

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПСИХОЛОГИИ И ДРУГИХ НАУК О ЧЕЛОВЕКЕ

СМАЛЬТА 2026, № 2

SMALTA 2026, no. 2

Обзорная статья

УДК 159.923.2:159.942.5

DOI: 10.15293/2312-1580.2602.01

Системный подход к личности как субъекту переживания и переработки критической жизненной ситуации

Андронникова Ольга Олеговна¹, Радзиховская Ольга Евгеньевна²

^{1,2}*Новосибирский государственный педагогический университет,*

г. Новосибирск, Россия

Аннотация. Проблема исследования связана с необходимостью теоретического описания личности в условиях критической жизненной ситуации не как совокупности отдельных свойств, реакций или симптомов, а как целостной системы, перестраивающейся в процессе взаимодействия с обстоятельствами, нарушающими привычный порядок жизни. Цель статьи состоит в обосновании системно-психологического подхода к анализу личности как субъекта переживания и переработки критической жизненной ситуации. Методологическую основу составляют системный подход в психологии, субъектный и субъектно-деятельностный принципы, психология жизненных ситуаций, концепция переживания и теория отношений. В статье показано, что единицей анализа выступает не личность сама по себе и не ситуация как внешний фактор, а их взаимодействие, в котором личность выстраивает отношение к происходящему, преобразует ситуацию и одновременно изменяет собственную организацию. Обосновано, что переживание критической ситуации следует понимать как особую внутреннюю деятельность по восстановлению смыслового соответствия между личностью и миром. Выделены системные параметры переработки: межуровневая согласованность, субъектная позиция, саморегуляция, система отношений, идентичность, совладание и ценностно-смысловая интеграция опыта. Сделан вывод о том, что травматический опыт может быть рассмотрен как предельный класс критических жизненных ситуаций, в которых переработка ограничена пределом субъектных возможностей и запускает системную динамику личности.

Ключевые слова: личность; критическая жизненная ситуация; переживание; системный подход; субъектность; совладание; травматический опыт.

Для цитирования: Андронникова О. О., Радзиховская О. Е. Системный подход к личности как субъекту переживания и переработки критической жизненной ситуации // СМАЛЬТА. 2026. № 2. С. 5–17. DOI: <https://doi.org/10.15293/2312-1580.2602.01>



A Systems Approach to Personality as a Subject of Experiencing and Processing a Critical Life Situation

Olga O. Andronnikova¹, Olga E. Radzikhovskaya²

^{1,2}*Novosibirsk State Pedagogical University, Novosibirsk, Russia*

Abstract. The article addresses the theoretical problem of describing personality in critical life situations not as a set of isolated traits, reactions or symptoms, but as an integral system that is reorganized in interaction with circumstances disrupting the usual order of life. The aim of the article is to substantiate a systemic-psychological approach to personality as a subject of experiencing and processing a critical life situation. The methodological basis includes the systemic approach in psychology, the subject and activity-based principles, the psychology of life situations, the concept of experiencing, and the theory of relations. The article shows that the unit of analysis is neither personality in isolation nor the situation as an external factor, but their interaction, in which a person constructs an attitude to what is happening, transforms the situation and simultaneously reorganizes himself or herself. Experiencing a critical situation is interpreted as a specific inner activity aimed at restoring the meaningful correspondence between personality and the world. The article identifies key systemic parameters of processing: interlevel coherence, subject position, self-regulation, system of relations, identity, coping and value-semantic integration of experience. It is concluded that traumatic experience can be considered as an extreme class of critical life situations in which processing reaches the limits of subject capacities and initiates systemic dynamics of personality.

Keywords: personality; critical life situation; experiencing; systemic approach; subjectivity; coping; traumatic experience.

For Citation: Andronnikova O. O., Radzikhovskaya O. E. A Systems Approach to Personality as a Subject of Experiencing and Processing a Critical Life Situation. *SMALTA*, 2026, no. 2, pp. 5–17. (In Russ.). DOI: <https://doi.org/10.15293/2312-1580.2602.01>

Введение

Современная психология личности все чаще сталкивается с необходимостью объяснять не только устойчивость личностной организации, но и те формы ее изменения, которые обнаруживаются в кризисных, предельных и травматических обстоятельствах. Традиционный для персонологии вопрос о том, что представляет собой личность, какие черты, уровни, свойства или подструктуры ее образуют, сохраняет методологическое значение при описании относительно стабильной организации. Однако он оказывается недостаточным в тех случаях, когда предметом анализа становится личность в ситуации дестабилизации. В критической жизненной ситуации личность проявляется не столько через перечень свойств, сколько через способ встречи с обстоятельствами, через характер переживания, переработки, выбора позиции и восстановления нарушенной согласованности жизненного мира.

