

Левит Леонид Зигфридович,

кандидат психологических наук, доцент, директор Центра психологического здоровья и образования (Минск, Беларусь); научный корреспондент Института психологии им. Г. С. Костюка Национальной академии педагогических наук Украины (Киев); 220030, Беларусь, г. Минск, ул. Карла Маркса, 8; e-mail: leolev44@tut.by.

ВЕРШИНА РАЗВИТИЯ ИНДИВИДА: ОБОБЩЕНИЕ В РАМКАХ НОВОЙ МОДЕЛИ

КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА: духовность; мудрость; счастье; системный подход; личностная уникальность; смысл; любовь.

АННОТАЦИЯ. В статье рассматриваются темы, связанные с высшим уровнем развития индивида, реализующего свой внутренний потенциал. Описание данного процесса проводится с помощью систем и уровней «Личностно ориентированной концепции счастья» (ЛОКС), разработанной автором. Если двухсистемное построение ЛОКС дает возможность «объемного» рассмотрения научных теорий с разных точек зрения, то ее многоуровневый характер позволяет установить, а затем сравнить «глубину» и «высоту» сопоставляемых концепций. Теоретическая и экспериментальная работа, проделанная в последние годы, дает возможность содержательного анализа и обобщений относительно группы терминов, ассоциирующихся с акме – вершиной человеческого развития. Высший уровень развития обеих систем концепции связан с понятиями «индивидуальность», «любовь», «смысл», «мудрость», «духовность», что открывает новые перспективы исследований в гуманистической и позитивной психологии. Выявленные закономерности создают возможности для оптимизации образовательного процесса, направленного на выявление и всемерное развитие учащимся своего индивидуального потенциала с его последующей продуктивной реализацией. Признание наделенности каждого учащегося уникальным врожденным потенциалом и перестройка процесса образования в данном направлении привели бы к впечатляющему росту примеров продуктивной самореализации и ускорению прогресса всего общества.

Levit Leonid Zigfridovich,

Candidate of Psychology, Associate Professor, Director of the Center for Psychological Health and Education, Minsk, Belarus; Scientific Correspondent of G.S. Kostyuk Institute of Psychology of the National Academy of Pedagogy of Ukraine, Kiev, Ukraine.

ACME OF INDIVIDUAL DEVELOPMENT: GENERALIZATION IN THE FRAME OF A NEW MODEL

KEYWORDS: spirituality; wisdom; happiness; systemic approach; personal uniqueness; meaning; love.

ABSTRACT. The article deals with the themes, which are associated with the highest level of a person's development and the process of actualization of inner potential of an individual. The given process is described with the help of systems and levels of «Person-Oriented Conception of Happiness» (POCH) elaborated by the author. The dual-system nature of Poch gives an opportunity to regard scientific theories from different points of view, while its multilevel character enables to assess their "depth" and "height" in the process of comparative analysis. Theoretical and experimental work undertaken by the author in recent years enables some qualitative generalizations dealing with the group of terms associated with acme – the highest stage of individual development. The highest level of both systems of development is linked to the notions «individuality», «love», «meaning», «wisdom» and «spirituality», which opens new horizons for investigations in humanistic and positive psychology. The discovered regularities create possibilities for optimizing the educational process aimed at assessment and all-round development and further productive realization of the individual potential by the pupil. The recognition of the fact that every person is endowed with a unique inborn potential, and restructuring of the process of education in this direction could lead to a dramatic growth of examples of productive self-realization and could further social progress.

Личностно ориентированная концепция счастья: введение и краткое описание. В 2006–2012 гг. нами была разработана «Личностно ориентированная концепция счастья» (ЛОКС), в которой самореализация индивида, достижение им осмысленной, полноценной жизни описываются через взаимодействие двух систем – «Личностной уникальности» (ЛУ) и «Эгоизма» (ЭГ). Каждая система состоит из 4 уровней, соответствующих (снизу вверх) «организму», «индивиду», «лично-

сти» и «индивидуальности» [11; 24; 45; 46]. Одновременно с этим каждый уровень представляет собой определенный этап человеческого развития – от внутриутробного развития до зрелой самореализации. Обе системы развиваются от уровня к уровню, в результате чего меняется характер взаимодействия между соответствующими уровнями каждой из них, связанный с осуществлением индивидом тех или иных жизненных задач (рис. 1).

