавеса» и сверхпрочных границ, отделяющих страну от остального мира, семья и личность были проницаемыми системами, общество оценивало идеологию и могло осуждать личные взгляды человека, даже если они не выходили на уровень асоциального поведения; внутрисемейные события, подобные супружеской измене и разводу, обсуждались в трудовом коллективе или на партсобраниях. Таким образом, в тоталитарном обществе сочетались высокая проницаемость семьи и закрытость общества в целом. В закрытых семьях также часто используется высокий контроль над членами семьи, доходящий до насилия, в силу чего социальным службам бывает трудно распознать эти случаи. В открытых семьях и государствах, напротив, обычно процветают ценности индивидуализма, личной свободы и приватности. Другие примеры приходят из области психосоматики: люди, пережившие физическое насилие, болезненно реагируют на прикосновения и уменьшение пространственной дистанции; носители невротических симптомов с внутренними конфликтами имеют болезни кожи, то есть страдают от нарушенности внешних, самых естественных границ (*Сафонова*, 1999; *Ребеко*, 2015). Все это — разные варианты поддержания устойчивости системы.

Еще один аспект использования принципа системности состоит в том, что мы рассматриваем суверенность по отношению к разным составляющим психологического пространства; при этом возможно, что ее уровень может варьировать. Значительные усилия были также приложены к тому, чтобы уточнить статус суверенности в структуре личностных черт; было

показано, что она представляет собой черту низшего уровня (facet), сопряженную с другими чертами, относящимися к эмоциональной теплоте, особенностям общения и эмоциональной устойчивости.

3. Принцип детерминизма также использовался в наших исследованиях. Суверенность рассматривается как обусловленное качество, зависящее от истории жизни, темперамента, средовых условий, возможно — культурных особенностей. С другой стороны, суверенность сама по себе оказалась предиктором многих социальных и внутриличностных проявлений. При этом, говоря о детерминизме, необходимо отметить нелинейность обнаруженных связей: в большинстве осуществленных нами исследовательских модулей имел место нежесткий детерминизм, поскольку личность представляет собой живую, а значит, сложную саморазвивающуюся систему (Сергиенко, 2016; Харламенкова, 2008, 2013). И обнаруженные связи чаще всего носили нелинейный характер.

В развитии суверенности, видимо, можно выделить сензитивные периоды, когда личность чувствительна к незначительным стимулам (флуктуациям), влекущим за собой существенные изменения: это периоды детства, отрочества, ранней зрелости. Средний возраст консервирует уже достигнутый уровень суверенности, а об ее развитии в позднем возрасте нам пока ничего не известно.

4. Особую роль играл в наших исследованиях принцип дополнительности (комплементарности), имеющий два смысла. Во-первых, он связывает наблюдаемые факты с позицией исследователя или качеством инструмента, ограничивающим возможности познания. Действительно, большинство наших фактов было получено с использованием анамнестического опросника, таким образом, данных об актуальном уровне развития суверенности как черты личности было не много. Во-вторых, принцип дополнительности побуждает к тому, чтобы интерпретировать данные с поиском «иного», того, чему факт противостоит, чем (и до чего, до какой целостности) он может быть дополнен. С

этой точки зрения примечательно, что суверенность может возникать как синергетичный ответ на безопасность домашнего пространства и вообще среды обитания, а может возникать компенсаторно, как результат стесненных жилищных условий и переносимых деприваций.

Принцип дополнительности призывает к аккуратной интерпретации как низкой, так и высокой суверенности, потому что в конкретном контексте жизни и при наличии дополнительных переменных (продолжительности депривационного воздействия, социальных и личностных ресурсов, обучаемости и умения извлекать опыт) достигнутый уровень суверенности может как побуждать к развитию, так и останавливать его. Этот принцип в наибольшей степени разбивает житейские стереотипы, предостерегая от скороспелых выводов и прогнозов.

5. Наконец, мы принимали во внимание также и общенаучный принцип эквивалентности, утверждающий, что один и тот же результат может быть достигнут разными путями. Применительно к исследованию суверенности это означало, что один и тот же ее уровень складывается из разных составляющих, в зависимости от присущего личности онтологического языка самовыражения, реальных условий жизненной среды, момента личной истории. Подавление использования одних техник развития суверенности может компенсироваться развитием других: так, например, в СССР в условиях тотального дефицита предметов повседневного спроса высокой ценностью обладали информация и знание, в силу чего советские люди получили репутацию самого читающего народа; тот же период отличался высокой избирательностью в социальных контактах и разборчивостью в близких отношениях. В настоящий момент социальная поддержка и самоутверждение в значительной мере реализуются посредством социальных сетей, а не реальных близких отношений, что, однако, также выполняет свою адаптивную задачу: закрытый в семье человек может добровольно открыться неблизким людям.

Теория психологической суверенности, подтвержденная эмпирическими и психотерапевтическими фактами, была нами обобщена в нескольких положениях, которые изменились после первой публикации с учетом полученных новых данных (Нартова-Бочавер, 2005б; *Nartova-Bochaver*, 2009, 2010).

1. **О предназначении.** Эволюционное и социальное предназначение психологической суверенности состоит в обеспечении саморегуляции посредством селекции воздействий извне; благодаря суверенности личность адаптируется, развивается и обретает продуктивность во всех сферах жизни.

2. **О структуре.** Суверенность устанавливается по отношению к разным измерениям психологического пространства и включает в качестве подсистем суверенность физического тела субъекта (СФТ), территории (СТ), личных вещей (СВ), привычек (СП), социальных связей (СС), вкусов и ценностей (СЦ).

3. **О динамике.** Субъект стремится повысить свой уровень суверенности и расширить ее действие по отношению к психологическому пространству на протяжении жизненного пути вплоть до ранней зрелости; затем развитие суверенности стабилизируется, а ресурсно-регуляторные функции становятся слабее.

4. **О детерминации.** Психологическая суверенность зависит от объективно-средовых условий жизни человека, восходит к инстинкту территориальности и служит социальной формой реализации биологических программ; она поддерживается разными формами активности субъекта и поэтому связана с индивидуально-личностными особенностями разных уровней индивидуальности.

5. **О феноменологии.** Суверенность возникает как ситуативный ответ личности, закрепляется в привычках и превращается к подростково-юношескому возрасту в стабильную личностную черту нижнего порядка (facet).

К моменту обоснования нашей теории были обнаружены различия уровня суверенности между сельскими и городскими жителями, показано также, что, в соответствии с эволюционным предназначением пола, присутствуют различия в зависимости

от пола. Проведенные исследования позволили установить связи между суверенностью и индивидуально-психологическими качествами разных уровней индивидуальности; наиболее сильными оказались связи с индивидуальными и духовно-мировоззренческими характеристиками: темпераментом, переживанием смысла жизни, особенностями самосознания (Нартова-Бочавер, 2008). В других наших работах было также показано, что психологическая суверенность 1) усиливается в онтогенезе, отвечая задачам взросления человека; 2) проявляется в формах психической активности, соответствующих всем уровням индивидуальности; 3) определяет благополучие и продуктивность личности в различных сферах жизнедеятельности.

## 2.4. Методы и приемы изучения суверенности

### 2.4.1. Общая характеристика приемов и методов

Феномен психологических границ, в том числе и суверенность психологического пространства, может быть изучен при помощи разных методических приемов.

В начале исследования мы опирались на отдельные жизненные истории и консультативные случаи, которые оказались нам доступны в ходе практической работы и, собственно, стимулировали начало изучения суверенности. В ходе знакомства с личной историей клиентов нам нередко открывались травматичные эпизоды их детства, описанные на «средовом» языке: например, не давая оценки своим переживаниям или родительскому стилю воспитания, многие клиенты рассказывали о потерянных игрушках, умерших или потерявшихся животных, недосмотренных фильмах, недоигранных играх и разных других печальных повседневных опытах. Благодаря использованию метода отдельных случаев, оказалось возможно соотнести историю жизни клиента с эпизодами его актуального, обычно неудовлетворительного для него, существования. Использование кейс-метода одновременно позволило набрать банк ситуаций-утверждений, который позже вошли в содержание разработан-

ного нами опросника «Суверенность психологического пространства» (Нартова-Бочавер, 2004).

Ввиду возрастных ограничений для использования опросников, а также в зависимости от стадии исследования, для изучения суверенности могут использоваться следующие методы, хорошо зарекомендовавшие себя в работе с детьми вплоть до подросткового возраста (Силина, Нартова-Бочавер, 2015; Пивненко, Филиппова, 2016). Возможно использование моделирования в разных формах — в игре, с элементами психодрамы или танцевдвигательной терапии, для того чтобы увидеть состояние личностных границ человека, способы их поддержания и степень сохранности–разрушенности. Конструктивно использовать анализ продуктивной деятельности ребенка или взрослого, в зависимости от предпочтений психолога и доступности респондента: это может быть анализ графической, вербальной, пластической продукции человека, интерпретация сочиненных им нарративов, сказок, рассмотрение и анализ рисунков (например, «Домика с комнатами»). Отношение к собственным границам и границам других людей может быть прояснено в беседе, свободном или стандартизированном интервью, дискуссии. Можно разработать систему категорий для изучения границ, как это сделала Т.С. Леви, применяющая качественные и количественные методы (Леви, 2013). Несколько позже, развивая структурно-функциональный подход к сущности психологических границ, она разработала опросник «Психологическая граница личности», включающий 48 утверждений, по восемь на каждую из функций, предназначенный для изучения особенностей регуляции людей начиная с подросткового возраста (Леви, 2015). Пример утверждения — «Если меня просят то, что я не хочу делать, мне сложно сказать “нет”» (там же, с. 9).

Существует также и несколько других стандартизированных опросников для изучения психологических границ, применение которых, конечно же, ускоряет сбор эмпирического материала. Одним из первых можно упомянуть опросник Эрнста Хартманна «Опросник границ» (Boundary Questionnaire),

включающий 145 утверждений, объединенных в 12 категорий, описывающих как внешние социальные и материальные, так и внутренние границы. Он выделил следующие шкалы: Сон/бодрствование/мечты (Sleep/wake/dream), Необычные опыты (Unusual experiences), Мысли, чувствования, настроение (Thoughts, feelings, moods), Детство, отрочество, зрелость (Childhood, adolescence, adulthood), Межличностное пространство (Interpersonal), Чувствительность (Sensitivity), Точность, ясность, аккуратность (Neat, exact, precise), Заборы, границы, одежда (Edges, lines, clothing), Мнения о детях и других людях (Opinions about children and others), Мнения об организациях (Opinions about organizations), Мнения о народах, нациях, группах (Opinions about people, nations, groups), Мнения о красоте и правде (Opinions about beauty, truth). Тест представляется очень интересным, и, что чрезвычайно важно, существует его русскоязычная адаптация (Шамшикова, Волохова, 2011).

Более лаконичная методика — опросник «Границы Я» Нины Браун также адаптирован Е.О. Шамшиковой (2009). Опросник имеет однофакторную структуру и состоит из 30 утверждений, каждое из которых диагностирует тенденцию респондента внедряться в психологическое пространство других. Таким образом, опросник показывает не сохранность собственных границ, а скорее угрозу для границ других людей, что также очень актуально в аспекте оценки рисков асоциальности, нарциссического и других видов психотических нарушений.

Еще один интересный метод — это адаптированный на русской выборке Я-структурный тест Гюнтера Аммона, который может быть использован для диагностики состояния внешних и внутренних границ (Очерки..., 2003). Тест включает 220 пунктов, 6 шкал и 18 субшкал (по три модуса в каждой шкале, конструктивный, деструктивный, дефицитарный). Вот шкалы опросника: Агрессия, Тревога, Внешнее Я-отграничение, Внутреннее Я-отграничение, Нарциссизм и Сексуальность.

И наконец, представляется очень перспективным и востребованным в ближайшем будущем опросник «Суверенность

психологического пространства в социальной сети» (ВСПП-СС), разработанный А.А. Шаповаленко в русле его собственного оригинального исследования личностных границ в виртуальном мире (Шаповаленко, 2016). Опросник включает шесть субшкал, соответствующих измерениям виртуального психологического пространства. Единицами приращения (или уменьшения) суверенности являются утверждения, содержащие некоторую жизненную ситуацию в социальной интернет-сети и предполагающие наличие или отсутствие мер по выстраиванию границ. В опросник было включено 71 утверждение, из которых 38 имеют положительный ключ, остальные — отрицательный.

#### 2.4.2. Новая версия опросника «Суверенность психологического пространства–2010»

За основу новой версии основного метода нашего исследования был взят прежде разработанный и широко используемый опросник «Суверенность психологического пространства», включающий шесть шкал, соответствующих измерениям психологического пространства (Суверенность Физического тела, Территории, Вещей, Привычек, Социальных связей, Ценностей) (см. Приложения 1, 2). Единицами шкал были утверждения, содержащие некоторую жизненную ситуацию, предполагающую факт внедрения или ограничения извне и эмоциональную реакцию субъекта на это внедрение. Соответственно, в зависимости от знака ключа, согласие с утверждением прибавляет один балл к общему показателю суверенности по заданной шкале либо вычитает один балл, то есть усиливает депривированность. Например, «Часто мне приходилось терпеть, когда родственники тискали и целовали меня»: если человек действительно страдал от активности родных, он согласится с утверждением, тем самым понижая уровень суверенности на один балл; если родные были внедряющимися, но это его не мучило, а также если подобных ситуаций не было вообще, то он не согласится с утверждением и получит один балл в пользу суверенности. Очевидно, за утверждением может стоять различный опыт — как отсут-

ствие стрессов и испытаний вообще, так и активное совладание с этими стрессами, однако оба варианта способствуют тому, что психологические границы остаются прочными, а субъект — нетравмированным. Как и прежде, мы использовали 2-балльную Ли-шкалу, и каждый ответ оценивался согласно ключу либо как +1, либо как -1; пункты, показавшие разброс ответов менее чем 30:70, были исключены на предварительной стадии подготовки теста.

Все ситуации обращали субъекта к его прошлому; таким образом, опросник имеет в первую очередь анамнестический характер. Однако исследования субъективных представлений о жизненном пути, проводимые, в частности, еще К. Левином (2000) и Дж. Морено (2001), показывают, что, в соответствии с принципом современности, оценка прошлого всегда несет на себе отпечаток настоящего, обеспечивая селективность по отношению к пережитому опыту: так, человек благополучный склонен меньше обращаться к травматичным событиям прошлого по сравнению с тем, кто переживает жизненный кризис. В ходе валидации опросника также оказалось возможным уточнить психологический статус суверенности: корреляционный анализ показал, что это, скорее всего, черта низшего уровня. Поэтому использование ретроспективных утверждений вполне отвечает логике формирования черты личности в онтогенезе: от отдельного эпизода к привычке и затем — к черте (Олторт, 2002).

Задачи ревалидации опросника были обусловлены а) целесообразностью сокращения объема опросника; б) подтверждением его структуры, что не было сделано ранее; в) более мощными приемами изучения разных видов его валидности; г) перманентной необходимостью пересмотра статистических норм и построения новых профильных бланков, что требуется с периодичностью не реже чем каждые десять лет для каждого опросника.

Подготовка опросника проводилась по модульному типу, в частных исследованиях с разными объемами выборок, направленных на проверку внешней и внутренней валидности. Резуль-

таты подготовки новой версии опросника позволили также уточнить природу психологической суверенности как феномена.

В общей сложности выборка составила 1073 респондента: 529 мужского пола, 444 — женского, средний возраст 16,8 лет ( $Me=19,2$ ;  $SD=7,45$ ), этнически однородна (русские и уроженцы Кавказского региона, живущие в России), распределение по регионам следующее: Москва (55%), Воронеж (28%), Таганрог (14%), сельские районы средней полосы России (3%).

**2.4.2.1. Внутренняя согласованность опросника.** Эта часть исследования была осуществлена с использованием данных 618 респондентов (289 мужского пола, 329 женского, средний возраст 17,2 лет ( $Me=21,2$ ,  $SD=6,9$ ), жители Москвы, Воронежа и Таганрога).

Результаты показали нормальное распределение баллов, со слабой левосторонней асимметрией (критерий Колмогорова–Смирнова,  $p<0,1$ , критерий Пирсона  $p<0,001$ ) (рис. 1). Распределения значений по субшкалам также близки нормальному (по критерию Пирсона  $p$  колеблется от 0,01 до 0,001).

На первом этапе исследования был осуществлен подтверждающий факторный анализ для подтверждения ожидаемой факторной структуры опросника. При соотношении хи-квадрата и степеней свободы 1,9 ( $\chi^2=5891,1$ ,  $df=3072$ ) были получены удовлетворительные индексы соответствия  $CFI=0,536$ ,  $RMSEA=0,039$ , 90% доверительный интервал  $RMSEA$  составил 0,038–0,041. Эти результаты позволяют подтвердить, что в модели психологической суверенности действительно надежно выделяются шесть отчетливо идентифицируемых факторов, коррелирующих между собой (табл. 1). Одновременно на основании данных Уолд-теста было исключено несколько пунктов, в результате чего первоначальный массив утверждений сократился с 80 до 67.

Между показателями субшкал получены высокие интеркорреляции, что подтверждает валидность и обоснованность конструкта суверенности в многообразии его проявлений, стоящего за частными показателями субшкал.

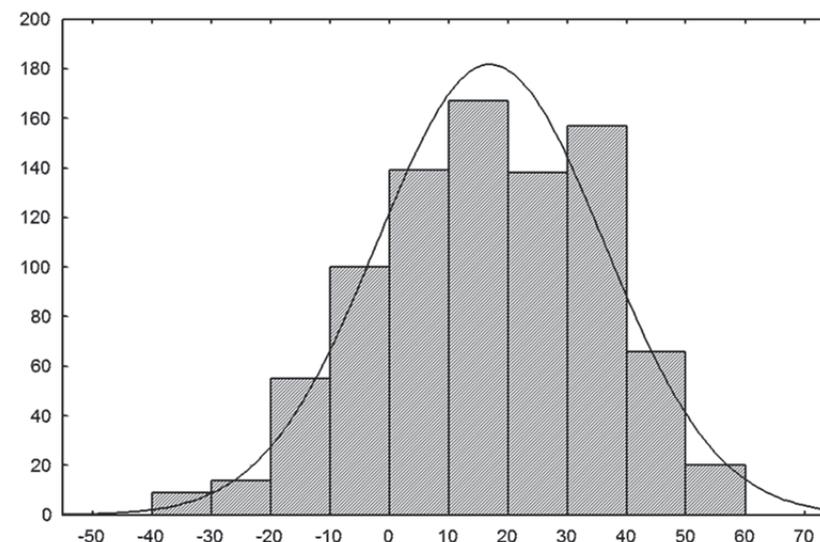


Рис. 1. Распределение баллов опросника СППИ–2010

Таблица 1

Интеркорреляции субшкал опросника СППИ–2010

	СФТ	СТ	СВ	СП	СС	СЦ
СФТ	1					
СТ	0,50	1				
СВ	0,46	0,45	1			
СП	0,36	0,38	0,40	1		
СС	0,48	0,48	0,54	0,50	1	
СЦ	0,44	0,48	0,47	0,46	0,56	1

Примечание:  $N=618$ ; все корреляции значимы на уровне  $p<0,01$ .

Следующими психометрическими характеристиками, полученными на той же выборке, были надежность–согласованность,

обнаружившая удовлетворительные показатели по большинству субшкал (табл. 2), и показатель ретестовой устойчивости, составивший при интервале повторного тестирования в три недели 0,78. Внутренняя надежность шкалы суверенности социальных контактов, впрочем, требует дальнейшей доработки, хотя на текущий момент ее показатели могут быть рассмотрены как умеренно удовлетворительные.

Таблица 2

#### Показатели альфа Кронбаха для субшкал опросника СПП–2010

	СПП–2010	СФТ	СТ	СВ	СП	СС	СЦ
Альфа Кронбаха	0,85	0,68	0,69	0,74	0,68	0,56	0,76

**2.4.2.2. Содержательная валидность опросника-1.** Для проверки содержательной валидности было решено использовать контрастные группы, выделенные на основе максимально близкого суверенности внешнего признака, а именно — проживания в разных средовых условиях. Всего в этой серии участвовало 95 московских подростков среднего возраста 13,7 лет ( $M_e=12,9$ ;  $SD=1,2$ ). Группу условно благополучных составили подростки, обучающиеся в элитных московских школах ( $N=43$ , 22 мальчика, 21 девочка); согласно мнению педагогов, эти дети росли в условиях родительской заботы и демократического стиля обучения, и внимание к их повседневным интеллектуальным и духовным потребностям всегда было высоким. Другую группу условно неблагополучных составили воспитанники детского дома и ученики спецшколы для трудных подростков ( $N=52$ ; 37 мальчиков, 15 девочек); все они испытали негармоничное родительское обхождение и отсутствие материального достатка в детстве.

Обнаружено, что все показатели суверенности в группе условно благополучных подростков выше, чем среди неблагополучных, хотя значимость этих различий неодинакова (табл. 3).

Таблица 3

#### Сравнение уровня СПП–2010 в группах условно благополучных и неблагополучных подростков

Выборка	СПП–2010	СФТ	СТ	СВ	СП	СС	СЦ
Условно благополучные	24,3	3,8	3,4	5,7	3,2	1,8	6,4
Условно неблагополучные	11,6	2,0	2,0	1,9	2,4	1,1	2,3
U Манна–Уитни	670,0**	873,0	917,0	579,5**	941,5	950,5	597,5**

Примечание: условно благополучные  $N=43$ ; условно неблагополучные  $N=52$ ;  
\*\* — значимы на уровне  $p<0,01$ .

Несмотря на небольшой объем выборок и на то, что критерий их составления не полностью отражал изучаемый конструкт, использование U Манна–Уитни показало значимую разницу между общим показателем СПП–2010 в сравниваемых группах; основной вклад в это различие был внесен показателями суверенности вещей и ценностей. Этот результат отвечает реальному положению дел: очевидно, что обитателям детского дома и трудным подросткам из небогатых семей, фактически не обладающим никакой личной собственностью и не имеющим возможности сформировать собственные вкусы и предпочтения, труднее поддерживать свои психологические границы в этих сферах психологического пространства, чем детям из благополучных семей. В то же время примечательно, что по ряду показателей (суверенность тела, территории, временных привычек, социальных связей) значимые различия не обнаружены, и это вполне согласуется с тем фактом, что дети в условиях безнадзорности испытывают также и меньше ограничений по сравнению с детьми из благополучных семей, которые обычно растут под более жестким контролем своих родителей.

**2.4.2.3. Содержательная валидность опросника-2.** Следующий шаг в изучении содержательной валидности состоял

в выделении контрастных групп по признаку объективного социального благополучия, для чего было предпринято сравнение показателей СПП–2010 в группе из 89 законопослушных подростков и 105 подростков, осужденных за преступления против собственности (кража или бродяжничество) и против личности (разбой, сексуальное насилие, убийство), все мужского пола, средний возраст 15,7 лет ( $M_e=15,2$ ;  $SD=2,6$ ), из Воронежской области; у 24 подростков информация о типе совершенного преступления отсутствовала. В зависимости от возраста подростки-правонарушители жили в центре содержания несовершеннолетних преступников, специальной школе или тюрьме. В соответствии с нашими рассуждениями о смысле суверенности в процессе жизнедеятельности мы ожидали, что у правонарушителей уровень суверенности будет ниже.

Результаты действительно показали более высокий уровень суверенности у законопослушных подростков по двум измерениям суверенности, а именно — территории и ценностей (табл. 4). Это может определяться как историей жизни подростков, так и актуальными условиями их бытия. Тот факт, что уровень суверенности оказался выше не по всем шкалам, можно объяснить более широким репертуаром техник жизни у криминальных подростков, которые, в отличие от законопослушных, практикуют также и противозаконные способы обретения суверенности и расширения собственных границ. Так, они могут поддерживать суверенность своего тела за счет того, что не останавливаются перед насилием, суверенность вещей — посредством краж, они также более свободны в выборе друзей, что не всегда находит понимание в семьях законопослушных подростков, и устанавливают тот режим жизни, который их устраивает, не считаясь с окружающими. Таким образом, можно предположить, что они с большей вероятностью практикуют внедрение в пространство жизни других людей, не стремясь считаться с другими или быть удобными для них.

Для дальнейшей проверки этого предположения группа криминальных подростков была разделена в соответствии с

Таблица 4

**Сравнение уровня СПП–2010 у законопослушных и криминальных подростков**

Выборка	СПП–2010	СФТ	СТ	СВ	СП	СС	СЦ
Законопослушные	18,7	2,7	3,3	3,0	1,9	2,6	5,2
Криминальные	14,1	1,7	2,3	2,8	2,1	1,7	3,6
U Манна–Уитни	3988,0	4010,0	3867,5*	4402,0	4565,5	3931,0	3845,0*
Законопослушные	18,7	2,7	3,3	3,0	1,9	2,6	5,2
Совершившие преступления против собственности	9,9	1,1	1,8	1,8	1,4	1,3	2,5
U Манна–Уитни	809,0	891,0	944,0	795,0	680,5*	990,5	959,0
Законопослушные	18,7	2,7	3,3	3,0	1,9	2,6	5,2
Совершившие преступления против личности	25,3	3,7	3,7	5,0	4,5	2,6	5,7
U Манна–Уитни	408,0**	512,0*	537,5*	439,0**	457,0**	540,5*	492,5*
Совершившие преступления против личности	25,3	3,7	3,7	5,0	4,5	2,6	5,7
Совершившие преступления против собственности	9,9	1,1	1,8	1,8	1,4	1,3	2,5
U Манна–Уитни	587**	594,5**	630,5**	756,5	911	754*	592**

*Примечание:* законопослушные подростки N=89; правонарушители N=105; осужденные за преступления против личности N=23; против собственности N=66; \* — U значим на уровне  $p<0,05$ ; \*\* — значим на уровне  $p<0,01$ .

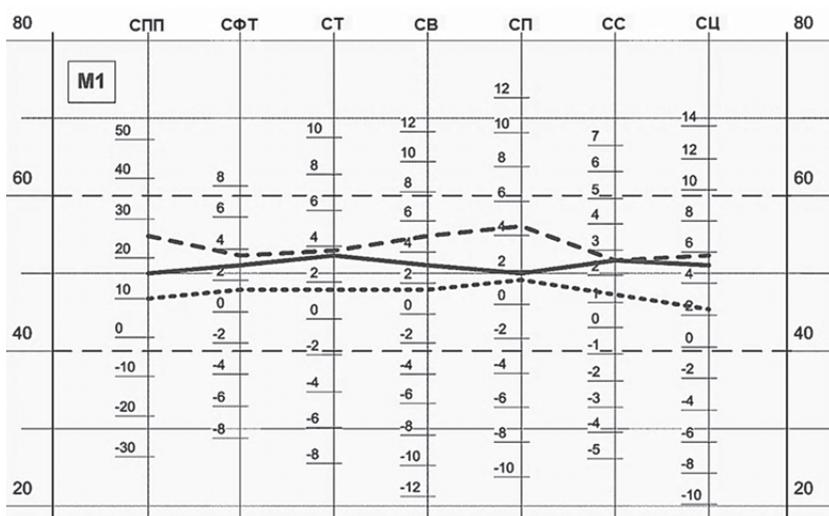


Рис. 2. Показатели СПП-2010 у законопослушных подростков (сплошная линия); правонарушителей, совершивших преступление против личности (пунктир) и против собственности (точечная линия)

типом совершенного преступления. После анализа каждой из выделенных подгрупп оказалось, что профиль суверенности очень тесно связан с типом преступления: так, совершившие имущественное преступление обладают пониженной суверенностью по большинству показателей по сравнению с законопослушными подростками, а совершившие преступление против личности — повышенной; наиболее велики различия между подгруппами правонарушителей (рис. 2). Этот важный результат позволяет лучше понять природу различных преступлений: очевидно, что часть подростков легко расширяют свои границы, нарушая приватность других людей и применяя разные формы насилия; как результат или как сопутствующее явление — они обладают высоким уровнем суверенности. Что же касается преступлений против собственности, то они не вполне выполняют, по-видимому, свою задачу компенсации, потому что уровень суверенности все равно остается пониженным. Можно предпо-

ложить, что сверхсуверенность связана с психотической установкой личности, часто направленной против других людей, а депривированность — скорее с невротической установкой, вредоносной в первую очередь для самого субъекта, однако это рассуждение пока остается гипотетическим, требующим дальнейшего исследования.

Как бы то ни было, результаты свидетельствуют в пользу содержательной валидности опросника СПП-2010, измеряющего уровень суверенности как баланса между своими потребностями и потребностями других людей.

### 2.4.3. Дивергентная валидность опросника

Цель этого исследования состояла в том, чтобы изучить дивергентную валидность опросника СПП-2010 и одновременно уточнить статус суверенности в пространстве личности, определить, может ли она быть сведена к одной из уже выделенных черт или вообще имеет другую психологическую природу, например, ситуативной установки. Наряду с опросником СПП-2010 была предложена российская адаптация Пятифакторного опросника личности, разработанная А.Б. Хромовым (Хромов, 2000) и Г.Г. Князевым (Князев, Слободская, 2005; Князев, Митрофанова, Бочаров, 2010; Goldberg, 2005).

**2.4.3.1. Суверенность и Пятифакторная модель (версия А.Б. Хромова).** Участниками этого модуля были 134 студента московских университетов (41 мужчина, 93 женщины, средний возраст 19,8;  $Me=20,5$ ,  $SD=1,5$ ).

Вопреки нашим ожиданиям, связи с факторами Большой пятерки оказались значимыми (табл. 5). Обнаружилось, что шкалы СПП-2010 — Общий показатель, Суверенность социальных связей и Суверенность ценностей значимо положительно связаны с Привязанностью; тем самым подтверждается, что люди с прочными границами, избирательные в своем общении и мировоззрении, с большей вероятностью по сравнению с депривированными устанавливают надежные отношения с другими людьми, проявляя теплоту, уважение и доверие.

Таблица 5

**Связь ( $r_s$ ) психологической суверенности  
и пяти факторов личности (версия А.Б. Хромова)**

Шкала	СПП	СФТ	СТ	СВ	СП	СС	СЦ
1.1. Активность–Пассивность	-0,06	-0,10	-0,01	-0,11	-0,01	0,00	-0,01
1.2. Доминирование–Подчиненность	-0,01	0,01	0,02	-0,07	0,04	-0,12	0,02
1.3. Общительность–Замкнутость	0,06	0,08	-0,04	-0,02	0,11	0,03	0,11
1.4. Поиск впечатлений–Избегание впечатлений	0,10	0,02	0,09	-0,02	0,07	0,21*	0,08
1.5. Привлечение внимания–Избегание внимания	0,01	0,12	-0,09	-0,07	0,12	0,02	0,01
1. ЭКСТРАВЕРСИЯ–ИНТРОВЕРСИЯ	0,04	0,02	0,02	-0,07	0,12	0,05	0,05
2.1. Теплота–Равнодушие	0,26**	0,06	0,22*	0,17*	0,20*	0,18*	0,27**
2.2. Сотрудничество–Соперничество	0,03	0,05	-0,03	0,07	-0,01	0,02	0,05
2.3. Доверчивость–Подозрительность	0,22*	0,08	0,23**	0,09	0,22*	0,22**	0,13
2.4. Понимание–Непонимание	0,04	-0,08	0,01	0,05	0,01	0,09	0,12
2.5. Уважение других–Самоуважение	0,21*	0,13	0,09	0,18*	0,18*	0,14	0,25**
2. ПРИВЯЗАННОСТЬ–ОТДЕЛЕННОСТЬ	0,20*	0,05	0,16	0,14	0,16	0,21*	0,23**
3.1. Аккуратность–Неаккуратность	0,00	-0,07	0,06	-0,01	-0,07	-0,07	0,17*
3.2. Настойчивость–Отсутствие настойчивости	0,11	-0,03	0,11	0,12	0,03	0,06	0,15
3.3. Ответственность–Отсутствие ответственности	0,19*	0,09	0,14	0,19*	0,04	-0,03	0,33**

3.4. Самоконтроль–Импульсивность	0,12	0,05	0,06	0,11	0,07	0,03	0,10
3.5. Предусмотрительность–Беспечность	0,04	0,06	-0,03	0,08	-0,04	0,01	0,02
3. КОНТРОЛИРОВАНИЕ–ЕСТЕСТВЕННОСТЬ	0,13	0,03	0,09	0,12	0,00	0,01	0,24**
4.1. Тревожность–Беззаботность	-0,29**	-0,11	-0,30**	-0,26**	-0,23**	-0,22*	-0,13
4.2. Напряженность–Расслабленность	-0,29**	-0,17*	-0,19*	-0,23**	-0,27**	-0,21*	-0,17*
4.3. Депрессивность–Эмоциональная комфортность	-0,22**	-0,08	-0,18*	-0,16	-0,14	-0,13	-0,23**
4.4. Самокритика–Самодостаточность	-0,19	-0,13	-0,13	-0,12	-0,15	0,00	-0,20
4.5. Эмоциональная лабильность–Стабильность	-0,22*	-0,15	-0,25**	-0,16	-0,14	-0,10	-0,15*
4. ЭМОЦИОНАЛЬНОСТЬ–ЭМОЦ. СДЕРЖАННОСТЬ	-0,29**	-0,15	-0,25**	-0,23**	-0,23**	-0,15	-0,22**
5.1. Любопытство–Консерватизм	0,13	-0,03	0,07	0,14	0,16	0,05	0,16
5.2. Мечтательность–Реалистичность	-0,04	-0,04	-0,09	0,03	0,04	-0,05	-0,01
5.3. Артистичность–Неартистичность	0,05	-0,09	-0,01	0,05	0,18*	-0,01	0,13
5.4. Сензитивность–Нечувствительность	-0,03	-0,14	-0,04	0,04	-0,09	-0,04	0,07
5.5. Пластичность–Ригидность	-0,08	-0,16	-0,10	-0,11	0,07	0,02	-0,02
5. ИГРИВОСТЬ–ПРАКТИЧНОСТЬ	-0,01	-0,14	-0,04	0,01	0,12	-0,03	0,06

Примечание: N=134; \*\* — значимы при  $p < 0,01$ ; \* — значимы при  $p < 0,05$ .