Именно поэтому исходной единицей теоретического анализа в настоящей статье выступает не личность сама по себе и не ситуация как автономный внешний фактор, а их взаимодействие. Критическая ситуация приобретает психологический смысл лишь в той мере, в какой она включается в систему отношений человека, за-



трагивает его мотивы, ценности, способы саморегуляции, идентичность и жизненную перспективу. В свою очередь, личность не только реагирует на ситуацию, но и интерпретирует ее, наделяет значением, сопротивляется ей, приспосабливается к ней или преобразует ее, одновременно перестраивая собственную организацию.

Такой ракурс методологически соотносится с отечественной психологией жизненных ситуаций, в которой жизненная ситуация рассматривается не как внешняя совокупность условий, а как пространство взаимодействия человека с миром [2; 7; 8; 10; 20]. Он также восходит к положению Б. Ф. Ломова [15] о необходимости изучения психического в системе внутренних и внешних отношений и к формуле К. Левина [14], согласно которой поведение задается полем «личность – среда». В данной логике критическая ситуация выступает не просто как стрессор, а как событие, нарушающее привычное соотношение между личностью и миром и требующее внутренней работы по восстановлению смысла, связности и субъектной позиции.

Цель статьи состоит в теоретическом обосновании системного подхода к анализу личности как субъекта переживания и переработки критической жизненной ситуации. Для достижения этой цели необходимо, во-первых, уточнить единицу анализа критической жизненной ситуации; во-вторых, показать методологическую продуктивность понимания личности как открытой многоуровневой саморегулирующейся системы; в-третьих, раскрыть значение субъектности, переживания, совладания и системы отношений в процессе переработки критического опыта; в-четвертых, определить место травматического опыта как предельного класса критических жизненных ситуаций.

Методология теоретического анализа

Статья носит теоретико-методологический характер. В качестве методов использованы анализ, сопоставление и концептуальный синтез положений системного подхода, субъектной психологии, психологии жизненных ситуаций, концепции переживания и теории отношений. Такой способ анализа позволяет не ограничиваться описанием отдельных феноменов критического опыта, а рассмотреть их как взаимосвязанные компоненты единого процесса системной динамики личности.

Несущим основанием предлагаемого подхода является системная методология. В отечественной психологии системный подход представлен в трудах Б. Ф. Ломова [15], В. А. Ганзена [9], В. А. Барабанщикова и других исследователей [5]. В более широком методологическом контексте он соотносится с общей теорией систем и теорией функциональных систем [3; 5; 6; 9; 15]. Для анализа личности в критической ситуации системный подход принципиален потому, что позволяет удерживать в единой рамке устойчивость и изменчивость, внутреннюю организацию и внешнюю обусловленность, регуляцию и развитие, а также объяснять многообразие исходов переживания через различные конфигурации межуровневых связей.

Системный подход в данном случае не предполагает механического присоединения разных теорий друг к другу. Субъектный принцип, субъектно-деятельностная логика и ситуационно-событийный подход рассматриваются как конкретизации единой системной методологии: субъектный принцип раскрывает активную инстанцию переработки опыта; деятельностная логика позволяет понимать переживание как внутреннюю работу; психология жизненных ситуаций задает контекст, в котором эта работа разворачивается. Следовательно, личность рассматривается одновременно как система и как субъект: как организованная целостность, изме-



няющаяся под воздействием критической ситуации, и как активная инстанция, направляющая эту перестройку. При этом устойчивые индивидуальные различия рассматриваются не изолированно, а как один из уровней системной организации личности. Такой ход анализа позволяет включить диспозиционный ракурс в более широкую системно-субъектную рамку [19; 25].

Личность и ситуация как единица системно-психологического анализа

Критическая жизненная ситуация не может быть понята только через описание объективного события. Одно и то же обстоятельство приобретает различный психологический смысл в зависимости от жизненного контекста, системы отношений, уровня субъектной включенности, ресурсов саморегуляции и ценностно-смысловой организации личности. Поэтому психологически значимым является не сам внешний факт, а та конфигурация отношений, в которой этот факт становится для человека угрозой, вызовом, утратой, задачей или возможностью преобразования.

В отечественной психологической традиции этот взгляд с особой последовательностью разработан Ф. Е. Василюком [8], где критическая ситуация определяется как ситуация невозможности непосредственной реализации жизненных потребностей. Такая ситуация превосходит привычные регуляторные средства субъекта и требует особой внутренней деятельности – переживания. Переживание в этом контексте не сводится к эмоциональной реакции. За этим понятием стоит смысловая работа личности, направленная на восстановление нарушенного соответствия между человеком и миром, на производство смысла там, где осуществление прежнего жизненного замысла оказалось заблокированным. Такой подход сразу выводит за скобки редукцию критической ситуации к стрессу или к задаче адаптации. Обыденная трудность преодолевается за счет уже имеющихся навыков и инструментальных изменений, тогда как критическая ситуация затрагивает фундаментальные основания существования – непрерывность жизненного пути, устойчивость самоотношения, доверие к миру, перспективу будущего и саму структуру отношений с окружающими. Поэтому ее переработка не может быть сведена к восстановлению прежнего функционирования. Она предполагает перестройку смысловой, реляционной и регуляторной организации личности.