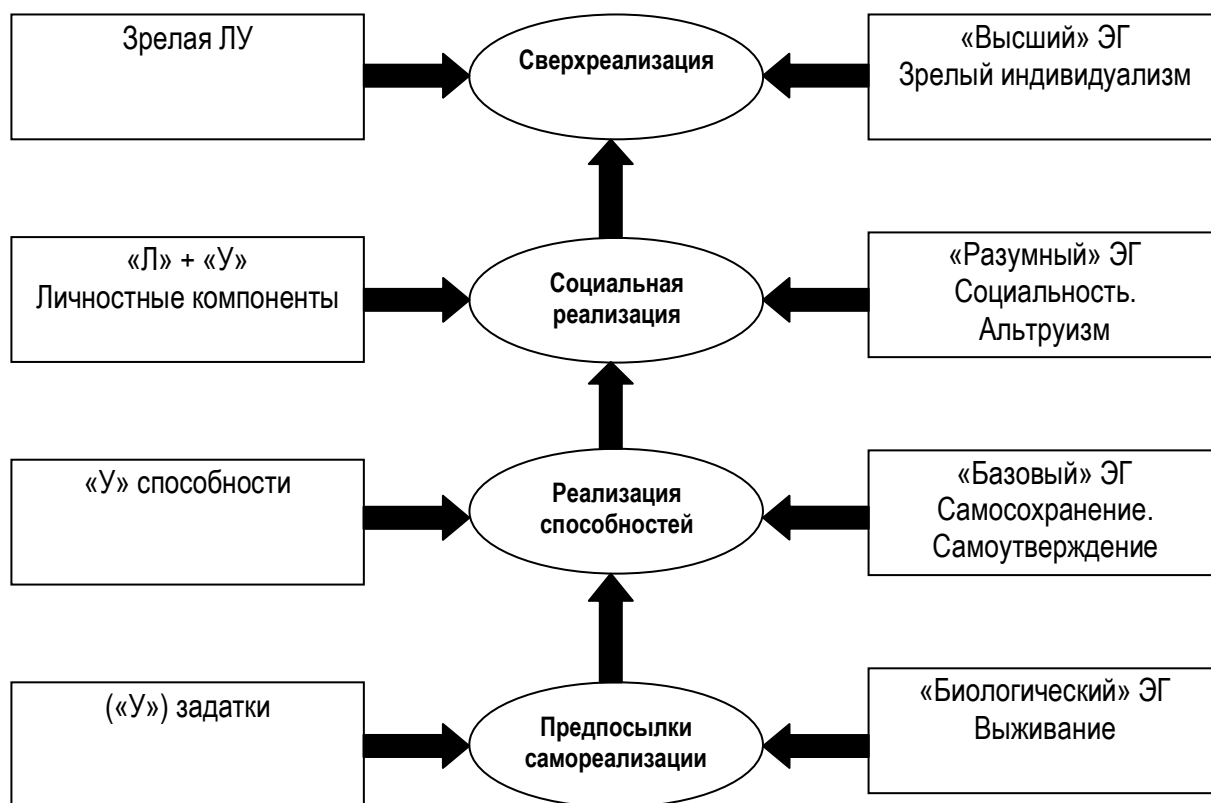


Рис. ЛОКС

Наша концепция может быть отнесена (большой частью) к эвдемонической группе теорий в современной позитивной психологии, изучающих индивидуальный потенциал и его реализацию в связи с достижением счастья [19; 20; 22]. Теоретическая и экспериментальная работа, проделанная автором в последние годы, дает возможность содержательного анализа и обобщений относительно группы понятий, ассоциирующихся с акме – вершиной человеческого развития (четвертым уровнем обеих систем в рамках ЛОКС). Приступим к их рассмотрению.

Проблема индивидуальности. В недавней коллективной монографии К. А. Абульханова анализирует две основные трактовки индивидуальности. Первая трактовка, раскрывая неповторимость и уникальность личности через анализ ее деятельностей и отношений, предполагает, что индивидуальностью обладает и является *каждая* личность [1, с. 25]. Во второй трактовке, которой, в частности, придерживались Б. Г. Ананьев и С. Л. Рубинштейн, индивидуальностью является личность, достигшая *высшего* уровня развития. Тем самым признается, что не каждая личность становится (либо в принципе способна стать) индивидуальностью.

Как отмечает К. А. Абульханова, вторая трактовка является проблемной, поскольку не определены *критерии* указанного высшего уровня. Кроме того, обсуждение темы совершенства личности, отвечающего универсальным, общечеловеческим критериям

(духовности, нравственности, культуры), создает трудности в соотнесении обоих подходов.