Обнаружены также интересные отрицательные связи нескольких показателей СПП–2010 с показателем Эмоциональности (аналога Нейротизма) в Пятифакторном опроснике, демонстрирующие, что люди с прочными границами по сравнению с депривированными с большей вероятностью способны избегать неустойчивых эмоциональных состояний — тревожности, напряженности, депрессивности, будучи эмоционально стабильными и самодостаточными. Эти важные результаты достойны дальнейших исследований и представляются важными для обоснования психоразвивающих программ, нацеленных на укрепление личностных границ и повышения социального и психологического благополучия людей.

Со шкалами Экстраверсия, Контролирование, Игривость Пятифакторного опросника значимых связей обнаружено не было. Таким образом, мы можем полагать, что суверенность, не сводясь к выделяемым в модели Большой Пятерки факторам, может быть рассмотрена как отдельная, самостоятельная черта личности.

Итак, опросник СПП–2010 обладает достаточной дивергентной валидностью, психологическая суверенность действительно имеет статус черты нижнего уровня, так как образует больше связей с фасетками, а не с пятью главными факторами.

На основании полученных данных можно также составить психологический портрет суверенного человека.

Это эмоционально теплый, доверчивый, ответственный и уважающий других людей человек. Результаты вполне согласуются с идеей теории суверенности о том, что сохранность личностных границ способствует чувству собственной ценности, безопасности и, как следствие — позитивному отношению к другим людям, уважению их автономии и индивидуальности. Далее, суверенный человек свободен от признаков нейротизма и эмоциональной неустойчивости: он беззаботен, расслаблен, не склонен к депрессиям. Многие из обнаруженных связей способствуют продуктивному, глубокому, близкому общению, помогая

стать успешным в значимых отношениях разного рода — дружбе, романтических связях, семье.

Что же касается депривированности, то для носителей этого качества характерны подозрительность, равнодушие к другим людям, уход от ответственности и преобладание уважения к самому себе — то есть особенности, которые обычно свидетельствуют о глубокой неуверенности, небезопасности, необходимости самоутверждаться и защищать свои границы. Эмоциональный мир депривированных людей отличается высокой тревожностью, напряженностью, подавленностью, перепадами чувств.

**2.4.3.2. Суверенность и Пятифакторная модель (версия Г.Г. Князева).** Осознавая ограничения исследования, связанные с небольшим объемом выборки и принимая во внимание особенности адаптации переводных версий Пятифакторного опросника, мы решили повторить исследование на другой более репрезентативной выборке, используя на этот раз версию Г.Г. Князева (Князев, Митрофанова, Бочаров, 2010). Известно, что, помимо оригинального очень длинного и предназначенного для коммерческих опросов инструмента для измерения Большой пятерки, было создано множество кратких вариантов, одним из которых является опросник Льюиса Голдберга «Маркеры факторов “Большой Пятерки”». Этот вариант опросника существенно короче и с самого начала был демократичным — доступным и легким в использовании. Российская версия, адаптация которой была осуществлена под руководством Г.Г. Князева, представляет собой перечень личностных утверждений, половина из которых дана в отрицательной форме. Пять основных черт — это Экстраверсия (Extraversion, E), Уступчивость (Agreeableness, A), Добросовестность (Conscientiousness, C), Интеллект — аналог Открытости опыту в других версиях Пятифакторной модели (Intellect, I). Наша выборка включала 288 респондентов из студенческой среды (79 юношей, 219 девушек),  $M_{\text{возраст}}=21$  год;  $SD_{\text{возраст}}=2,5$  лет.

Таблица 6

**Связь ( $r_s$ ) психологической суверенности и черт личности**  
(версия Г.Г. Князева и др.)

Шкала	СПП-2010	СФТ	СТ	СВ	СП	СС	СЦ
Экстраверсия	-0,12**	-0,13**	-0,07	-0,14**	-0,10*	-0,08	-0,03
Уступчивость	-0,08	-0,04	-0,01	-0,07	-0,12**	-0,04	-0,06
Добросовестность	-0,03	-0,08	-0,08	-0,04	0,05	0,03	-0,01
Нейротизм	0,07	0,11*	0,09	0,05	0,02	-0,01	0,06
Интеллект	-0,07	-0,07	-0,11*	-0,09	-0,05	-0,10*	0,07

Примечание: N=290; \* — значимые различия на уровне  $p < 0,1$  (тенденции); \*\* — на уровне  $p < 0,05$ ; \*\*\* — на уровне  $p < 0,01$ .

Результаты показывают, что суверенность в разных своих аспектах отрицательно сопряжена с экстраверсией — иначе говоря, суверенные люди чаще интроверты и, видимо, склонны не только удерживать свои границы, но и держать их закрытыми, о чем свидетельствуют две отрицательные связи с интеллектом как аналогом открытости опыту. Суверенность тела неожиданно оказалась положительно связана с нейротизмом — что, видимо, может быть объяснено возрастными особенностями обследуемой выборки. Вопросы телесности актуальны для молодежи, которая озабочена своей внешней привлекательностью, физической силой, сексуальной состоятельностью больше, чем представители других возрастных групп. Поэтому вполне возможно, что суверенность тела представляет собой гиперкомпенсаторную черту, скрывающую неуверенность молодых людей в своих телесных качествах. Как бы то ни было, в целом связей между суверенностью и факторами Большой Пятерки мало, что вполне может быть рассмотрено как свидетельство дивергентной валидности опросника, показатели которого не сводимы к другим чертам личности (табл. 6).

Расчет в группах разного пола привел к изменению композиции и количества связей. В мужской группе осталась только одна значимая связь и две тенденции. Так, с интеллектом оказалась значимо отрицательно связана суверенность привычек ( $r_s = -0,24$  при  $p = 0,033$ ) и в тенденции отрицательно — суверенность территории ( $r_s = -0,21$  при  $p = 0,065$ ). Это значит, что личным временем и пространством (территорией) больше дорожат малоинтеллектуальные юноши. Этот факт согласуется с недавно полученными нами данными о том, что привязанность к дому также отрицательно связана с интеллектом (*Нартова-Бочавер, Бочавер, Дмитриева, Резниченко, 2016*). Суверенность привычек также в тенденции отрицательно связана с уступчивостью ( $r_s = -0,20$  при  $p = 0,079$ ), что в общем не удивительно — защита своих границ нередко сочетается с бескомпромиссностью и категоричностью, что никак не предполагает уступчивости.

В женской группе обнаружено четыре значимые связи и три тенденции к связи, большинство из них образуют суверенность тела и территории. Суверенность тела отрицательно связана с экстраверсией ( $r_s = -0,16$  при  $p = 0,024$ ), положительно с нейротизмом ( $r_s = -0,14$  при  $p = 0,079$ ) и в тенденции отрицательно с добросовестностью ( $r_s = -0,13$  при  $p = 0,047$ ). Суверенность территории отрицательно связана с добросовестностью ( $r_s = -0,14$  при  $p = 0,046$ ) и положительно — с нейротизмом ( $r_s = 0,14$ ,  $p = 0,043$ ). Наконец, обнаружена тенденция к отрицательной связи общего показателя суверенности с экстраверсией ( $r_s = -0,13$  при  $p = 0,075$ ) и суверенности вещей — с экстраверсией ( $r_s = -0,12$  при  $p = 0,082$ ). Таким образом, отсутствие убедительных связей суверенности с Большой Пятеркой позволяет заключить, что это черты разные, по крайней мере, разного уровня. Поскольку в данной модификации опросника Голдберга не предусмотрено изучения фасеток пяти черт, в чем-то результаты получились более бедными по сравнению с предыдущей серией, однако в то же время более весомыми благодаря объемной выборке. Небольшое количество связей говорит о том, что люди, успешно защищающие свои телесные и территориальные границы, — это не очень интеллек-

туальные слегка невротизированные недобросовестные интроверты. Портрет не очень оптимистичен, и остается радоваться тому, что связей найдено не очень много. Надо отметить, это единственный результат, подвергающийся сомнению адаптивный смысл суверенности. Однако содержание этих связей, видимо, во многом может быть объяснено спецификой студенческой выборки, то есть полученные на первый взгляд неблагоприятные связи все же относятся к высокоинтеллектуальной и наиболее благополучной части российской популяции. Вполне возможно ожидать, что в другой стране и другой когорте были бы обнаружены иные зависимости.

Как бы то ни было, отсутствие плотной системы корреляций также может быть рассмотрено как признак дивергентной валидности опросника.

Таким образом, суверенность изначально связана во внутриличностном пространстве с другими чертами, однако не сводима к ним, что говорит о дивергентной валидности нашего опросника, созданного для диагностики диспозициональной суверенности.

#### 2.4.4. Стандартизация опросника СПП–2010

На последнем этапе подготовки опросника мы вычислили меры центральной тенденции для четырех половозрастных групп: подростков мальчиков и девочек (12–17 лет) и представителей юношества мужского и женского пола (18–23) (см. Приложение 3). Эта работа была проделана и с прежней версией опросника, однако сейчас мы опирались на более надежные и репрезентативные данные; кроме того, подсчеты показали, что композиция показателей и возрастная динамика суверенности существенно изменились за десять лет. Так, если раньше независимо от возраста представительницы женского пола оказывались в среднем более суверенными, чем представители мужского пола, то сейчас это соотношение несколько изменилось: хотя девушки, как и прежде, более суверенны по сравнению с

юношами, современные девочки менее суверенны по сравнению с мальчиками и девочками десять лет назад. Эти данные представляются более правдоподобными, потому что в подростковом возрасте девочки действительно начинают претерпевать социальные ограничения, вызванные заботой об их безопасности; что же касается юношеского возраста, то не секрет, что в России молодые люди по сравнению с девушками чаще испытывают необходимость совершать вынужденный выбор (например, поступить в не самый интересный университет или пойти на не самую любимую работу), чтобы получить отсрочку от службы в армии.

На материале сырых данных 864 подростков г. Москвы мы провели стандартизацию теста СПП–2010. Для каждой шкалы вычислены максимальные и минимальные значения, средние арифметические и стандартные отклонения (см. Приложение 4). Затем была осуществлена нормализация показателей, перевод сырых баллов в z-единицы и посредством преобразования Мак-Колла — в стандартные T-баллы. По этим результатам для удобства использования построены стандартные бланки для мужской и женской подвыборок. Каждая шкала на этом бланке имеет свой масштаб, среднее значение совпадает с 50 T-баллами, стандартное отклонение соответствует 10 T-баллам. Таким образом, значения от 40 до 60 T-баллов можно считать средними, выше 60 — высокими, ниже 40 — пониженными.

Мы предлагаем выделять следующие эмпирические уровни выраженности суверенности: до 30 баллов — травмированность, 30–40 баллов — депривированность, 40–60 баллов — умеренная, или нормальная, суверенность, 60–70 баллов — сверхсуверенность, свыше 70 баллов — квазисуверенность.

Итак, проведенные исследования позволяют заключить, что основные психометрические показатели новой версии опросника СПП–2010 удовлетворительны, а полученные с его помощью результаты подтверждают положения Теории психологической суверенности о важной адаптационной функции изучаемо-

го феномена как черты личности, о его связи с психологическим и социальным благополучием.

В результате осуществленной работы объем опросника сократился с 80 до 67 пунктов, структура получила подтверждение (сохранено шесть субшкал и пункты не поменяли своей отнесенности к шкалам), на материале контрастных групп и корреляционных исследований подтверждена содержательная валидность, а также получены новые нормы, обнаружившие иную возрастную динамику по сравнению с той, что отмечалась десять лет назад. Главные внешние (для пользователей) изменения в опроснике, таким образом, — это количество пунктов, ключи и нормы; исследовательский инструмент стал полноценным диагностическим инструментом.

Новая версия опросника «Суверенность психологического пространства–2010» использовалась нами в качестве основного инструмента в следующей эмпирической главе, содержащей данные о верификации теории психологической суверенности.

### **Глава 3. Что нам уже известно: современные российские исследования психологической суверенности**

Идеи психологической суверенности вызвали широкий отклик среди российских ученых, и многие исследования были реализованы коллегами из разных регионов России. Большинство из них подтверждает позитивную роль суверенности в развитии и функционировании личности, однако имеются также и дискуссионные данные, ограничивающие трактовку суверенности как однозначно благотворного феномена.

Основные исследования суверенности, которые к настоящему моменту охватили несколько тысяч человек, можно условно сгруппировать в четыре направления:

- онтогенез суверенности;
- связь с разными параметрами психологического и социального благополучия;
- регуляторные функции и
- роль в социальном взаимодействии разного уровня.

Представим краткий обзор результатов новейших исследований в этих предметных областях.

#### **3.1. Исследования онтогенеза психологической суверенности**

Становление суверенности изучается в разных контекстах развития и на разных возрастных периодах.

В работе О.В. Силиной было высказано предположение, что психологическая суверенность как показатель прочности

границ аккумулирует в себе этапы их общего генезиса на протяжении детства вплоть до подростково-юношеского возраста, когда взрослеющий субъект позволяет себе личностные и социальные «пробы» и эксперименты (Силина, Нартова-Бочавер, 2014; Силина, 2016). В течение этого периода границы трансформируются, уточняются и играют важную роль в поддержании психологического благополучия и становлении аутентичности личности. Можно полагать, что развитие границ — это условие закрепления психологической суверенности как черты личности. Нам кажется целесообразным описывать состояние психологических границ следующими характеристиками: динамическими (контроль, регуляция, активность и «чувствование») и инструментальными (способы защиты границ «Я»: физические или вербальные, эмоциональные или рациональные и пр.)

Содержательно динамика развития границ как условия суверенности такова. У детей 2–3 лет «чувство границ Я» проявляется преимущественно в стрессовых условиях, границы «Я» выступают как биологическое образование, служащее целям самосохранения. В возрасте 4–5 лет возникает нормативное, но пока не осознаваемое «чувство границ Я», они начинают проявлять себя как психологическая инстанция, обеспечивающая комфорт и безопасность личности ребенка. Возраст 6–7 лет характеризуется появлением децентрации (признания факта существования границ «Я» также и у других людей). Границы «Я» наполняются социальным смыслом, служат целям коммуникации. Наконец, в возрасте 8–10 лет границы «Я» принимают осознанный и социальный характер, начиная формироваться как личностное образование.

В дипломном исследовании А.С. Филяревич было показано, что границы возникают очень рано, маркируясь острым чувством приватности по отношению к разным жизненным сферам (Нартова-Бочавер, 2013). В дошкольном возрасте главный предмет защиты — это удовлетворение физиологических потребностей, что вполне сочетается с давно известными данными о высокой сензитивности дошкольного возраста к возникновению

стыдливости и развитию психологических травм, связанных с физическим внедрением. В то же время существуют и половые различия: для девочек главную ценность и предмет защиты представляют личные вещи, а для мальчиков — взаимодействие с людьми и домашними животными. В этом же исследовании показано, что высокий уровень приватности связан с низкой чувствительностью к наказанию и представляет собой мощный антипредиктор тревожности в дошкольном возрасте.

Становление адаптивной функции психологических границ изучалось и в работах других авторов. Так, Т.В. Пивненко показала, что отвергаемые сверстниками дошкольники имеют нарушенные границы, и это отражается в искажении структуры и содержания детской игры (роли, сюжета, неадекватности игрового пространства, отношения к игрушкам), которая для таких детей выполняет скорее психотерапевтическую, чем развивающую функцию (Пивненко, 2008; Пивненко, Филиппова, 2016). Одновременно было обнаружено, что дети, не принимаемые сверстниками, отличаются от благополучных детей с сохраненными границами повышенной тревожностью, агрессивностью, заниженной самооценкой.

В работе И.Ю. Запорожец и Д.М. Логунцовой также изучалась динамика пространства в дошкольном возрасте, причем авторы различают «личное пространство» как свободу действий ребенка в социальном окружении и «личностное пространство» как внутренний мир ребенка (Запорожец, Логунцова, 2012). В то же время они подчеркивают неразрывную связь внутренних и внешних границ и описывают стадийные закономерности чувства «Я сам» как интеграции пространств ребенка. Так, в возрасте до трех лет ребенок открывает свое существование через позицию «Я сам». В возрасте до 4 лет он остается на подражательной позиции, которая реализуется через переживания и мнения «Я есть», «Это Я», «Я хороший», «Я могу», «Я тоже могу сделать». К 5 годам он переходит на соревновательную позицию, характеризующуюся переживаниями «Только Я», «Я могу лучше». К 6–7 годам ребенок оказывается способным сформировать

самооценку с учетом отношений с другими людьми: «Я знаю, понимаю, как я поступил», «Я среди других». На всех стадиях личное и социальное пространства взаимодействуют, образуя личностное пространство. Суверенизация направлена на разные бытийные сферы в зависимости от этапа развития ребенка.

Представляют большой интерес с точки зрения понимания самого феномена суверенности, а также в перспективе решения прикладных психолого-педагогических задач данные, полученные О.Н. Капиренковой и С.П. Новиковой на нормативной выборке подростков (*Капиренкова, Новикова, 2015*). Эти авторы провели краткое, но изящное исследование связи суверенности с доминирующими акцентуациями характера подростков и описали четыре обобщенных психологических портрета. Несмотря на прозрачность замысла, такая задача никем прежде не решалась.

Оказалось, что суверенная девочка отличается эмотивностью и экзальтированностью при доминировании циклотимности. Авторы констатируют, что характерологические особенности суверенных девочек отвечают эволюционной и культурной логике развития феминности. Депривированная девочка незначительно отличается от суверенной; вместо циклотимности доминирует педантичность, а также присутствуют тревожность, эмотивность и дистимность.

Суверенный мальчик, по мнению исследователей, отличается своей целостностью, доминированием гипертимной акцентуации, низкой тревожностью, что отвечает содержанию маскулинного характера. Наконец, депривированный мальчик — это циклотим, с присутствием акцентуации гипертимности и возбудимости, то есть его характерологический профиль приближается к женскому. Авторы заключают, что депривированность более разрушительна для гендерной идентичности мальчиков по сравнению с девочками.

И.С. Мякотин сосредоточился на внутрисемейных факторах изучения суверенности у детей и подростков, страдающих социофобическими нарушениями (*Мякотин, 2015*). Ему удалось

установить, что у респондентов с социальной фобией психологические границы в детстве и подростковом возрасте нарушались значительно чаще, чем у респондентов из контрольной группы, и уровень суверенности соответственно значительно ниже. Также были определены ведущие семейные факторы понижения суверенности у респондентов с социальной фобией: ими оказались враждебность и непоследовательность отца по отношению к ребенку (независимо от пола ребенка), а также директивность со стороны матери. Интересно, что автономность матери сильно положительно связана с уровнем суверенности: мать, не допускающая симбиоза со своим ребенком и сохраняющая комфортную дистанцию, способствует укреплению его границ.

Есть и данные о суверенности как состоянии личностных границ в других возрастных периодах и в разных социальных контекстах развития. Так, изучая границы бытийного пространства личности, опосредованные теми образами внешнего мира и себя, что присутствуют у человека, а также личным жизненным опытом, на выборке трех возрастных групп (подростки 14–15 лет, студенты 20–23 лет, люди зрелого возраста 35–55 лет) Л.И. Петухова показала, что в подростковом возрасте предметом суверенизации являются в первую очередь семейное и образовательное пространство и круг друзей; в студенческом возрасте к уже перечисленным пространствам добавляется также профессиональное пространство и возрастает дифференциация бытийных сфер; в зрелом возрасте суверенизация направлена на семейное, профессиональное пространство и круг друзей с семьей на первом месте. Это развитие вполне отражает и динамику возрастных задач, отвечающую взрослению (*Петухова, 2012*).

Варианты суверенизации психологического пространства выявились при изучении развития подростков из детского дома. В работе Я.К. Смирновой обнаружено, что у воспитанников детских домов по сравнению с детьми из обычных семей отмечается значимое понижение уровня общей суверенности психологического пространства и ее отдельных измерений — суверенности

собственного тела, территории, временного режима, ценностей при отсутствии различий в других областях психологического пространства (Смирнова, 2013, 2014). Эти данные вполне согласуются с идеей о том, что для развития суверенности необходимы ситуационные и средовые условия, обеспечивающие безопасность ребенка, в силу чего он сумеет не травматичным для себя способом сформировать свои личностные границы.

Обобщая результаты исследований, посвященных онтогенезу суверенности, можно заключить, что на этапе жизни до подросткового периода личностные границы формируются и определяются, чтобы затем превратиться в суверенность как черту личности, которая включается в систему саморегуляции личности и образует связи с различными показателями социального и психологического благополучия.

### 3.2. Психологическая суверенность и благополучие человека

Связи, которые психологическая суверенность образует с психологическим и социальным благополучием, логически подразумеваются самим предназначением суверенности, как мы ее понимаем — прочные границы делают субъекта способным обустроить свое внутреннее пространство, обеспечивать свою психологическую безопасность и благодаря этому креативно реализовывать весь жизненный путь (Касаткин, Бочавер, 2010; Харламенкова, 2012). Многие исследования были посвящены содержанию и качеству этих связей, и подавляющее их большинство имеет благотворный характер.

Одно из первых исследований было проведено Е.Н. Паниной, которая обнаружила, что суверенность связана с такими нарушениями благополучия, как тревожность, ригидность, агрессивность, однако эта связь нелинейна (Панина, 2006). Так, в группе депривированных она имеет прямой характер, то есть незначительные элементы суверенности, которой все равно недостаточно для нормального функционирования личности,

сочетаются с невротизацией и дезадаптацией. Что же касается группы суверенных и сверхсуверенных, то у них исследуемая связь носила обратный, более легкий для интерпретации характер: в самом деле, человек с прочными и сверхпрочными границами более защищен от испытаний внешнего мира и потому более спокоен, гибок, дружелюбен и терпим. Интересно, что у всех обследованных респондентов отмечена положительная связь с переживанием удовлетворенности жизнью, независимо от уровня суверенности.

В работе Т.В. Казаковой с соавторами показано (хотя обследованная выборка была очень малочисленной), что у студентов из общежития отмечается несколько пониженный уровень суверенности, что может быть объяснено их объективными условиями жизни. Однако в то же время отдельные показатели суверенности положительно связаны с индикаторами благополучия — автономией, самооценкой, общим индексом благополучия (Казакова, Басалаева, Левинунова, 2014). Особенно сильны связи суверенности вещей, социальных связей, ценностей, то есть эти бытийные пространства оказываются ведущими в позитивном функционировании личности.

О.В. Барковская, изучая ту же проблему, рассмотрела психологическое пространство как зависимую переменную и обнаружила, что у субъективно благополучных людей основные сферы бытия, с которыми они себя отождествляют, — это друзья, семья, работа (Барковская, 2013). Эти макросферы в целом совпадают с тремя жизненными задачами, которые должен решить каждый человек. Умеренно благополучные имеют больше объектов идентификации, однако эти объекты не столь значительны. Что же касается субъективно неблагополучных, то они описывают свое психологическое пространство более скудно, а часть ассоциаций имеет ценностно негативный характер. И хотя результаты не обнаружили прямую роль прочности границ в поддержании благополучия, тем не менее они показывают, что «наполнение» пространства внутри границ у субъективно благополучных и неблагополучных людей существенно различается.

Существуют и данные о частных связях личностной суверенности и различных аспектов здоровья и благополучия человека. Так, В.А. Бардадымов показал, что при формировании зависимости от психоактивных веществ у подростков предиктор перехода на стадию более сильной зависимости — это суверенность вещей. Иначе говоря, жажда обладания и гипертрофированное внимание к тому личному имуществу, которое у подростков есть, одновременно делает их зависимыми и от искусственных стимуляторов иллюзорного благополучия (Бардадымов, 2012). Верно и обратное: подростки, привычные к аскетичной жизни и дающие свои личные вещи в пользование другим, более устойчивы перед химическими зависимостями.

К теме благополучия и суверенности имеют отношение данные, уже упомянутые нами в разделе, посвященном содержательной валидности опросника СПП–2010. У несовершеннолетних правонарушителей уровень суверенности отличается от такового у подростков нормативной группы, причем это отличие опосредовано содержанием преступления: так, у подростков, совершивших преступления против собственности, как правило, уровень понижен, а у тех, кто совершил преступления против личности, повышен с тенденцией к сверхсуверенности (Астанина, 2010; Нартова-Бочавер, 2016). То есть если первая группа — изначально скорее жертвы, и преступление носит реактивный характер, то у вторых, скорее всего, склонность внедряться — первична и выражается, среди прочего, в делинквентном поведении, хотя это предположение нуждается в дополнительных исследованиях

Склонность к виктимизации также обнаруживает связь с суверенностью: так, Е.С. Фоминых обнаружила, что, во-первых, абсолютное большинство студентов-инвалидов, имеющих серьезные сенсорные дефекты или хронические заболевания, имеют высокий уровень депривированности, то есть их психологическое пространство существенно искажено. Инвалиды не всегда могут позволить себе проявлять разборчивость в социальных контактах, они ограничены в перемещениях, не всегда могут

защитить свое мировоззрение и систему ценностей (Фоминых, 2012а, б, в; Sodergren, Hyland, 1997). Во-вторых, изначально пониженный уровень суверенности способствует закреплению позиции жертвы как личностной черты, то есть инвалид, изначально находящийся в неблагоприятных жизненных условиях, не имеет возможности «нарастить» свои границы и попадает в ситуации вторичной виктимизации вновь и вновь. Этот интересный результат делает необходимым включать в программы психологического сопровождения инвалидов такие упражнения, которые могли бы искусственно разорвать эту связь.

Продолжая тему виктимности, О.В. Бондарева изучала суверенность женщин, перенесших домашнее насилие (Бондарева, 2016). На уникальной выборке респондентов она обнаружила, что по сравнению с женщинами, удовлетворенными своей семейной жизнью, у жертв насилия обнаруживаются значимо пониженные показатели суверенности физического тела, территории, вещей, привычек и общего показателя суверенности психологического пространства личности. Не деформированными остались только суверенность социальных связей и ценностей — можно предположить, что именно это и обеспечивало их личностную сохранность, способствуя обращению за помощью в государственный реабилитационный центр. И, поскольку корреляция — это связь двусторонняя, остается открытым вопрос, что и на что влияло: несчастные подавленные с детства женщины выбрали себе деспотичных супругов, возможно, напоминая родителей, или они личностно деформировались уже в процессе семейной жизни?

В контексте профессиогенеза психологическую суверенность как коррелят выраженности профессиональных деформаций личности педагогов изучала Е.В. Болдырева (Болдырева, 2011 [Эл. ресурс]). Обнаружено, что, если на первых этапах профессиональной деятельности (до 5–10 лет стажа) педагогам удается сохранять личностную автономию и относительно независимые социальные установки, то после пяти лет работы их границы теряют свою прочность. В силу выраженной потреб-

ности быть принятыми другими людьми и страха быть отвергнутыми педагоги начинают склоняться к социальной созависимости. Эти данные намечают следующий интересный ракурс изучения суверенности — в качестве регулятора социальных и межличностных отношений.

Существует и связь суверенности с психосоматическими показателями. Е.А. Сахаров и Э.Н. Ахмадуллина показали, что больные шизофренией, в отличие от здоровых, обладают более высоким уровнем психологической суверенности, то есть отдаляются от других людей, что вполне соответствует клинической картине. При этом у всех респондентов суверенность положительно связана с такими способами разрешения конфликтов, как сотрудничество и приспособление, и отрицательно — с избеганием и соперничеством (Сахаров, Ахмадуллина, 2009). То есть прочность границ все же способствует адаптивному поведению.

Л.Г. Жедунова обнаружила, что больные с диагнозом «аутоиммунный тиреоидит» (АИТ), возникновение которого связывают с неспособностью конструктивно выйти из предшествующего болезни личностного кризиса, обнаруживают дефицит личностной суверенности, причем во всех областях психологического пространства (Жедунова, 2008). Таким образом, суверенность может быть рассмотрена также и как коррелят (а возможно, и предиктор) соматического здоровья.

Исключительно интересными представляются нам многомерные связи, обнаруженные между личной суверенностью и воспроизведением культуры бедности, а также наличием симптомов ЗПР (задержки психического развития) в исследовании И.А. Шаповал и Л.А. Аскольской (Шаповал, Аскольская, 2010). Проанализировав полидисциплинарные источники, авторы отмечают, что случаи ЗПР в основном локализованы в низкостатусных социальных стратах, где дети с самого рождения подвержены воздействию нескольких видов деприваций. Их собственные данные показывают, что в группе детей с ЗПР (особенно девочек) уровень суверенности значимо ниже по всем параме-

трам, исключение составляет лишь суверенность личных вещей, которыми они дорожат и потому защищают. В то же время уровень суверенности мальчиков с ЗПР оказывается компенсаторно повышенным, что может быть объяснено слабым контролем над поведением и неадекватным мироотношением мальчиков, стремящихся навязчиво внедряться в психологическое пространство других людей или дезадаптивно полагающихся, что им это посылно и позволительно. Наиболее важным дескриптором различий оказалась суверенность ценностей, с которой, как выяснилось далее, связаны стереотипы и установки на культуру бедности, которая отражается в таких суждениях, как «Работа не волк, в лес не убежит», «У меня деньги сквозь пальцы летят», «Все богачи — воры» и т.д.

Таким образом, складывается логично интерпретируемая картина: неспособность защищать свое мировоззрение, выраженная в слабости суверенности собственных ценностей и сопутствующая интеллектуальной дефицитарности, ведет к тому, что такие подростки становятся особенно подверженными влиянию деструктивных стереотипов и заблуждений относительно неизбежности бедности, демотивирующих подростков в их социальных амбициях. Система положительных обратных связей обеспечивает подкрепление изначально дезадаптивному мировоззрению, а отсутствие необходимой рефлексии в силу интеллектуальной дефицитарности не позволяет разорвать этот замкнутый круг.

Суверенность не только модерирует проблемные области взаимодействия человека и мира, но также задает и ценностное содержание этого взаимодействия. Е.О. и О.А. Шамшиковы открыли, что суверенность нелинейно связана с такой чертой личности, как нарциссизм, причем склонность внедряться в пространство других в группе слабонарциссических личностей отрицательно связана с суверенностью, то есть реактивна. У высоконарциссических индивидуумов эта связь не столь убедительна; по-видимому, нарциссическая личность склонна внедряться даже при наличии безопасных собственных границ

(Шамшикова, Шамшикова, 2009). Таким образом, суверенность предстает как характерологический коррелят эгоцентризма.

Если вышерассмотренные исследования сосредоточивались на связи суверенности с разными аспектами благополучия, то ряд других работ изучал позитивное функционирование личности, и оказалось, что его проявления также связаны с психологической суверенностью либо заданы ею. Так, Н.В. Буравцова в соответствии с полученными нами ранее результатами обнаружила, что с уровнем суверенности положительно связана потребность в смысле жизни; оказалось также, что суверенность коррелирует с эмпатией, а динамика суверенности специфична для разных профессий (Буравцова, 2011). Повышение суверенности среди педагогов положительно связано с умением формулировать жизненные цели, удовлетворенностью интенсивностью жизни и самореализацией, а среди психологов — с верой в возможность самостоятельно контролировать жизнь и строить благоприятные отношения с людьми. Хотя и то и другое — однозначно ценные приобретения, суверенные психологи, по-видимому, более склонны к жизнотворчеству по сравнению с суверенными педагогами.

Н.В. Коптева показала, что суверенность типологически связана с онтологической уверенностью (переживанием человеком уверенности в своем бытии) (Коптева, 2010). Ею выделено четыре типа связи и соответственно четыре типа личности:

1. Онтологически уверенные и суверенные — представители подобного типа личности У. Джемс называл счастливыми сынами земли, властелинами суши и морей (Джемс, 1922).

2. Онтологически неуверенные и несуверенные, самая малочисленная группа.

3. Онтологически уверенные с низким уровнем суверенности (переживание наличия надежных бытийных опор сочетается с нарушением целостности границ), о которых У. Джемс писал, что хотя границы их личности бывают довольно неопределенными, богатство ее содержания с избытком вознаграждает за это.

4. Наконец, последний тип представляют суверенные с относительно низким уровнем онтологической уверенности, по выражению У. Джемса, «узкие личности», для которых прагматичное богатство бытия представляет условие доверия к миру.

Полученные данные указывают на антагонистический и компенсаторный характер отношений между онтологической уверенностью и суверенностью, побуждая к поиску тех оптимальных для личности показателей суверенности, которые бы были гарантированно благотворными для ее развития.

Другое исследование с использованием типологического анализа осуществил И.В. Латыпов, показавший, что связь суверенности с другими важными показателями позитивного функционирования неоднозначна (Латыпов, 2011а, б). У респондентов с высоким уровнем суверенности отмечаются низкие показатели отчуждения (в том числе и самоотчуждения) и самообвинения, высокие показатели самоуважения, аутосимпатии, самоинтереса, осмысленности жизни. Этот тип И.В. Латыпов назвал аутентичным. Второй тип, отличающийся пониженным уровнем суверенности, был назван самоотчужденным, так как у его представителей отмечены такие особенности, как смыслоутрата и плохое по многим параметрам самоотношение. Наконец, третий выделенный тип, названный самоотстраненным, при умеренно высоком уровне суверенности отличается отсутствием самоотчужденности и нигилизма, однако при этом скорее негативным отношением к себе — отсутствием симпатии, уверенности в себе и т.д. Таким образом, суверенность не может быть рассмотрена как однозначно позитивный коррелят или предиктор позитивного функционирования и универсальный личностный ресурс.