Данный подход прямо перекликается с теорией отношений В. Н. Мясищева [17], согласно которой личность проявляется через систему активных, сознательных, избирательных и опытом выстроенных связей с действительностью. Критическое событие воздействует не на отдельную функцию, а на всю систему – на отношение к себе, к другим людям, к миру в целом. Именно сквозь призму отношений событие и становится психологическим фактом: оно переживается как угроза целостности, как разрушение доверия, как потеря опоры, как вызов авторству своей жизни или как шанс пересмотреть жизненную позицию. Следовательно, при анализе критической или трудной жизненной ситуации в центре внимания оказывается не изолированный индивид и не объективная среда, а пространство между ними, где личность активно относится к случившемуся, а не просто испытывает на себе его давление.

Личность как открытая многоуровневая саморегулирующаяся система

Для анализа переработки критического опыта необходима методологическая рамка, способная удержать личность как целостность. Системное понимание личности предполагает, что ее свойства, состояния, отношения, мотивы, формы активности и способы регуляции образуют не сумму элементов, а иерархически организованную, развивающуюся структуру. Компоненты личности приобретают



психологическое значение не сами по себе, а через свое место в целостной системе и через характер связей с другими компонентами.

Применительно к критической ситуации это положение имеет принципиальное значение. Переживание кризиса редко затрагивает только одну психологическую сферу. Нарушение регуляции эмоций связано с изменением образа себя; утрата доверия к другим людям перестраивает систему отношений; изменение жизненных смыслов влияет на способы поведения; дезорганизация будущего снижает способность к целеполаганию и совладанию. Поэтому критический опыт должен рассматриваться как фактор, способный нарушать или перестраивать межуровневую координацию личности.

Системная парадигма позволяет выделить несколько планов анализа. Структурный план обращен к тому, какие уровни и компоненты личности вовлечены в переживание. Функциональный план раскрывает, как поддерживается устойчивость или развивается дезорганизация. Регуляторный план показывает, какими способами личность удерживает целостность, снижает напряжение, перерабатывает смысл и выбирает действия. Генетический план связывает актуальную реакцию с предшествующим жизненным опытом, ранними отношениями, биографическими событиями и сформированными способами включения в жизненные ситуации.

Под критической событийной нагрузкой могут формироваться качественно разные режимы системной организации. Личность способна сохранять относительную межуровневую согласованность, обеспечивая тем самым устойчивое совладание и восстановление. Но возможен и переход к защитно-ригидному функционированию, при котором стабильность обеспечивается ценой сужения опыта, избегания и утраты гибкости. Наконец, возможно состояние выраженной дезинтеграции, когда распадается связность самоотношения, смыслов, регуляции и отношений с другими. Часто это обеспечивается отщеплением болезненного опыта. Обозначим, что перечисленные состояния не количественные градации накопления опыта, а разные типы системной динамики. Благодаря такому взгляду удастся уйти от упрощенной оппозиции «адаптация – дезадаптация» и увидеть промежуточные, переходные формы: случаи, когда ресурсы еще присутствуют, но включены в ригидные схемы; или когда внешне благополучное функционирование сопровождается глубоким внутренним смысловым разрывом; или когда кризис становится точкой роста и перестройки идентичности.

Субъектность как регулятор переработки критической ситуации

Центральным для данного анализа является понимание личности как субъекта собственной жизни. Субъектность выражает не просто активность, а способность человека занимать позицию по отношению к обстоятельствам, соотносить внешние требования с внутренними основаниями, рефлексивно опосредовать опыт и участвовать в построении собственного жизненного пути. В трудах С. Л. Рубинштейна [21] это положение связано с принципом детерминации внешнего через внутренние условия. В работах К. А. Абульхановой-Славской [1] субъект жизни определяется через способность организовывать жизненное время, разрешать противоречия и реализовывать жизненную позицию.

Особое значение для настоящего анализа имеет концепция субъект-объектных ориентаций Е. Ю. Коржовой [10]. Она показывает, что человек по-разному включается в жизненные ситуации. В одном случае он сохраняет внутреннюю детерминацию, стремится осмысливать и преобразовывать обстоятельства, выступает



автором собственной жизненной позиции. В другом случае источник активности переносится вовне: человек уподобляется объекту ситуации, подчиняется ее логике, переживает себя зависимым от обстоятельств и менее способным влиять на происходящее. Современные работы Е. Ю. Коржовой и ее соавторов показывают, что базовые жизненные ориентации могут рассматриваться как устойчивая характеристика направленности личности и как инструмент анализа субъективного проживания конкретных жизненных ситуаций [12; 13].