Разрешить указанные противоречия мы попытаемся в рамках собственной теоретической модели. Как видно из рисунка, социальный («общечеловеческий») уровень находится ниже, чем уровень индивидуальности. Это отражает, во-первых, стандартные определения личности как продукта общественных отношений, а во-вторых, столь же стандартные трактовки *индивидуализма* (однокоренного с «индивидуальностью» термина) как понятия, подчеркивающего не только человеческую неординарность, но и приоритет интересов субъекта по отношению к интересам социума [59].

Социальный (третий) уровень нашей концепции при всем желании не может выдвигать критерии индивидуальности просто потому, что не является «вершинным». Социум способен быть «судьей» личности, но не индивидуальности. Общество не может в полной мере оценить индивидуальность как раз потому, что последняя в своем развитии уже вышла за его усредняющие пределы. Становление индивидуальности соответственно предполагает оперирование *сугубо индивидуальными* (неповторимыми) способами дальнейшего самоосуществления. Предшествующий социальный уровень (как и прочие нижележащие) является для этого основой – необходимой, хотя далеко не достаточной. Проще говоря, согласно нашей концепции, невозможно стать индивиду-

альностью, не «побывав» ранее личностью, однако успешное завершение формирования личности (примерно к 25 годам) отнюдь не гарантирует последующее становление индивидуальности.

Как видно из рисунка, построение ЛОКС скорее поддерживает вторую трактовку понятия «индивидуальность» (как высшей формы развития личности). В этом случае нас снова ждет вопрос К. А. Абульхановой о критериях становления данного понятия. В настоящее время мы могли бы сослаться на собственные опросники («ЗУЛУРЭГ», «ЭЛУ», «ЭЛУ Плюс»), позволяющие успешно диагностировать выраженность всех уровней нашей концепции [14; 20]. Напомним, что индивидуальность и ее потенциал в рамках ЛОКС определяются взаимодействием на четвертом, высшем уровне, который достигают в своем развитии системы «ЭГ» и «ЛУ».

Обратимся к современным зарубежным исследованиям эвдемонии, поскольку эвдемоническая личность, как и предпринимаемая ею активность, во многом соответствует современным представлениям об индивидуальности.

Говоря о трех основных критериях эвдемонии, исследователи отмечают реализацию уникального внутреннего потенциала, осмысленную жизнь и полное функционирование субъекта [55]. Активность имеет преимущественно автономный характер, определяется значительным преобладанием внутренней мотивации над внешней и тем самым в наибольшей степени показывает актору, кто он такой на самом деле, его жизненное предназначение [60].

Выделяются и другие критерии, которые могут быть в полной мере применены к понятию индивидуальности. Так, высокий уровень сложности заданий (близкий к предельному по отношению к умениям субъекта) способствует достижению потоковых состояний, умножающих «психологический капитал» и ведущих к дальнейшему самосовершенствованию [32; 34]. Самостоятельно поставленные долговременные цели во многом определяют образ жизни человека [57].

Если синтезировать вышеуказанные признаки, то выясняется, что один из ключевых или даже главный признак становления индивидуальности заключается в осуществлении собственного, ни на что не похожего «жизненного проекта». «Путь совершенства», по которому движется реализующая свой потенциал индивидуальность, отвечает, как ни странно, всем необходимым критериям духовности, нравственности и культуры в их изначальном смысле. Ведь и нравственность, и наука, и настоя-

щая культура создавались не на социальном, а как раз на высшем уровне, описываемом нашей моделью. Создавались они такими же выдающимися индивидуальностями, «аристократами духа». И лишь позднее эти достижения были «спущены» уровнем ниже, в социум, где были упрощены и приспособлены под массовое («общечеловеческое») использование [16; 17].

Поэтому и вопрос, поставленный К. А. Абульхановой относительно соответствия индивидуальности универсальным, общечеловеческим критериям, можно разрешить следующим образом: индивидуальность в ее второй трактовке соответствует «общечеловеческим» критериям (тем, что приняты в настоящее время подавляющим большинством людей) в такой же степени, в какой эти критерии (ранее созданные другими выдающимися индивидуальностями) не искажены и не усреднены для основной массы «потребителей культуры». Среди истинных, не упрощенных критериев самой высокой пробы индивидуальность чувствует себя «как дома». Она сама могла бы спросить остальное человечество, до какой степени его типичные представители соответствуют подлинным критериям индивидуальности.

Еще раз подчеркнем, что принятие второй трактовки индивидуальности подразумевает определенное перерастание психологически зрелым человеком усредняющих норм и условий своего социального существования. Удивительно, однако и здесь примеры подобного рода были описаны и изучены основателем эвдемонической традиции Аристотелем еще 24 столетия назад применительно к философу-интеллектуалу, творческая активность которого представляет собой наилучший способ достижения счастья [2].