Наконец, в ярком по постановке проблемы исследовании Н.Е. Харламенковой показано, что уровень суверенности значимо связан с переживанием угроз личной безопасности, причем отдельные аспекты суверенности оказываются сензитивными к физическим, социальным угрозам или общему понижению благополучия. Во всех случаях угроз уровень диспозициональной

суверенности значимо ниже, и наиболее низок он у респондентов с физическими страхами (Харламенкова, 2015). Таким образом, люди с сохранными границами склонны переживать более высокий уровень субъективной безопасности.

Таким образом, гипотетически ожидаемая связь между суверенностью, благополучием и позитивным функционированием в целом подтверждается, удостоверяя адаптивный смысл изучаемого феномена, однако ее вклад модулируется рядом дополнительных переменных, в том числе и начальным уровнем. Положительная обратная связь делает суверенного человека еще более защищенным и благополучным, в то время как в группе депривированных начальный дефицит суверенности не позволяет достигнуть того ее порога, когда она действительно начинает регулировать жизнедеятельность человека.

### 3.3. Психологическая суверенность как регулятор личного и социального поведения

Регуляторные функции психологической суверенности заданы ее смыслом как границы, разделяющей разнообразные ресурсы людей. Можно ожидать, что прочные границы вносят определенность, порядок, вводят осознаваемые или неосознаваемые правила и таким образом способствуют более высокой личностной эффективности и безопасным отношениям между людьми. Мы можем привести несколько исследований, иллюстрирующих регуляторные функции суверенности.

Так, М.В. Крекова обнаружила, что уровень суверенности в юношеском возрасте связан с предпочитаемыми психологическими защитами и стратегиями совладающего поведения (Никулина, Крекова, 2010; Крекова, 2010). В группе депривированных используются такие защиты, как интеллектуализация и проекция, и такие стратегии совладания, как планирование решения проблемы, положительная переоценка, поиск социальной поддержки, принятие ответственности, самоконтроль, избегание, конфронтация. По мнению исследовательницы, это не

самые эффективные защиты и копинги, игнорирующие обратную связь от собственного энергетического состояния и ситуационный контекст. Что касается суверенных, то они чаще всего применяют в качестве неосознаваемого защитного механизма проекцию, а реже всего — вытеснение и замещение, что говорит об их готовности к частичной переработке травмирующей информации. Среди стратегий совладания у них отмечаются планирование решения проблемы, положительная переоценка, принятие ответственности, проявляется активная позиция при решении сложных ситуаций. Что касается сверхсуверенных, то у них интенсивность защитных механизмов выражена менее интенсивно по сравнению с другими группами, наиболее часто используются проекция, интеллектуализация, достаточно часто используются отрицание, вытеснение и замещение. При этом избегание и поиск поддержки выражены у них слабее. Таким образом, хотя эти данные получены не идиографическими методами, а скорее отражают обобщенное осознание способов поведения, различия все же получены и вполне могут быть связаны с состоянием личностных границ.

Интересные данные относительно регуляторной роли суверенности у детей из семей и воспитанников детского дома получены Я.К. Смирновой (Смирнова, 2013, 2014). Эта исследовательница понимает процесс суверенизации в более широком смысле, рассматривая ее как процесс обретения личностной автономности и самодетерминации поведения. В ее работах обнаружено, что суверенность связана с временной ориентацией человека, при этом содержание этой связи в двух социальных контекстах развития совершенно различно. Если в детском доме суверенность возникает скорее как компенсаторный ответ на узкие средовые рамки, то у подростков из семей эта связь синергетична и представляет собой ментальное продолжение внешней свободы. Кроме того, у воспитанников детских домов депривация психологического пространства приводит к снижению контроля над собственной жизнедеятельностью и поиску внешней опоры в поведении.

Изучение вклада суверенности в самодетерминацию показало, что у воспитанников детского дома он состоит в способности/неспособности реализовывать свои потребности в настоящем, в то время как у детей из семей это возможность самодетерминации с построением перспективы в будущем. Кроме того, суверенность как черта личности, описывающая состояние актуальных границ, более важна для самодетерминации у подростков из семей, чем у воспитанников детских домов. Эти выразительные данные не только подтверждают значительную роль суверенности как фактора самодетерминации поведения, но также подчеркивают нелинейность, контекстуальность этой роли и позволяют уточнить психотерапевтические мишени в практической работе с подростками из семей и детских домов.

В другом исследовании Я.К. Смирновой и Л.Д. Дёминой показано, что респонденты с высоким уровнем суверенности демонстрируют ориентацию на позитивное прошлое, что неудивительно: ведь показатель суверенности вычисляется при помощи анамнестического опросника, оценивающего «кванты» депривированности в прошлом. Хотя по сути этот результат несколько тавтологичен, тем не менее он важен для подтверждения валидности самого конструкта суверенности (Смирнова, Дёмина, 2013).

Более подробное исследование временной ориентации в зависимости от состояния личностных границ, проведенное Е.О. Шамшиковой и Т.С. Архиповой, показало, что респонденты с сохраненными границами (суверенные) сосредоточиваются на настоящем при снижении его фаталистичности; при этом они интегрируют прошлое, настоящее и будущее, не отрицая негативного опыта прошлого (Шамшикова, Архипова, 2015). Респонденты с условно сохраненными границами отличаются слабой связанностью временных промежутков при усилении какого-либо из них. Респондентам с нарушенными границами присуще гедонистическое отношение к настоящему без отсутствия заботы о будущих последствиях, при этом настоящее видится «заданным», в котором мало что можно изменить. Это исследо-

вание говорит о тесной связи времени и пространства бытия, о целостности хронотопа.

Еще один аспект изучения суверенности выбрала О.Ю. Гроголева, одновременно вернувшись к проблеме объективной среды как коррелята суверенности и связав суверенность с такими позитивными проявлениями, как ответственность и автономность (Гроголева, 2013). В полном соответствии с уже имеющимися данными исследовательница обнаружила, что юноши, которые проживают отдельно от родителей и финансово от них не зависят, отличаются более высоким уровнем проявления таких субъектных качеств личности, как ответственность и автономность. А более ответственные юноши, в отличие от других групп респондентов, склонны контролировать, защищать и развивать свое психологическое пространство, занимают активную социальную позицию, умеют налаживать новые контакты и поддерживать уже существующие связи с окружающими людьми, то есть отличаются высокой личностной зрелостью.

Теоретически роль суверенности как фактора спонтанности в разрешении внутриличностных конфликтов человека была обозначена в работе И.А. Красильникова, который сопоставил разные формы субъектности, описываемые последователями школы С.Л. Рубинштейна (Красильников, 2011). Суверенность рассматривается им в разных аспектах; наиболее существенно с точки зрения ее роли в регуляции поведения то обстоятельство, что суверенность — признак зрелой личности, и только зрелая личность в состоянии довериться миру настолько, чтобы вступить в диалог с «Иным», который и представляет собой главный признак спонтанности. Личностно незрелый несуверенный человек, по мнению И.А. Красильникова, утратил контакт с миром, страдает от своей поврежденной интуиции и поэтому ведет себя неавтономно, стереотипно. Несколько иначе, но также как взаимовлияющие явления, рассматривает спонтанность и суверенность Д.Ю. Дорофеев, понимающий последнюю как самополагание, возникающее благодаря имеющейся силе (Дорофеев, 2009).

Таким образом, суверенность как показатель прочности границ связана или даже определяет способы взаимодействия человека с миром, с отдельной ситуацией, с самим собой, то есть выполняет регуляторную роль в организации человеческого поведения и жизнедеятельности в целом.

### 3.4. Психологическая суверенность в семейном и социальном пространстве

Суверенность — важный регулятор внутрисемейных отношений, поскольку, отделяя субъекта от среды вообще, границы регулируют также и дистанцию по отношению к близким людям, с которыми он делит жизненное пространство. Однако представление о желаемой и допустимой близости глубоко индивидуально. Обсуждая тему насилия, И.В. Латыпов пишет: «Люди нередко путают такие явления, как насилие и нарушение личных границ, или иногда вообще не воспринимают то или иное действие как насилие по отношению к себе или к другим (в том числе и с собственной стороны)» (Латыпов, 2015, с. 149).

К настоящему времени и в этой области получены вполне доказанные факты.

Крайне интересное исследование, проливающее взгляд на механизмы становления взаимодействия с миром вообще и с социальным миром в частности, было проведено Ю.В. Трофимовой (Трофимова, 2012). Она изучала уровень суверенности как статичное явление в юношеском возрасте, дополнив его информацией о переживании собственной субъектности и открытости-закрытости изменениям. Используя контент-анализ эссе о своей жизни, она обнаружила, что, в соответствии с ожиданиями, суверенные юноши и девушки значимо больше открыты миру и также существенно чаще используют местоимение «я» по сравнению с местоимением «мне», что, по мнению исследовательницы, демонстрирует более высокий уровень субъектности. Хотя эти данные могут быть обсуждены с лингвистической точки зрения (существуют выражения русского языка, в которых сти-

листически предпочтительна только объектная или субъектная форма утверждения), тем не менее они выразительны и в целом согласуются с другими результатами, подтверждающими смысл суверенности как аспекта субъектности и признака личностной зрелости, проявляющейся, среди прочего, в авторской позиции и контроле над социальным взаимодействием.

Проведено и достаточно много исследований частных проявлений суверенности в разного рода социальных контекстах. Так, Ю.В. Курбаткина обнаружила, что чрезмерно близкая дистанция в браке вредоносна для самоактуализации женщины, однако совершенно не сказывается на самоактуализации мужчины (Курбаткина, 2006). Эти данные косвенно связаны с полученными В. Неберих и Й. Азендорфа, которые показали, что оптимальная психологическая дистанция в браке по-разному воспринимается мужьями и женами. Если решение о разводе принимается мужем, это чаще вызвано тем, что он страдает от контроля, воспринимаемого как избыточный, в связи со слишком маленькой психологической дистанцией. Если же не удовлетворена браком жена, то это чаще связано со слишком большой дистанцией, приводящей к чувству оставленности и одиночества (Neberich, Asendorpf, 2008). Ю.В. Курбаткина, впрочем, показала, что, видимо, не существует единственно оптимальной дистанции для четы: так, если оба супруга относятся к шизоидному психотипу, то большая дистанция устраивает обоих, хотя у супругов с другой индивидуальностью это может вызывать недовольство.

О.Р. Валединская изучала суверенность в аспекте изменения дистанции между подрастающим ребенком раннего возраста и его матерью, выделив критические моменты, «рывки» сепарации (Валединская, 2001). Ею также отмечен чрезвычайно психотерапевтически мудрый факт: внутри семейной системы всегда есть субъект, переживающий возрастной или личностный кризис, и потому задача сохранения суверенности решается внутри семьи перманентно (Валединская, Нартова-Бочавер, 2002).

Суверенность изучалась и в более широком контексте семейных отношений. Ю.Е. Скоромная обнаружила, что суверенность как показатель личностной зрелости способствует развитию психологической готовности к материнству (*Скоромная, 2006; Nartova-Bochaver, Skoromnaya, 2008*). В то же время уровень суверенности динамично меняется в зависимости от фазы материнства: он наиболее высок у недавно вышедших замуж еще не беременных женщин, достаточно высок у беременных и рожениц (молодых матерей, находящихся в роддоме). Однако он резко падает у молодых матерей, ребенку которых еще не исполнилось 1,5 лет, что вполне согласуется с реальностью, состоящей в том, что пространство бытия молодой матери действительно сужено, а жизнь далеко не автономна и подчинена служению своему ребенку и семье.

Системный анализ динамики суверенности в браке представлен в работе А.Р. Тиводар (*Тиводар, 2008*). Как показали полученные ею данные, в начале брака общий показатель суверенности значимо выше у мужской части выборки, что может быть объяснено особенностями воспитания мальчика в семье, свойственной ему большей автономией. С обретением опыта совместной жизни, однако, потребность в личной суверенности снижается, а показатели суверенности супругов одновременно сближаются, поскольку создается общее пространство существования. Однако при этом для женщин характерно повышение показателя суверенности личных вещей, а для мужчин — суверенности тела. Со временем женские показатели суверенности начинают превосходить мужские, происходит укоренение женщины в домашнем пространстве и вытеснение из него мужчины, и запрос на приватность мужчин меньше поддерживается семьей, чем запрос женщин.

Еще более интересные содержательные связи суверенности в семье изучались В.Г. Петровской (*Петровская, 2009*). Семья — это больше чем диада, и можно предполагать, что в силу действия принципа системности изменение дистанции между двумя членами семьи повлечет за собой динамику отношений

и между другими родственниками. Изучая дисфункциональные супружеские отношения, исследовательница обнаружила разнообразные и вполне конкретные следствия для суверенности подростков, живущих в этих семьях. Так, чрезмерный уровень сплоченности супружеской диады препятствует формированию личной суверенности подростка, что, в свою очередь, формирует у него деструктивные формы самоутверждения, выражающиеся в агрессивном поведении. Другая форма дисфункциональности, несогласованность взглядов на воспитание, приводит к повышению уровня конфликтности в паре, и на этом фоне также возникает склонность подростка к нарушению норм и правил или к аддиктивному поведению. Примечательно, что отец в целом более эффективен в вопросах формирования суверенности психологического пространства детей подросткового возраста, и независимо от пола ребенка именно он способствует разрыву симбиотических связей с родителями и формированию автономии.

Еще одно исключительно интересное исследование распределения семейного пространства между однополыми сиблингами-близнецами юношеского возраста было проведено Е.О. Шамшиковой с соавторами (*Шамшикова, Шамшикова, Рехлова, 2013*). Ими обнаружены существенные особенности развития личности внутри близнецовой пары, связанные с необходимостью отделяться друг от друга, но в то же время поддерживать близнецовую систему «совокупной личности». Сравнение подгрупп монозиготных и дизиготных близнецов с одиночно рожденными сиблингами одного пола показало, что присутствуют значимые различия по многим показателям — общей суверенности, суверенности тела, территории, вещей, причем наиболее высокий результат обнаружен в группе монозиготных близнецов, несколько ниже — у одиночно рожденных и, наконец, на последнем месте стоят дизиготные близнецы. Эти неоднозначные данные позволяют строить предположения о том, в каких парах больше выражено стремление к сепарации, а в каких — к симбиозу. Другой интересный результат исследования состоит

в том, что отдельные показатели суверенности отрицательно связаны с показателями диффузной идентичности и кризиса идентичности, что в целом подтверждает позитивный вклад суверенности в процессы личностного созревания.

Не только в семейном контексте изучалось функционирование границ и становление суверенности; пока еще не много, однако все же имеются данные, рассматривающие суверенность в более широком социальном контексте. Так, О.А. Башкаева обратила внимание на то, что жители мегаполиса могут иметь иную, искаженную по сравнению с жителями других населенных пунктов, структуру суверенности, поскольку живут в условиях хронических информационных и социальных перегрузок (*Башкаева, 2011*).

Также начинаются исследования этнической специфичности суверенности (*Bardadymov, Nartova-Bochaver, Harutyunyan et al., 2012*). Рассматриваем ли мы суверенность как черту личности, привычку либо ситуационное проявление, невозможно не учитывать культурный контекст, а именно степень свободы и ограничений, предоставляемую в детстве мальчикам и девочкам, и динамику усиления этих ограничений. Исследования суверенности в кросс-культурном контексте трудно осуществимы, однако некоторые данные уже есть. К.В. Мартиросян, сравнивая уровень суверенности русских и армян молодого и зрелого возраста, обнаружила интересные факты (*Мартиросян, 2013, 2014*).

Оказалось, что различия между разнонациональными группами присутствуют и при этом имеют разную направленность в зависимости от пола. Так, армянские юноши по сравнению с русскими демонстрируют более высокий уровень суверенности, чувствуя себя свободными в выборе социальных контактов, территории проживания и удовлетворении физиологических потребностей. Исследовательница отмечает, что армянские юноши по сравнению с русскими юношами и армянскими девушками раньше начинают жить самостоятельно и реже сталкиваются с ограничениями и самоограничениями. Что касается молодых и

среднего возраста армянок, то их показатели суверенности значимо ниже по сравнению как со сверстниками-армянами, так и русскими женщинами. В нашем собственном исследовании суверенности русских, армян и китайцев, проведенном на двух возрастных группах, получены очень схожие результаты: хотя средние показатели суверенности различаются незначительно, возрастная динамика и гендерные проявления отражают воспитательные традиции и степень гендерной свободы в рассматриваемых культурах (*Bardadymov, Nartova-Bochaver, Harutyunyan et al., 2012*).

Этот факт объясняется культурными стереотипами и обычаями, ограничивающими женскую свободу в быту, социуме, семье, следуя традиции почитания старших. Как отмечается в работах К.В. Мартиросян, эти особенности суверенности приводят к тому, что конфликт «отцов и детей» в Армении потенциально более вероятен между родителями и дочерьми, чем между родителями и сыновьями. Можно ожидать, что девочки и девушки хотели бы вести отличный от родителей образ жизни.

Интересна постановка вопроса о феноменологии суверенности в межкультурном пространстве, предпринятая С.Я. Телегиной (*Телегина, 2016*). Изучая суверенность младших и старших подростков (русских, евреев и татар), проживающих в родной или неродной культуре, исследовательница обнаружила, что, при наличии начальных различий в изучаемой характеристике, ее уровень существенно ниже у подростков, живущих в условиях иной культуры, причем эта зависимость модерирована возрастом — она сильнее выражена у старших подростков. Эти данные представляются очень ценными и могут быть учтены при разработке программ адаптации к иной культуре вынужденных или добровольных мигрантов.

В нашем собственном исследовании связи суверенности с социальными верованиями (верой в справедливый мир, религиозностью, ожиданием вознаграждения за усилия, контролем над судьбой) показано также, что для депривированных личностей характерна вера в справедливость мира вообще, для сверхсуве-

ренных — вера в справедливый мир вообще и по отношению к субъекту, а также выраженное отсутствие религиозности, а умеренно суверенные как группа не имеют общих особенностей житейской философии (Нартова-Бочавер, 2017). Таким образом, вполне можно ожидать, что суверенность, будучи связанной с культурными и национальными установками и убеждениями, не только участвует в регуляции межличностных отношений, но также может оказаться фактором взаимодействия в большом социуме.

Итак, проведенный анализ продемонстрировал, что психологическая суверенность как феномен границ действительно представляет собой коррелят и предиктор множества личностно и социально значимых аспектов человеческого бытия, способствуя автономности, зрелости, благополучию, социальной адаптации и успешности.

В то же время очевидно, что вывод о необходимости поступательно развивать и укреплять суверенность у каждого был бы поспешным и противоречащим идее контекстуальности в психологическом исследовании. Как и большинство на первый взгляд позитивных личностных особенностей, суверенность представляет собой «обоюдоострый меч»: избыток суверенности субъекта — это знак психопатологии, фактор дискомфорта или даже угрозы для тех, кто находится рядом с человеком. Хотя данных о социокультурном контексте проявления суверенности пока слишком мало, можно предположить, что культура — весомый фактор ее становления и проявлений. Личность никогда и нигде не свободна от своего окружения. Стремление установить высокий уровень суверенности на первом этапе взаимодействия чревато потерей доверия на следующем этапе. Поэтому исследования суверенности и практическое использование этого конструкта должны вестись в идиографической парадигме с учетом смысла человеческого бытия и возможных социальных и этических последствий.

## Роль психологической суверенности в развитии личности: новые эмпирические данные

### Глава 4. Суверенность, устойчивость и позитивное функционирование личности

Продолжая изучать феноменологию психологической суверенности, мы это делаем с вполне определенной, достаточно прагматичной целью, а именно: понять, насколько это качество полезно для ее обладателя, какова мощность адаптивного смысла суверенности и насколько универсально это влияние.

Исследования свидетельствуют о том, что, чем более дифференцированными оказываются способы взаимодействия человека с миром, в том числе — и его онтологические языки, тем тоньше организованы процессы адаптации и в конечном счете выше жизнестойкость субъекта (Нартова-Бочавер, 2009; Lehr, Thomaе, 1991). Однако ограничение этих работ состоит в том, что, во-первых, не изучался эмоциональный фон субъекта как показатель благополучия, и, во-вторых, убедительно доказанные феномены были продемонстрированы в основном на подростково-юношеской выборке.

Говоря об эволюционном смысле суверенности, мы разделяем два аспекта ее адаптивной функции: приспособление и развитие. Во-первых, это умение вписываться в повседневные обстоятельства без большого эмоционального напряжения, истощения или разочарования. Даже имея претензии к тому, как складывается жизнь, человек, обладающий такой адаптивностью, все же умеет сохранять эмоциональную устойчивость и душевное равновесие. Во-вторых, мы предполагаем, что благодаря суверенности человек не только может обладать хорошим самосохранением, удерживающим его эмоции в равновесном состоянии, но также развиваться и процветать, то есть дости-

гать высокой продуктивности в собственном жизнетворчестве (Joseph, Wood, 2010). Поэтому мы изучали также и параметры позитивного функционирования человека.

#### 4.1. Психологическая суверенность и эмоциональная устойчивость личности

Психологическая суверенность представляет собой закреплённый опыт успешного взаимодействия человека с повседневной реальностью с использованием разных бытийных языков — телесных, территориальных, социальных, аксиологических. Исходя из феноменологического смысла суверенности как формы отражения субъектности, мы можем ожидать, что наличие этой черты в развитом состоянии способствует сохранению устойчивой траектории развития.

О диспозициональной суверенности взрослых людей известно к настоящему моменту мало. Между тем можно предположить, что, будучи чертой низшего порядка, психологическая суверенность меняет свой смысл и предназначение во внутриличностном пространстве, что нюансы ее отношений с другими качествами и свойствами субъекта могут видоизменяться на протяжении онтогенеза, предоставляющего многочисленные вызовы сохранению личностных границ. Все это и стимулировало настоящее исследование, объектом которого стало психологическое благополучие, предметом — возможности психологической суверенности как предиктора эмоциональной устойчивости.

Гипотезы исследования: диспозициональная суверенность представляет собой предиктор эмоциональной устойчивости; эта связь модерирована полом респондентов.

##### 4.1.1. Процедура исследования

Респондентами были 547 добровольцев (427 женщин, 121 мужчина),  $M_{\text{возраст}}=22,6$ ,  $SD_{\text{возраст}}=6,2$ , преимущественно жители Москвы.

Для оценки основных переменных использовались следующие опросники: СПП–2010, включающая одну общую и шесть частных субшкал (Суверенность Физического Тела, Территории, личных Вещей, временных Привычек, Социальных Связей и Ценностей); Краткая форма оценки позитивного и негативного аффекта, включающая субшкалы Негативного и Позитивного аффекта; Шкала депрессии, включающая общий показатель депрессивных переживаний, и четыре субшкалы, описывающие симптоматическую депрессию (Отсутствие позитивных эмоций, Печаль, Соматизация, Межличностные проблемы) (Андрющенко, Дробижев, Добровольский, 2003; Нартова-Бочавер, 2014б; Thompson, 2007; Radloff, 1977; Radloff, Teri, 1986; Watson, Clark, Tellegan, 1988). Шкалы прошли психометрическую подготовку, в настоящем исследовании показатель внутренней согласованности альфа Кронбаха составил от 0,51 (шкала Позитивного аффекта) до 0,87; большинство из них обладает хорошей самосогласованностью.

##### 4.1.2. Полученные результаты

Корреляционный анализ показал убедительные данные, подтверждающие предположение об адаптивном значении суверенности (табл. 7).

Полученные результаты выразительны и хорошо интерпретируются. В соответствии с ожиданиями, на общей обследованной выборке показано, что диспозициональная суверенность действительно связана с отсутствием депрессивных переживаний, практически во всем спектре проявлений, а также негативных аффектов другого содержания. Чем выше уровень суверенности, тем ниже у обладателя этой черты уровень депрессии в целом, а также — выраженной печали, соматических расстройств, межличностных проблем, сопровождающих пониженный эмоциональный тонус, и других негативных переживаний. Примечательно, что все полученные связи высоко значимы. Таким образом, можно заключить, что люди, умеющие защищать свои личностные границы, более защищены от состояний,

приводящих к внутреннему напряжению, конфликтам, порождающим потерю конструктивности и жизненного тонуса.

Таблица 7

**Взаимосвязь ( $r_s$ ) диспозициональной суверенности с показателями эмоциональной устойчивости**

Шкала	СПП-2010	СФТ	СТ	СВ	СП	СС	СЦ
Депрессия	-0,19***	-0,16***	-0,17***	-0,12***	-0,15***	-0,11**	-0,12***
Отсутствие позитивных эмоций	-0,01	0,00	0,02	0,02	0,02	-0,02	-0,04
Печаль	-0,20***	-0,14***	-0,17***	-0,14***	-0,16***	-0,11**	-0,13***
Соматизация	-0,19***	-0,16***	-0,19***	-0,11**	-0,14***	-0,10**	-0,10**
Межличностные проблемы	-0,20***	-0,11**	-0,19***	-0,18***	-0,14***	-0,10**	-0,14***
Позитивный аффект	-0,03	-0,03	0,00	-0,05	-0,05	-0,05	0,01
Негативный аффект	-0,30***	-0,24***	-0,21***	-0,21***	-0,24***	-0,18***	-0,23***

Примечание: N=547; \* — значимые различия на уровне  $p < 0,05$ ; \*\* — на уровне  $p < 0,01$ ; \*\*\* — на уровне  $p < 0,001$ .

Другой логичный вывод из полученных данных состоит в том, что депривированные и психологически травмированные люди чаще находятся в подавленном настроении, имеют психосоматические расстройства и проблемы коммуникации, что вполне согласуется с исследованиями других авторов (Харламенкова, 2015). Суверенность (и ее отсутствие) высоко сопряжены со спектром всех этих дезадаптивных проявлений. Однако не было обнаружено зависимостей между суверенностью и позитивными переживаниями — ни прямых, ни обратных. Этот результат может быть объяснен как недостаточной надежностью шкалы позитивного аффекта (что неоднократно обнаружива-

лось при ее использовании в России), так, возможно, и особенностями ментальности россиян, более дифференцированных в отношении негативных переживаний.

Однако насколько устойчивы эти данные, в какой мере универсальны и обобщены? По аналогии с другими данными о суверенности, вполне можно предположить, что эта связь может иметь нелинейный характер или быть модерированной полом и возрастом респондентов. Для уточнения полученных связей мы посчитали частные корреляции.

**4.1.2.1. Связь суверенности и эмоциональной устойчивости в зависимости от пола.** Начнем уточненный анализ со сравнения мужской и женской частей обследованной выборки (табл. 8).

Таблица 8

**Взаимосвязь ( $r_s$ ) диспозициональной суверенности с показателями эмоциональной устойчивости в мужской выборке**

	СПП-2010	СФТ	СТ	СВ	СП	СС	СЦ
Депрессия	-0,27***	-0,26***	-0,29	-0,18**	-0,21**	-0,11	-0,18*
Отсутствие позитивных эмоций	-0,05	-0,10	-0,01	-0,07	-0,02	0,00	0,02
Печаль	-0,31***	-0,2***6	-0,30***	-0,19**	-0,24***	-0,15	-0,27***
Соматизация	-0,24***	-0,21**	-0,29***	-0,16*	-0,16*	-0,10	-0,16*
Межличностные проблемы	-0,16*	-0,13	-0,23***	-0,07	-0,17*	-0,08	-0,11
Позитивный аффект	-0,22**	-0,13	-0,11	-0,20**	-0,18**	-0,24***	-0,14
Негативный аффект	-0,34***	-0,24***	-0,26***	-0,31***	-0,24	-0,11	-0,28***

Примечание: N=121; \* — значимые различия на уровне  $p < 0,1$  (тенденция); \*\* — на уровне  $p < 0,05$ ; \*\*\* — на уровне  $p < 0,01$ ; \*\*\*\* — на уровне  $p < 0,001$ .

Сравнение данных мужской и женской групп показывает, что основной смысл полученных связей остается прежним: все они свидетельствуют о положительной и значимой связи суверенности с эмоциональной устойчивостью (табл. 9). Однако в женской группе этих связей намного больше (43 связи и 2 тенденции против 25 связей и 6 тенденций в мужской группе). Различия эти получены в силу того, что в мужской выборке ведущую роль в поддержании эмоциональной устойчивости играет телесная и территориальная суверенность, в то время как у женщин суверенность ценностей, социальных контактов и временного режима также связаны с эмоционально благоприятными показателями.

Таблица 9

**Взаимосвязь ( $r_s$ ) диспозициональной суверенности с показателями эмоциональной устойчивости в женской выборке**

	СПП-2010	СФТ	СТ	СВ	СП	СС	СЦ
Депрессия	-0,17****	-0,12**	-0,14***	-0,11**	-0,14***	-0,10**	-0,10**
Отсутствие позитивных эмоций	0,00	0,02	0,03	0,05	0,03	-0,03	-0,05
Печаль	-0,17****	-0,11**	-0,13***	-0,14***	-0,15***	-0,08*	-0,09*
Соматизация	-0,17****	-0,15***	-0,16***	-0,10**	-0,14***	-0,10**	-0,08
Межличностные проблемы	-0,19****	-0,10**	-0,17****	-0,16****	-0,13***	-0,13***	-0,12***
Позитивный аффект	0,02	0,00	0,03	0,00	-0,02	0,00	0,06
Негативный аффект	-0,29****	-0,24****	-0,20****	-0,19****	-0,26****	-0,19****	-0,21****

Примечание: N=426; \* — значимые различия на уровне  $p < 0,1$  (тенденции); \*\* — на уровне  $p < 0,05$ ; \*\*\* — на уровне  $p < 0,01$ ; \*\*\*\* — на уровне  $p < 0,001$ .

Это говорит о том, что, воспитывая эмоционально устойчивого ребенка, надо обращать внимание на то, что для мальчиков крайне важно контролировать и беречь от внедрений границы их тела и территории; важны материальные, физические аспекты эмпирической личности. У девочек же требуется проявлять бережное отношение ко всем аспектам их повседневной жизни, так как любое непризнание их прав и притязаний может переживаться как форма внедрения и даже насилия — ценностного (идеологического), социального, режимного. Возможно, эта связь возникает оттого, что социальные практики воспитания в первую очередь обычно нацелены как раз на контроль свободы девочек, включая не только их поведение, но и склонности, в то время как мальчики располагают существенно большей свободой. Ограничения начинаются обычно в случае риска асоциального или делинквентного поведения.

Ввиду того что связи часто имеют нелинейный характер, мы разделили всю выборку респондентов по квартилям на депривированных, умеренно суверенных и сверхсуверенных. Количество связей в каждой из подгрупп существенно уменьшилось, и новых эффектов обнаружено не было.

Однако интересные данные были обнаружены при сравнении разновозрастных групп.

**4.1.2.2. Суверенность и эмоциональная устойчивость в молодости и зрелости.** Используя возможности большой выборки, мы выделили «хвостовые» подгруппы, разделив данные по квартилям, в результате чего мы получили возможность сравнить относящиеся к молодости ( $N=128$ ; 29 мужчин;  $M_{\text{возраст}}=19,4$ ;  $SD_{\text{возраст}}=1,2$ ) и средней взрослости ( $N=128$ ; 30 мужчин;  $M_{\text{возраст}}=31,3$ ;  $SD_{\text{возраст}}=8,1$ ).

Полученные данные свидетельствуют, что в сравниваемых возрастных группах различия по измеряемым переменным незначительны (табл. 10 и 11). Критерий Манн-Уитни подтвердил наличие значимого превышения у молодых респондентов только по шкале Суверенности ценностей ( $U=6636$  при  $p=0,0006$ ), а среди показателей эмоциональной устойчивости — по шка-

лам Соматизации и Межличностных проблем (соответственно  $U=6700,5$  при  $p=0,0009$  и  $U=7606,5$  при  $p=0,047$ ). Таким образом, хотя суверенность выше в молодости, депрессивных симптомов в молодости тоже больше.

Таблица 10

**Средние значения показателей суверенности  
в исследованных возрастных группах**

Возраст/показатель суверенности	СПП-2010	СФТ	СТ	СВ	СП	СС	СЦ*
Молодость	21,7	3,2	3,4	3,9	3,4	2,7	5,1
Средняя взрослость	19,9	3,6	3,1	4,1	4,1	2,2	2,7

Примечание:  $N=256$ ; \* — значимые различия на уровне  $p<0,01$ .

Таблица 11

**Средние значения показателей эмоциональной устойчивости  
в исследованных возрастных группах**

Возраст/показатель эмоциональной устойчивости	Молодость	Зрелость
Позитивный аффект	2,5	2,5
Негативный аффект	1,3	1,1
Депрессия	18,1	15,7
Отсутствие позитивных эмоций	1,2	1,2
Печаль	0,8	0,7
Соматизация **	1,0	0,8
Межличностные проблемы *	0,7	0,6

Примечание:  $N=256$ ; \* — значимые различия на уровне  $p<0,01$ ; \*\* — на уровне  $p<0,001$ .

Однако дальнейшие расчеты показывают, что содержание связей между диспозициональной суверенностью и показателями эмоциональной устойчивости в разных возрастных группах существенно различаются, содержательно и феноменологически. Результаты парного регрессионного анализа представлены в табл. 12 и 13.