Субъект-объектные ориентации включают несколько взаимосвязанных параметров: стремление к изменению или сохранению себя, внутренний или внешний локус контроля, направленность на освоение внутреннего или внешнего мира, тяготение к новизне или привычному. Эти параметры нельзя свести к набору черт. Они описывают способы реализации потенциала субъектности в конкретном взаимодействии с жизненной ситуацией. Поэтому диспозиционные особенности – эмоциональная устойчивость, чувствительность к угрозе, привычные способы реагирования – входят в анализ не как самостоятельный предмет, а как параметры, задающие индивидуальный стиль переработки критического опыта.

Разворачивание субъект-объектных ориентаций в пространстве жизненного творчества и жизненной ответственности позволяет различать способы взаимодействия с ситуацией: преобразующий, гармонизирующий, пользовательский и потребительский. Для анализа критической жизненной ситуации особенно важно различение двух полюсов: жизненного творчества и жизненного приспособления. В первом случае человек не только адаптируется к обстоятельствам, но и преобразует ситуацию и себя. Во втором случае он действует так, как будто сама ситуация диктует единственно возможный способ существования.

Эти полюса имеют значение для понимания системной динамики личности. Приспособительный полюс может обеспечивать восстановление и поддержание функционирования, однако в неблагоприятных условиях он может закрепляться в дезадаптивных формах: ригидности, избегании, внешней детерминации, утрате субъектной позиции. Творчески-преобразующий полюс задает возможность более глубокой интеграционной перестройки, при которой критический опыт не только компенсируется, но и включается в новую смысловую и идентификационную организацию личности.

Переживание, совладание и система отношений в процессе переработки жизненного опыта

Если субъектность задает активную позицию личности в критической ситуации, то переживание описывает внутреннюю работу, которая делает критический опыт перерабатываемым. В концепции Ф. Е. Василюка [8] переживание направлено не на устранение внешнего факта как такового, а на восстановление возможности жить дальше при изменившихся условиях. Оно включает работу смысла, перестройку отношения к невозможному, поиск новых оснований продолжения жизненного пути.

Эта работа всегда осуществляется в системе отношений. Критическая ситуация меняет отношение к себе: человек может столкнуться с уязвимостью, виной, стыдом, беспомощностью или, напротив, с новым переживанием собственной устойчивости. Она изменяет отношение к другим: может усиливать доверие и привязанность либо, наоборот, формировать подозрительность, отчуждение и ожидание угрозы. Она меняет отношение к миру: прежние представления о справедливости, безопасности, контролируемости и предсказуемости могут быть нарушены. Поэто-



му переработка критического опыта требует не только эмоциональной стабилизации, но и реконструкции системы отношений.

Ресурсной стороной переработки опыта выступает совладание. В психологии жизненных ситуаций совладание понимается двояко: как относительно устойчивая характеристика личности и как процесс мобилизации ресурсов личности и среды [2; 10; 12]. Такое двойственное понимание важно, поскольку в критической ситуации человек опирается как на ранее сформированные способы действия, так и на актуально возникающие возможности поддержки, переосмысления и выбора. Совладание не исчерпывается техникой преодоления стресса, а включает ценностную, смысловую, реляционную и поведенческую организацию ответа личности.

Ведущая роль в совладании с возникшей ситуацией принадлежит направленности личности и субъектной позиции. Способность рефлексивно опосредовать опыт, удерживать сложность происходящего, не сводить себя к роли пассивного объекта, сохранять или заново конструировать авторство собственной жизни становится одним из условий переработки критического опыта. В современной психологии саморазвитие личности рассматривается как особая субъектная форма развития, связанная с внутренней работой по изменению себя и собственной жизненной позиции [16; 22]. Это положение существенно для понимания переработки критической ситуации как возможного перехода от восстановления к личностному изменению. В практико-ориентированных исследованиях кризисного психологического консультирования дополнительно подчеркивается значение субъектной поддержки человека в ситуации острого неблагополучия [23].

Существенными условиями переработки выступают также жизнестойкость, переживание психологической безопасности, устойчивость границ и ценностно-смысловая организация опыта. Психологическая безопасность может рассматриваться как условие сохранения субъектной устойчивости в дестабилизирующих обстоятельствах; суверенность психологического пространства – как ресурс сохранения границ и авторства; ценностно-смысловой план – как вертикаль, относительно которой опыт может быть осмыслен не только как разрушение, но и как событие, требующее нравственного, личностного и жизненного выбора [4; 18; 24].

Системная динамика личности в критической жизненной ситуации

Перечисленные процессы получают целостное объяснение именно в системной рамке. Переработка критической ситуации представляет собой динамику личностной системы: рассогласование, вызванное критическим воздействием, запускает перестройку межуровневых связей, механизмов саморегуляции, системы отношений, смысловой сферы и идентичности. Субъектность в этом процессе выступает не внешним дополнением к системе, а ее регуляторным центром: субъект удерживает или восстанавливает согласованность уровней, выбирает способ отношения к происходящему и направляет дальнейшую перестройку.