Индивидуальности не следует заблуждаться относительно возможной ответной реакции со стороны общества. Когда социум замечает «ослабление внимания» к себе со стороны того или иного человека, то, не всегда понимая причины, способен выдвинуть негативную (а не нейтральную) для себя интерпретацию происходящего и отреагировать соответственно. Именно в этом смысле следует понимать высказывание А. Г. Асмолова о том, что индивидуальность нужно уметь отстаивать [3, с. 9].

Есть и еще один важный аспект проблемы – возрастной. Как известно, Аристотель брал в обучение людей с 40 лет, поскольку считал, что эвдемоническая жизнь начинается не ранее 49 лет. Едва ли мы станем называть «индивидуальностью» совсем молодого человека (с несформировавшейся личностью), даже если круг его занятий и отношений кажется «неповторимым

и своеобразным», т. е. удовлетворяет первой трактовке. Индивидуация К. Юнга и самоактуализация А. Маслоу также ассоциируются с более старшим возрастом. А. Маслоу прямо говорил, что реализация таланта одаренным молодым человеком самоактуализацией не является, поскольку в ней отсутствуют важные личностные компоненты, приходящие с возрастом и жизненным опытом [49]. Как отмечает М. Селлигман, «настойчивость и страсть в деле жизни» (GRIT) сильнее всего проявляются в возрастной группе испытуемых после 65 лет [56, р. 122]. Как правило, с возрастом увеличивается не только самодисциплина – «королева всех добродетелей» [56, р. 118], но и в значительной мере происходит отход от ориентации на типичные социальные модели в пользу собственного образа жизни [8]. Приведенные данные также свидетельствуют в пользу второго подхода к индивидуальности, при котором возникновение высшей стадии развития личности (ее акме, вершины) совершенно оправданно ассоциируется и с достижением более зрелого возраста (т. е. для «вызревания» требуется время).

Поскольку ЛОКС изучает именно самоактуализацию, отметим, что первый подход к индивидуальности (раскрывающий непознательность и уникальность личности через анализ ее деятельностей и отношений) остается возможным в рамках третьего уровня нашей концепции, описывающего «социальную реализацию» субъекта. Второй же подход с необходимостью требует высшего, четвертого уровня.

Это позволяет предполагать, что «нижележащая», первая трактовка может находиться в иерархической соподчиненности к «вышестоящей», второй. И в самом деле, высшая стадия развития личности не может не отличаться неповторимостью и своеобразием ее деятельностей и отношений – наряду с другими, ранее перечисленными возможными критериями. При таком подходе вторая трактовка индивидуальности инкорпорирует в себя первую в качестве одного из подуровней. Очевидно, вторая трактовка подразумевает и некие особые характеристики субъекта (возникающие именно на высшей стадии развития), на которые первая трактовка прямо не указывает.

Эмоциональное выгорание: профилактика. Существует еще одно доказательство верности именно второй трактовки индивидуальности, пришедшее, как ни странно, из анализа результатов наших экспериментальных исследований, связанных с эмоциональным выгоранием. Возникновение эмоционального выгорания именно в «помогающих профессиях системы “человек – человек” подразумевает, что иссле-

дуемый феномен возникает в условиях перегрузки индивида на третьем, социальном уровне ЛОКС. Средством же от выгорания и его профилактики, как показывают экспериментальные результаты, является переход субъекта на вышестоящий, четвертый уровень, ассоциируемый с индивидуальной самореализацией» [25]. Отметим, что регресс «выгорающего» индивида на нижележащий, второй уровень (к «базовому» эгоизму) не устраняет проблему, согласно полученным данным, а только ее усугубляет – не говоря уже о том, что доминирующий второй уровень в перспективе создает и другие серьезные затруднения.

Элегантность приводимого доказательства заключается в том, что, поскольку «исцеление» (или полезная профилактика) более ценны, чем сама «болезнь», значит уровень, к которому они принадлежат, автоматически обязан занимать более высокое положение в сравнении с уровнем, на котором болезнь возникла. Как говорил в этой связи А. Эйнштейн, проблема не может быть решена на том уровне мышления, на котором она была создана. Так как выгорание является благодаря избыточной *социальной* самоотдаче (уровень 3 ЛОКС), а «лечится» или профилактируется с помощью *индивидуальной* самореализации (уровень 4), значит: а) индивидуальные права актуализующего свой потенциал субъекта действительно *должны* цениться выше социальных требований в ситуации выбора между ними – как того и требует доктрина индивидуализма; б) наша концепция, ставя уровень индивидуальности над социальным, получила еще одно веское доказательство собственной правоты («общественная» болезнь лечится или профилактируется «индивидуальным» путем); в) применительно к теме нынешнего раздела единственно верной становится вторая трактовка индивидуальности как высшей формы развития экстраординарной личности, виртуально находящейся «над социумом».