Таблица 12

**Результаты регрессионного анализа: вклад показателей суверенности в показатели эмоциональной устойчивости у молодых респондентов**

Показатель суверенности/ Показатель эмоциональной устойчивости	СПП-2010	СФТ	СТ	СВ	СП	СС	СЦ
Негативный аффект	-0,33	-0,23	-0,28	-0,21	-0,25	-0,19	-0,23
Депрессия	-0,34	-0,26	-0,28	-0,15	-0,27	-0,22	-0,33
Печаль	-0,32	-0,25	-0,29		-0,27	-0,21	-0,3
Соматизация	-0,28	-0,23	-0,23		-0,21	-0,19	-0,27
Межличностные проблемы	-0,44	-0,28	-0,39	-0,27	-0,32	-0,26	-0,41

Примечание:  $N=128$ ; приведены показатели  $\beta$ , значимые при  $p<0,05$ .

Таблица 13

**Результаты регрессионного анализа: вклад суверенности в показатели эмоциональной устойчивости у взрослых респондентов**

Показатель суверенности/Показатель эмоциональной устойчивости	СПП-2010	СФТ	СЦ
Отсутствие позитивных эмоций			-0,22
Печаль	0,26	0,30	
Межличностные проблемы		0,30	

Примечание:  $N=128$ ; приведены показатели  $\beta$ , значимые при  $p<0,05$ .

Данные молодых респондентов показывают, что диспозициональная суверенность в значительной степени определяет эмоциональную устойчивость субъекта (получено 33 значимых связи). Так, суверенность представляет собой антипредиктор негативного аффекта, депрессии, печали, соматизации, возникновения межличностных проблем — то есть реализует превенцию широкого спектра эмоциональных расстройств, вероятно, удерживая личность с хорошо выстроенными границами от попадания в ситуации риска дестабилизации. Все полученные связи хорошо интерпретируются и содержательно однозначны, демонстрируя благотворное воздействие диспозициональной суверенности на эмоциональную регуляцию. Система связей внутренне непротиворечива, однако обращают на себя внимание два факта.

Во-первых, можно отметить, что ведущий характер в молодости имеет суверенность ценностей. Способность отстаивать собственные вкусы и предпочтения, жизненная философия, на первый взгляд не обладающая самым высоким адаптивным смыслом, в действительности лучше, чем другие показатели суверенности, оберегает молодых людей от эмоциональной дестабилизации. На примере отдельного случая нами уже было ранее показано, что именно отсутствие суверенности ценностей, способности защитить жизненную философию, отмечалось у молодой женщины с очень высокой внушаемостью, жалующейся на дезадаптивно высокую зависимость от психотерапевта (*Нартова-Бочавер, 2008*). Во-вторых, вообще не было обнаружено влияния суверенности на позитивные эмоциональные состояния. Этот примечательный факт можно объяснить посредством различной аргументации: с одной стороны, неоднократно показано, что ментальный опыт субъекта значительно менее восприимчив к позитивным проявлениям и хуже дифференцирован в этой области, что накладывает ограничения на использование шкальных методов для диагностики позитивного аффекта (*Бочавер, 2010*). С другой стороны, надежность шкал Позитивного аффекта и Отсутствия позитивных эмоций, в пол-

ном соответствии с только что сказанным, неабсолютна, а показатели альфа Кронбаха ниже, чем в остальных используемых шкалах. Возможно, для диагностики выраженности позитивных эмоций стоило бы применять в будущем свободные от рефлексии субъекта качественные или аппаратные методы.

Теперь обратимся к данным взрослых респондентов. Обращает на себя внимание скудость системы значимых связей (всего 4 по сравнению с 33 у молодых): в отличие от молодых респондентов, суверенные взрослые не обладают более высокой эмоциональной устойчивостью. Более того, присутствующие связи имеют неожиданный, парадоксальный характер. Так, в контексте наших исследований вполне ожидаем и объясним тот факт, что суверенность ценностей способствует позитивным эмоциям (в логике дизайна исследования — служит анти-предиктором отсутствия позитивных эмоций). Однако трудно интерпретировать, как и почему суверенность (особенно — тела) в зрелом возрасте способствует переживанию печали и усилению межличностных проблем. Тем не менее можно попытаться предположить, что суверенность во взрослом возрасте становится не столь однозначно позитивной чертой, как в молодости. И те взрослые, что успешно ее поддерживают, одновременно обрекают себя на постоянные конфликты (возможно, из-за собственной ригидности и неуступчивости), а также печаль (возможно, связанную с этими конфликтами).

Итак, можно заключить, что диспозициональная суверенность оказывается более весомым ресурсом поддержания эмоциональной устойчивости в молодости, чем в зрелом возрасте, что связано с актуальным контекстом жизни респондентов различного возраста и с теми задачами развития, которые они решают (*Бейтсон, 2005; Бочавер, 2008; Havighurst, 1972*).

Прежде чем перейти к более подробному обсуждению этих интересных данных, предпримем исследование суверенности в ее связи с другими, уже не ситуативными, а более стабильными показателями благополучия.

## 4.2. Психологическая суверенность и позитивное функционирование личности

Позитивное функционирование личности описывается многими параметрами, весь спектр которых, конечно же, не исчерпывается способностью сохранять контроль над своим эмоциональным состоянием и переживать преимущественно позитивные чувства. Позитивное функционирование, среди прочего, проявляет себя в самооценке личности, которая на протяжении многих десятилетий рассматривалась как один из наиболее надежных признаков благоприятного развития личности (Прихожан, 2002; Rosenberg, 1979).

Еще один показатель позитивного функционирования — это общий показатель субъективного благополучия. Субъективное благополучие — это относительно новое понятие, появившееся на стыке позитивной и клинической психологии и отражающее субъективное видение человеком своей жизни как приятного и осмысленного явления. Большинство исследователей благополучия подчеркивают, что только сочетание гедонистической и эвдемонической составляющих, удовольствия и смысла, представляет собой признак благополучия (Tennant, Hiller, Fishwick et al., 2007). При этом предметом оценки является не отдельная ситуация с частной относящейся к ней эмоцией, а жизнедеятельность как крупная онтологическая единица. Мы включили показатель благополучия в набор зависимых переменных описываемого модуля исследования.

Следующий также кажущийся нам надежным показатель — это переживание аутентичности собственной жизни (Нартова-Бочавер, 2011). Аутентичность представляет собой единство жизненных усилий, жизненного тонуса и осознания авторства по отношению к своей жизни, чувства «своего», отражающего миссию, Дао, призвание человека. Аутентичность — сложное понятие; в данном контексте вслед за Г. Барретт-Леннардом и А. Вудом мы рассматривали ее как черту личности, включающую три относительно независимые друг от друга субчерты: аутен-

тичную жизнь, подверженность внешним влияниям и самоотчуждение (Barrett-Lennard, 1998; Wood, Linley, Maltby et al., 2008). Самоотчуждение представляет меру неконгруэнтности актуальных переживаний и глубинных ценностей личности, подверженность внешним влияниям показывает, в какой степени человек поддается контролю со стороны обстоятельств своей жизни, аутентичная жизнь понимается как поведение в соответствии со своими убеждениями и ценностями. Аутентичная жизнь вносит положительный вклад, а подверженность внешним влияниям и самоотчуждение — отрицательный вклад в аутентичность как черту (Robinson, Lopez, Ramos, Nartova-Bochaver, 2013).

И, наконец, еще один индикатор позитивного функционирования представляла собой психологическая устойчивость личности (resilience) — качество личности, определяемое как способность успешно противостоять или адаптироваться к стрессам и разным жизненным невзгодам (Connor, Davidson, 2003). Устойчивость — это многомерная характеристика, которая обусловлена контекстом жизни, возрастом, содержанием трудной ситуации, культурой, а также индивидуальными особенностями человека. Неполным синонимом устойчивости является жизнестойкость. Поскольку ни один человек не может избежать трудных жизненных ситуаций, а привычный способ позитивно справляться с ними складывается на протяжении детства, мы предположили, что эта важная особенность личности успешно дополнит спектр характеристик позитивного функционирования.

Гипотезы исследования: диспозициональная суверенность представляет собой предиктор устойчивости личности и позитивного функционирования; эта связь модерирована полом респондентов.

### 4.2.1. Процедура исследования

Респондентами были 547 добровольцев (те же, что и в предыдущем модуле — 427 женщин, 121 мужчина;  $M_{\text{возраст}}=22,6$ ;  $SD_{\text{возраст}}=6,2$ , преимущественно жители Москвы).

Для оценки основных переменных использовались опросники: СПП–2010, Шкала самооценки Розенберга в адаптации А.М. Прихожан (Прихожан, 2002), Шкала устойчивости Коннор–Дэвидсона (Connor, Davidson, 2003; Campbell-Sills, Stein, 2007), Шкала Аутентичности А. Вуда с соавт. (Wood, Linley, Maltby et al., 2008), Шкала психологического благополучия Варвик–Эдинбург (Tennant, 2007). Самооценку и устойчивость удалось измерить лишь у части выборки N=288; при подсчетах значимости связей это принималось во внимание.

Показатель внутренней согласованности альфа Кронбаха составил от 0,69 (шкала Позитивного аффекта) до 0,92, что свидетельствует о достаточной самосогласованности.

#### 4.2.2. Полученные результаты

В соответствии с ожиданиями получено много убедительных связей, демонстрирующих благотворное взаимовлияние позитивного функционирования и диспозициональной суверен-

Таблица 14

#### Связь ( $r_s$ ) показателей позитивного функционирования и диспозициональной суверенности

Шкалы	СПП–2010	СФТ	СТ	СВ	СП	СС	СЦ
Благополучие	0,27***	0,25***	0,24***	0,17***	0,20***	0,16***	0,20***
Аутентичная жизнь	0,26***	0,18***	0,23***	0,14***	0,18***	0,14***	0,24***
Подверженность внешним влияниям	-0,09**	-0,06	-0,09**	0,01	-0,05	-0,06	-0,14***
Самоотчуждение	-0,26***	-0,22***	-0,23***	-0,15***	-0,16***	-0,18***	-0,23***
Устойчивость	0,60***	0,44***	0,44***	0,51***	0,53***	0,30***	0,36***
Самооценка	0,25***	0,22***	0,28***	0,29***	0,15**	0,09	0,02

Примечание: N=548; Устойчивость и Самооценка N=288; \* — значимые различия на уровне  $p < 0,05$ ; \*\* — на уровне  $p < 0,01$ ; \*\*\* — на уровне  $p < 0,001$ .

ности (табл. 14). Результаты хорошо интерпретируются: связи отрицательны с самоотчуждением и подверженностью внешним влияниям, что отвечает смыслу суверенности как характеристики, способствующей усилению автономии и контроля над обстоятельствами собственной жизни, а также усиливающей интеграцию эмпирической личности, что ослабляет риск самоотчуждения. Суверенный человек знает свои желания, он в контакте со своими чувствами и телом.

Эти результаты были усилены регрессионным анализом (табл. 15). Мы представили только значимые результаты, однако они так же хорошо интерпретируются, как и данные корреляционного анализа.

Таблица 15

#### Результаты регрессионного анализа: вклад суверенности в показатели позитивного функционирования

Шкалы	СФТ	СТ	СВ	СП	СЦ
Благополучие	0,16				
Аутентичная жизнь		0,13			0,12
Подверженность внешним влияниям			0,14		-0,15
Самоотчуждение	-0,13	-0,12			
Устойчивость			0,19	0,33	
Самооценка		0,24			-0,25

Примечание: N=548; Устойчивость и Самооценка N=288; приведены показатели  $\beta$ , значимые при  $p < 0,05$ .

Обнаружено, что значимый вклад в показатели позитивного функционирования вносят все аспекты суверенности, кроме социальных связей. Наиболее весом вклад суверенности тела и территории; это также вполне согласуется с присутствием поведенческих программ, регламентирующих телесность и терри-

торияльность, в то время как остальные аспекты суверенности в большей степени, возможно, заданы личной биографией человека. Эти факты ожидаемы и логичны, так же как и то, что по отношению к самоотчуждению суверенность выступает анти-предиктором.

Однако получены и несколько неожиданные результаты. Так, суверенность ценностей оказалась антипредиктором самооценки: то есть, чем более уверенно человек защищает свою жизненную философию и свои вкусы, тем ниже его самооценка и, следовательно, больше сомнений в собственной ценности. То есть ментальная, духовная свобода никак не связана с повышением уверенности в себе. Этот интересный результат хорошо интерпретируется в свете последних идей позитивной психологии, обратившей внимание на необоснованно высокое доверие такому условному показателю благополучия, как самооценка, которая наиболее высока у психопатических, антисоциальных, криминальных личностей, лишенных критичности к себе (Чиксентмихайи, 2011). Духовно последовательные люди, как правило, склонны сомневаться в себе самих как источнике истины.

С другой стороны, неожиданно, что суверенность вещей вносит положительный вклад в подверженность внешним влияниям. Этот результат как бы дополняет предыдущий, акцентируя специфику разных аспектов суверенности: авторство по отношению ко вкусам и ценностям и чувство собственности по отношению к вещам — феномены, обладающие разными регуляторными функциями. Действительно, люди с высоким чувством собственности часто оказываются внушаемыми и не могут противостоять воздействию извне, включая манипуляции.

Для того чтобы получить более нюансированные результаты, мы провели расчеты отдельно для мужской и женской групп, для представителей разных возрастных категорий, а также с учетом начального показателя суверенности — для контрастных групп депривированных и сверхсуверенных.

4.2.2.1. **Связь суверенности и позитивного функционирования в зависимости от пола.** Анализ данных мужской выборки показывает, что, в соответствии с ожиданиями, суверенность положительно связана с показателями позитивного функционирования, исключая инвертированный (самоотчуждение), с которым она связана отрицательно (табл. 16). Таким образом, мы вновь можем констатировать сопряженность суверенности с другими адаптивными и имеющими благотворное значение для жизнедеятельности характеристиками личности.

Таблица 16

**Взаимосвязь ( $r_s$ ) диспозициональной суверенности с показателями позитивного функционирования в мужской выборке**

Шкалы	СПП-2010	СФТ	СТ	СВ	СП	СС	СЦ
Благополучие	0,31****	0,30****	0,24***	0,25***	0,18**	0,11	0,28***
Аутентичная жизнь	0,22***	0,10	0,18**	0,16*	0,18**	0,11	0,24***
Подверженность внешним влияниям	-0,05	-0,03	-0,07	-0,02	0,03	-0,02	-0,15
Самоотчуждение	-0,35****	-0,31****	-0,30***	-0,35****	-0,19**	-0,11	-0,25***
Устойчивость	0,20	0,14	0,11	0,14	0,12	0,09	0,21*
Самооценка	0,24*	0,17	0,13	0,24*	0,10	0,25**	0,21*

Примечание: N=121 (N=66 для Устойчивости и Самооценки); \* — значимые различия на уровне  $p < 0,1$  (тенденции); \*\* — на уровне  $p < 0,05$ ; \*\*\* — на уровне  $p < 0,01$ ; \*\*\*\* — на уровне  $p < 0,001$ .

Обратимся к данным женской подгруппы (табл. 17).

Таблица 17

**Взаимосвязь диспозициональной суверенности  
с показателями позитивного функционирования  
в женской выборке**

Шкалы	СПП-2010	СФТ	СТ	СВ	СП	СС	СЦ
Благополучие	0,26***	0,24***	0,24***	0,15**	0,21***	0,17***	0,17***
Аутентичная жизнь	0,27***	0,20***	0,24***	0,14**	0,18***	0,14**	0,23***
Подверженность внешним влияниям	-0,11**	-0,07	-0,10**	0,01	-0,08	-0,06	-0,13**
Самоотчуждение	-0,24***	-0,20***	-0,21***	-0,09**	-0,15**	-0,19***	-0,22***
Устойчивость	0,91***	0,67***	0,68***	0,71***	0,67***	0,61***	0,66***
Самооценка	0,28***	0,26***	0,36***	0,31***	0,07	0,19**	0,06

Примечание: N=427 (N=222 для Устойчивости и Самооценки); \* — значимые различия на уровне  $p < 0,05$ ; \*\* — на уровне  $p < 0,01$ , \*\*\* — на уровне  $p < 0,001$ .

Полученные на женской группе данные еще более убедительны: здесь вообще не обнаружено тенденций к связи, все связи высокосignимы, и их количество существенно больше: 33 связи в женской группе, 17 связей и 6 тенденций в мужской. В женской группе связано практически все со всем. Таким образом, складывается впечатление, что, если мужчины могут функционировать эффективно «в обход» психологической суверенности, активизируя иные ресурсы и возможности самоорганизации, то для женщин позитивная продуктивная жизнь и психологическая суверенность — практически синонимы. Для уточнения данных был предпринят регрессионный анализ (табл. 18).

Сравнение оказалось лаконичным, но выразительным: в мужской группе ни один показатель суверенности не оказался

предиктором позитивного функционирования. В женской же группе связи обнаружены: каждый из аспектов суверенности вносит вклад в хотя бы одну переменную позитивного функционирования, и все вместе — в устойчивость личности в трудных жизненных ситуациях.

Таблица 18

**Результаты регрессионного анализа: вклад суверенности  
в показатели позитивного функционирования**

Шкалы	СФТ	СТ	СВ	СП	СС	СЦ
Благополучие	0,15					
Аутентичная жизнь		0,15				
Подверженность внешним влияниям			0,16			-0,13
Самоотчуждение	-0,12					
Устойчивость	0,23	0,16	0,24	0,20	0,16	0,19
Самооценка		0,36		-0,17		-0,22

Примечание: N=548 (N=288 для Устойчивости и Самооценки); приведены показатели  $\beta$ , значимые при  $p < 0,05$ .

Итак, суверенность как ресурс адаптации и развития личности обладает выраженной гендерной спецификой: поддерживающие функции суверенности сильнее выражены в женской группе. Интересно, насколько полученные нами связи сохраняются на разных стадиях жизненного пути?

**4.2.2.2. Связь суверенности и позитивного функционирования в молодости и в зрелости.** Для ответа на этот вопрос мы вновь обратились к контрастным возрастным группам, выделенным из «хвостов» распределения наших данных по возрасту (см. 4.1.2).

Таблица 19

**Средние значения показателей эмоциональной устойчивости  
в исследованных возрастных группах**

Возраст/показатель позитивного функционирования	Молодость	Зрелость
Устойчивость	2,5	2,5
Самооценка*	2,7	2,8
Благополучие	50,0	52,1
Аутентичная жизнь**	19,5	18,0
Подверженность внешним влияниям.	13,7	15,0
Самоотчуждение	11,4	12,2

Примечание: \* — значимые различия на уровне  $p < 0,05$ ; \*\* — на уровне  $p < 0,01$ .

Мы уже отмечали в разделе 4.1.2.1. что в молодости уровень суверенности несколько выше, чем в зрелости (табл. 19). Сравнив показатели позитивного функционирования в изучаемых группах, мы обнаружили, что в молодости ниже самооценка ( $U=7571,5$  при  $p=0,05$ ), но выше переживание аутентичности собственной жизни ( $U=7366,5$  при  $p=0,02$ ).

В группе молодых респондентов обнаружено множество хорошо интерпретируемых связей диспозициональной суверенности с разными показателями позитивного функционирования и устойчивостью, отрицательные — с самоотчуждением; только суверенность социальных связей никак не сопряжена с измеряемыми переменными (табл. 20).

В старшей группе связей намного меньше (10 связей и 5 тенденций против 20 связей и 10 тенденций в младшей группе), однако обращает на себя внимание тот факт, что устойчивость высокозначимо связана со всеми аспектами суверенности (табл. 21). На втором месте по плотности связей — самооценка; все связи имеют то же направление, что и в молодости, то есть

подтверждают благотворную роль суверенности в позитивном функционировании, хотя и не столь выраженную, как в молодости.

Таблица 20

**Взаимосвязь ( $r_s$ ) диспозициональной суверенности  
с показателями позитивного функционирования  
в группе молодых респондентов**

Шкалы	СПП-2010	СФТ	СТ	СВ	СП	СС	СЦ
Благополучие	0,33****	0,17	0,30****	0,27***	0,26***	0,13	0,27***
Аутентичная жизнь	0,16*	0,04	0,17*	0,10	0,10	0,06	0,20**
Подверженность внешним влияниям	-0,01	-0,10	-0,01	0,08	0,01	0,08	-0,08
Самоотчуждение	-0,30***	-0,22**	-0,33****	-0,18**	-0,15*	-0,12	-0,29****
Устойчивость	0,51****	0,27**	0,28**	0,46****	0,52****	0,19	0,34***
Самооценка	0,31**	0,22*	0,24*	0,38***	0,31**	0,05	0,09

Примечание:  $N=128$  ( $N=66$  для Устойчивости и Самооценки); \* — тенденция к связи на уровне  $p < 0,1$ ; \*\* — значимые различия на уровне  $p < 0,05$ ; \*\*\* —  $p < 0,01$ ; \*\*\*\* —  $p < 0,001$ .

Регрессионный анализ позволил обнаружить вклад суверенности в изучаемые зависимые переменные; он также оказался различным в зависимости от возраста (табл. 22 и 23). Так, у молодых респондентов суверенность территории важна для того, чтобы не переживать самоотчуждения — иначе говоря, надежность территории способствует онтологической уверенности человека. Суверенность привычек вносит вклад в устойчивость личности. Заметим, что в молодости контроль над местом жизни и режимом — труднодостижимые явления, возможно, именно поэтому они столь существенны для хорошего самочувствия. А вот суверенность ценностей, как это уже проявлялось

и в анализе данных по другим подгруппам, вновь отрицательно сказывается на самооценке.

Таблица 21

**Взаимосвязь диспозициональной суверенности с показателями позитивного функционирования в группе зрелых респондентов**

Шкалы	СПП-2010	СФТ	СТ	СВ	СП	СС	СЦ
Благополучие	0,02	0,10	0,04	0,08	-0,08	-0,02	-0,01
Аутентичная жизнь	0,17*	0,15*	0,20**	0,17*	0,11	0,06	0,07
Подверженность внешним влияниям	-0,11	0,00	-0,08	-0,12	-0,06	-0,05	-0,09
Самоотчуждение	-0,06	-0,11	-0,13	-0,10	0,06	-0,05	0,04
Устойчивость	0,67****	0,49****	0,54****	0,60****	0,56****	0,31***	0,39****
Самооценка	0,19*	0,20*	0,29***	0,29***	0,02	0,07	-0,08

Примечание: N=128 (N=66 для Устойчивости и Самооценки); \* — тенденция к связи на уровне  $p < 0,1$ ; \*\* — значимые различия на уровне  $p < 0,05$ ; \*\*\* —  $p < 0,01$ ; \*\*\*\* —  $p < 0,001$ .

Таблица 22

**Результаты регрессионного анализа: вклад суверенности в показатели позитивного функционирования в группе молодых респондентов**

Шкалы	СТ	СП	СЦ
Самоотчуждение	-0,29		
Устойчивость		0,45	
Самооценка			-0,33

Примечание: N=128 (N=66 для Устойчивости и Самооценки); приведены показатели  $\beta$ , значимые при  $p < 0,05$ .

В зрелости же стабильные характеристики позитивного функционирования, устойчиво существующие во внутриличностном пространстве (в отличие от ситуативных эмоциональных проявлений), оказываются сильно обусловленными суверенностью, причем теми ее параметрами, которые связаны с материальной защищенностью. Существенный вклад в самооценку вносит суверенность территории и вещей, в устойчивость личности — также суверенность вещей, но еще и привычек. Кажется вполне логичным, что взрослый человек относится к себе хорошо, если считает, что у него было и есть личное место (дом, квартира), собственность или деньги и если никто не подгоняет его, не заставляет менять планы и отрываться от того занятия, которое он сам для себя определил. При этом любопытно, что, как и в молодости, суверенность ценностей отрицательно сказывается на самооценке. Вновь возникает сомнение в том, что иметь высокую самооценку — это однозначно благотворно, а также если благотворно, то для чего? Для адаптации или развития, беспроблемного функционирования или креативной и добродетельной жизни? Это вопрос, на который пока обоснованный ответ мы дать не можем.

Таблица 23

**Результаты регрессионного анализа: вклад суверенности в показатели позитивного функционирования в группе зрелых респондентов**

Шкалы	СТ	СВ	СП	СЦ
Устойчивость		0,29	0,31	
Самооценка	0,27	0,31		-0,29

Примечание: N=128 (N=66 для Устойчивости и Самооценки); приведены показатели  $\beta$ , значимые при  $p < 0,05$ .

Таким образом, проявления суверенности, ее ресурсная роль зависят не только от пола, но и от возраста человека: в молодости она более значительна.

**4.2.2.3. Связь суверенности с позитивным функционированием в зависимости от уровня суверенности.** И, наконец, мы в очередной раз задумались о том, как все изученные связи сохраняются в зависимости от уровня суверенности. Разделив по квартилям всю изученную выборку на депривированных, умеренно суверенных и сверхсуверенных, мы обнаружили в каждой из групп крайне скудные связи. Так, у депривированных есть две малоинтересные отрицательные связи суверенности с самоотчуждением, а также две инвертированные связи с благополучием: чем выше суверенность, тем ниже уровень благополучия. Таким образом, суверенность в ее наиболее низких значениях — скорее антиресурс, и ее слабое присутствие ничем не помогает ее обладателю. Регрессионный анализ показал, что суверенность вещей — предиктор подверженности внешним влияниям, то есть контроль над собственностью делает депривированных очень зависимыми ( $\beta=0,197$  при  $p<0,05$ ).

В группе умеренно суверенных связей больше, они понятны и легко интерпретируются: аспекты суверенности положительно связаны с благополучием и аутентичной жизнью, отрицательно — с самоотчуждением и подверженностью внешним влияниям. То есть для умеренно суверенных это качество оказывается действенным ресурсом. В переживание аутентичной жизни вносят вклад суверенность территории ( $\beta=0,144$  при  $p<0,05$ ) и ценностей ( $\beta=0,126$  при  $p<0,05$ ), в переживание самоотчуждения — отсутствие суверенности территории ( $\beta=-0,140$  при  $p<0,05$ ).

В группе сверхсуверенных связей тоже мало, хотя они лишены интригующей парадоксальности и хорошо интерпретируются. В благополучие вносит вклад суверенность тела — выходя из молодости, зрелые люди начинают ценить свое тело и все возможности, с ним связанные, видимо, в первую очередь — здоровье ( $\beta=0,239$  при  $p<0,05$ ). Для переживания аутентичной жизни важна суверенность ценностей ( $\beta=0,282$  при  $p<0,05$ ), а вот суверенность социальных связей становится антипредиктором аутентичной жизни ( $\beta=-0,20$  при  $p<0,05$ ) — возможно, по-

лезная социальная избирательность и ответственность в крайних значениях становится социальной ригидностью, закрывая новые возможности общения и связанное с ним переживание свежести, яркости и подлинности жизни. Зато суверенность ценностей в подгруппе сверхсуверенных препятствует подверженности внешним влияниям ( $\beta=-0,30$  при  $p<0,05$ ). Таким образом, сверхсуверенные все же пользуются этим качеством для укрепления своей жизнестойкости, хотя и не так эффективно, как умеренно суверенные.

### 4.3. Обсуждение результатов

Полученные результаты в целом вполне согласуются с предположениями и ранее полученными данными, показывающими, что суверенность — полезная черта личности, способствующая самосохранению, саморегуляции, сочетающаяся с благополучием и позитивным функционированием. Однако подробный анализ позволил выстроить границы благотворного воздействия суверенности на личность, подводя к размышлениям о том, что диспозициональная суверенность все же представляет собой не универсальный ресурс эмоциональной устойчивости и, возможно, вообще жизнестойкости, а феномен, обладающий выраженной сензитивностью к полу, возрасту, начальному уровню самой суверенности.

При объяснении выраженных половых различий, проявляющихся в том, что количество благотворных для психического здоровья, благополучия и процветания связей в женской группе больше, необходимо обратиться в очередной раз к принципу дополнительности. Каждая функция в хорошо сбалансированной системе появляется лишь один раз, без избыточности и повторов. В российской культуре мальчики с рождения обладают большей свободой по сравнению с девочками. Возможно, именно поэтому уровень суверенности в подростковом возрасте у них выше. Для девочек суверенность — это предмет отдельной деятельности, качество, которое не появляется само по себе, без

дополнительных усилий. Возможно, именно поэтому ее субъективная ценность для женского пола может быть более высокой; разные виды активности и общения соотносятся с суверенностью. Об этом и говорит большое количество связей.

Попытаемся объяснить и различия в той роли, которую суверенность играет на разных этапах жизненного пути. Обратившись к исследованиям в области психологии развития, нетрудно увидеть, что задачи развития сильно меняются при переходе от студенческой молодости к зрелости.

Так, юность и молодость характеризуются поиском и консолидацией идентичности, в том числе и эмпирической личности, проприума, посредством социального и экзистенциального экспериментирования, успешной сепарации и достижения эмоциональной автономии от родителей, а также генерированием установки на добровольное развитие новых значимых отношений. Молодость отмечена чувством (порой иллюзорным) субъективной безопасности, готовностью к рискам, что и отражается в несколько более высоком уровне наконец достигнутой суверенности. Кризис «первой четверти» жизни, выделяемый некоторыми исследователями, состоит в том, что молодой человек позволяет себе без угрозы для собственной идентичности быть несовершенным, допуская итерации в основных жизненных сферах — выборе романтических партнеров и образования или профессии (Бочавер, 2012; Харламенкова, Кумыкова, Рубченко, 2015; Robinson, 2008; Robinson, Dunn, Nartova-Bochaver, Bochaver et al., 2016). Экспериментирование — это креативная деятельность, предполагающая наличие прочного «тыла», надежных психологических границ, которые играют очень важную роль в человеческом бытии на протяжении молодости. Нужно не просто сепарироваться от старших, но и выстроить новые границы, защищающие растущее и изменяющееся Эго.

А вот зрелый возраст предназначен для решения совершенно иных задач (Havighurst, 1972). Став взрослым, молодой человек неожиданно оказывается во власти многих новых, возвращенных уже им самим эмоциональных зависимостей: любовь,

карьера, а в еще большей степени привязанность к собственным детям и необходимость заботиться о родителях делают его человеком несвободным. Привязанности не только укрепляют, но также делают человека уязвимым; однако эта уязвимость — естественный знак взросления со всеми экзистенциальными рисками и раскачиваниями зрелости, ее непривычных (в отличие от убежденной молодости) сомнений. «Контур» эмпирической личности меняются, проприум расширяется за счет включения других людей и новых задач, требующих порой отказа от прежних целей, иногда — служения и даже самопожертвования. То, что на первый взгляд выглядит как дезадаптация, зависимость или разрушение, на самом деле — знак взросления.

Исследования показывают, что молодые матери, воспитывающие детей в возрасте до полутора лет, имеют уровень суверенности, сопоставимый с таковым у воспитанников детских домов — ни тело, ни время, ни привычные ценности, ни былые привычки или подруги им больше не принадлежат; все подчинено задаче материнства (Скоромная, 2006). Однако это добровольный выбор, который представляет собой в некотором смысле «инвестицию» в стратегическое экзистенциальное благополучие, хотя личностные границы в этот период сильно рыхлятся, являя собой болезненный, но неизбежный атрибут становления зрелости.

Средняя зрелость отличается интенсивной динамикой идентичности, сменой ресурсов и вообще композиции индивидуальности. И хотя кризис середины жизни многими исследователями рассматривается как факультативный, это не делает его менее сложным, а результаты прохождения через этот период жизни — более предсказуемыми (Солодников, Солодникова, 2009; Юнг, 1993). Человек в возрасте за тридцать нередко беззащитен, обременен, растерян, потому что сталкивается с необходимостью ответственного проживания уже не экспериментальных «черновики» своей жизни, а главного, чистового экземпляра. Позитивное и негативное смешано в его бытии, взаимодействует и взаимопревращается, и поэтому нет никаких оснований

ожидать получения однозначных линейных связей — все может стать вызовом и все может привести к благополучию. И суверенность как знак прочных (но также иногда ригидных) границ может в возрасте за тридцать действительно искусственно удерживать человека в его инфантильно-подростковом состоянии, препятствуя рождению зрелой личности.

Симптоматическая печаль и межличностные проблемы вполне могут оказаться следствиями «задержавшейся» из молодости суверенности, которая меняет свою конфигурацию и содержание. На наш взгляд, чувство «своего», возможно, отрывается от привычных атрибутов эмпирической личности, обесценивает их, и суверенность как проявление субъектности начинает обслуживать более крупные, по сравнению с подробно изученными на подростково-юношеском возрасте, измерения психологического пространства — чувство «пути», предназначения, истинного бытия, аутентичности. Иначе говоря, если юность — время брать, то зрелость — время отдавать, для чего и нужно открывать свои границы. Примерно об этом и говорят эмпирические данные, полученные нами при изучении респондентов средневзрослого возраста.

Однако, без сомнения, есть и чисто технологические, связанные с ограничениями дизайна исследования, объяснения полученным фактам. Изученная выборка в силу недостаточной сбалансированности по полу (мужчины составили треть выборки) не позволила вполне учесть гендерные особенности, а между тем они представляют важный фактор индивидуации. Кроме того, выборка взрослых менее однородна и по возрасту — стандартное отклонение возраста составило 7,4 года против 1,4 среди молодых, таким образом, можно ожидать, что точный тайминг группы взрослых дал бы более нюансированные и интерпретируемые результаты. Наконец, необходимо отметить, что опросник СПП-2010 имеет анамнестический характер, обращая респондента к опыту его детства как периода становления суверенности, а не измеряет актуальный уровень приватности. Вполне возможно, что результаты могут быть объяснены во

многом когортными особенностями взрослых людей, в детстве которых суверенность не была общепризнанной социальной ценностью.