Системная динамика личности может быть описана через несколько взаимосвязанных параметров. Первый параметр – степень межуровневой согласованности. Если эмоциональные реакции, когнитивные оценки, поведенческие стратегии, смысловые основания и социальные связи согласуются между собой, личность получает возможность интегрировать критический опыт. Если же уровни действуют несогласованно, возникает дезорганизация: эмоции не связываются со смыслом, воспоминания не включаются в нарратив, отношения с другими не поддерживают восстановление, а поведение становится ригидным или избегающе-компенсаторным.



Второй параметр – состояние саморегуляции. Критическая ситуация всегда нарушает привычные контуры регуляции, поскольку прежние способы контроля могут не работать. Личность ищет новые способы стабилизации, переработки и действия. В одном варианте саморегуляция становится более гибкой и рефлексивной; в другом – сужается до защиты, избегания или внешней зависимости; в третьем – фрагментируется, что ведет к утрате целостности переживания.

Критическая ситуация всегда задает вопрос: «Кто я теперь, после случившегося?» Если опыт интегрирован в биографическую и смысловую сферу личности, идентичность может сохранить непрерывность или преобразоваться без потери целостности. Если же событие остается неинтегрированным, возникает риск фиксации на позиции жертвы, разрыва жизненной истории (нарратива), утраты доверия к себе и подрыва чувства авторства.

Четвертый параметр – качество надсистемного контекста, в который включаются семья, значимые отношения, профессиональное и культурное окружение. Личность в этом случае выступает открытой системой, и ее восстановление или дезорганизация не объясняются только внутренними свойствами. Поддерживающие отношения, признание пережитого, возможность символизации и социального включения способствуют интеграции опыта. Отвержение, стигматизация, повторное нарушение границ или отсутствие признания значимости опыта, напротив, усиливают риск дезадаптивной фиксации.

Таким образом, системная динамика личности в критической ситуации не является линейным движением от нарушения к восстановлению. Она может разворачиваться как адаптивное восстановление, как ригидная стабилизация, как дезинтеграция или как интеграционно-преобразующая перестройка личности. Направление динамики личности определяет не один фактор, а вся конфигурация субъектной позиции, межуровневой согласованности, ресурсов саморегуляции, системы отношений и контекстуальной поддержки.

От типологии жизненных ориентаций к модели системной динамики

Концепция субъект-объектных ориентаций имеет важное значение для понимания того, что способ взаимодействия с жизненной ситуацией не является случайным. Он базируется в устойчивой организации личности и связан с интернальностью, гибкостью, временной перспективой, переживанием полноты жизни и характером внутренней картины жизненного пути [10]. Современное развитие данного направления показывает возможность анализа жизненных ориентаций не только в индивидуально-биографическом, но и в этнокультурном и семейно-ситуационном контекстах [12; 13]. Эти данные позволяют рассматривать жизненные ориентации как эмпирически операционализируемый регулятор взаимодействия личности с ситуацией.

Однако для анализа критического и особенно травматического опыта типологии способов взаимодействия недостаточно. Типология прежде всего описывает субъектный полюс, то как человек занимает определенную позицию, распределяет ответственность и активность, разворачивает жизненное творчество или демонстрирует стратегию приспособления [11]. Однако сама критическая ситуация заставляет сфокусировать внимание не только на позицию, а и на личностную архитектуру: на ее уровни, связи, механизмы, которые удерживают устойчивость личности и обеспечивают способность к трансформации.

Таким образом, системная модель рассмотрения личности как субъекта переживания и переработки критической жизненной ситуации смещает фокус внима-



ния, включая в него ряд параметров. Во-первых, анализ личностной организации, позволяющий определить, какие именно уровни задеты травматическим опытом, как именно перестраиваются связи между саморегуляцией, отношениями, смыслами и идентичностью. Во-вторых, акцент переносится с трансситуационной устойчивости ориентаций личности на динамику личности, возникающую вследствие критической нагрузки травматического опыта, включая дезадаптивные траектории, защитно-ригидные формы реагирования и феномен фиксации в позиции жертвы. В-третьих, фокус смещается к анализу механизмов, поддерживающих или трансформирующих тип системной организации личности. Необходимо отметить, что именно понимание механизмов, динамики и состояния согласованности уровней личности выступает основой выстраивания психологического сопровождения.

Данный подход опирается на методологию психологии жизненных ситуаций как на базовую, позволяющую рассматривать личность не как объект, подвергающийся воздействию обстоятельств, а как субъект, занимающий определенную позицию и преобразовывающий обстоятельства. Системная модель развивает данный подход, позволяя рассматривать критическую ситуацию как фактор, запускающий перестройку многоуровневой личностной организации.

Травматический опыт как предельный класс критических жизненных ситуаций

Понимание личности как субъекта переработки жизненных ситуаций, позволяет рассматривать травматический опыт как предельный, самый интенсивный класс критических ситуаций, в которых разрушается сама возможность привычной смысловой, эмоциональной и регуляторной переработки. В этой ситуации травматический опыт рассматривается не как нозологическая единица, выводя его из поля клинического рассмотрения в область общей психологии и психологии личности.