Исключительный случай, когда подсказка решения важной задачи (соотнесения двух подходов к индивидуальности) приходит совсем из другой области (психологии эмоционального выгорания) благодаря связующей теоретической модели.

Смысл и его уровни. Экспериментальные исследования и теоретические сопоставления, проведенные нами в 2011–2013 гг., по выяснению соотношения между понятием «смысл» и основными конструктами ЛОКС, показали ряд сходных признаков и положительные взаимосвязи, существующие между ними [12; 48]. Так, в одном из исследований, проведенных с помощью методов выборки переживаний (ESM), по-

ложительные корреляции между шкалами «смысла» («отвечает моим ценностям, имеет смысл для меня») и «эгоизма» («польза, выгода для меня») варьировались в пределах от 0,52 до 0,93 у всех испытуемых. Из всех понятий позитивной психологии, связанных с внутренними состояниями человека, эгоизм и смысл (наряду с вовлеченностью) оказались ближе всего к сердцевине конструкта «счастье», причем по самым разным использованным критериям [18; 22].

Наши усилия были связаны и с теоретическим прояснением возможного идейного сходства терминов «эгоизм» и «смысл». Приведем несколько примеров проделанного сравнительного анализа. Итак, понятие «смысл» позволяет преодолеть существующие в психологии бинарные оппозиции типа «аффект – интеллект», «академическая психология – прикладная психология» и т. д. [26, с. 4]. Поэтому данный термин может претендовать на более высокий методологический статус, на роль центрального понятия, выступать в качестве предельной категории [26, с. 50]. С нашей точки зрения, вышеприведенные определения (даже в большей степени) могут быть отнесены и к термину «эгоизм», признаваемому в качестве возможной «первопричины» человеческой активности. Говоря о многозначности понятия «смысл» [26, с. 74], отметим, что «эгоизм» не менее многозначен.

В гуманистической трактовке понятие «смысл» выступает как потенциал развития, как возможность [26, с. 114]. В рамках нашей концепции высший уровень системы «Эгоизм» способствует развитию и реализации внутреннего потенциала субъекта, его «Личностной уникальности».

Стремление человека к поиску и реализации смысла собственной жизни представляет, с точки зрения В. Франкла, врожденную мотивационную тенденцию [28]. В этой связи хочется отметить, что эгоизм также трактуется в качестве врожденной субстанции, способствующей выживанию индивида и в значительной степени определяющей его мотивацию. Существенно, что в различных теориях подобного рода эгоизм может трактоваться как *единственная* конечная (первичная) мотивация, на которой произрастают другие, «инструментальные» мотивы и ценности [53]. Если, с точки зрения В. Франкла, нахождение смысла является вопросом человеческого призвания [26, с. 38], то в нашей концепции реализация субъектом «Личностной уникальности» с помощью «высшего» эгоизма четвертого уровня и есть осуществление его призвания.

Уровни смысла: постановка и реализация теоретической задачи. В одной из работ Р. Баумейстер и К. Вохс

говорят о возможности выделения разных уровней смысла [40]. Наша концепция как раз позволяет совершить подобную операцию наиболее обоснованным образом. Во-первых, как нам теперь известно, понятия «эгоизм» и «смысл» тесно взаимосвязаны, во-вторых, система «Эгоизм» в ЛОКС уже имеет уровневое строение, а в-третьих, осмысленная жизнь, как ранее отмечалось, признается одним из главных компонентов эвдемонического существования (исследованию которого и посвящена предлагаемая концепция). Поэтому в рамках ЛОКС выделение соответствующих ей уровней смысла кажется не только естественным, но и необходимым.

Начнем с первого, биологического уровня. «Смысл» на нем может быть представлен лишь в случае принятия точки зрения В. Франкла о *врожденной* смысловой тенденции (см. выше). Какие-либо экспериментальные подтверждения вышесказанному в настоящее время отсутствуют, поэтому переходим ко второму, «базовому» уровню системы «ЭГ». Здесь достижение «смысла» может ассоциироваться малоразвитым человеком с успешной реализацией двух базовых инстинктов – пищевым и половым, получением вследствие этого «фундаментальных» удовольствий, а также (достаточно грубым и примитивным) самоутверждением перед «соплеменниками».