И, наконец, представление о ресурсных возможностях суверенности было скорректировано самим показателем суверенности. Обнаружилось, что они наиболее велики и объяснимы для коридора средних значений; именно здесь суверенность обладает адаптивной силой в наибольшей мере. В группе пониженных значений (у депривированных личностей) все содержательно благотворные связи незначительны, а их количество невелико. В соответствии с предположением о генезисе суверенности как черты личности ее уровень на протяжении детства должен возрастать, чтобы, достигнув некоторого предела, суверенность стала чертой и начала активно помогать своему хозяину. В группе сверхсуверенных практически нет непонятных или парадоксальных связей, однако их количество также существенно меньше, чем в группе умеренно суверенных. Возможно, потеря адаптивных качеств суверенности связана либо с ригидностью границ, которая не позволяет ее носителю приобретать новый опыт, либо со склонностью внедряться в психологические пространства других людей, истощая субъекта и нарушая его взаимодействие. И то и другое наносит вред сбалансированному благополучному существованию.

Заключая, мы должны отметить, что прогноз и рекомендации относительно развития такого важного предиктора позитивного функционирования, как суверенность, должны принимать во внимание контекстуальные переменные — пол, возраст, актуальный уровень суверенности.

## Глава 5. Психологическая суверенность и духовно-мировоззренческие особенности личности

Описанные выше данные позволяют с уверенностью заключить, что диспозициональная суверенность — важное качество, облегчающее адаптацию, способствующее хорошему самочувствию и переживанию интенсивности, аутентичности и подлинности собственной жизни. Адаптивную функцию суверенности можно считать убедительно доказанной, особенно применительно к подростково-юношескому возрасту. Иначе говоря, суверенность полезна субъекту, развивать и укреплять ее — психологически выгодно.

Однако исчерпывается ли ее протективная функция исключительно задачами адаптации? Уже полученные данные говорят о том, что суверенные личности часто обладают более гуманным мировоззрением по сравнению с депривированными (Буравцова, 2011; Коптева, 2010). Дополнительные аргументы в пользу того, что мы можем получить интересные новые связи, предоставлены психологией морали: давно показано, что гуманные и альтруистические проявления человека обусловлены и его диспозициями, и содержанием текущей ситуации; неудовлетворительные обстоятельства, переживание неудачи или разочарования способны сделать мироотношение человека более жестким, а взаимодействие с другими — более требовательным и регламентированным (Нартова-Бочавер, 1992, 1993). Наши данные говорят о том, что суверенность предохраняет от эмоциональных колебаний, а значит, можно ожидать, что она будет, хотя бы опосредствованно, связана с гуманными установками.

Поэтому, получив богатые данные о том, что суверенность — безусловно полезный инструмент адаптации человека, мы решили исследовать, как она соотносится с ценностями и добродетелями, которые делают человека не только более успешным, но еще и более нравственным.

### 5.1. Суверенность и справедливость: разные аспекты социальной регуляции

Исходя из понимания суверенности как баланса между потребностями субъекта и других людей, а также принимая во внимание, что этологические источники суверенности показывают ее связь с задачами распределения разного рода ресурсов и привилегий, мы решили начать изучение духовно-мировоззренческих аспектов суверенности, соотнеся ее с ценностью справедливости (Гулевич, 2013). В самом деле, мы можем ожидать, что суверенный человек склонен упорядочивать свою жизнь и общение, следуя правилам, уважая нормы и вообще проявляя себя законопослушным субъектом.

#### 5.1.1. Суверенность и вера в справедливый мир

Понятие «вера в справедливый мир» было введено психологом Мелвином Лернером в 1960 году и описано в его одноименной теории (Lerner, 1980). Оно может быть определено как общая мировоззренческая установка, часто рассматриваемая как заблуждение или иллюзия, следуя которой, люди убеждены в том, что мир — это правильное упорядоченное место, где каждый человек в конечном итоге получает то, что заслуживает: и награды, и наказания. Людям важно поддерживать веру в справедливый мир, поскольку столкновение с непоправимой несправедливостью чрезвычайно травматично для них, приводя порой к крушению целостной концепции жизни. Именно поэтому им проще считать чужие награды или несчастную судьбу заслуженными, чем расстаться с иллюзией справедливого мироустройства (Нартова-Бочавер, Астанина, 2014а, б; Astanina,

*Nartova-Bochaver*, 2011; *Nartova-Bochaver*, 2014; *Nartova-Bochaver, Astanina*, 2012). Согласно Лернеру, для большинства людей форма персонального контракта с миром — это основа их способности к поддержанию психологической стабильности и прогнозированию своих поступков. В то же время реалистичная картина мира, по мнению Лернера, требует согласиться с тем, что происходящее чаще бывает несправедливым, именно поэтому веру в справедливый мир исследователь называл иллюзией или заблуждением.

Идеи Лернера были продолжены работами К. Дальберт, которая отметила по крайней мере три адаптивные функции веры в справедливый мир: 1) это признание того, что субъект берет на себя обязательства поступать справедливо; 2) она наделяет человека уверенностью в том, что и другие могут быть с ним справедливыми; 3) она позволяет осмысленно и связано интерпретировать события своей жизни (*Dalbert*, 2001). Благодаря этому вера в справедливый мир, как и многие другие мировоззренческие стереотипы, экономит психическую энергию человека, поддерживает его доверие к миру и людям.

Позже И. Липкус и К. Дальберт с коллегами в процессе создания немецкой версии опросника разделили веру в справедливый мир вообще и веру человека в справедливость по отношению к себе (*Dalbert, Lipkus, Sallay, Goch*, 2001). Оказалось, что можно считать мир вообще справедливым или сомнительным местом, но признавать, что по отношению к субъекту происходящее все же справедливо. В исследованиях и измерениях стали разделять общую ( $ВСМ_{общ}$ ) и личную ( $ВСМ_{личн}$ ) веру в справедливый мир, причем данные говорят о том, что вклад  $ВСМ_{личн}$  вносит существенный вклад в психологическое благополучие, в то время как  $ВСМ_{общ}$  выполняет эпистемологическую (познавательную) функцию, оценивая события и отвечая скорее за чувство структурированности и упорядоченности мира. Такой вывод показывает существенность различия двух аспектов  $ВСМ$  и важность разницы  $ВСМ_{личн} - ВСМ_{общ}$  для предсказания установок и поведения.

Соответственно, можно различать четыре варианта мироотношения. Если человек полагает, что мир — это справедливое место, однако именно с ним обходятся нечестно, это маркирует наименее гуманную установку на сообщество, сопровождающуюся готовностью взять реванш. Если же человек считает, что, напротив, в согласии с мнением А. Шопенгауэра, мир — это ад, в котором все же можно обустроить огнеупорное убежище, то это сочетается с негуманными установками и действиями, направленными на изменение мира к лучшему. Вариант отсутствия веры в справедливость неплох для адаптации, так как готовит человека к диалогу со сложным миром, а высокая вера в справедливость сопряжена с большим количеством предрассудков. Показано также, что верящие в личную справедливость люди не имеют желания мстить агрессору или отвергать его, то есть, не испытывая к нему симпатии, все же готовы его простить (*Gerlach, Allemand, Agroskin, Denissen*, 2012; *Strealan, Sutton*, 2011; *Sutton, Calogero, Bardi*, 2012). С точки зрения социальной адаптации и благополучия это очень важный феномен, показывающий, как  $ВСМ_{личн}$  помогает человеку избегать незначительных стрессов и огорчений.  $ВСМ_{общ}$ , в противоположность этому, является предиктором негативных эмоций. Все вместе моделирует следующую типичную для «потерпевшего» (но, конечно, не единственную) форму социального контракта: «Если я жертва, мне стоит воздерживаться от злости, но моему обидчику должно воздаться по заслугам».

В одном из модулей нашего исследования мы решили изучить связь диспозициональной суверенности и веры в справедливый мир.

**5.1.1.1. Процедура исследования.** Исследование носило поисковый характер, и у нас не было эмпирических оснований для выдвижений гипотезы. Участниками исследования были 259 добровольцев — студентов-психологов (204 девушки),  $M_{возраст} = 20,7$ ;  $SD_{возраст} = 4,4$ . Наряду с опросником СПП-2010 использовалась русская адаптация опросника «Вера в справедливый мир» К. Дальберт, включающая две субшкалы — Веру в

справедливость по отношению к личности и Веру в общую справедливость мира.

**5.1.1.2. Полученные результаты.** Получены следующие результаты (табл. 24). Оказалось, что суверенность положительно связана с верой в справедливый мир, причем сильнее — с верой в личную справедливость.

Таблица 24

#### Взаимосвязь ( $r_s$ ) суверенности и веры в справедливый мир

Шкала	СПП-2010	СФТ	СТ	СВ	СП	СС	СЦ
ВСМ <sub>личн</sub>	0,21****	0,16***	0,16***	0,10*	0,13**	0,15***	0,17***
ВСМ <sub>общ</sub>	0,18***	0,12**	0,14**	0,11*	0,12**	0,05	0,16***

Примечание: N=259; \* — тенденция к значимым различиям на уровне  $p < 0,1$ ; \*\* — на уровне  $p < 0,05$ ; \*\*\* — на уровне  $p < 0,01$ ; \*\*\*\* — на уровне  $p < 0,001$ .

Использование регрессионного анализа, однако, показало, что ни один показатель суверенности не оказался предиктором веры в справедливый мир, таким образом, мировоззрение и диспозициональная суверенность, по-видимому, оказывают друг на друга взаимное влияние. Возможно, представление о справедливости испытывает влияние других, помимо диспозициональной суверенности, факторов.

Суверенные личности, умеющие удерживать свои границы, в целом полагают, что мир устроен по правилам, и их частная судьба тоже регламентируется этими правилами: и неудачи, и победы в их жизни обычно заслуженны. И напротив, люди с низкой суверенностью, травмированные, не способные защитить свое эмпирическое «Я», полагают, что мир в целом устроен неправильно, и они сами также часто остаются недооцененными.

Подсчет связей отдельно для мужской и женской выборки не изменил радикально это заключение (табл. 25 и 26). Обнаружены те же самые тенденции, однако в женской группе их немного больше, и они сильнее.

Таблица 25

#### Взаимосвязь ( $r_s$ ) суверенности и веры в справедливый мир в мужской группе

Шкала	СПП-2010	СФТ	СТ	СВ	СП	СС	СЦ
ВСМ <sub>личн</sub>	0,29***	0,31***	0,26*	0,22	0,18	0,19	0,04
ВСМ <sub>общ</sub>	0,22	0,28**	0,22	0,09	0,08	-0,04	0,09

Примечание: N=259; \* — тенденция к значимым различиям на уровне  $p < 0,1$ ; \*\* — на уровне  $p < 0,05$ ; \*\*\* — на уровне  $p < 0,01$ .

Как бы то ни было, все связи и тенденции положительны. То есть в целом суверенные индивидуумы имеют более благоприятное, спокойное и оптимистичное мироотношение.

Таблица 26

#### Взаимосвязь ( $r_s$ ) суверенности и веры в справедливый мир в женской группе

Шкала	СПП-2010	СФТ	СТ	СВ	СП	СС	СЦ
ВСМ <sub>личн</sub>	0,19***	0,10	0,13*	0,07	0,12*	0,14***	0,20**
ВСМ <sub>общ</sub>	0,06	0,12	0,11*	0,13	0,08	0,18***	0,06

Примечание: N=204; \* — тенденция к значимым различиям на уровне  $p < 0,1$ ; \*\* — на уровне  $p < 0,05$ ; \*\*\* — на уровне  $p < 0,01$ .

Регрессионный анализ также не дал новых интересных фактов отдельно в мужской или женской группе.

Имея в виду, что большинство обнаруженных нами закономерностей имеют возрастную и гендерную специфичность, а также нелинейный характер, мы разделили выборку на низко- и высокосуверенных. Объем группы не позволил выделить достаточно наполненные группы по квартилям распределения, поэтому мы разделили данные по медиане показателя общей суверенности, которая составила 25 баллов. Таким образом, мы

получили две равнонаполненные выборки, в первую (низкосуверенных) вошло 25 юношей, во вторую (высокосуверенных) — 30 юношей.

Сравнение показателей веры в справедливый мир показало, что, хотя и  $ВСМ_{личн}$  и  $ВСМ_{общ}$  выше в группе высокосуверенных (значение критерия Манна–Уитни составило соответственно  $U=6676,5$  при  $p=0,005$ ;  $U=6906$  при  $p=0,019$ ), разница между показателями  $ВСМ_{личн}$ – $ВСМ_{общ}$ , которая и характеризует специфику мироотношения, остается практически одинаковой — критерий Манна–Уитни не показал различий (табл. 27). То есть можно ожидать, что различия не будут значительными — что было бы неудивительно, поскольку мы изучали представителей гуманной профессии, будущих психологов, причем частично имеющих клиническую специализацию.

Таблица 27

**Вера в справедливый мир  
в группах низко- и высокосуверенных**

Шкала / группа	$ВСМ_{личн}$	$ВСМ_{общ}$	$ВСМ_{личн}-ВСМ_{общ}$
Низкосуверенные	4,3	3,5	0,81
Высокосуверенные	4,6	3,7	0,85

Таблица 28

**Взаимосвязь ( $r_s$ ) суверенности и веры в справедливый мир  
в группе высокосуверенных**

Шкала	СПП-2010	СФТ	СТ	СВ	СП	СС	СЦ
$ВСМ_{личн}$	0,21**	0,15	0,22**	0,00	0,04	0,06	0,12
$ВСМ_{общ}$	0,19**	0,09	0,16*	0,10	0,07	-0,06	0,16*

Примечание:  $N=259$ ; \* — тенденция к значимым различиям на уровне  $p < 0,1$ ; \*\* — на уровне  $p < 0,05$ .

Тем не менее мы посмотрели связи в каждой группе отдельно. У низкосуверенных значимых связей не было обнаружено вообще. В группе высокосуверенных обнаружилось несколько положительных связей и тенденций (табл. 28). Оказалось также, что суверенность территории — значимый предиктор веры в личную справедливость ( $\beta=0,20$  при  $p=0,04$ ).

Таким образом, наше исследование показало, что суверенность и вера в справедливый мир все же значимо положительно связаны, причем эта связь обнаруживает себя, начиная с некоторого порогового, близкого к среднему, показателя суверенности, сильнее проявляется у девушек, а также примечательно, что вера в справедливость по отношению к субъекту обусловлена суверенностью территории.

Эти результаты имеют некоторую прикладную ценность и полезны для прогноза социального поведения человека. Однако они нуждаются в том, чтобы быть дополненными более подробными исследованиями, с более тонко нюансированными переменными.

### 5.1.2. Суверенность и чувствительность к справедливости

В качестве следующей переменной, также, возможно, имеющей отношение к суверенности и при этом морально значимой, мы выбрали чувствительность (восприимчивость) к справедливости (ЧС, justice sensitivity) — черту второго порядка, которая проявляется в склонности человека ярко воспринимать случаи несправедливости и сильно реагировать на них (Gollwitzer, Rothmund, 2011; Gollwitzer, Rothmund, Alt, Jekel, 2014; Schmitt, Gollwitzer, Maes, Arbach, 2005; Schmitt, Baumert, Gollwitzer, Maes, 2010). Чувствительность к справедливости обладает индивидуальной и культурной вариативностью. Так, конструкт справедливости более значим для коллективистических культур, чем для индивидуалистических, а также обладает богатой системой связей во внутриличностном пространстве.

В ходе развития своей концепции Манфред Шмитт пришел к необходимости разделить четыре модуса этой черты, которые отличаются мерой вовлеченности человека в ситуацию нарушения справедливости и доминирующим переживанием: позиции жертвы ( $Ч_{жертв}$ ), свидетеля ( $Ч_{свид}$ ), бенефициара ( $Ч_{бенеф}$ ) или нарушителя норм ( $Ч_{наруш}$ ).

Так, для тех, чьи права ущемили, типично чувство гнева, мобилизующее и мотивирующее человека к исправлению ситуации ( $Ч_{жертв}$ ). Бенефициар (человек, непреднамеренно получивший чужой бонус или привилегию) и субъект несправедливого поступка (нарушитель), по мнению М. Шмитта, обычно склонны к переживанию вины и готовности исправить несправедливость. Для свидетеля несправедливости более характерно моральное возмущение, которое побуждает вступить за права других людей. Свидетель — это наименее эмоционально вовлеченная персона, руководствующаяся в основном здравым смыслом и доводами рассудка, а не чувствами.

И суверенность, и чувствительность к справедливости ответственны за поддержание баланса между потребностями субъекта и других людей; обе помогают признавать и уважать других и в то же время — оберегать самого себя. Обе они феноменологически похожи, так как представляют собой черты личности низшего уровня. Наконец, обе вносят упорядоченность в процесс взаимодействия, делая субъекта общения способным, во-первых, защищать свое психологическое пространство за счет прочности границ, что обеспечивает психологическая суверенность, и, во-вторых, обеспечивать и сохранять равноправные, справедливые отношения между людьми, за что отвечает чувствительность к справедливости. Все это позволяет предположить, что они могут быть сопряженными во внутриличностном пространстве.

**5.1.2.1. Процедура исследования.** Наряду с опросником СПП–2010 использовалась русская версия опросника М. Шмитта «Чувствительность к справедливости» из 40 утверждений, включающая четыре субшкалы в соответствии с ролью, которую

субъект занимает в ситуации нарушения справедливости; в каждой шкале по десять утверждений (*Schmitt, Baumert, Gollwitzer, Maes, 2010; Wu, Schmitt, Nartova-Bochaver, Astanina et al., 2014*). Участниками были 354 студента московских и воронежских университетов (93 юноши, 261 девушки;  $M_{возраст} = 23$ ,  $SD_{возраст} = 3,1$ ).

**5.1.2.2. Полученные результаты.** Прежде всего, мы обнаружили, что суверенность и ЧС отрицательно связаны друг с другом, причем наиболее сильна связь с чувствительностью жертвы (табл. 29).

Таблица 29

**Взаимосвязь ( $r_s$ ) психологической суверенности и чувствительности к справедливости**

Шкала	СПП	СФТ	СТ	СВ	СП	СС	СЦ
$Ч_{жертв}$	-0,309***	-0,218***	-0,310***	-0,312***	-0,198***	-0,215***	-0,159**
$Ч_{свид}$	-0,153*	-0,134*	-0,080	-0,162**	-0,124*	-0,126*	-0,048
$Ч_{бенеф}$	-0,104	-0,083	-0,035	-0,039	-0,104	-0,177**	-0,067
$Ч_{наруш}$	-0,078	-0,023	-0,027	-0,028	-0,093	-0,154**	-0,061

Примечание: N=354; \* —  $p < 0,05$ ; \*\* —  $p < 0,01$ ; \*\*\* —  $p < 0,001$ .

То есть чем прочнее личностные границы, тем менее чувствителен субъект к тому, справедливы ли человеческие отношения или нет, в том числе и по отношению к нему самому, и тем больше склонен пренебрегать регулирующей ролью справедливости в собственных решениях. По-видимому, межличностное общение суверенного человека строится на каких-то иных ценностях, возможно, «несимметричных», подразумевающих отсутствие регламентированного обмена ресурсами и привилегиями — например, на ценностях любви и благодарности, однако эта гипотеза нуждается в подтверждении. И напротив, депривированные личности обладают внутренним «счетчиком» и постоянно соотносят в деятельности и общении инвестиции и полученные результаты.

Связь рассматриваемых переменных представляется взаимоотношающей: с одной стороны, психологические травмы как нарушение границ способствуют тому, что люди становятся более бдительными и чувствительными к возможным несправедливостям; с другой — люди, тратящие много энергии на мониторинг соблюдения справедливости, оказываются не в силах удерживать свои границы и в результате становятся более уязвимыми.

Результаты также указывают, что наиболее сильные связи суверенность образует с чувствительностью жертвы — то есть, пережив поражение или неудачу, суверенный человек все же не впадает в состояние гнева; возможно также, что они вообще не переживают таких опытов, потому что по счастливым обстоятельствам своей судьбы не оказываются в позиции жертвы. Что касается остальных связей с чувствительностью к справедливости, то они образованы суверенностью социальных связей, что тоже не удивительно, так как именно этот аспект суверенности регламентирует взаимодействие с другими людьми.

Мы проанализировали связи с чувствительностью жертвы подробнее.

Сравнение средних значений не обнаружило разницы среди мужчин и женщин в присутствии черты  $Ч_{жертв}$  (средние составили соответственно 2,79 и 2,78). Однако оказалось, что система коррелятов этой черты в пространстве личности существенно различается в зависимости от пола.

Как показывают полученные данные, у мужчин  $Ч_{жертв}$  отрицательно связана только с суверенностью личных вещей; корреляции с большей частью других измерений психологического пространства — тела ( $r_s = -0,03$  при  $p=0,85$ ), территории ( $r_s = -0,14$  при  $p=0,40$ ), ценностей ( $r_s = -0,26$  при  $p=0,12$ ) и общей суверенности ( $r_s = -0,13$  при  $p=0,44$ ) у мужчин слабоотрицательны (табл. 30). Вполне возможно, что некоторые из этих тенденций могут усиливаться при расширении объема выборки. Таким образом, позиция жертвы у мужчин сопровождается чувством слабости собственных личностных границ, пониженной суверенностью,

при этом наиболее острая реакция на несправедливость связана с переживанием общей материальной несостоятельности или, иначе говоря, вполне можно предположить, что для мужчин собственность и финансовое благополучие представляют собой ресурс противостояния жизненным несправедливостям.

Таблица 30

**Взаимосвязь ( $r_s$ )  $Ч_{жертв}$  с изученными переменными у мужчин/женщин**

Переменная	$r_s$
Суверенность общая	-0,13 / -0,37***
Суверенность тела	-0,03 / -0,39***
Суверенность территории	-0,14 / -0,37***
Суверенность вещей	-0,34* / -0,30**
Суверенность привычек	0,13 / -0,19
Суверенность социальных связей	0,08 / -0,27*
Суверенность ценностей	-0,26 / -0,15

Примечание: N=91; \* —  $p \leq 0,05$ ; \*\* —  $p \leq 0,01$ ; \*\*\* —  $p \leq 0,001$ .

В женской подгруппе  $Ч_{жертв}$  отрицательно связана с суверенностью во всех ее доменах, при этом связи с суверенностью тела, территории, вещей, социальных связей и общей суверенностью оказались высокозначимыми. Таким образом, позиция жертвы у женщин сопровождается общим снижением суверенности и переживанием уязвимости психологических границ практически по всем параметрам.

По-видимому, в контексте темы связи  $Ч_{жертв}$  и психологической суверенности женщины оказываются менее адаптивными по сравнению с мужчинами. Мужчины, переживая несправедливость по отношению к себе, оказываются в состоянии защитить хотя бы свои привычки и отстоять социальные связи, о чем

свидетельствуют положительные корреляции  $\text{Ч}_{\text{жертв}}$  с суверенностью привычек и социальных связей. Женщины же в позиции жертвы теряют свое эмпирическое «Я» целиком и полностью, чувствуя, что в этом мире они не имеют (и не заслуживают) вообще ничего своего.

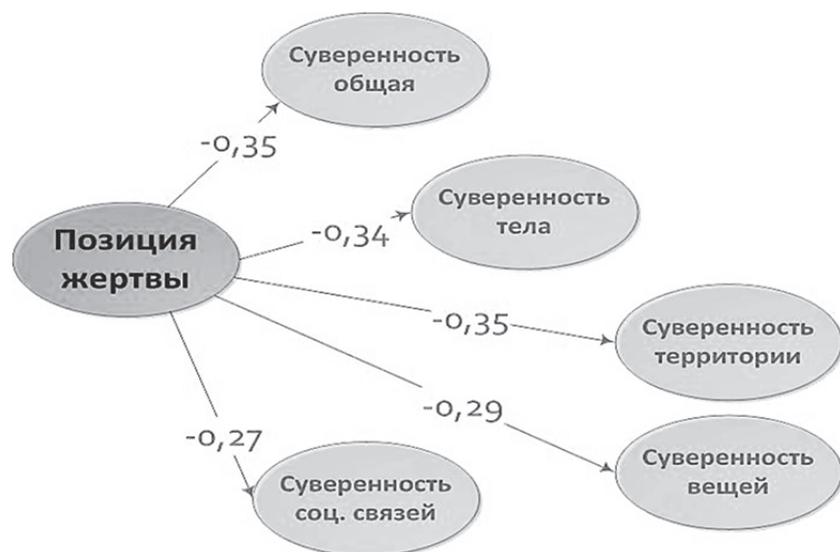


Рис. 3. Регрессионный анализ: вклад  $\text{Ч}_{\text{жертв}}$  в диспозиционную суверенность в женской группе

Регрессионный анализ не обнаружил никаких значимых связей в мужской выборке, однако показал несколько интересных связей в женской (рис. 3). Это означает, что юноши не склонны к обобщению опыта неудач, возможно, в связи с тем, что, согласно эволюционной логике выполняемых ими задач, они чаще переживают в своей повседневной жизни риски и неудачи и должны быть психологически устойчивы по отношению к ним. Что касается женщин, то у них опыт переживания позиции и роли жертвы, накапливаясь, разрушает суверенность как черту личности, вносит вклад в ослабление личностных границ или не позволяет им выстроиться. Это еще раз показывает, с одной сто-

роны, разрушительность опыта жертвы, с другой — подтверждает механизмы генезиса суверенности как черты личности, подкрепляемой отсутствием провокативных или неуспешных ситуаций.

Итак, корреляционный анализ данных показывает, что позиция жертвы малоадаптивна для всех, однако у женщин имеет гораздо более длинный ряд негативных следствий. Отметим еще раз, что мы сейчас говорим о тех случаях, когда опыт переживания отдельного эпизода или серии событий, нарушающих законы справедливости, генерализуется в позицию жертвы как черту личности, а не решается в рамках отдельного жизненного события.

## 5.2. Суверенность и моральные мотивы

Психологические границы в нашем понимании — это не только физические атрибуты отдельного владения, но еще и метафора, содержащая правила отношений между людьми, причем не только норм поведения и закона, но часто — имплицитно действующих повседневных или моральных законов должностования. Нравственная жизнь подразумевает высокий уровень собственной защищенности и активности субъекта (Швейцер, 1973). Для того чтобы подробнее изучить роль суверенности в принятии таких правил, мы исследовали связь уровня моральной мотивации в зависимости от выраженности диспозиционной суверенности.

Из существующих теорий морального поведения и мотивации мы выбрали в качестве наиболее информативной шестифакторную Модель моральных мотивов Р. Янофф-Бульман (Janoff-Bulman, Carnes, 2013a, b). Эта модель опирается на дуалистические регуляторные теории, которые различают поведение приближения–избегания, или активации–подавления и хорошо зарекомендовали себя при изучении разного рода социальных феноменов (Carver, White, 1994). Многочисленные исследования говорят о том, что моральные правила бывают как проскрип-

тивными (запрещающими), так и прескриптивными (предписывающими). «Не убий...» и «Возлюби...» — типичные примеры двух видов побудителей.

В концепции Янофф-Бульман добавляется еще одно существенное основание побудителя — тот социальный объект, на который он направлен. Концепция различает три вида этих объектов — само действующее лицо, социальная группа и общество в целом. В результате сочетания мотивов и объектов получается шестифакторная модель моральных побуждений (табл. 31)

Таблица 31

**Модель моральных мотивов** (по *Janoff-Bulman*, 2013)

Регуляция / Социальный объект	Я (личный)	Другие (межличностный)	Группа (коллективный)
Защита / подавление (прескриптивная регуляция)	Самоограничение / сдержанность	Непричинение вреда	Социальный порядок / общественная солидарность
Стимулирование / активация (прескриптивная регуляция)	Усердие	Помощь / честность	Социальная справедливость / социальная ответственность

Самоограничение (Self-Restraint) предполагает защиту человека от «семи смертных грехов» и других соблазнов и искушений. Усердие (Self-Reliance, Industriousness) побуждает его к трудолюбию, добросовестности и устойчивости. Непричинение вреда (Not-Harming) — один из существенных для взаимодействия с другими людьми мотивов, который оберегает от эгоистичного поведения и стяжательства. Помощь/честность (Helping) стимулирует к тому, чтобы активно помогать другим, таким образом дополняя собой мотив непричинения вреда, вместе с которым образует основу социальных обязательств. Социальный порядок/общественная солидарность (Social Order) оберегают от опасностей и угроз как извне, так и изнутри группы,

что важно для сохранения верности группы, ее высокой согласованности. И, наконец, Социальная справедливость/социальная ответственность (Social Justice) служат укреплению группы благодаря усилению социальной ответственности, взаимопомощи, основанной на честном распределении ресурсов и привилегий.

Каждый человек имеет свой собственный профиль типичных моральных побуждений, все они социально благотворны и способствуют укреплению сообщества, однако с применением разных тактик и навыков.

В соответствии со своей моделью Янофф-Бульман разработала и многошкальный опросник, направленный на изучение и диагностику выделенных ею мотивов.

Этот модуль также имел поисковый характер, поскольку суверенность и моральные феномены практически никогда ранее не изучались и конкретных гипотез не выдвигалось.

### 5.2.1. Процедура исследования

Наряду с основным методом исследования — опросником СПП–2010, использовался разработанный Р. Янофф-Бульман 6-шкальный опросник «Модель моральных мотиваций» (Moral Motives Model (MMM) scale) (*Janoff-Bulman, Carnes, 2013a, b*), включающий 30 утверждений, распределенных по описанным выше шкалам. Участниками исследования были 539 студентов (125 юношей) московских университетов с разных факультетов (примерно половина — психологи, остальные специализируются в области менеджмента, бизнеса, журналистики, математики, экономики, социологии и дизайна),  $M_{\text{возраст}} = 21,0$ ,  $SD_{\text{возраст}} = 3,5$ .

### 5.2.2. Полученные результаты

Результаты показывают, что связь суверенности с моральными мотивами существует, однако в целом она незначительна, в основном с мотивом усердия, интенсифицирующего жизнь самого субъекта (табл. 32). Интересно, что обнаружено две отрицательные связи с мотивом Самоограничения: люди, привык-

шие оберегать свое тело и территорию, оказываются неспособными к моральной мотивации такого содержания, хотя умеют быть моральными, тратя много сил на самосовершенствование и работу. Примечательно, что вообще мотивы активации больше связаны с суверенностью, чем мотивы подавления.

Таблица 32

**Взаимосвязь ( $r_s$ ) психологической суверенности и выраженности моральных мотивов**

Шкала	СПП	СФТ	СТ	СВ	СП	СС	СЦ
Помощь	0,04	0,02	0,03	0,05	0,03	0,02	0,08*
Непричинение вреда	0,08*	0,05	0,04	0,07	0,06	0,06	0,10**
Социальная справедливость	0,08*	0,00	0,07	0,04	0,06	0,06	0,14***
Социальный порядок	0,02	-0,01	0,04	-0,01	0,02	0,01	0,06
Усердие	0,10**	0,13***	0,08*	0,00	0,06	0,06	0,12***
Самоограничение	-0,04	-0,08*	-0,08*	0,00	-0,03	-0,01	0,03

Примечание: N=539; \* —  $p<0,1$ ; \*\* —  $p<0,05$ ; \*\*\* —  $p<0,01$ ; серый фон — мотивы активации (прескриптивные).

Что касается аспектов суверенности, то наиболее тесно связана с моральной мотивацией суверенность ценностей, что неудивительно, так как именно это качество наиболее вовлечено в духовную жизнь человека. Иначе говоря, люди, которые привыкли к свободе и безопасности собственных вкусов и взглядов, чаще имеют намерение помогать другим, больше берегут людей, трудолюбивы и ценят социальную справедливость.

Для уточнения результатов мы провели регрессионный анализ, который показал, что несколько аспектов суверенности действительно вносят вклад в моральные мотивы: так, суверенность ценностей — значимый предиктор мотива социального порядка ( $\beta=0,14$  при  $p=0,03$ ) и самоограничения ( $\beta=0,15$  при

$p=0,02$ ), суверенность тела — усердия ( $\beta=0,15$  при  $p=0,02$ ), а суверенность тела при этом оказалась антипредиктором мотива самоограничения ( $\beta=-0,13$  при  $p=0,03$ ). То есть суверенным психологически проще активно творить добро, нежели воздерживаться от дурных поступков или проявлять дисциплинированность.

Следующий шаг анализа состоял в разделении групп по полу (Гиллиган, 1992; Kohlberg, 1969). Сравнение средних показателей выраженности мотивов у юношей и девушек при помощи критерия Манна–Уитни не обнаружило ни одного значимого различия (табл. 33). Анализ данных в мужской группе показал лишь несколько тенденций. В целом связи суверенности с моральными мотивами не значимы: это означает, что как в группе суверенных, так и в группе депривированных юношей могут оказаться и высоконравственные, и лишенные морального чувства люди.

Таблица 33

**Взаимосвязь ( $r_s$ ) психологической суверенности и выраженности моральных мотивов у юношей**

Шкала	СПП	СФТ	СТ	СВ	СП	СС	СЦ
Помощь	0,12	0,16*	0,01	0,15*	0,06	-0,01	0,13
Непричинение вреда	0,06	0,06	0,05	0,10	0,05	0,08	-0,02
Социальная справедливость	0,04	0,01	0,09	0,01	-0,01	0,01	0,03
Социальный порядок	0,04	0,07	0,15*	-0,01	-0,05	-0,12	0,01
Усердие	0,12	0,16*	0,10	0,03	0,10	0,11	0,07
Самоограничение	0,04	0,05	0,03	0,06	0,05	-0,02	-0,01

Примечание: N=125; \* — тенденции к связи  $p<0,1$ ; серый фон — мотивы активации (прескриптивные).