В отличие от иных трудных жизненных ситуаций, травматический опыт затрагивает базовые основания личностной целостности. В первую очередь нарушается чувство безопасности, доверие к себе и к миру, границам своего психологического пространства, переживанию контроля, самоотношению, связям с другими людьми, образу будущего. Таким образом травма запускает системный кризис, в котором переживание, саморегуляция, отношения и идентичность теряют согласованность.

Системный подход к анализу травматического опыта позволяет отметить, что разные исходы травматического опыта (дезадаптация, восстановление, устойчивость, посттравматический рост) – это не различия в степени тяжести симптомов, а качественно разные варианты системной перестройки личности. При этом в одном случае личность фиксируется в дезорганизующей конфигурации, где нарушения межуровневой связи и идентичность поддерживают позицию беспомощности и жертвенности. В другом – восстанавливается прежняя целостность и регуляторная состоятельность личности. В третьем случае критический опыт может стать основанием для интеграционно-преобразующей перестройки личности с переопределением смыслов, ценностей и жизненной позиции.

Такое понимание определяет стратегию психологической помощи. Если травма рассматривается только через симптоматику, то помощь неизбежно концентрируется на снижении дистресса. В случае если травматический опыт рассматривается как системная дестабилизация личности, то мишенями сопровождения становятся межуровневая согласованность, восстановление субъектной позиции, переработка системы отношений, интеграция идентичности, укрепление границ и активация ресурсов надсистемного контекста.



Заключение

Проведенный теоретический анализ позволяет сделать вывод, что системный подход выступает продуктивным основанием для изучения личности в условиях критической жизненной ситуации, в том числе травматического опыта как его крайнего проявления. Системный подход позволяет рассматривать личность не как пассивный объект внешнего воздействия, а как открытую, многоуровневую, саморегулирующуюся и развивающуюся систему, способную к переживанию, осмыслению, совладанию и преобразованию обстоятельств собственной жизни.

Это определяет единицу анализа, которой выступает взаимодействие личности и ситуации. Критическая ситуация обретает психологическое значение через систему отношений личности. Личность через способ, которым она включается в ситуацию: субъектную позицию, переживание, тип совладания и характер внутренней перестройки. Переживание в данном случае – особая внутренняя деятельность, направленная на восстановление смысловой связности и возможности продолжать жизнь в изменившихся условиях.

Субъектность и системность личности выступают единым предметом анализа. Системность описывает личность как целостную уровневую организацию со своими связями и регуляторными механизмами. Субъектность показывает, как эта система удерживает или восстанавливает целостность, выбирает отношение к происходящему и направляет собственную перестройку. Системная динамика личности как раз описывает процесс изменения межуровневых связей, саморегуляции, системы отношений, смысловой сферы и идентичности под воздействием критического опыта.

Травматический опыт в предложенной логике может быть рассмотрен как предельный класс критических жизненных ситуаций. Его специфика состоит в том, что переработка наталкивается на предел субъектных возможностей и затрагивает базовые основания личностной целостности. Поэтому дальнейший анализ травматического опыта требует не только клинико-феноменологического описания, но и системного исследования тех механизмов, которые определяют дезадаптивные, восстановительные и интеграционно-преобразующие траектории посттравматической динамики личности.

Список источников

1. Абульханова-Славская К. А. Стратегия жизни. М.: Мысль, 1991. 299 с.
2. Анцыферова Л. И. Личность в трудных жизненных условиях: переосмысление, преобразование ситуаций и психологическая защита [Электронный ресурс] // Психологический журнал. 1994. Т. 15, № 1. С. 3–18. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=21395491> (дата обращения: 22.01.2026).
3. Анохин П. К. Очерки по физиологии функциональных систем. М.: Медицина, 1975. 448 с.
4. Баева И. А. Психологическая безопасность в образовании. СПб.: Союз, 2002. 271 с.
5. Барабанщиков В. А. Системная организация и развитие психики [Электронный ресурс] // Психологический журнал. 2003. Т. 24, № 1. С. 29–46. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=17315599> (дата обращения: 22.01.2026).
6. Берталанфи Л. фон. Общая теория систем – критический обзор // Исследования по общей теории систем: сборник переводов / общ. ред. и вступит. ст. В. Н. Садовского, Э. Г. Юдина. М.: Прогресс, 1969. С. 23–82.