На третьем уровне ЛОКС достижение смысла связано с приобщением индивида к общечеловеческой культуре и реализацией себя в ее рамках. Все основные закономерности социализации и инкультурации могут быть рассмотрены в этой связи. Успешное протекание данного процесса нередко рассматривается как высший и завершающий этап человеческого развития, на изучении которого в основном сосредотачивается вершинная психология Л. С. Выготского [17]. «Социальный» уровень нашей концепции предполагает, в частности, обретение индивидом смысла жизни в результате освоения накопленных до него культурных сокровищ (культура как источник смыслов).

Однако ЛОКС имеет еще один – «высший» (четвертый) уровень, на котором личность превращается в индивидуальность, а разумный (социально ориентированный) эгоизм – в зрелый индивидуализм. Высшей ценностью для индивида становится реализация «созревшей» к этому времени личностной уникальности («ЛУ» – второй системы ЛОКС). Соответственно и проект дальнейшего развития, реализуемый индивидом, во-многом представляет собой «терра инкогнита» – просто потому, что личностная уникальность каждого человека единственна и неповторима по определению.

Переход субъекта к высшему (четвертому) уровню развития и самореализации в рамках нашей концепции предполагает успешное предварительное прохождение им социального этапа развития – как минимум, по двум причинам (по одной для каждой системы ЛОКС). Во-первых, освоение необходимой (для созревающей ЛУ) информации в избранном для самореализации домене требует немалого времени даже для одаренного индивида – не менее десяти лет ежедневного труда, по современным оценкам [4]. Во-вторых, для перехода к своему высшему уровню системы «Эгоизм» необходимо успеть переориентировать ее с «базовых» (по сути, животных) функций на служение гуманистическим ценностям. Немалая часть подобного «перевоспитания» осуществляется именно на третьем уровне ЛОКС в процессе социализации и инкультурации индивида, развития альтруистического поведения, готовности к разумным компромиссам и т. д.

Окончание социального этапа знаменуется осознанием необходимости дальнейшего *уникального* развития, реализации накопленного индивидуального потенциала и своего жизненного предназначения. Поэтому и смысл на новом этапе субъекту неоткуда «взять» в готовом виде или «обрести», как это было возможно совсем недавно – теперь его можно и нужно «конструировать» на основе собственной личностной уникальности, воплощаемой в соответствующей для нее деятельности. Отныне ничто не задано заранее: индивид (в меру активности высшего уровня обеих систем ЛОКС) прокладывает свой жизненный путь по территории, где никто до него не бывал. Былой потребитель «культурных полуфабрикатов» (и таких, которые имеют отношение к смыслу жизни, тоже) превращается в индивидуального творца – в том числе создателя смысла собственной жизни. При этом события, ситуации и виды деятельности, попадающие в «резонанс» с собственной ЛУ, по праву переживаются как в высшей степени осмысленные. Польза обществу, виртуально оставшемуся уровнем ниже, отныне имеет сопутствующий (побочный) характер и связана с возможным освоением социумом новых «культурных продуктов», создаваемых индивидом в процессе уникальной самореализации.

Как отмечают Р. Баумейстер и К. Вохс, понятие смысла жизни позволяет индивиду приобрести важное для него ощущение внутренней стабильности по отношению к постоянно меняющемуся внешнему миру и собственному физическому существованию [40, р. 609]. С нашей точки зрения, представление человека о наличии у себя врож-

денной (а значит, уже существующей внутри в качестве потенциала) личностной уникальности, реализация которой позволяет, помимо прочего, обрести и смысл жизни, представляет еще более надежную точку опоры и (при необходимости) источник самоутешения. Как известно, окружающий мир и находящиеся в нем объекты не находятся под контролем индивида, вследствие чего желание иметь постоянный источник смысла в принадлежности к чему-то «внешнему» может оказаться фрустрированным. В то же время находящееся внутри «сокровище» – личностная уникальность (по крайней мере, ее *идея*) – живет столько времени, сколько сам человек, и лишь укрепляется от проявляемого к ней внимания. Это позволяет индивиду более успешно совладать с дистрессами, вызванными неспособностью изменить неудовлетворительную внешнюю ситуацию и необходимостью так или иначе примириться с ней [13; 20; 47].

Человеческая экзистенция: в поисках адекватной метафоры. В одной из своих работ Д. А. Леонтьев использует метафору «пунктира», описывающую человеческое существование [27]. «Пробел» показывает, что индивид «скатывается» на «субчеловеческий» уровень, не требующий особых усилий и роднящий человека с животными. «Линия» же означает истинно человеческое существование, при котором субъект развивается и «выстраивает» себя, превращая заложенные в нем возможности в действительность.