Регрессионный анализ, впрочем, усилил некоторые тенденции: оказалось, что для мотива социального порядка предикто-

ром является суверенность территории ( $\beta=0,25$  при  $p=0,02$ ), а для мотива усердия — суверенность тела. То есть обусловленность моральной мотивации в юношеской группе связана с наиболее «брутальными», близкими к природе измерениями психологического пространства, при этом все связи положительны и хорошо интерпретируемы.

Таблица 34

**Взаимосвязь ( $r_s$ ) психологической суверенности и выраженности моральных мотивов у девушек**

Шкала	СПП	СФТ	СТ	СВ	СП	СС	СЦ
Помощь	0,04	0,00	0,02	0,02	0,04	0,04	0,09*
Непричинение вреда	0,10**	0,06	0,04	0,07	0,08*	0,06	0,15***
Социальная справедливость	0,10**	-0,01	0,05	0,05	0,09*	0,07	0,19***
Социальный порядок	0,04	-0,02	0,01	0,00	0,06	0,05	0,10**
Усердие	0,11*	0,15***	0,09*	0,02	0,06	0,04	0,13***
Самоограничение	-0,03	-0,09	-0,10**	0,01	-0,03	0,00	0,06

Примечание: N=125; \* —  $p<0,1$ ; \*\* —  $p<0,05$ ; \*\*\* —  $p<0,01$ ; серый фон — мотивы активации (прескриптивные).

У девушек были получены несколько иные данные (табл. 34). Связей больше, все, кроме одной, положительные, в основном образованы суверенностью ценностей. Отрицательная связь, обращающая на себя внимание, отмечена между мотивом самоограничения и суверенностью территории; таким образом, противоречивая роль суверенности территории в социальной жизни в юношеском возрасте проявляется не впервые.

Регрессионный анализ выявил несколько предикторов, подтверждающих полученные связи, среди которых наиболее сильной оказалась суверенность ценностей, вносящая вклад во все мотивы — помощи ( $\beta=0,15$  при  $p=0,01$ ), непричинения вреда

( $\beta=0,19$  при  $p=0,005$ ), социальной справедливости ( $\beta=0,25$  при  $p=0,0004$ ), социального порядка ( $\beta=0,17$  при  $p=0,014$ ), усердия ( $\beta=0,16$  при  $p=0,02$ ) и самоограничения ( $\beta=0,18$  при  $p=0,008$ ). Усердие обусловлено также и суверенностью тела ( $\beta=0,15$  при  $p=0,017$ ). В то же время оказалось, что мотив самоограничения отрицательно обусловлен суверенностью тела и территории (соответственно  $\beta=-0,13$  при  $p=0,04$ ;  $\beta=-0,12$  при  $p=0,04$ )

Таким образом, можно заключить, что суверенность имеет различный духовно развивающий потенциал для юношей и девушек. Влияние на развитие моральных мотивов у девушек сильнее, однако при этом содержит противоречивые тенденции, в отношении некоторых установок имея противоположный ожидаемому эффект. Иначе говоря, у суверенных девушек есть проблемы с самоограничением, хотя при этом они помогают другим, трудолюбивы и не допускают причинения вреда людям.

### 5.3. Обсуждение результатов

Итак, изучение связи суверенности с такой интересной мировоззренческой характеристикой, как вера в справедливый мир, а также с другой чертой личности морально значимого содержания — чувствительностью к справедливости, привело к интересным результатам. Обнаружилось, что суверенные по сравнению с депривированными больше склонны верить в то, что мир обходится с ними справедливо, а также — что это вообще справедливое место, где выполняются правила. В группе депривированных, впрочем, благоприятная пропорция между личной верой в справедливость и верой в справедливость вообще сохраняется, что, вероятно, обусловлено спецификой выборки (юношеский возраст, студенты-психологи), однако значения обоих показателей существенно ниже.

Что касается сопряженности суверенности и чувствительности к справедливости, то эти феномены оказались отрицательно связанными между собой, причем эта связь сильнее в женской группе. Складывается впечатление, что чувствитель-

ность к справедливости и суверенность реализуют регуляторные функции: в то время как первая важнее для социума в целом и входящих в него групп, вторая приносит бонусы отдельному субъекту. Люди, чувствительные к нарушению справедливости, особенно склонные переживать гнев из-за потери каких-либо преимуществ и привилегий, более уязвимы, имея менее прочные личностные границы по сравнению с теми, кто к справедливости не восприимчив.

Показано также, что склонность человека занимать позицию жертвы — чувствовать себя несправедливо обделенным, раздражаться в связи с этим и стремиться взять реванш — характерна для депривированных личностей и, как было показано в ранее подготовленных исследованиях, связана с комплексом чрезвычайно неблагоприятных эмоционально-личностных изменений — падением жизнестойкости, самооценки, депрессивными и другими негативными эмоциональными состояниями.

Обнаружено, что суверенность вносит и другой вклад в моральное развитие личности, в частности в усиление моральных мотивов разного содержания, особенно тех, что связаны с активным преобразованием социального мира к лучшему. Эти связи сильнее выражены в женской подгруппе. Вместе с тем у девушек высокий уровень суверенности связан с неспособностью к самоограничению, которая также представляет собой одну из форм морального взаимодействия с другими людьми.

Таким образом, оказывается, что, укрепляя в детстве и юношеском возрасте личностные границы, родители осуществляют долгосрочную инвестицию не только в благополучие, но также в мировоззрение и моральный облик ребенка.

## Глава 6. Суверенность и особенности межличностного взаимодействия

До сих пор, изучая диспозиционную суверенность, мы исходили из того, что эта черта личности выполняет многочисленные адаптивные функции, поддерживая благоприятный и устойчивый фон настроения человека, способствуя переживанию аутентичности собственной жизни и удовлетворенности своим существованием. Обнаружив, в соответствии с ожиданиями, большое количество связей, мы пытались уточнить нюансы и дополнительные переменные-модераторы, вносящие свой вклад в реализацию адаптивной миссии суверенности. При этом наш анализ касался внутриличностного пространства.

Однако суверенность как феномен границ проявляет себя еще и во взаимодействии человека с миром, в первую очередь — с другими людьми. Не имея практически никаких, кроме клинических, данных, мы можем все же ожидать, что человек с прочными границами будет более успешен в межличностном пространстве. Такие ожидания строятся на наблюдениях отдельных случаев, полученных в психотерапевтической практике известных клиницистов — Г. Аммона, Н. Мак-Вильямс (Аммон, 1995; Мак-Вильямс, 2001). Очевидно, что внешние и внутренние границы тесно связаны друг с другом; вначале, выделяя эмпирическую личность и отделяя ее от средового фона, в ходе возрастного генезиса границы интериоризируются и начинают дифференцировать осознаваемое и неосознаваемое, а также инстанции и субличности. Избыточная защита границ в случае невротизации всегда забирает энергию, истощая человека и от-

влекая его от решения креативных жизненных задач. Поэтому можно ожидать, что непрочные границы сочетаются с социальной неуспешностью.

Об этом же говорят и другие неопсихоаналитические работы в области исследования психологии привязанности (Кляйн, Айзекс, Райвери, Хайманн, 2001). Нарушение объектных отношений, ненадежная привязанность в раннем детстве имеют отсроченные последствия: взрослея, ребенок тратит много сил на то, чтобы расположить к себе других людей, сначала взрослых, потом значимых сверстников — друзей, романтических партнеров, и испытывает беспокойство из-за усиленной угрозы разрыва отношений. Естественно, беспокойство не укрепляет качество отношений, которые должны постоянно самоподтверждаться, что со временем изнуряет участников отношений, лишает их доверия, интереса друг к другу и выхолащивает близость.

Несмотря на то что эти факты считаются вполне надежными среди практиков-психологов, причем в различных направлениях, на нормативной группе респондентов проверка предположения о том, что прочные границы способствуют глубине и качеству близких отношений, по нашим данным, никогда не проводилась. Однако к настоящему времени получены косвенные данные, свидетельствующие о том, что отношения человека с другими также могут быть опосредствованы уровнем его суверенности. Так, в работах отечественных исследователей показано, что суверенность — важный фактор романтических отношений и внутрисемейного взаимодействия (Бочавер, 2012; *Нартова-Бочавер, Бочавер, Бочавер, 2011; Тиводар, 2008*), а также коррелирует с противоправным поведением, причем со спецификацией типа преступления (*Астанина, 2010*). Суверенность коррелирует с эмпатией, а ее динамика специфична для представителей разных профессий (*Буравцова, 2011*). Суверенность связана с нарциссизмом (*Шамшикова, Шамшикова, 2009*), виктимизацией (*Фоминых, 2012а, б, в*), склонностью за-

нимать позицию жертвы и чувствительностью к справедливости (*Нартова-Бочавер, 2013; Нартова-Бочавер, Астанина, 2014б*). Однако вопрос о том, как именно связана психологическая суверенность с межличностным взаимодействием в целом, есть ли различия в общении суверенных и депривированных людей, ранее не был самостоятельным предметом внимания исследователей.

Между тем в соответствии с определениями суверенности как баланса между своими потребностями и потребностями других людей можно изучать ее как не только личностный, но и межличностный феномен: ведь границы отделяют пространство человека не от абстрактного мира, а от конкретных миров отдельных людей. В рамках разрабатываемой нами теории суверенность — это социально адаптивное качество, появляющееся в результате обобщения повседневных ситуаций детства, в которых субъект либо успешно защищал свои личностные границы, либо терпел неудачу, но это всегда происходило в социальном контексте, и поэтому вполне возможно, что близкие отношения также связаны или модулируются уровнем психологической суверенности. В самом деле, если умеренная суверенность дает человеку чувство безопасности, можно ожидать большей диалогичности, толерантности, гуманности в отношениях с людьми (*Харламенкова, 2004; Шнейдер, 2000*). А опыт депривированности стимулирует превентивную или защитную агрессивность, делает человека особенно чувствительным к различению своих и чужих, то есть нетолерантным. Однако мы никак не можем предположить, что эти связи будут иметь всеобщий характер.

В этом параграфе связь суверенности и коммуникативных характеристик личности стала центральным предметом исследования. Гипотеза состояла в том, что суверенность сопряжена и способствует эффективному продуктивному взаимодействию с другими людьми.

Проверку этой гипотезы мы проводили в два приема.

### 6.1. Суверенность в контексте других социально значимых диспозиций

Поскольку суверенность мы квалифицируем как черту личности, имеет смысл посмотреть, не связана ли она с другими диспозициями, имеющими отношение к коммуникации. Мы обратились еще раз к данным, полученным нами в ходе валидации опросника СПП–2010. Для этого мы сравнили показатели суверенности с показателями шкалы Привязанности–Отделенности как имеющей непосредственное отношение к общению в Пятифакторном опроснике личности А.Б. Хромова, на той же выборке, что и прежде (134 добровольца, старше школьники и студенты разных образовательных организаций Москвы — 41 юноша, 93 девушки;  $M_{\text{возраст}}=19,8$ ;  $SD_{\text{возраст}}=2,1$  лет.). Поскольку все наши эмпирические исследования свидетельствуют о высокой гендерной сензитивности феномена суверенности, данные были подсчитаны отдельно для юношей и девушек. Отметим, что в данной серии мы рассматриваем не столько динамику и феноменологию общения, сколько существование внутриличностных предпосылок для него, так как Пятифакторная модель, по замыслу ее создателей, отражает наследственные индивидуальные особенности, во многом обусловленные темпераментом и программами поведения. Поскольку нами было показано, что психологическая суверенность также представляет собой черту личности, здесь речь идет о формальных возможностях и ограничениях общения, но не о реальном и содержательном его воплощении. Понятно, что склонность к привязанности сама по себе может задаваться, среди прочего, зависимостью, сензитивностью, значимостью персоны—объекта привязанности, ситуацией взаимодействия и т.д.

В группе юношей, в полном соответствии с нашими предварительными рассуждениями, оказалось, что уровень суверенности значимо положительно связан со склонностью уважать других людей (табл. 35). Оказалось также, что наибольшее количество связей образует суверенность тела, а именно — положи-

тельные связи с сотрудничеством, уважением других и привязанностью в целом. Таким образом, можно заключить, что «сила не требует доказательств», и юноши с сохраненными границами предпочитают сотрудничать, а не конкурировать, способны уважение других ставить превыше уважения к себе и вообще — устанавливать отношения привязанности, то есть суверенные юноши действительно, видимо, более компетентны и успешны в дружбе и любви, поскольку свободны от излишней дефензивности и вкладывают силы в развитие близких отношений.

Таблица 35

Связь ( $r_s$ ) диспозициональной суверенности и Привязанности–Отделенности у юношей

Шкала	СПП–2010	СФТ	СТ	СВ	СП	СС	СЦ
Теплота–Равнодушие	0,28	0,29	0,28	0,15	0,17	0,06	0,30
Сотрудничество–Соперничество	0,10	0,44***	–0,14	0,04	0,04	–0,17	0,03
Доверчивость–Подозрительность	0,14	0,05	0,02	0,05	0,18	0,17	0,13
Понимание–Непонимание	–0,11	–0,05	–0,08	–0,06	–0,12	–0,06	–0,10
Уважение других–Самоуважение	0,32*	0,50***	0,13	0,24	0,19	0,10	0,27
Привязанность–Отделенность	0,21	0,35*	0,07	0,11	0,11	0,04	0,21

Примечание: N=41; —  $p \leq 0,05$ ; \*\* —  $p \leq 0,01$ ; \*\*\* —  $p \leq 0,001$ .

У девушек обнаружено намного больше связей, однако их направленность и смысл остаются теми же, что и у юношей (табл. 36). Так, суверенность в целом значимо положительно связана с привязанностью, с такими ее фасетками, как теплота, доверчивость, уважение других людей. Среди доменов суверенности наибольшее количество связей образуют суверенность

территории и суверенность социальных связей, которые значимо положительно связаны с теми же параметрами привязанности, что и суверенность в целом. Таким образом, чем надежнее личная территория и опыт уже существующих взаимодействий, тем более позитивно девушка готова выстраивать отношения с другими людьми, что, в общем, вполне ожидаемо. Интересно, что именно территориальность и социальная суверенность демонстрируют идентичные связи. Так, по мнению И.С. Кона, феномен дружбы также восходит к территориальности: друг — это тот, кто находится на «своей» территории, к кому можно безопасно повернуться спиной и от кого не надо защищаться (Кон, 1987).

Таблица 36

**Связь ( $r_s$ ) диспозициональной суверенности и Привязанности–Отделенности у девушек**

Шкала	СПП–2010	СФТ	СТ	СВ	СП	СС	СЦ
Теплота–Равнодушие	0,24**	–0,04	0,20*	0,19	0,21*	0,25*	0,25**
Сотрудничество–Соперничество	0,02	–0,09	0,04	0,10	–0,02	0,10	0,04
Доверчивость–Подозрительность	0,22*	0,09	0,29**	0,10	0,23*	0,25*	0,14
Понимание–Непонимание	0,08	–0,10	0,07	0,11	0,06	0,15	0,19
Уважение других–Самоуважение	0,18*	–0,02	0,14	0,19	0,18	0,18	0,22*
Привязанность–Отделенность	0,20*	–0,05	0,22*	0,18	0,18	0,29**	0,23**

Примечание: N=93; \* —  $p \leq 0,05$ ; \*\* —  $p \leq 0,01$ .

Суверенность ценностей также положительно связана с привязанностью в целом и теплотой: то есть человек, уверенный в надежности собственной жизненной философии, способен тепло относиться к другим людям, по-видимому, не рас-

сматривая взаимодействие как угрозу отчуждения через непризнание своей системы ценностей и вкусов. Это очень важная связь, объясняющая, почему люди с автономной и независимой жизненной философией нередко способны конструктивно взаимодействовать даже с теми, кто не разделяет их взглядов и предпочтений.

Обобщая, можно отметить, что суверенные — это эмоционально теплые, доверчивые, ответственные и уважающие других люди. Результаты вполне согласуются с идеей Теории суверенности о том, что сохранность личностных границ способствует чувству собственной ценности, безопасности и, как следствие, позитивному отношению к другим людям, уважению их автономии и индивидуальности. Что же касается депривированности, то для обладателей этого качества характерны подозрительность, равнодушие к другим людям, преобладание эгоцентризма (избирательного уважения к себе) — особенности, которые часто свидетельствуют о глубокой неуверенности, небезопасности, потребности самоутвердиться и усиленно защищать свои границы, что, в свою очередь, через систему обратных связей делает носителей этих качеств еще менее уверенными и успешными в межличностном общении.

Таким образом, выдвинутая гипотеза подтвердилась, в большей степени — для женской выборки респондентов.

Обратимся теперь к данным, собранным нами специально для изучения валеологической роли суверенности в общении, в частности, того, насколько эта черта может участвовать в профилактике возникновения межличностных проблем.

## 6.2. Суверенность и качество близких отношений

Предварительные данные показали, что существует отрицательная связь между таким симптомом депрессии, как межличностные проблемы, и суверенностью. Это означает, что суверенные индивидуумы реже попадают или создают ситуации, в которых их общение затруднено и безрадостно. И, напротив,

депривированные личности не могут выйти из круга социальных проблем, наполняющих их повседневность.

Для того чтобы подробнее посмотреть на эти связи, мы предприняли отдельное исследование.

### 6.2.1. Процедура исследования

Выборку составили 554 добровольца, изучающих психологию в разных образовательных организациях г. Москвы (140 юношей, 424 девушки),  $M_{\text{возраст}}=23,2$  года;  $SD_{\text{возраст}}=4,5$  лет. Использовались два опросника: СПП-2010 и Шкала переживания близости в отношениях (Experience of Close Relationship) М. Вей (Wei, Russell, Mallinckrodt, Vogel, 2007) и др., в которой содержится две субшкалы — Тревожность в отношениях и Избегание в отношениях. В отличие от опросников, диагностирующих черты личности, этот метод скорее отражает стиль поведения в общении и отражает содержательные особенности взаимодействия. Примеры утверждений теста: «Мне нужно, чтобы возлюбленный подтверждал свою любовь ко мне» (Тревожность), «Я хочу стать ближе своему партнеру, но сохраняю дистанцию» (Избегание).

Частная гипотеза серии: чем выше уровень суверенности, тем ниже уровень тревожности и избегания в близких отношениях.

Нужно отметить, что эта гипотеза уже проверялась раньше и нашла свое подтверждение (Нартова-Бочавер, 2014а, б, в). Было обнаружено, что суверенность отрицательно связана с тревожностью, а у девушек — еще и с избеганием. Эти данные легко проинтерпретировать в свете вышеприведенных рассуждений о диспозициональной суверенности как феномене границ.

Однако новый массив данных, более обширный, полученный на лучше, по сравнению с прежней, сбалансированной по полу выборке, стратифицированной также и по специальности (в опросе приняли студенты разных специальностей — будущие дизайнеры, экономисты, менеджеры, а также психологи, социологи, философы), привел к несколько иным результатам (табл. 37).

Таблица 37

### Связь ( $r_s$ ) суверенности и близости в отношениях

Шкала	СПП-2010	СФТ	СТ	СВ	СП	СС	СЦ
Тревожность	-0,23***	-0,16***	-0,21***	-0,17***	-0,18***	-0,13**	-0,14***
Избегание	-0,16***	-0,18***	0,01	-0,14***	-0,14***	-0,09*	-0,14*

Примечание: N=554; \* —  $p \leq 0,05$ ; \*\* —  $p \leq 0,01$ , \*\*\* —  $p \leq 0,001$ .

Итак, мы видим, что, действительно, в соответствии с ожиданиями, высокий уровень суверенности практически во всех аспектах (единственное исключение — суверенность территории) связан с отсутствием тревожности и избегания в близких отношениях. Поскольку близость страдает в первую очередь именно от этих проблем, можно предполагать, что суверенные более успешно и продуктивно общаются и поддерживают глубокие близкие отношения с другими людьми.

Использование регрессионного анализа, с одной стороны, несколько ограничило это обобщение, с другой же — подкрепило его. Так, обнаружено, что, в соответствии с ожиданиями, антипредиктор появления тревожности в отношениях — это суверенность территории ( $\beta = -0,14$  при  $p = 0,004$ ), избегание отрицательно обусловлено суверенностью тела ( $\beta = -0,15$  при  $p < 0,0006$ ) и, совершенно вопреки предположениям, положительно — суверенностью территории ( $\beta = 0,15$  при  $p = 0,002$ ). Таким образом, результаты говорят о том, что уверенность во владении собственным «участком гнездования» не делает человека открытым к общению, а, напротив, стимулирует его к тому, чтобы не идти на сближение. Возможно, потому, что при наличии защищенной территории нет высокой мотивации к разделению жизненного пространства, и малейшее испытание, связанное с самоограничением во взаимодействии, активизирует готовность укрыться в своем убежище.

Столкнувшись с тем, что большинство изученных нами связей имеют нелинейный характер, и располагая большой вы-

боркой, мы решили исследовать частные связи, вначале разделив группы по полу.

**6.2.1.1. Связь суверенности и трудностей в близких отношениях в зависимости от пола.** Подсчитав средние значения изучаемых переменных, мы обнаружили, что группы юношей и девушек практически не различаются (табл. 38). Лишь Суверенность вещей в мужской группе немного ниже, что регулярно проявляет себя, полностью согласуясь с давно открытыми фактами того, что привязанность к территории сильнее в мужской группе, а привязанность к «движимости» — в женской (Нартова-Бочавер, 2007, 2008).

Таблица 38

**Средние значения измеренных показателей  
в группах различного пола**

Возраст/показатель суверенности	СПП-2010	СФТ	СТ	СВ*	СП	СС	СЦ	Тревожность	Избегание
Юноши (N=140)	20,8	3,8	1,8	3,8	2,7	3,1	5,6	4,0	3,2
Девушки (N=424)	19,7	3,1	1,2	4,5	3,9	2,3	4,6	4,2	3,0

Примечание: \* — значимые различия на уровне  $p < 0,01$ .

Подсчет корреляций в мужской группе показал много хорошо интерпретируемых ожидаемых отрицательных связей между суверенностью и тревожностью (табл. 39). Обнаружено, что суверенность отрицательно связана с тревожностью, то есть молодые мужчины с прочными границами уверенно ведут себя в близких отношениях, причем особенно те, кто контролируют приватность территории, своих вещей (и, возможно, устойчивость финансового положения), режимных привычек, а также обладают сформированной системой ценностей и предпочтений, иначе говоря, житейской философией. По-видимому, эти сферы суверенности особенно способствуют тому, чтобы мужчина проявлял инициативу, принимал ответственность за близкие отношения и таким образом заводил друзей и романти-

ческих партнеров. И напротив, не контролирующее свое психологическое пространство юноши тревожны и в межличностных отношениях.

Весомых связей суверенности и стиля избегания в близких отношениях не обнаружено, однако появилась одна неожиданная тенденция к положительной связи между суверенностью территории и избеганием, в остальном же избегание практически не связано с показателями суверенности, то есть эта тактика общения возникает в силу иных, не изученных нами, обстоятельств.

Таблица 39

**Связь ( $r_s$ ) суверенности и близости в отношениях  
в мужской выборке**

Шкала	СПП-2010	СФТ	СТ	СВ	СП	СС	СЦ
Тревожность	-0,27***	-0,14	-0,31***	-0,20**	-0,15**	-0,19**	-0,25**
Избегание	-0,03	-0,13	0,10	-0,07	0,02	0,03	-0,06

Примечание: N=140; \* —  $p \leq 0,05$ ; \*\* —  $p \leq 0,01$ ; \*\*\* —  $p \leq 0,001$ .

Регрессионный анализ усилил эти результаты. Оказалось, что суверенность тела вносит отрицательный вклад в появление избегания в общении ( $\beta = -0,26$  при  $p = 0,000$ ), суверенность территории — отрицательный вклад в тревожность ( $\beta = -0,22$  при  $p = 0,015$ ), однако при этом — способствует избеганию в отношениях ( $\beta = 0,21$  при  $p = 0,026$ )!

Нам представляются эти результаты удивительно выразительными и отражающими контекст исследования — ведь мы изучаем юношей студенческого возраста. Интересно и то, что сильнее всего проявили себя тело и территория, наиболее «природные» составляющие психологического пространства. Но также — и тот частный, но значительный факт, что высокая уверенность в наличии собственного защищенного места препятствует открытому общению, стимулируя избегание и оберегая от лиш-

них энергозатрат на «зарабатывание» близких отношений. Верно и обратное: юноши, которым некуда пойти, общаются более эффективно, искренно и открыто; возможно, это вынужденно, однако потребность в собственном месте делает их более активными и настойчивыми в поиске такого места, активизируя их социальную смелость.

Обратимся теперь к результатам девушек (табл. 40).

Таблица 40

**Связь ( $r_s$ ) суверенности и близости в отношениях  
в женской выборке**

Шкала	СПП-2010	СФТ	СТ	СВ	СП	СС	СЦ
Тревожность	-0,21***	-0,17***	-0,18***	-0,16***	-0,20***	-0,11*	-0,09
Избегание	-0,20***	-0,19***	-0,03	-0,16***	-0,18***	-0,14**	-0,17***

Примечание: N=424; \* —  $p \leq 0,05$ ; \*\* —  $p \leq 0,01$ ; \*\*\* —  $p \leq 0,001$ .

Что касается женской подвыборки, то здесь получены более интересные и многообразные данные (возможно, в силу ее большей представительности). Так, все субшкалы суверенности значимо отрицательно связаны с тревожностью в близких отношениях: это говорит о том, что опыт депривации, ограничения или насилия в любой из сфер суверенности связан с риском утраты уверенности в близких отношениях. Иначе говоря, отсутствие инициативы и ответственности за близкие отношения, которые для женщин представляют собой ведущую сферу самоактуализации, — это неспецифический ответ на травмы прошлого или настоящего. Или, если проинтерпретировать эту связь от противоположного, межличностная компетентность начинает повышаться с укреплением собственных персональных границ, что стихийно используется женщинами, переживающими неуверенность в семье, дружбе или романтических отношениях. Значительные усилия в подобных ситуациях тратятся на различные меры самоукрепления — шопинг, салоны красоты, фитнес и пр. И, что

не удивительно, это помогает. Полученные связи согласуются и с давно известным фактом трудностей в создании семьи у выпускников детских домов и интернатов, переживающих множественные депривации психологического пространства во всех его сферах.

Все аспекты суверенности (кроме территории) также значимо связаны с отвержением избегания в близких отношениях — то есть контролирующее свое психологическое пространство женщины способны на открытое общение, возможно, конфронтацию, однако не допускают неясностей и недоговоренности в близких отношениях. Обращает на себя внимание также то, что суверенность территории не образовала никаких значимых связей.

Регрессионный анализ показал, что в профилактику переживания тревожности в близких отношениях у девушек наибольший вклад вносит суверенность привычек ( $\beta = -0,14$  при  $r = 0,027$ ). То есть тревожатся те девушки, которые уверены в том, что они сами планируют свой день и отдельные активности, которые чувствительны к прерыванию деятельности, возможно, не любят режима многозадачности. Интересно, что если тревожность у юношей вызвана пространственным фактором, то у девушек — временным. Что же касается обусловленности избегания, то суверенность тела — антипредиктор избегания ( $\beta = -0,17$  при  $r = 0,007$ ), то есть готовы к искренним и открытым отношениям девушки, не знавшие физического насилия и ограничений. А вот суверенность территории, как и в группе юношей, оказалась предиктором избегания ( $\beta = -0,13$  при  $r = 0,030$ ), и, вероятно, за этой связью стоят те же механизмы, что и у юношей: чем выше уверенность в неприкосновенности собственной личной территории, тем сильнее выражена готовность уходить от близости, ретируясь на эту защищенную территорию и делая девушку не готовой к самоограничениям, связанным с близкими отношениями или возможной совместной жизнью.

К сожалению, наши данные не позволили изучить возрастной тренд обнаруженных связей, однако для проверки того, на-

сколько они устойчивы в зависимости от положения на кривой распределения суверенности, мы еще раз разделили наш массив данных, на этот раз по квартилям, выделив группы депривированных, умеренно суверенных и сверхсуверенных.

**6.2.1.2. Связь суверенности и близких отношений в зависимости от уровня суверенности.** Сравнение осуществлялось по группам с различным уровнем диспозициональной суверенности. Граница первого квартиля проходила по значению Общей суверенности 5, граница третьего квартиля — по значению 35. Группа депривированных включала 135 человек (34 юноши), группа умеренно суверенных, объединившая респондентов с показателями суверенности, относящимися ко второму и третьему квартилям — 275 человек (77 юношей), группа сверхсуверенных — 145 человек (29 юношей).

Подсчет критерия Крускала–Уоллиса показал, что показатели тревожности и избегания существенно различаются в трех выделенных по уровню суверенности группах, понижаясь

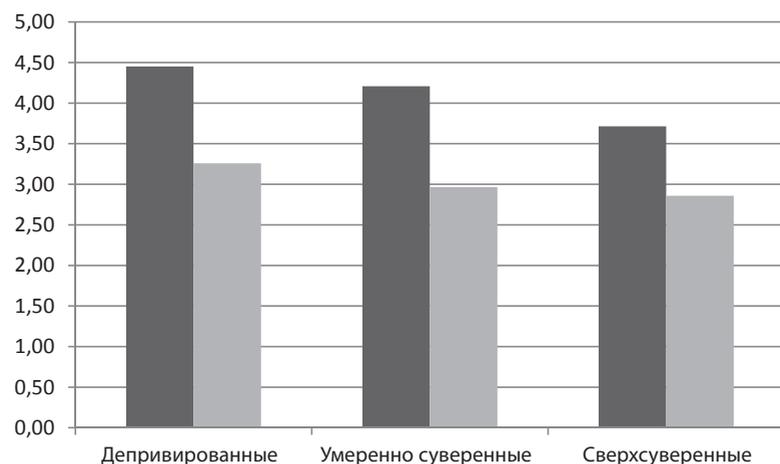


Рис. 4. Тревожность и избегание в близких отношениях в группах депривированных, умеренно суверенных, сверхсуверенных. Темные столбики — Тревожность; светлые — Избегание

по мере роста суверенности (соответственно  $N=31,9$ ,  $p=0,000$  и  $N=7,5$ ,  $p=0,023$ ) (рис. 4). Таким образом, депривированные чаще в общении практикуют эти способы, умеренно суверенные и сверхсуверенные — реже. Однако существует ли все же между этими переменными связь?

Для ответа на этот вопрос мы вновь обратились к корреляционному и регрессионному анализу данных (табл. 41, 42). В группе депривированных связей не было обнаружено вообще, за исключением одной тенденции к положительной связи между суверенностью социальных связей и избеганием ( $r_s=0,16$  при  $p=0,07$ ). То есть люди, контролирующие свои контакты, чаще уходят из отношений, не допуская сближения; возможно, избегание — это для них самый эффективный, хотя и стратегически дезадаптивный способ поддерживать общение.

Таблица 41

**Связь ( $r_s$ ) суверенности и близости в отношениях в группе умеренно суверенных**

Шкала	СПП-2010	СФТ	СТ	СВ	СП	СС	СЦ
Тревожность	-0,08	-0,05	-0,13**	-0,04	-0,04	-0,01	-0,02
Избегание	-0,21****	-0,13**	0,08	-0,11*	-0,12**	-0,07	-0,15***

Примечание:  $N=275$ ; \* —  $p \leq 0,1$ ; \*\* —  $p \leq 0,05$ ; \*\*\* —  $p \leq 0,01$ ; \*\*\*\* —  $p \leq 0,001$ .

Таблица 42

**Связь ( $r_s$ ) суверенности и близости в отношениях в группе сверхсуверенных**

Шкала	СПП-2010	СФТ	СТ	СВ	СП	СС	СЦ
Тревожность	-0,06	0,00	-0,06	-0,16*	-0,09	-0,03	0,06
Избегание	-0,10	-0,19**	0,25***	-0,11	-0,07	-0,06	-0,01

Примечание:  $N=146$ ; \* —  $p \leq 0,1$ ; \*\* —  $p \leq 0,05$ ; \*\*\* —  $p \leq 0,01$ .

В группе умеренно суверенных обнаружилось пять легко интерпретируемых связей и одна тенденция: в соответствии с ожиданиями суверенность отрицательно связана как с тревожностью, так и с избеганием. Регрессионный анализ обнаружил отрицательный вклад суверенности территории в тревожность в близких отношениях ( $\beta = -0,16$  при  $p = 0,010$ ) и отрицательный вклад суверенности тела и ценностей в избегание (соответственно  $\beta = -0,17$  при  $p = 0,006$  и  $\beta = -0,13$  при  $p = 0,03$ ). Таким образом, можно заключить, что для создания глубоких отношений в студенческом возрасте действительно полезно располагать такой чертой, как суверенность, особенно коммуникативно успешны молодые люди, не знавшие физических неудобств, обладающие защищенным местом жизни и умеющие отстоять свою жизненную философию и вкусы. Другое заключение из полученных данных состоит в том, что, для того чтобы суверенность начала играть свою протективную роль, необходимо, чтобы она достигла определенного порога (в нашем исследовании это значение 5, отделяющее первый квартиль). Таким образом, метафорическая рекомендация для практики воспитания — держать застенчивых детей «под колпаком», не испытывая их на прочность и не провоцируя до тех пор, пока их границы не станут достаточно прочными, чтобы быть надежной защитой.

Наконец обратимся к данным сверхсуверенных. Обращает на себя внимание, что связи касаются избегания и вообще отсутствуют с тревожностью (за исключением одной тенденции). Очевидно, что, хотя в группе сверхсуверенных могут оказаться тревожные люди, в целом их намного меньше, чем в других группах, и укрепление суверенности не сказывается на их коммуникации. Что же касается избегания, то здесь получены весьма интересные данные: суверенность тела связана с ним отрицательно, а суверенность территории — положительно. Усиливают этот результат и данные регрессионного анализа: суверенность тела вносит отрицательный вклад в склонность к избеганию, а суверенность территории — положительный (соответственно  $\beta = -0,18$  при  $p = 0,025$  и  $\beta = 0,24$  при  $p = 0,034$ ).