7. Бурлачук Л. Ф., Коржова Е. Ю. Психология жизненных ситуаций. М.: Российское педагогическое агентство, 1998. 263 с.
8. Василюк Ф. Е. Психология переживания: анализ преодоления критических ситуаций. М.: Изд-во Московского университета, 1984. 200 с.
9. Ганзен В. А. Системные описания в психологии. Л.: Изд-во Ленинградского университета, 1984. 176 с.
10. Коржова Е. Ю. Психология жизненных ориентаций человека. СПб.: Изд-во РХГА, 2006. 384 с.
11. Коржова Е. Ю. Типология личности в творчестве Ф. М. Достоевского // Психологический журнал. 2021. Т. 42, № 3. С. 64–74. DOI: <https://doi.org/10.31857/S020595920015199-4>
12. Коржова Е. Ю., Тузова О. Н., Карасаева А. М., Повхова А. В. Жизненная ситуация постопеки в субъективных оценках членов кровнородственных семей // Вестник Санкт-Петербургского университета. Психология. 2024. Т. 14, № 2. С. 241–259. DOI: <https://doi.org/10.21638/spbu16.2024.203>
13. Коржова Е. Ю., Цинь П., Веселова Е. К., Дворецкая М. Я. Структура базовых жизненных ориентаций: этнокультурный аспект (на примере китайской версии Опросника субъект-объектных ориентаций) // Вестник Санкт-Петербургского университета. Психология. 2023. Т. 13, № 4. С. 493–508. DOI: <https://doi.org/10.21638/spbu16.2023.404>
14. Левин К. Теория поля в социальных науках. СПб.: Речь, 2000. 368 с.
15. Ломов Б. Ф. Методологические и теоретические проблемы психологии. М.: Наука, 1984. 448 с.
16. Моросанова В. И. Осознанная саморегуляция как метаресурс достижения целей и разрешения проблем жизнедеятельности // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. 2021. № 1. С. 3–37. DOI: <https://doi.org/10.11621/vsp.2021.01.01>
17. Мясницев В. Н. Психология отношений / под ред. А. А. Бодалева. М.; Воронеж: МПСИ; МОДЭК, 2003. 400 с.
18. Нартова-Бочавер С. К. Человек суверенный: опыт психологического исследования субъекта в его бытии. СПб.: Питер, 2008. 400 с.
19. Олпорт Г. В. Становление личности: избранные труды. М.: Смысл, 2002. 462 с.
20. Психология социальных ситуаций: хрестоматия / сост. и общ. ред. Н. В. Гришиной. СПб.: Питер, 2001. 416 с.
21. Рубинштейн С. Л. Бытие и сознание. Человек и мир. СПб.: Питер, 2003. 512 с.
22. Щукина М. А. Психология саморазвития личности. СПб.: Изд-во СПбГУ, 2015. 348 с.
23. Щукина М. А., Гаранжа А. В. Чат-консультирование в кризисной психологической службе для подростков // Вестник Вятского государственного университета. 2021. № 1. С. 115–124. DOI: <https://doi.org/10.25730/VSU.7606.21.011>
24. Щукина М. А., Ширман Л. А. Психологические предикторы удовлетворенности жизнью людей старшего возраста (на примере клиентов благотворительного фонда) // Национальный психологический журнал. 2022. № 1 (45). С. 15–29. DOI: <https://doi.org/10.11621/npj.2022.0102>
25. Allport G. W. Pattern and Growth in Personality. New York: Holt, Rinehart and Winston, 1961. 593 p.

References

1. Abulkhanova-Slavskaya K. A. *Strategy of Life*. Moscow: Mysl' Publ., 1991, 299 p. (In Russian)
2. Antsyferova L. I. Personality in Difficult Life Conditions: Rethinking, Transformation of Situations and Psychological Defense [Electronic resource]. *Psychological Journal*, 1994, vol. 15, issue 1, pp. 3–18. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=21395491> (date of access: 22.01.2026). (In Russian)