Нетрудно убедиться, что метафора пунктира подразумевает лишь два крайних состояния – линия или пробел, «все или ничего». Сколько возможных планов насчитывает человеческая экзистенция в рамках ЛОКС? Если не затрагивать первый уровень нашей модели (биологические предпосылки самореализации, необходимые для успешной работы вышестоящих уровней), можно увидеть, что открывающиеся возможности распространяются не на два, а на три уровня концепции – со второго по четвертый.

Если соотнести дефиниции Д. А. Леонтьева с уровнями ЛОКС, то, действительно, функционирование взрослого индивида в пределах второго уровня, ассоциируемого главным образом с удовлетворением пищевого и полового инстинктов, правомерно назвать «субчеловеческим». Определение «человеческого» существования естественным образом вписывается в третий, социальный уровень нашей концепции. Большая часть активности человека на данном уровне также задается социальными нормами, хотя «уровень сложности» в сравнении с нижележа-

щим уровнем возрастает. Тем не менее нормальный «человеческий» режим существования подавляющего большинства граждан иначе как усредненным назвать трудно.

Четвертому же уровню ЛОКС лучше всего соответствовало бы наше определение его как «суперчеловеческого», поскольку именно там происходит трансформация в индивидуальность, высшей ценностью которой отныне становится жизнь в соответствии со своим внутренним потенциалом – «личностной уникальностью» [19]. Резко возрастает сложность решаемых задач – как в силу их уникальности, так и вследствие ослабления (либо полного отсутствия) поддержки со стороны нижележащего социального уровня, который индивид «виртуально» уже покинул.

Мы с полным правом называем четвертый уровень именно «сверхчеловеческим» (а не «человеческим», как это делает Д. А. Леонтьев), поскольку крайне малое число индивидов (с точки зрения А. Маслоу – менее одного процента) отваживаются резко увеличить нагрузки и решать полностью уникальные задачи в собственной жизни. Результаты наших экспериментальных исследований подтверждают вышесказанное [22].

Разумеется, человек, даже одаренный и мотивированный, не способен постоянно функционировать на пределе своих возможностей во всех сферах жизни. Подтверждение вышесказанному встречаем в недавней работе Н. Бадхвар, посвященной эвдемонии и счастью [38]. В нашей интерпретации, высокий («суперчеловеческий») уровень сложности имеет место лишь в ситуациях деятельности, связанных с реализацией ЛУ. В остальное же время подобный индивид «колеблется» между средней («человеческой») и низкой («субчеловеческой») сложностью предпочитаемой активности – «в резонанс» с окружающими людьми.

Поэтому и «пунктирное» существование человека, подразумевающее только два основных модуса, разумно заменить более подходящей метафорой, например, «синусоидой». Немногих людей, успешно реализующих свой индивидуальный потенциал, кривая систематически «возносит» выше всех остальных (к четвертому уровню обеих систем ЛОКС).

Если человек видит только одну перспективу в своей жизни, его называют фанатиком. Две альтернативы («или – или») подразумевают ультиматум. Реальный выбор из имеющихся вариантов начинается с числа «три». Как видим, ЛОКС предоставляет подобный выбор реализующемуся человеку в каждый момент его жизни.

Таким образом, личностно ориентированная концепция счастья с ее четырьмя

уровнями позволяет расширить метафору существования человека, дополняет «субчеловеческое» и «человеческое» определения экзистенции «суперчеловеческим» (для настоящего периода времени) уровнем.

Уровни удовольствия. В парадигме современной позитивной психологии гедонизм признается основным идейным оппонентом эвдемонизма. Поэтому мы посчитали необходимым соотнести понятие «удовольствие» и его производные с уровнями нашей концепции.

Гедонистический подход основан на изучении субъективных переживаний радости, удовольствия, приятных ощущений, которые испытывает человек. В основе гедонистического направления в исследованиях счастья лежит философское положение о том, что хорошая и полноценная жизнь должна быть приятной. Поэтому поиск удовольствий является, с точки зрения гедонизма, главным (и, возможно, единственным конечным) мотивом человеческого поведения. Счастье в традиционном понимании нередко отождествляется с состоянием «длящейся» радости и наслаждения жизнью. Поиск занятий и разного рода материальных предметов с целью получения максимального удовольствия идет в ногу с основными принципами общества потребления.