Таким образом, оказывается, что, выходя из коридора средних значений, суверенность частично утрачивает свою поддерживающую функцию, затрудняя создание близких отношений.

### 6.3. Обсуждение результатов

Проведенное исследование позволяет заключить, что, действительно, состояние личностных границ играет немало важную роль в социальных проявлениях субъекта — развитии социально значимых черт личности и качестве близких отношений. Очевидно (в силу анамнестического характера опросника СПП–2010), что, считаясь с приватностью подрастающего ребенка, признавая и укрепляя его психологические границы, родители осуществляют инвестицию не только в его благополучие, но также и в его будущее личное счастье.

Обнаруженные закономерности в большей степени характеризуют женскую часть популяции, акцентируя большую зависимость социальной жизни женщин от прочности их личностных границ. Юношам, видимо, проще сохранять социальную устойчивость и успешность независимо от опыта суверенности–депривированности, что может быть обусловлено спецификой их социализации, предполагающей готовность к вызовам извне и депривациям. Так или иначе, выдвигаемая гипотеза о связи суверенности и успешности межличностного взаимодействия подтвердилась, и суверенность действительно также несет функцию социальной адаптации. Анализируя связи суверенности с такими нарушениями близких отношений, как тревожность и избегание, можно констатировать, что разрушительная сила пережитых и актуальных деприваций у женщин выражена сильнее.

В то же время анализ частных связей позволил заключить, что протективная роль суверенности связана не только с полом, но и с ее наличным уровнем. В группе депривированных поддерживающая функция суверенности практически отсутствует. В группе умеренно суверенных она максимальна; обнаружено

больше всех связей, хорошо интерпретируемых и свидетельствующих о благотворной роли суверенности для общения. В группе сверхсуверенных роль суверенность вновь становится слабее и даже начинает играть тормозящую развитие социальных отношений роль: так, люди с высокой суверенностью территории, чувствительные к нарушению пространственных границ или не имеющие опыта противостояния таким нарушениям, склонны к избеганию в близких отношениях. Этот факт вполне сочетается с повседневными наблюдениями, говорящими о том, что долгая привычка иметь приватное комфортное жилище делает человека неспособным к тому, чтобы делить его с кем-то еще (*Нартова-Бочавер, Бочавер, Бочавер, 2011*). Интересно, что группа сверхсуверенных включает ту же пропорцию респондентов разного пола, что и другие группы, то есть данный результат получен не за счет представленности юношей.

Итак, мы получили несколько ответов на вопрос — помогает ли суверенность продуктивно общаться? Да — но больше женщинам, чем мужчинам, и больше тем, у кого она представлена в средних значениях. Таким образом, мы можем в очередной раз заключить, что суверенность — важный инструмент самоорганизации и жизнестойкости, однако в пределах своих умеренных значений; и недостаток, и избыток суверенности ослабляют ее благотворное влияние, однако с последствиями разного содержания.

Результаты, полученные нами, достаточно неожиданны, однако эвристичны; они задают направление психоразвивающей работы и даже позволяют объяснить низкую поисковую активность в юношеском возрасте. И, конечно, нельзя забывать о возрастной и социальной специфике изученной выборки, которая состояла из московских студентов.

## Заключение: вопросы, ждущие ответа

Итак, три года новых исследований привели к новым результатам, открыли новые достаточно интересные и обладающие прикладным значением факты.

Психологическая суверенность стала пониматься трояким способом: как феномен границ психологического пространства, как личностная способность поддерживать эти границы и как баланс потребностей субъекта и других людей. Суверенность связана с экстраверсией, а также с рядом черт второго уровня (фасеток) Пятифакторной модели личности, а именно эмоциональной устойчивостью и открытостью. Выделены адаптивные функции суверенности как черты личности, формирующейся на протяжении детства вплоть до подросткового возраста.

Перепроверены психометрические характеристики исходного опросника, создан и описан опросник «Суверенность психологического пространства — СПП». Осуществлен конфирматорный анализ, выделены меры центральной тенденции, пересмотрены нормы, сокращено количество пунктов.

Показано, что суверенность сопряжена и даже оказывается предиктором значительного количества показателей психологического благополучия: высокой самооценки, жизнестойкости, аутентичности, отсутствия негативных аффектов и депрессивных симптомов.

Суверенность связана с мироотношением: она положительно сопряжена с верой в справедливый мир и доверием себе, а также моральными мотивами: кооперацией, социальным порядком, самоограничением, стремлением не причинять вред другим людям. В то же время она практически не связана с чувствительностью к справедливости как чертой личности, однако респонденты с повышенной чувствительностью жертвы обладают низким уровнем суверенности.

Как регулятор межличностных отношений суверенность значимо связана с качеством близких отношений — отрицательно сопряжена с избеганием и тревожностью, что обуславливает благотворную роль суверенности в романтических, семейных, дружеских связях.

Обнаружены половозрастные закономерности проявлений суверенности: хотя уровень суверенности выше в мужской подгруппе, больше связей с другими внутри- и межличностными переменными суверенность образует в женской подгруппе. Кроме того, поддерживающая функция суверенности максимально выражена в подростково-юношеском возрасте и начинает слабеть при переходе к зрелости.

Показано, что полученные связи в большинстве своем нелинейны; что оптимальным для реализации поддерживающей функции представляется коридор средних значений суверенности. Как повышение (сверхсуверенность), так и понижение (травмированность и депривированность) имеют негативные последствия для функционирования личности, однако содержание этих последствий различно.

Наконец, составлены многофакторные психологические портреты депривированных и суверенных личностей с учетом предпочитаемых ими способов регуляции, особенностей общения, уровня позитивного функционирования, моральных мотивов и мировоззрения.

Полученные результаты могут быть использованы в практической психоразвивающей работе различного формата — тренингах подростков, семейных группах, индивидуальном консультировании.

В то же время мы не можем считать психологическую суверенность предметом, исчерпавшим себя. Каковы перспективы изучения суверенности?

Когда исследования только начинались, она интерпретировалась в первую очередь как ресурс реализации личных повседневных выборов, способствующих самоподтверждению человека. Сейчас социальный маятник качнулся в другую сторону, инфантильное «Хочу» и «Имею право» стали затмевать готов-

ность считаться с другими людьми, принимать во внимание их потребности и права. Суверенность стала восприниматься как одна из центральных ценностей личности и маркер ее успешности. На наш взгляд, стоит вернуться к пониманию суверенности как баланса между собственными потребностями человека и потребностями других и изучить, в какой мере готовность считаться с другими, быть чувствительным к их границам, наконец, уметь удерживать свои границы не для самосохранения, а для того, чтобы не навредить другим, определяет психологический облик человека, которого Х. Ортега-и-Гассет называл аристократом (*Ортега-и-Гассет*, 2005).

Еще одно направление — это подробное исследование генезиса суверенности и возвращение к уточнению ее природы. Мы пришли к заключению, что это черта личности; однако в какой мере она определена психодинамическими процессами, связанными с разрешением детских задач развития и конфликтов? В какой мере суверенность обусловлена врожденными формально-динамическими качествами (свойствами темперамента) и в какой — прижизненным опытом? В поисках ответа на этот вопрос можно предпринять еще много исследований.

Остались без ответа и другие существенные для повседневной жизни и исследований вопросы: как суверенность развивается и превращается в черту личности? Как меняется суверенность в связи с «удвоением» мира в результате включения в него виртуальной реальности?

Если суверенность проявляется в семейном общении, дружбе и романтических связях, можно ли предположить, что она будет задавать содержание более широких социальных отношений — например, межэтнических установок? И вообще — в какой мере культурный компонент вносит вклад в динамику и содержание суверенности?

Таким образом, проявление суверенности в социальном пространстве — это предмет следующего научного проекта. Возникнут и новые интриги, подсказанные жизнью, — поэтому автору кажется, что суверенность будет изучаться и дальше.

## Литература

- Абзианидзе Ш.Г., Джорбенидзе Р.С. О пространственных измерениях личности // Психология и архитектура. Ч. 1. / Под ред. Т. Нийта, М. Хейдметса, Ю. Круусвалла. Таллин, 1983. С. 57–60.
- Абульханова К.А., Березина Т.Н. Время личности и время жизни. СПб.: Алетейя, 2001.
- Автономова Н.С. Структуралистский психоанализ Ж. Лакана // Французская философия сегодня: Анализ неомарксистских концепций. М.: Наука, 1989.
- Аммон Г. Динамическая психиатрия. СПб.: Питер, 1995.
- Андрющенко А.В., Дробижев М.Д., Добровольский А.В. Сравнительная оценка шкал CES-D, BDI и HADS в диагностике депрессий общемедицинской практики // Журн. неврол. и психиатрии им. Корсакова. 2003. № 5. С. 11–18.
- Астанина Н.Б. Особенности феномена доверия у несовершеннолетних правонарушителей мужского пола: Автореф. дис. ... канд. психол. наук. М., 2010.
- Бальтес П.Б. Всевозрастной подход в психологии развития: исследование динамики подъемов и спадов на протяжении жизни // Психол. журн. 1994. Т. 15. № 1. С. 60–81.
- Бардадымов В.А. Аутентичность личности подростков на разных стадиях аддиктивного поведения: Автореф. дис. ... канд. психол. наук. М., 2012.
- Барковская О.В. Психологическое пространство субъективно благополучных русских // Этнопсихология: актуальные проблемы современного мира. Мат-лы региональной межвузовской науч.-практич. конфер. с международным участием / Под ред. Е.В. Афонасенко. Благовещенск: Благовещенский государственный педагогический университет, 2013. С. 17–21.
- Башкаева О.А. Последствия нарушения границ личного пространства жителей больших городов // Актуальные проблемы социальной коммуникации. Материалы II Международной науч.-практич. конфер. Нижний Новгород, 2011. С. 60–62.
- Бейтсон Г. Шаги в направлении экологии разума: избранные статьи по психиатрии. М.: URSS, 2005.
- Белинская Е.П. Идентичность личности в условиях социальных изменений: Автореф. дис. ... доктора психол. наук. М., 2006.
- Болдырева Е.В. Изменения характера мотивов аффилиации как показатель развития созависимости педагогов на разных этапах профессиональной деятельности (Электронный ресурс) // Психология образования в XXI веке: теория и практика. 2011. URL: [http://psyjournals.ru/education21/issue/54931\\_full.shtml](http://psyjournals.ru/education21/issue/54931_full.shtml)
- Бондарева О.В. Суверенность психологического пространства женщин, перенесших физическое насилие в супружеских отношениях // Науч. исслед. и разработки молодых ученых. 2016. № 10. С. 75–79.
- Бочавер А.А. Исследования жизненного пути человека в современной зарубежной психологии // Психол. журн. 2008. Т. 29. № 5. С. 54–62.
- Бочавер А.А. Метафора как способ внутренней репрезентации жизненного пути личности: Автореф. дис. ... канд. психол. наук. М., 2010.
- Бочавер К.А. Романтические отношения в юношеском возрасте (представления о преодолении трудностей): Автореф. дис. ... канд. психол. наук. М., 2012.
- Брушлинский А.В. Психология субъекта. СПб.: Питер, 2003.
- Буравцова Н.В. Взаимосвязь структурно-содержательных характеристик психологического пространства личности и эмпатии: Автореф. дис. ... канд. психол. наук. Новосибирск, 2011.
- Бурмистрова А.В. Личностные особенности средового поведения, направленного на регуляцию границ бытийного пространства: Автореф. дис. ... канд. психол. наук. Краснодар, 2004.
- Валединская О.Р. Материнские возрастные кризисы: кризис «двухлетней мамы» // Сб. трудов студентов и аспирантов МОСУ. М.: Моск. открытый соц. ун-т, 2001. С. 20–25.
- Валединская О.Р., Нартова-Бочавер С.К. Личное пространство человека и возможности его «измерения» // Психология зрелости и старения. 2002. Лето. С. 60–77.
- Васильюк Ф.Е. Психология переживания: анализ преодоления критических ситуаций. М.: Изд-во Моск. ун-та, 1984.
- Ганцева Е.И. Подходы к определению границ личности в логико-философских исследованиях // Журн. практич. психолога. 2015. № 4. С. 5–9.
- Главинская Е.Д. Психологическая суверенность личности // Современные проблемы развития образования и воспитания молодежи. Сб. материалов IV Международной науч.-практич. конфер. Махачкала: ООО «Апробаци», 2013. С. 53–54.
- Гиллиган К. Иным голосом: психологическая теория и развитие женщин // Этическая мысль: Научно-публицистич. чтения. М.: Республика, 1992.
- Гришина Н.В. Ситуационный подход: исследовательские задачи и практические возможности // Вестник СПб. ун-та. Серия 16, Психология, Педагогика. 2016. № 1. С. 58–68.
- Гроголева О.Ю. Особенности ответственности, суверенности психологического пространства и автономности у юношей с разной степенью самостоятельности // Вестник Омского ун-та. Серия «Психология». 2013. № 2. С. 14–22.

- Гулевич О.А. Справедливость экзамена: оценка действий преподавателей и мотивация обучения // Соц. психология и общество. 2013. № 3. С. 130–142.
- Джемс У. Психология. Петроград: Наука и школа, 1922.
- Дзукаева В.П. Культурно-специфические и семейные факторы сепарации от родительской семьи в юношеском возрасте: Автореф. дис. ... канд. психол. наук. М., 2016.
- Дорофеев Д.Ю. Проблемы современной философской антропологии: спонтанность и суверенность человека // Вестник Лен. гос. ун-та им. А.С. Пушкина. 2009. Т. 2. № 3. С. 162–171.
- Дорфман Л.Я. Концепция метаиндивидуального мира: современное состояние // Психология. Журн. Высш. шк. экон. 2006. Т. 3. № 3. С. 3–34.
- Ермилова М.В. Идентичность русского характера как социально-психологический феномен // Известия СПб. гос. аграрного ун-та. 2015. Supplementary. С. 109–112.
- Жедунова Л.Г. Ритмозависимые заболевания как форма деструктивного разрешения личностного кризиса // Психология. 2008. Т. 4. № 57. С. 112–116.
- Журавлев А.Л., Купрейченко А.Б. Социально-психологическое пространство самоопределяющегося субъекта: понимание, характеристики, виды // Вестник практич. психол. образования. 2007. № 2 (11). С. 7–13.
- Запорожец И.Ю., Логунова Д.М. Пространство в жизни дошкольника и пространство его Я // Мир психологии: науч.-метод. журн. Академии пед. и соц. наук / Под ред. Д.И. Фельдштейна, А.Г. Асмолова. 2012. № 4. Октябрь–декабрь 2012. С. 121–131.
- Знаков В.В. Психология субъекта и психология человеческого бытия // Субъект, личность и психология человеческого бытия / Под ред. В.В. Знакова, З.И. Рябикиной. М.: Институт психологии РАН, 2005. С. 9–44.
- Казакова Т.В., Басалаева Н.В., Левинунова Ж.А. Взаимосвязь показателей личностной суверенности и психологического благополучия студентов [Электронный ресурс] // Вестник Краснояр. гос. ун-та им. Астафьева. 2014. № 4 (30). URL: <http://cyberleninka.ru/article/n/vzaimosvyaz-pokazateley-lichnostnoy-suverennosti-i-psihologicheskogo-blagopoluchiya-studentov>
- Калмыкова Е.С. Внутриличностные противоречия и условия их разрешения: Автореф. дис. ... канд. психол. наук. М., 1986.
- Капиренкова О.Н., Новикова С.П. Особенности содержания субъективного психологического пространства личности в зависимости от половой идентификации // Психология когнитивных процессов. 2015. № 2. С. 142–149.
- Касаткин В.Н., Бочавер А.А. Актуальные проблемы психологии здоровья (Электронный ресурс) // Психологическая наука и образование ([www.psyedu.ru](http://www.psyedu.ru)). 2010. № 5. С. 255–267.
- Клайн С., Райверс М., Айзекс Д., Хайманн П. Развитие в психоанализе. М.: Академический проект, 2001.
- Князев Г.Г., Митрофанова Л.Г., Бочаров В.А. Валидизация русскоязычной версии опросника Л. Голдберга «Маркеры факторов “Большой пятерки”» // Психол. журн. 2010. Т. 31. № 5. С. 100–110.
- Князев Г.Г., Слободская Е.Р. Пятифакторная структура личности у детей и подростков (по данным родителей и самооценки) // Психол. журн. 2005. Т. 26. № 6. С. 59–67.
- Колоскова Н.В. Как распознать посягательства на психологические границы личности и предотвратить вторжение // Журн. практич. психолога. 2015. № 4. С. 133–138.
- Кон И.С. Дружба (психолого-этический очерк). М.: Изд-во политической литературы, 1987.
- Кондратьев М.Ю. «Значимый другой»: слагаемые межличностной значимости // Соц. психол. и общество. 2011. № 2. С. 17–28.
- Коптева Н.В. Онтологическая уверенность и психологическая суверенность // Мир науки, культуры, образования. 2010. Т. 3. № 22. С. 223–227.
- Красильников И.А. Роль спонтанности как особой формы сознания в разрешении субъектом внутриличностных конфликтов // Известия Саратов. ун-та. Новая серия «Акмеология образования. Психология развития». 2011. Т. 4. № 1. С. 50–58.
- Крекова М.В. Психологические защитные механизмы и копинг-стратегии у людей с разным уровнем психологической суверенности // Сб. материалов XI Междунар. конфер. «Психология и педагогика: методика и проблемы практического применения». Ч. 1. Новосибирск, 2010. С. 130–134.
- Кумыкова Е.В. Полоролевая идентичность внутренне независимых женщин молодого и зрелого возраста // Человек. Сообщество. Управление. 2011. № 4. С. 13–25.
- Курбаткина Ю.В. Психологическая дистанция в браке: Автореф. дис. ... канд. психол. наук. М., 2006.
- Кутузова Д. «Предел подчинения» — самая существенная «психологическая граница» в нарративной практике // Журн. практич. психолога. 2015. № 4. С. 142–149.
- Латышов И.В. Взаимосвязь самоотчуждения и образа Я личности // Вестник КГУ им. Н.А. Некрасова. Педагогика. Психология. Социальная работа. Ювенология. Социокинетика. 2011а. Т. 17. С. 130–133.
- Латышов И.В. Соотношение феномена самоотчуждения с образом Я личности: Автореф. дис. ... канд. психол. наук. Хабаровск, 2011б.
- Латышов И. Насилие и личные границы // Журн. практич. психолога. 2015. № 4. С. 149–154.
- Леви Т.С. Диагностика психологической границы личности: качественный анализ // Вопр. психол. 2013. № 5. С. 93–101.
- Леви Т.С. Структурно-функциональный подход к диагностике и коррекции психологической границы личности // Журн. практич. психолога. 2015. № 4. С. 14–25.
- Левин К. Теория поля в социальных науках. СПб.: Сенсор, 2000.

- Лейбман И.Я. Межкультурные различия в построении психологических границ в психотерапевтических отношениях // Журн. практич. психолога. 2015. № 4. С. 81–88.
- Леонтьев Д.А. Психология личности. Психология свободы: к постановке проблемы самодетерминации личности // Психологический журнал. 2000. № 1. С. 14–26.
- Лоренц К. Восемь смертных грехов цивилизованного человечества // Вопр. филос. 1992. № 3. С. 39–53.
- Луговский В.А., Петренко Т.В., Сысоева Л.В. Теоретические подходы к анализу проблемы сепарации в отечественной и зарубежной психологии // Политематический сетевой электронный научный журнал Кубанского государственного аграрного университета. 2016. № 119. С. 539–552 / URL: <http://ej.kubagro.ru/2016/05/pdf/39.pdf>
- Лунт П. Психологические подходы к потреблению // Иностранная психология. 1997. № 9. С. 8–16.
- Лэнг Р.Д. Расколотое «Я». СПб.: Белый кролик, 1995.
- Майкова Э.Ю., Бондарева Я.В. Будущее автономии личности как риск: способы самозащиты // Власть. 2015. № 8. С. 22–26.
- Мак-Вильямс Н. Психоаналитическая диагностика: Понимание структуры личности в клиническом процессе. М.: Класс, 2001.
- Малейчук Г. Специфика границ Я на разных уровнях организации личности // Журн. практич. психолога. 2015. № 4. С. 89–98.
- Манолова О.Н. Пространство активности субъекта как акмеологический ресурс // Мир психологии. 2009. № 1. С. 56–64.
- Мартиросян К.В. Суверенность жизненного хронотопа представителей студенческой молодежи армянской диаспоры // Сб. конфер. НИЦ Социосфера. 2013. № 41. С. 108–112.
- Мартиросян К.В. Этноспецифичность суверенности психологического пространства личности // Совр. пробл. науки и образования. 2014. № 6. С. 1530. URL: [https://elibrary.ru/download/elibrary\\_22878845\\_24795510.pdf](https://elibrary.ru/download/elibrary_22878845_24795510.pdf)
- Марцинковская Т.Д. Психологические границы: история и современное состояние // Мир психол. 2008. № 3. С. 55–61.
- Марчер Л. Понятие энергий и телесная психотерапия // Телесная психотерапия. Бодинамика: [пер. с англ.] / Ред.-сост. В.Б. Березкина-Орлова. М.: АСТ, 2010. С. 314–324.
- Морено Я.Л. Психодрама / Пер. с англ. Г. Пимочкиной, Е. Рачковой. М.: Апрель Пресс; ЭКСМО-Пресс, 2001.
- Моррис Д. Голая обезьяна. Человек с точки зрения зоолога. СПб.: Амфора-Эврика, 2001.
- Мякотин И.С. Социальная фобия и нарушение психологических границ в детском и подростковом возрасте // Теория и практика общественного развития. 2015. № 20. С. 335–338.
- Нартова-Бочавер С.К. Экспериментальное исследование ситуационной изменчивости мотивации помощи // Психол. журн. 1992. № 4. С. 15–23.
- Нартова-Бочавер С.К. Два типа нравственной самоактуализации личности // Психол. журн. 1993. Т. 14. № 4. С. 24–31.

- Нартова-Бочавер С.К. Развитие жизненного пространства ребенка в онтогенезе // Стратегия дошкольного образования в XXI веке: проблемы и перспективы. Тез. науч.-практич. конфер., посвященной 80-летию со дня основания ф-та дошк. педагог. и психол. МПГУ (1921–2001гг.). 2001. С. 280.
- Нартова-Бочавер С.К. Понятие «психологическое пространство личности» и его эвристические возможности // Психол. наука и образ. 2002. № 1. С. 35–42.
- Нартова-Бочавер С.К. Опросник «Суверенность психологического пространства» — новый метод диагностики личности // Психол. журн. 2004. Т. 25. № 5. С. 77–89.
- Нартова-Бочавер С.К. Онтогенез психологической суверенности личности // Психол. зрелости и старения. 2005а. № 1. С. 102–113.
- Нартова-Бочавер С.К. Психологическая суверенность личности: генезис и проявления: Дис. ... доктора психол. наук. М., 2005б.
- Нартова-Бочавер С.К. Теория приватности как направление зарубежной психологии // Психол. журн. 2006. Т. 27. № 5. С. 28–39.
- Нартова-Бочавер С.К. Психологическая суверенность как критерий личностной зрелости // Феномен и категория зрелости в психологии / Под ред. А.Л. Журавлева, Е.А. Сергиенко. М.: ИП РАН, 2007. С. 149–173.
- Нартова-Бочавер С.К. (сост.) Дифференциальная психология. Хрестоматия: учеб. пос. для студентов высш. учеб. завед., обучающихся по психол. спец. М.: МГППУ, 2008.
- Нартова-Бочавер С.К. Единство субъекта и бытия как основа естественной психотерапии // Субъектный подход в психологии / Под ред. А.Л. Журавлева, В.В. Знакова, З.И. Рябикиной, Е.А. Сергиенко. М.: ИП РАН, 2009. С. 482–496.
- Нартова-Бочавер С.К. Понятие аутентичности в зарубежной психологии личности: история, феноменология, исследования // Психол. журн. 2011. Т. 32. № 6. С. 18–29.
- Нартова-Бочавер С.К. Современное состояние психологии суверенности как учения о личностных границах // У истоков развития. Сб. науч. статей / Под ред. Л.Ф. Обуховой, И.А. Корепановой. М.: МГППУ, 2013. С. 56–67.
- Нартова-Бочавер С.К. Новая версия опросника «Суверенность психологического пространства-2010» // Психол. журн. 2014а. Т. 35. № 3. С. 105–119.
- Нартова-Бочавер С.К. Психологическая суверенность и особенности межличностного общения // Соц. психол. и общество. 2014б. № 3. С. 42–50.
- Нартова-Бочавер С.К. Развитие идей Л.И. Анцыферовой о методологии практической психологии личности // Психол. журн. 2014в. Т. 35. № 6. С. 35–45.
- Нартова-Бочавер С.К. Принцип дополнительности в психологии: взаимодействие дома и его обитателей // Психологические исследования личности: история, современное состояние, перспективы / Под ред.

- М.И. Воловиковой, А.Л. Журавлева, Н.Е. Харламенковой. М.: Когито-Центр, 2016. С. 192–213.
- Нартова-Бочавер С.К.* Связь психологической суверенности и социальных верований: границы личности в контексте «большого» социума // Соц. психол. и общество. 2017. № 3. В печати.
- Нартова-Бочавер С.К., Астанина Н.Б.* Психологические проблемы справедливости в зарубежной персонологии: теории и эмпирические исследования // Психол. журн. 2014а. № 1. С. 16–32.
- Нартова-Бочавер С.К., Астанина Н.Б.* «Униженность и оскорбленность» как черта личности: феноменологический анализ позиции жертвы // Соц. психол. и общество. 2014б. № 2. С. 13–26.
- Нартова-Бочавер С.К., Бочавер К.А., Бочавер С.Ю.* Жизненное пространство семьи: объединение и разделение. М.: Генезис, 2011.
- Нартова-Бочавер С.К., Бочавер А.А., Дмитриева Н.С., Резниченко С.И.* Дом как жизненная среда человека: психологическое исследование. М.: Памятники исторической мысли, 2016.
- Никулина Д.С., Крекова М.В.* Копинг-стратегии людей с разным уровнем психологической суверенности // Известия ТТИ ЮФУ. Темат. вып. «Психология и педагогика». 2009. № 1. С. 189–195.
- Олифирович Н.* Границы и ограничения семейных тайн // Журн. практич. психолога. 2015. № 4. С. 101–110.
- Олторт Г.* Становление личности: Избранные труды / Пер. с англ. Л.В. Трубицыной, Д.А. Леонтьева; под общ. ред. Д.А. Леонтьева. М.: Смысл, 2002.
- Ортега-и-Гассет Х.* Восстание масс. М.: Аст, 2005.
- Очерки динамической психиатрии. Опыт транскультурального исследования / Под ред. М.М. Кабанова, Н.Г. Незнанова. СПб.: Ин-т им. В.М. Бехтерева, 2003.
- Панина Е.Н.* Взаимосвязь суверенности психологического пространства и субъективного благополучия личности: Автореф. дис. ... канд. психол. наук. Красноярск, 2006.
- Паулсен А.В.* Нарушения границ личности: механизмы, симптомы и последствия // Журн. практич. психолога. 2015. № 4. С. 111–112.
- Петровская В.Г.* Формирование асоциального поведения подростков в дисфункциональной семье // Мир науки, культуры, образования. № 6 (18) 2009. С. 242–245.
- Петровский А.В.* Трехфакторная модель значимого другого // Вопр. психол. 1991. № 1. С. 7–18.
- Петровский В.А.* «Мотив границы»: знаковая природа влечения // Мир психол. 2008. № 3. С. 10–26.
- Петухова Л.И.* Границы бытийного пространства личности и их становление в онтогенезе // Сб. материалов XXVI Межд. науч.-практич. конфер. «Психология и педагогика: Методика и проблемы практического применения» / Под общ. ред. С.С. Чернова. Новосибирск: Центр развития научного сотрудничества, 2012. С. 45–49.
- Пивненко Т.В.* Психологические границы Я в игре детей, не принимаемых сверстниками: Автореф. дис. ... канд. психол. наук. М., 2008.

- Пивненко Т.В., Филиппова Е.В.* О роли игры в формировании границ Я // Журн. практич. психолога. 2015. № 4. С. 26–41.
- Поддьяков А.Н.* Развитие способностей создания трудностей // Принцип развития в современной психологии. М.: Институт психологии РАН, 2016. С. 169–192.
- Польстер И., Польстер М.* Интегрированная гештальт-терапия. М.: Класс, 2004.
- Прихожан А.М.* Диагностика личностного развития детей подросткового возраста. М.: МГППУ, 2002.
- Психологические пространства и границы личности. Специальный выпуск // Журн. практич. психолога. 2015. № 4.
- Ребеко Т.А.* Телесный опыт в структуре индивидуального знания. М.: ИП РАН, 2015.
- Резниченко С.И.* Привязанность к месту и чувство места: модели и феномены // Соц. психол. и общество. 2014. № 3. С. 15–27.
- Резниченко С.И., Нартова-Бочавер С.К., Кузнецова В.Б.* Метод оценки привязанности к дому // Психология. Журн. Высш. шк. экон. 2016. № 3. С. 498–518.
- Рубинштейн С.Л.* Проблемы общей психологии. М.: Педагогика, 1973.
- Рубинштейн Н.В.* Роль границ в клиент-терапевтических отношениях // Журн. практич. психолога. 2015. № 4. С. 113–115.
- Рябикина З.И.* Личность как субъект формирования бытийных пространств // Субъект, личность и психология человеческого бытия / Под ред. В.В. Знакова, З.И. Рябикой. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2005. С. 45–57.
- Салихова Н.Р.* Понятийные оппозиции описания жизненного мира человека // Ученые записки Казанского гос. ун-та. Гуманитарные науки. 2009. Т. 151. Кн. 5. Ч. 1. С. 211–226.
- Сафонова Т.Я.* Психологическое насилие в отношении детей: сущность, последствия, оказание помощи // Актуальные проблемы современного детства. М.: НИИ детства Российского детского фонда, 1999. С. 169–175.
- Сахаров Е.А., Ахмадуллина Э.Н.* Связь психологической суверенности с особенностями психологического преодоления конфликтов у больных шизофренией // Практич. медицина. 2009. № 6 (38). С. 63–66.
- Сергиенко Е.А.* Современные идеи развития в психологии // Принцип развития в современной психологии. М.: Институт психологии РАН, 2016. С. 84–115.
- Силина О.В.* Границы Я и психологическое благополучие детей 2–10 лет (Электронный ресурс) // Клинич. и спец. психол. 2016. Т. 3. № 5. С. 116–129. URL: <http://psyjournals.ru/psyclin/2016/n3/Silina.shtml>
- Силина О.В., Нартова-Бочавер С.К.* Динамика развития психологических границ на протяжении детства // Актуальные проблемы психол. знания. 2014. № 3. С. 13–28.
- Силина О.В., Нартова-Бочавер С.К.* Диагностика психологических границ детей от двух до десяти лет // Журн. практич. психолога. 2015. № 4. С. 42–57.