3. Anokhin P. K. *Essays on the Physiology of Functional Systems*. Moscow: Meditsina Publ., 1975, 448 p. (In Russian)
4. Baeva I. A. *Psychological Security in Education*. Saint Petersburg: Soyuz Publ., 2002, 271 p. (In Russian)
5. Barabanshchikov V. A. System Organization and Development of the Psyche [Electronic resource]. *Psychological Journal*, 2003, vol. 24, issue 1, pp. 29–46. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=17315599> (date of access: 22.01.2026). (In Russian)
6. Bertalanffy L. von. General System Theory: A Critical Review. *Research in General System Theory*. Moscow: Progress Publ., 1969, pp. 23–82. (In Russian)
7. Burlachuk L. F., Korzhova E. Yu. *Psychology of Life Situations*. Moscow: Russian Pedagogical Agency Publ., 1998, 263 p. (In Russian)
8. Vasilyuk F. E. *Psychology of Experiencing: Analysis of Overcoming Critical Situations*. Moscow: Moscow University Publishing House, 1984, 200 p. (In Russian)
9. Ganzen V. A. *System Descriptions in Psychology*. Leningrad: Leningrad University Publishing House, 1984, 176 p. (In Russian)
10. Korzhova E. Yu. *Psychology of Human Life Orientations*. Saint Petersburg, 2006, 384 p. (In Russian)
11. Korzhova E. Yu. Typology of Personality in the Works of F. M. Dostoevsky. *Psychological Journal*, 2021, vol. 42, no. 3, pp. 64–74. (In Russian) DOI: <https://doi.org/10.31857/S020595920015199-4>
12. Korzhova E. Yu., Tuzova O. N., Karasaeva A. M., Povkhova A. V. Post-Care Life Situation in Subjective Assessments of Members of Blood-Related Families. *Bulletin of St. Petersburg University. Psychology*, 2024, vol. 14, issue 2, pp. 241–259. (In Russian) DOI: <https://doi.org/10.21638/spbu16.2024.203>
13. Korzhova E. Yu., Qin P., Veselova E. K., Dvoretzkaya M. Ya. Structure of Basic Life Orientations: Ethnocultural Aspect. *Bulletin of St. Petersburg University. Psychology*, 2023, vol. 13, issue 4, pp. 493–508. (In Russian) DOI: <https://doi.org/10.21638/spbu16.2023.404>
14. Lewin K. *Field Theory in Social Science*. Saint Petersburg: Rech' Publ., 2000, 368 p. (In Russian)
15. Lomov B. F. *Methodological and Theoretical Problems of Psychology*. Moscow: Nauka Publ., 1984, 448 p. (In Russian)
16. Morosanova V. I. Conscious Self-Regulation as a Meta-Resource for Achieving Goals and Solving the Problems of Human Activity. *Bulletin of Moscow University. Series 14. Psychology*, 2021, no. 1, pp. 3–37. (In Russian) DOI: <https://doi.org/10.11621/vsp.2021.01.01>
17. Myasishchev V. N. *Psychology of Relations*. Moscow: Voronezh, MPSI Publ., MODEK Publ., 2003, 400 p. (In Russian)
18. Nartova-Bochaver S. K. *Sovereign Human Being: Psychological Study of the Subject in His or Her Being*. Saint Petersburg: Piter Publ., 2008, 400 p. (In Russian)
19. Allport G. W. *Basic Considerations for a Psychology of Personality*. Moscow: Smysl Publ., 2002, 462 p. (In Russian)
20. *Psychology of Social Situations: Reader*. Ed. N. V. Grishina. Saint Petersburg: Piter Publ., 2001, 416 p. (In Russian)
21. Rubinstein S. L. *Being and Consciousness. Human and World*. Saint Petersburg: Piter Publ., 2003, 512 p. (In Russian)
22. Shchukina M. A. *Psychology of Personality Self-Development*. Saint Petersburg: Saint Petersburg State University Publishing House, 2015, 348 p. (In Russian)
23. Shchukina M. A., Garanzha A. V. Chat Counseling in a Crisis Psychological Service for Adolescents. *Bulletin of Vyatka State University*, 2021, no. 1, pp. 115–124. (In Russian) DOI: <https://doi.org/10.25730/VSU.7606.21.011>
24. Shchukina M. A., Shirman L. A. Psychological Predictors of Life Satisfaction in Older Adults. *National Psychological Journal*, 2022, no. 1 (45), pp. 15–29. (In Russian) DOI: <https://doi.org/10.11621/npj.2022.0102>



25. Allport G. W. *Pattern and Growth in Personality*. New York: Holt, Rinehart and Winston, 1961, 593 p.

Информация об авторах

Ольга Олеговна Андронникова – кандидат психологических наук, доцент, доцент кафедры общей психологии и истории психологии, декан факультета психологии, Новосибирский государственный педагогический университет, г. Новосибирск, Россия, <https://orcid.org/0000-0002-1756-7682>, andronnikova_69@mail.ru

Ольга Евгеньевна Радзиховская – старший преподаватель кафедры практической и специальной психологии, Новосибирский государственный педагогический университет, г. Новосибирск, Россия, <https://orcid.org/0000-0002-9282-2997>, o.radzihovskaya@gmail.com

Information about the Authors

Olga O. Andronnikova – Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor, Associate Professor of the Department of General Psychology and History of Psychology, Dean of the Faculty of Psychology, Novosibirsk State Pedagogical University, Novosibirsk, Russia, <https://orcid.org/0000-0002-1756-7682>, andronnikova_69@mail.ru

Olga E. Radzihovskaya – Senior Lecturer of the Department of Practical and Special Psychology, Novosibirsk State Pedagogical University, Novosibirsk, Russia, <https://orcid.org/0000-0002-9282-2997>, o.radzihovskaya@gmail.com

Вклад авторов: все авторы сделали эквивалентный вклад в подготовку статьи к публикации.

Authors' contribution: Authors have all made an equivalent contribution to preparing the article for publication.

Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

The authors declare no conflict of interest.

Поступила: 04.05.2026

Одобрена после рецензирования: 09.06.2026

Принята к публикации: 15.06.2026

Received: 04.05.2026

Approved after peer review: 09.06.2026

Accepted for publication: 15.06.2026