- Скоромная Ю.Е. Субъективная готовность к материнству как психологический феномен: Автореф. дис. ... канд. психол. наук. М., 2006.
- Смирнова Я.К. Психологическая суверенность при разных временных ориентациях подростков, воспитывающихся в детских домах // Сб. науч. статей Междунар. молодежной школы-семинара «Ломоносовские чтения на Алтае» в 6 частях / Под ред. Родионова Е.Д. Барнаул: Алтайский государственный университет, 2013. С. 223–229.
- Смирнова Я.К. Суверенизация в модусе временных ориентаций подростков, воспитывающихся в детских домах // Вестник Лен. гос. ун-та им. А.С. Пушкина. 2014. Т. 5. № 3. С. 51–64.
- Смирнова Я.К., Дёмина Л.Д. Проявление суверенности и автономии личности при разной оценке возможностей жизненного самоосуществления // Труды молодых ученых Алтайского гос. ун-та. 2013. № 10. С. 382–384.
- Солдников В.В., Солодникова И.В. Зрелый возраст в контексте жизненного пути // Мониторинг общественного мнения: экономические и социальные перемены. 2009. № 2 (90). С. 199–220.
- Стебляк Е.А., Трофимова Р.Г., Коновалова К.С. Использование семиозиса во временно-пространственном оформлении душевной жизни психически недоразвитого ребенка // Наука о человеке: гуманитарные исследования. 2011. № 1 (7). С. 78–82.
- Тарасова Е.В. Факторы, влияющие на нарушения «границ» в клиент-центрированной психотерапии // Журн. практич. психолога. 2015. № 4. С. 115–127.
- Телегина С.Я. Особенности суверенности психологического пространства у русских, еврейских и татарских подростков // Вестник СПб. гос. ун-та. Серия 16. Педагогика и психология. 2016. Т. 16. 4. С. 146–157.
- Тивоदार А.Р. Личность как субъект со-бытия в брачных отношениях: Автореф. дис. ... доктора психол. наук. Краснодар, 2008.
- Тинберген Н. Социальное поведение животных. М.: Мир, 1993.
- Трофимова Ю.В. Проявления суверенности в юношеском возрасте: различия субъектных характеристик личности // Мир науки, культуры, образования. 2012. № 6 (37). С. 336–339.
- Тхостов А.Ш. Психология телесности. М.: Смысл, 2002.
- Федорова М. Тренинг развития границ личности: опыт проведения // Журн. практич. психолога. 2015. № 4. С. 154–167.
- Фоминых Е.С. Виктимизация и девиктимизация студентов с ограниченными возможностями здоровья в современных образовательных условиях [Электронный ресурс] // Клиническая и специальная психология. 2012а. № 4. URL: <http://psyjournals.ru/psyclip/2012/n4/57313.shtml>
- Фоминых Е.С. Нарушения личностных границ студента-инвалида в контексте его виктимной деформации // Известия Волгоградского гос. пед. ун-та. 2012б. № 1 (65). С. 122–125.
- Фоминых Е.С. Психолого-педагогическое сопровождение девиктимизации студентов с ограниченными возможностями здоровья в образовательном пространстве вуза: Автореф. дис. ... канд. психол. наук. Екатеринбург, 2012в.
- Харламенкова Н.Е. Генез самоутверждения личности в процессе взросления: Дис. ... доктора психол. наук. М., 2004.
- Харламенкова Н.Е. Проблема опосредствования в истории и теории психологии // Психол. журн. 2008. Т. 29. № 2. С. 41–51.
- Харламенкова Н.Е. Представление о психологической безопасности: возрастной и личностный компоненты // Современная личность: Психол. исслед. М.: ИП РАН, 2012. С. 141–160.
- Харламенкова Н.Е. Научные основания и теоретико-эмпирическое переосмысление принципа детерминизма в субъектно-деятельностном подходе // Психол. журн. 2013. Т. 34. № 2. С. 17–28.
- Харламенкова Н.Е. Суверенность психологического пространства личности при разных типах переживаемых угроз // Вестник Костромск. гос. ун-та им. Н.А. Некрасова. Серия: Педагогика. Психология. Социальная работа. Ювенология. Социокинетика. 2015. Т. 21. № 1. С. 38–41.
- Харламенкова Н.Е., Кумыкова Е.В., Рубченко А.К. Психологическая сепарация: подходы, проблемы, механизмы. М.: ИП РАН, 2015.
- Хейдметс М. Феномен персонализации среды: теоретический анализ // Средовые условия групповой деятельности / Под ред. Х. Миккина. Таллин: Таллин. пед. ин-т, 1988. С. 7–15.
- Хромов А.Б. Пятифакторный опросник личности. Курган: Изд-во Курган. гос. ун-та, 2000.
- Циринг Д.А. Психология личностной беспомощности: Автореф. дис. ... доктора психол. наук. Челябинск, 2010.
- Черняева В.Б. Зрелость — это готовность слышать «нет» // Журн. практич. психолога. 2015. № 4. С. 139–142.
- Чиксентмихайи М. Поток: Психология оптимального переживания. М.: Альпина нон-фикшн; Смысл, 2011.
- Шамшикова Е.О. Адаптация зарубежной методики «Границы Я» Н. Браун (N. Brown) // Мир науки, культуры, образования. 2009. № 4. С. 167–173.
- Шамшикова Е.О., Архипова Т.С. Специфика временной перспективы личности с разными типами психологических границ // Журн. практич. психолога. 2015. № 4. С. 57–70.
- Шамшикова Е.О., Волохова В.И. Адаптация зарубежного опросника «Границы в психике» Эрнста Хартманна // Развитие человека в современном мире: мат-лы II Всерос. науч.-практич. конфер. с международным участием / Под ред. Н.Я. Большуновой, О.А. Шамшиковой. Новосибирск: Новосиб. гос. пед. ун-т, 2011. С. 277–287.
- Шамшикова Е.О., Шамшикова О.А., Рехлова А.И. Взаимосвязь психологических границ и статусов эго-идентичности у однополых близнецов // Сиб. педагог. журн. 2013. № 3. С. 184–189.
- Шамшикова О.А., Шамшикова Е.О. Нарциссические проявления личности как образующие континуума переходных форм существования «границ Я» // Мир науки, культуры, образования. 2009. Т. 19. № 7. С. 265–270.
- Шаповал И.А. Выход за границы Я как акт конструктивной агрессии // Альманах современной науки и образования. 2016. № 4 (106). С. 137–141.

- Шаповал И.А., Аскольская Л.А. Депривированная суверенность: социальные и дизонтогенетические эффекты инфантилизма // Педагогич. журн. Башкортостана. 2010. № 2 (27). С. 48–71.
- Шаповаленко А.А. Диагностика характеристик личностной суверенности в интернет-среде: разработка опросника // Ученые записки Российск. гос. соц. ун-та. 2015. Т. 14. № 2 (129). С. 20–25.
- Шаповаленко А.А. Психологическая суверенность личности в интернет-среде (на примере студентов-участников социальной сети ВКонтакте): Дис. ... канд. психол. наук. М., 2016.
- Швейцер А. Культура и этика. М.: Прогресс, 1973.
- Шмелева И.А. Проблема взаимодействия человека с окружающей средой: области и аспекты психологического исследования // Вестник Моск. ун-та. Серия 14, Психология. 2010. № 3. С. 105–120.
- Шнейдер Л.Б. Психология семейных отношений. М.: Деловая книга, 2000.
- Юнг К.Г. Жизненный рубеж // Проблемы души нашего времени. М.: Прогресс, 1993. С. 185–204.
- Юнг К.Г. Синхроничность. М.: Рефл-бук; Ваклер, 1997.
- 6th European conference on positive psychology, 26–29 June, 2012, Moscow.
- Altman I. The environment and social behavior. Privacy, personal space, crowding. Monterey, CA: Brooks Cole, 1975.
- Astanina N., Nartova-Bochaver S. Belief in just world as a personal resource in law-abiding and criminal Russian adolescents // Abstract of paper contributed to the International Society for the Study of Individual Differences 2011, London, 25–28 July. 2011 / URL: <http://www.issid2011.com/program/symposia.pdf>
- Bardadymov V., Nartova-Bochaver S., Harutyunyan S., Khachatryan N., Wu M.S., Zhou C., Yuan J., Hakobjanyan A. Personal sovereignty in secondary school and university students from Armenia, China, and Russia // 16th European Conference on Personality Psychology, July 10–14, 2012, Trieste Italy. Book of abstracts. Po.1-34. P. 180.
- Barrett-Lennard G.T. Carl Rogers' helping system: Journey and substance. L.: Sage, 1998.
- Bentzen M. The bodinamic character structure model // Energy and Character. 1990. Vol. 21. № 1. P. 1–17.
- Brown N.W. Coping with Infuriating, mean, critical people: the destructive narcissistic pattern. Westport: ABC-CLIO, 2006.
- Brunswik E. Perception and the representative design of psychological experiments. Berkeley (CA): University of California Press, 1956.
- Campbell-Sills L., Stein M. Psychometric analysis and refinement of the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC): Validation of a 10-item measure of resilience // Journal of Traumatic Stress. 2007. Vol. 20 (6). P. 1019–1028.
- Carver C.S., White T.L. Behavioral inhibition, behavioral activation, and affective responses to impending reward and punishment: The BIS/BAS Scales // Journal of personality and social psychology. 1994. Vol. 67 (2). P. 319–333.
- Children and Environment. Human behavior and Environment / I. Altman, J. Wohlwill (Eds.). N.Y.; L.: Springer US, 1978.
- Conducting of everyday life. Program and abstracts. June 26–28, 2013. Roskilde, 2013.
- Connor K.M., Davidson J.R.T. Development of a New Resilience Scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CDRISC) // Depression and Anxiety. 2003. Vol. 18. P. 76–82.
- Costall A., Dreier O. (Eds.). Doing Things with Things. The Design and Use of Everyday Objects. Copenhagen: University of Copenhagen, Denmark, 2006.
- Dalbert C. The justice motive as a personal resource: Dealing with challenges and critical life events. N.Y.: Plenum Publishers, 2001.
- Dalbert C., Lipkus I., Sallay H., Goch I. A just and an unjust world: Structure and validity of different world belief // Personality and Individual Differences. 2001. V. 30. P. 561–577.
- Elings M. People-plant interaction. The physiological, psychological and sociological effects of plants on people // Farming for Health. 2006. Vol. 13. P. 43–55.
- Federn P. Das Ich als Subjekt und Objekt im Narzissmus. Internationale Zeitschrift fuer Psychoanalyse. 1929. Vol. 15. № 4. S. 393–425.
- Fine A.H. (Ed.). Handbook on animal-assisted therapy: Theoretical foundations and guidelines for practice. Boston: Academic Press, 2010.
- Gerlach T.M., Allemand M., Agroskin D., Denissen J.J. Justice Sensitivity and Forgiveness in Close Interpersonal Relationships: The Mediating Role of Mistrustful, Legitimizing, and Pro-Relationship Cognitions // Journal of Personality. 2012. Jan 6. Vol. 80. P. 1373–1413.
- Goldberg L.R. International Personality Items Pool (IPIP). 2001 / URL: <http://ipip.ori.org/>
- Gollwitzer M., Rothmund T. What Exactly Are Victim-Sensitive Persons Sensitive To? // Journal of Research in Personality. 2011. № 5. P. 448–455.
- Gollwitzer M., Rothmund T., Alt B., Jekel M. Victim Sensitivity and the Accuracy of Social Judgment // Personality and Social Psychology Bulletin. 2012. № 8. P. 975–984.
- Gosling S.D., Ko S.J., Mannarelli T., Morris M.E. A Room With a Cue: Personality Judgments Based on Offices and Bedrooms // Journal of Personality and Social Psychology. 2002. Vol. 82. № 3. P. 379–398.
- Hartmann E. Boundaries in the mind. N.Y.: Basic Books. 1991.
- Hartmann E., Elkin R., Garg M. Personality and dreaming: the dreams of people with very thick or very thin boundaries // Dreaming. 1991. Vol. 1. P. 311–324.
- Havighurst R.J. Developmental tasks and education. N.Y.: McKay, 1972.
- Hefst H. Ecological Psychology in Context. Mahwah (NJ): Lawrence Erlbaum Associates, 2001.
- Herbert T.B., Dunkel-Schetter C. Negative social reactions to victims: An overview of responses and their determinants // Life crises and experiences of loss in adulthood / L. Montada, S.-H. Filipp, M.J. Lerner (Eds.). Hillsdale, NJ: Erlbaum., 1992. P. 497–518.
- Hereford Z. Healthy Personal Boundaries & How to Establish Them (Электронный ресурс) // URL: <http://www.essentiallifeskills.net/personalboundaries.html>

- Holzkamp K. Wissenschaftstheoretische Voraussetzungen kritisch-emanzipatorischer Psychologie // Zeitschrift für Sozialpsychologie. 1970. Bd. 1. S. 5–21, 109–141.
- Ingold T. The Perception of the Environment. Essays on livelihood, dwelling and skill. L.; N.Y.: Routledge, 2000.
- Janoff-Bulman R., Carnes N.C. Moral Context Matters: A Reply to Graham // Personality and Social Psychology Review. 2013a. Vol. 17(3). P. 242–247.
- Janoff-Bulman R., Carnes N.C. Surveying the Moral Landscape: Moral Motives and Group-Based Moralities // Personality and Social Psychology Review. 2013b. Vol. 17 (3). P. 219–236.
- Joseph S., Wood A. Assessment of positive functioning in clinical psychology: Theoretical and practical issues // Clinical Psychology Review. 2010. Vol. 30. P. 830–838.
- Kleine S.S., Baker S.M. An Integrative Review of Material Possession Attachment [Электронный ресурс] // Academy of Marketing Science Review [Online]. 2004 (1). <http://www.uwo.edu/mgmtmkt/faculty-staff/faculty-pages/docs/baker/material%20possession%20attachment.pdf>
- Kohlberg L. Stage and Sequence: The Cognitive Developmental Approach to Socialization // Handbook of Socialization Theory and Research / Goslin D.A. (Ed.). Chicago (IL): McNally, 1969.
- Kull K. Jakob von Uexkuell: An introduction // Semiotica. 2001. Vol. 134. № 1/4. P. 1–59.
- Lancer D. Codependency for dummies. Hoboken (NJ): John Wiley & Sons, 2012.
- Lang A. Die kopernikanische Wende steht in der Psychologie noch aus! Hinweise auf eine ökologische Entwicklungspsychologie // Schweizerische Zeitschrift für Psychologie. 1988. Bd. 47. S. 93–108.
- Lehr U., Thomae H. Alltagspsychologie: Aufgaben, Methoden, Ergebnisse. Darmstadt: Wissenschaftliche Buchgesellschaft, 1991.
- Lerner M.J. The belief in a just world: A fundamental delusion. N.Y.: Plenum, 1980.
- Lundberg G., Lundberg J. I don't have to make everything all better. L.: Penguin Books, 2000.
- Marcher L., Jarlmaes E., Münster K., and van Dijke R. The Somatics of Touch // The USA Body Psychotherapy Journal. 2007. Vol. 6. № 2. P. 29–36.
- Nartova-Bochaver S. Regime habits sovereignty and its personal correlates in Russian adolescents // Abstract of paper contributed to the 11th European Congress of Psychology, 2009. Oslo, Norway. 7–10 July, 2009. Abstract CD.
- Nartova-Bochaver S. The personal sovereignty as a correlate of psychological well-being in Russian adolescents: category, vulnerability, and protective factors // Abstract of paper contributed to the 21st Biennial ISSBD Meeting. Lusaka. July 18–22, 2010. Abstract CD.
- Nartova-Bochaver S. The personal sovereignty: a theoretical conceptualization and development of the instrument for its measurement // 6th European conference on positive psychology. 26–29 June, 2012. Moscow. URL: [http://www.ecpp2012.ru/scientific\\_program/final\\_programme.pdf](http://www.ecpp2012.ru/scientific_program/final_programme.pdf)

- Nartova-Bochaver S. The personal sovereignty: A way to respect others and to defend oneself // Conducting of everyday life. Program and abstracts. June 26–28, 2013. Roskilde, 2013. P. 106.
- Nartova-Bochaver S. Justice sensitivity and personal sovereignty in Russian students — two aspects of social regulation // 15th Biennial Conference of the International Society for Justice Research. June 19–22, 2014. N.Y., 2014. Po. 16. P. 147.
- Nartova-Bochaver S., Astanina N. Individual differences in Russian adults' justice sensitivity // 16th European Conference on Personality Psychology, July 10–14, 2012. Book of abstracts. Trieste, Italy. Invited Symposium 2–5. P. 24.
- Nartova-Bochaver S., Skoromnaya Yu. Connection between the psychological readiness for maternity and the personal sovereignty level in Russian women // Abstract of paper contributed to the 20th Biennial ISSBD Meeting, July 13–17, 2008. Wuerzburg, 2008. Abstract CD.
- Nartova-Bochaver S. The personal sovereignty as a boundaries phenomenon // Personality and Individual Differences. April 2014. Vol. 60. Suppl. P. S44.
- Neberich W., Asendorpf J.B. Distance Regulation in Couples across Adulthood: Living Apart Together versus Living Close Together // ECP 14. Program and abstracts. 14th European Conference on Personality. Tartu, Estonia. July 16–20, 2008. P. 119.
- Psychology from the Standpoint of the Subject: Selected Writings of Klaus Holz-kamp / E. Schraube, U. Osterkamp (Ed.). L.: Palgrave Macmillan, 2013.
- Radloff L. The CES-D scale: A self-report depression scale for research in the general population. Applied Psychological Measurement. 1977. № 1 (3). P. 385–401.
- Radloff L.S., Teri L. Use of the Center for Epidemiological Studies-Depression Scale with Older Adults, Clinical Gerontologist. 1986. 5:1–2. 119–136. DOI: 10.1300/J018v05n01\_06
- Richards D.G. A study of the correlations between subjective psychic experiences and dissociative experiences // Dissociation. 1991. Vol. 4. P. 83–91.
- Richmond R.L. A guide to psychology and its practice. 1997–2016 (Электронный ресурс) // URL: <http://www.guidetopsychology.com/>
- Robinson O.C. Developmental crisis in early adulthood: a composite qualitative analysis. PHD Thesis. L., 2008.
- Robinson O.C., Lopez F.G., Ramos K., Nartova-Bochaver S. Authenticity, social context, and well-being in the United States, England, and Russia: a three country comparative analysis // Journal of Cross-Cultural Psychology. 2013. Vol. 44. № 5. P. 719–737.
- Robinson O.C., Dunn A., Nartova-Bochaver S., Bochaver K., Asadi S., Khosravi Z., Jafari S.M., Zhang X., Yang Y. Figures of admiration in emerging adulthood: a four-country study // Emerging Adulthood. 2016. Vol. 4 (2). P. 82–91.
- Rosenberg M. Conceiving the self. N.Y.: Basic Books, 1979.
- Schmitt M., Baumert A., Gollwitzer M., Maes J. The Justice Sensitivity Inventory: Factorial validity, location in the personality facet space, demographic pattern, and normative data // Social Justice Research. 2010. Vol. 23. P. 211–238.

- Schmitt M., Gollwitzer M., Maes J., Arbach D. Justice sensitivity: Assessment and location in the personality space // *European Journal of Psychological Assessment*. 2005. Vol. 21. P. 202–211.
- Sodergren S.C., Hyland M.E. Qualitative phase in the development of the Silver Lining Questionnaire // *Quality of Life Research*. 1997. № 7–8. P. 724.
- Strelan P., Sutton R.M. When just-world beliefs promote and when they inhibit forgiveness // *Personality and Individual Differences*. 2011. Vol. 50. P. 163–168.
- Sutton R.M., Calogero R.M., Bardi A. A certain kind of just-world belief: the epistemic purpose of believing life treats other people fairly // 16th European Conference on Personality Psychology, July 10–14 2012. Trieste Italy. Book of abstracts. Invited symposium 2–1. P. 22.
- Tennant R., Hiller L., Fishwick R., Platt S., Joseph S., Weich S., Parkinson J., Secker J., Stewart-Brown S. The Warwick-Edinburgh Mental Well-being Scale (WEMWBS): development and UK validation // *Health and Quality of Life Outcomes*. 2007. Vol. 5. P. 63. URL: <http://www.hqlo.com/content/5/1/63>
- Thompson E.R. Development and validation of an internationally reliable short-form of the positive and negative affect schedule (PANAS) // *Journal of Cross-Cultural Psychology*. 2007. № 2. P. 227–242.
- Uexküll T. von. The sign theory of Jakob von Uexküll // Krampen et al. *Classics of Semiotics*. N.Y.: Plenum, 1987. P. 147–179.
- Watson D., Clark L.A., Tellegan A. Development and validation of brief measures of positive and negative affect: The PANAS scales // *Journal of Personality and Social Psychology*. 1988. № 54 (6). P. 1063–1070.
- Wei M., Russell D.W., Mallinckrodt B., Vogel D.L. The experiences in Close Relationship Scale (ECR)-Short Form: Reliability, validity, and factor structure // *Journal of Personality Assessment*. 2007. Vol. 88. P. 187–204.
- Williams D.R., Vaske J.J. The measurement of place attachment: Validity and generalizability of a psychometric approach // *Forest science*. 2003. Vol. 49. № 6. P. 830–840.
- Wilson E.O. *Biophilia*. Cambridge: Harvard University Press, 1984.
- Wismeijer A.A.J., van Assen M.A.L.M., Bekker M.H.J. The relations between secrecy, rejection sensitivity and autonomy-connectedness // *The Journal of General Psychology*. 2014. Vol. 141. № 2. P. 65–79 / URL: <http://dx.doi.org/10.1080/00221309.2013.862200>
- Wood A.M., Linley P.A., Maltby J., Baliousis M., Joseph S. The authentic personality: A theoretical and empirical conceptualization and the development of the authenticity scale // *Journal of Counseling Psychology*. 2008. № 3. P. 385399.
- Wu M. S., Schmitt M., Nartova-Bochaver S., Astanina N., Khachatryan N., Zhou C., Han B. Examining self-advantage in the suffering of others: cross-cultural differences in beneficiary and observer justice sensitivity among Chinese, Germans, and Russians // *Social Justice Research (SORE)*. 2014. Vol. 27. № 2 P. 231–242.

## Приложения

### Приложение 1.

#### Текст опросника СПП–2010<sup>1</sup>

Вам предлагается оценить утверждения теста, который описывает детство человека. Если содержание утверждения относится к Вам, следует поставить галочку в ячейке, соответствующей «Да». Если в Вашей жизни подобных ситуаций не встречалось, поставьте галочку в ячейке, соответствующей «Нет». Если Вам трудно вспомнить, как было на самом деле, представьте себе наиболее вероятное положение дел. Этот тест не измеряет интеллектуальные способности, поэтому правильных или неправильных ответов не существует; каждый вариант встречается в реальной жизни. Постарайтесь не раздумывать долго, время заполнения теста — 20 минут. Спасибо!

1. Решение о проведении каникул и выходных чаще принималось без меня.
2. У нас было в порядке вещей, если родители переключали телевизор на свой канал, когда я его смотрел.
3. Часто мне приходилось терпеть, когда родственники тискали и целовали меня.
4. В детстве бывало, что я носил одежду, в которой чувствовал себя посмешищем, и боялся, что меня будут дразнить.

<sup>1</sup> Опросник переведен на английский, немецкий, армянский и китайский языки.

5. Я обижался, когда меня в порядке наказания шлепали или давали подзатыльники.

6. Я раздражался, если во время стирки мама вытряхивала мои вещи из карманов.

7. Обычно родители не запрещали слушать музыку, которая мне нравится, даже если она их раздражала.

8. Меня никогда не заставляли есть насильно, как других детей.

9. Я часто огорчался, когда родители наводили порядок в моих игрушках.

10. Для меня было неприятным переживанием, когда мне стригли ногти.

11. У меня всегда было место (стол, сундучок, коробка), где я мог спрятать дорогие мне предметы.

12. Помню, что я сильно грустил оттого, что мне не разрешали ложиться спать чуть позже, чем это было принято.

13. Нередко бывало, что нужные мне вещи покупались как поощрение за хорошую учебу или поведение.

14. Случалось, что детский праздник был для меня испорчен, если я был одет не так, как хотелось.

15. Мне не нравилось, если без разрешения брали мою чашку или расческу.

16. Когда я чувствовал себя обиженным, я имел привычку запереться в ванной или туалете.

17. Я расстраивался, когда не мог доиграть из-за того, что взрослые звали меня к себе.

18. Если друзья предлагали мне переночевать у них, родители обычно не возражали.

19. Мне удавалось обычно устроить детский праздник так, как хотелось.

20. Случалось, я обижался, когда взрослые начинали серьезный разговор и выставляли меня в другую комнату.

21. Даже если подходило время ложиться спать, мне обычно разрешали досмотреть любимую передачу.

22. Мне не нравилась семейная традиция донашивать хорошие вещи, доставшиеся от других детей.

23. Мне часто хотелось поиграть с детьми, которые вместе со мной ходили в кружок, но обычно родители торопились, и это не удавалось.

24. При покупке вещей родители всегда учитывали мое мнение.

25. В детстве часто случалось, что, стесняясь попроситься в туалет, я долго терпел.

26. Я вполне ощутил, что отдать любимую игрушку — одно из самых сильных страданий маленького ребенка.

27. Взрослые почему-то считали, что могут войти в ванную или туалет, когда там ребенок, и не разрешали закрывать дверь на замок.

28. Родители старались делать со мной уроки, когда я уже справлялся сам.

29. Даже если родителям было некогда, они находили время, чтобы я поиграл с детьми, которые были мне симпатичны.

30. Когда была приготовлена вкусная еда, то близкие мне взрослые считали необходимым накормить меня ею, даже преодолевая мое сопротивление.

31. Мне бы очень хотелось, чтобы на дверях детских комнат были замки, хотя взрослых это и обижает.

32. Мне случалось огорчаться, если родители неожиданно брали меня в гости.

33. В детстве меня нередко заставляли есть калорийную, но невкусную пищу.

34. Я переживал оттого, что взрослые ошибочно думали, будто в детстве любую вещь можно заменить другой.

35. Я предпочитал в детстве ходить в гости, а не звать гостей к себе.

36. Меня раздражало, если взрослые не информировали меня о своих планах.

37. Проблема «отцов и детей» у нас не существовала, так как родители с детства уважали мое мнение.

38. Мне не нравилось, когда взрослые в детстве любили меня пощекотать или ущипнуть.

39. Родители спокойно принимали тот факт, что знают не всех моих друзей.

40. Мне не нравилось, что новые вещи не покупали, пока у нас были старые, но в хорошем состоянии.

41. Существовали телепередачи, которые я не мог смотреть без разрешения родителей.

42. Как и многие другие дети, я мечтал построить домик из диванных подушек, но мне это не удавалось.

43. Если у нас с друзьями возникали общие планы, наши родители нередко старались их изменить.

44. Если я возвращался из магазина, то мог часть сдачи оставить себе.

45. У нас было принято, чтобы родители всегда знали мой распорядок дня.

46. Я всегда был уверен, что, когда я с кем-то разговариваю по телефону, никто не прервет и не подслушает нашей беседы.

47. Родители пресекали мои попытки украсить себя так, как не было принято в их время (пирсинг, татуаж, прически).

48. Мне часто бывало неприятно, когда взрослые дотрагивались до меня.

49. Меня раздражало, если в моей комнате наводили порядок.

50. Во время обеда, если суп был горячим, я мог сначала съесть второе, и родители это не запрещали.

51. Если у меня в детстве появлялся новый знакомый, я должен был обязательно показать его родителям.

52. Родители всегда демонстрировали свое несогласие с моими попытками соответствовать молодежной культуре.

53. Посещая врача, я боялся не боли, а того, что чужой человек будет меня трогать.

54. Наверное, я собственник: уже в детстве я постоянно раздражался оттого, что кто-то пользовался моими вещами.

55. Мне не нравилось, что взрослые ходят через ту комнату, где я играю с друзьями.

56. Проверяя домашнее задание, родители всегда обращали внимание на порядок его выполнения: сначала основные предметы, а затем «второстепенные», и были недовольны, если он нарушался.

57. Меня раздражало, когда приходилось в детстве носить вещи старшей сестры или брата.

58. У меня было в детстве увлечение (кружок, спортивная или художественная школа), которое не реализовалось, потому что родители были против.

59. Маленьких детей везде ждут огорчения: даже надевая шапку или завязывая шарф, взрослые умудряются зацепить за ухо или вырвать волосы.

60. У меня вызывало брезгливость, если мама или бабушка настаивали, чтобы я попробовал приготовленную ими еду «поварской» ложкой, которой они пробовали ее сами.

61. Я не любил, если у нас оставались на ночь гости, и мне приходилось менять спальное место.

62. Если я не сделал домашнее задание, но успел выполнить его на перемене, родители никогда меня не ругали: «Победителя не судят».

63. Случалось, мне навязывали общение с братом или сестрой, даже когда мне этого не хотелось.

64. Мне случалось раздражать родителей, если мое мнение не совпадало с их собственным.

65. В детстве нередко вызывало огорчение, когда мне надевали одежду через голову.

66. В нашей семье считалось важным тратить деньги не только на самое необходимое, но и на то, что очень хочется ребенку (дорогие книги и приборы — бинокль, словарь, — без которых можно было вполне обойтись).

67. Даже в детстве родители не настаивали, чтобы я «пошел по их стопам».

## Приложение 2

Ключи к опроснику<sup>2</sup>

Да		Нет	Да		Нет	Да		Нет	Да		Нет	Да		Нет
	1	СЦ		15	СВ	СС	29			43	СП		57	СВ
	2	СП		16	СТ		30	СФТ	СВ	44			58	СЦ
	3	СФТ		17	СП		31	СТ		45	СП		59	СФТ
	4	СЦ	СС	18			32	СП	СС	46			60	СВ
	5	СФТ	СЦ	19			33	СЦ		47	СЦ		61	СТ
	6	СВ		20	СТ		34	СВ		48	СФТ	СП	62	
СЦ	7		СП	21			35	СТ		49	СТ		63	СС
СФТ	8			22	СВ		36	СП	СП	50			64	СЦ
	9	СВ		23	СС	СЦ	37			51	СС		65	СФТ
	10	СФТ	СЦ	24			38	СФТ		52	СЦ	СВ	66	
СТ	11			25	СФТ	СС	39			53	СФТ	СЦ	67	
	12	СП		26	СВ		40	СВ		54	СВ			
	13	СВ		27	СТ		41	СЦ		55	СТ			
	14	СЦ		28	СП		42	СТ		56	СП			

Можно подсчитать результаты вручную по следующим формулам:

$$\text{СПП-2010} = \text{B7} + \text{B8} + \text{B11} + \text{B18} + \text{B19} + \text{B21} + \text{B24} + \text{B29} + \text{B37} + \text{B39} + \text{B44} + \text{B46} + \text{B50} + \text{B62} + \text{B66} + \text{B67} - \text{B1} - \text{B2} - \text{B3} - \text{B4} - \text{B5} - \text{B6} - \text{B9} - \text{B10} - \text{B12} - \text{B13} - \text{B14} - \text{B15} - \text{B16} - \text{B17} - \text{B20} - \text{B22} - \text{B23} - \text{B25} - \text{B26} - \text{B27} - \text{B28} - \text{B30} - \text{B31} - \text{B32} - \text{B33} - \text{B34} - \text{B35} - \text{B36} - \text{B38} - \text{B40} - \text{B41} - \text{B42} - \text{B43} - \text{B45} - \text{B47} - \text{B48} - \text{B49} - \text{B51} - \text{B52} - \text{B53} - \text{B54} - \text{B55} - \text{B56} - \text{B57} - \text{B58} - \text{B59} - \text{B60} - \text{B61} - \text{B63} - \text{B64} - \text{B65}$$

$$\text{СФТ} = \text{B8} - \text{B3} - \text{B5} - \text{B10} - \text{B25} - \text{B30} - \text{B38} - \text{B48} - \text{B53} - \text{B59} - \text{B65}$$

$$\text{СТ} = \text{B11} - \text{B16} - \text{B20} - \text{B27} - \text{B31} - \text{B35} - \text{B42} - \text{B49} - \text{B55} - \text{B61}$$

$$\text{СВ} = \text{B44} - \text{B6} - \text{B9} - \text{B13} - \text{B15} - \text{B22} - \text{B26} - \text{B34} - \text{B40} - \text{B54} - \text{B57} - \text{B60} + \text{B6}$$

$$\text{СП} = \text{B21} - \text{B2} - \text{B17} - \text{B12} - \text{B28} - \text{B32} - \text{B36} - \text{B43} - \text{B45} + \text{B50} - \text{B56} + \text{B62}$$

$$\text{СС} = \text{B18} - \text{B23} + \text{B29} + \text{B39} + \text{B46} - \text{B51} - \text{B63}$$

$$\text{СЦ} = \text{B7} - \text{B4} - \text{B1} - \text{B14} + \text{B19} + \text{B24} - \text{B33} + \text{B37} - \text{B41} - \text{B47} - \text{B52} - \text{B58} - \text{B64} + \text{B67}$$

<sup>2</sup> При необходимости получить электронные ключи обращайтесь к автору

## Приложение 3

## Описательная статистика

		μ	σ	Med	Max	Min
<b>Девочки</b> (n=160)	<b>СПП</b>	14,2	20,3	13	59	-39
	СФТ	1,8	5,1	1	11	-9
	СТ	1,9	4,1	2	10	-8
	СВ	2,2	4,9	3	13	-7
	СП	2,6	4,4	2	12	-10
	СС	1,7	3,0	1	7	-7
	СЦ	4,1	5,5	4	14	-12
<b>Мальчики</b> (n=210)	<b>СПП</b>	16,1	19,6	15	53	-33
	СФТ	2,4	4,9	3	11	-11
	СТ	2,5	4,3	2	10	-8
	СВ	2,6	5,1	3	13	-10
	СП	1,8	4,5	2	12	-10
	СС	2,1	3,0	2	7	-5
	СЦ	4,7	4,9	4	14	-8
<b>Девушки</b> (n=284)	<b>СПП</b>	21,3	21,0	19,5	57	-35
	СФТ	2,6	3,0	4,7	11	-11
	СТ	3,1	4,0	3,9	10	-6
	СВ	3,8	5,0	5,1	13	-13
	СП	4,0	4,0	4,4	12	-8
	СС	2,7	3,0	2,7	7	-7
	СЦ	5,0	6,0	5,3	14	-12
<b>Юноши</b> (n=210)	<b>СПП</b>	18,8	20,0	22,5	53	-42
	СФТ	2,9	4,2	3	11	-7
	СТ	3,2	4,0	4	10	-6
	СВ	3,0	5,2	5	13	-9
	СП	3,2	4,5	4	12	-8
	СС	2,7	3,2	3	7	-7
	СЦ	3,8	5,3	4	14	-8



Софья Кимовна Нартова-Бочавер, доктор психологических наук, профессор. Московский психолог, профессор департамента психологии Национального исследовательского университета «Высшая школа экономики». Автор 300 научных и научно-популярных работ в области психологии личности и индивидуальности, психологии развития, психологии семейных отношений. Приоритетные области исследований — психологические границы личности, психология жизненных сред человека, психология морали и позитивных проявлений личности.

*Научное издание*

**Нартова-Бочавер Софья Кимовна**  
**ПСИХОЛОГИЯ СУВЕРЕННОСТИ:**  
**ДЕСЯТЬ ЛЕТ СПУСТЯ**

Редактор *Е.Г. Лунякова*  
Корректор *А.П. Мартынова*  
Верстка *В.Н. Кокорев*  
Директор издательства *Д.А. Леонтьев*

Издательство «Смысл» (ООО НПФ «Смысл»)  
Тел./факс 8 499 189-95-88  
e-mail: info@smysl.ru  
<http://www.smysl.ru>

Подписано в печать 19.10.2017. Формат 60×90/16  
Бумага офсетная. Печать офсетная.  
Усл. печ. л. 12,5. Тираж 300 экз. Заказ