Гедонистический подход, основанный на эгоистическом стремлении к «быстрому» удовольствию, имеет негативные экологические последствия, поскольку истощает земные ресурсы. Материальное благосостояние растет, наслаждения становятся изощреннее – подобно действию наркотика все более высокой степени очистки. Однако уровень счастья не увеличивается в связи с опережающим ростом ожиданий, действием закона адаптации и нарастающим ощущением бессмысленности подобного существования. В то же время увеличивается страх несчастья – боязни потерять то, что уже имеется. Согласно опросам, уровень счастья среди населения США остался таким же, каким был в 1947 году, зато распространенность депрессивных и тревожных расстройств («несчастья») среди американцев, рожденных после Второй мировой войны, выросла в десять раз [42; 50].

По контрасту, эвдемоническая жизнь вполне приемлет негативные переживания и даже страдания, если они связаны с достижением важной для субъекта цели. Преодоление трудностей в процессе самосовершенствования, сопровождаемое в том числе и негативными переживаниями, способно усиливать осмысленность выполняемой деятельности.

Если сугубо гедонистическое времяпрепровождение тесно связано с позитив-

ными аффектами и негативно – с отрицательными аффектами, то эвдемоническая активность имеет гораздо меньшее отношение к «знаку» эмоций [55]. Это означает, что субъект, выбирая эвдемонический образ жизни, стремится в первую очередь к личностным смыслам и самореализации, а не к новым наслаждениям. В то же время нацеленность на самоактуализацию парадоксальным образом снижает порог получения гедонистического удовольствия [50], что позволяет человеку сохранять весь спектр переживаний.

Удовольствие при эвдемонической активности хоть и не является основной целью субъекта, имеет более стабильный и длительный характер [55]. Однако сама по себе тяга к гедонизму не ведет к эвдемонии или даже уводит прочь от нее, в то время как следование эвдемоническому образу жизни – реализации личностного потенциала – позволяет, как правило, быть в контакте и с гедонистическими ощущениями в качестве одного из следствий.

Сравнительные экспериментальные исследования показывают, что примерно 80% эвдемонических видов активности также несут в себе сопутствующее гедонистическое наслаждение [20; 60]. Приятные переживания, периодически возникающие в процессе напряженной деятельности (например, при достижении важного результата или социальном одобрении самого труда), полезны, поскольку способствуют ее продолжению и возобновлению в будущем. В то же время достичь гедонистического удовольствия можно и другими, простыми и быстрыми путями, связанными главным образом с материальным потреблением (но уже никак не с эвдемонией).

Гедонизм: постановка и решение теоретической задачи. В современных исследованиях гедонизма как основного способа достижения счастья также наметилась тенденция к ранжированию гедонистических переживаний. Традиция была заложена еще Аристотелем и Сенекой, считавшими вульгарными («скотскими») общепринятые наслаждения толпы [2; 31], а впоследствии развита Дж. С. Миллем, ставившим интеллектуальные удовольствия выше всех остальных переживаний [38, р. 47]. Д. Хэйброн в своем обзоре современных теорий счастья отмечает противопоставление позитивных эмоций как более «глубоких» гедонистических состояний простым чувственным удовольствиям [42, р. 41]. Дж. Рэйбли, анализируя современные теории гедонизма Р. Криспа и Ф. Фелдмана, также показывает стремление авторов к введению степени «благородства» (the nobility of the experience) применительно

к различным приятным переживаниям [54, р. 49]. Сам Ф. Фелдман проводит разграничение между «чувственным» и «установочным» (attitudinal) видами удовольствий [41]. Последний связан с представлением человека о том, насколько хорошо обстоят его дела и, с нашей точки зрения, находится ближе к понятию удовлетворенности.

Недавние исследования, проведенные нами с помощью методов выборки переживаний, также продемонстрировали, что показатели шкал «удовольствия», «позитивных эмоций» и «удовлетворения жизнью в целом» (наряду с «физическим самочувствием») у всех испытуемых принадлежат к одному (гедонистическому) фактору, который мы назвали «легким» счастьем, представляющим лишь одну из его возможных разновидностей [18; 22].

Системный характер представленной теоретической концепции, равно как и выявленная природа взаимоотношений между эвдемонической и гедонистической ориентацией, делают возможным выделение соответствующих ЛОКС «уровней удовольствия» – в связи с индивидуальной самореализацией или без нее. Это поможет внести дополнительную ясность в разработку соответствующей проблематики. Возможность и правомерность подобной процедуры поддерживается научными воззрениями, связывающими понятие «эгоизм» (представленное ранее в виде четырех уровней одной из систем ЛОКС) и понятие «гедонизм» в качестве одной из его специальных разновидностей – гедонистического эгоизма [53].

Поскольку гедонизм характеризуется именно психологическими переживаниями, мы не будем затрагивать первый, «биологический» уровень ЛОКС, и начнем со второго, «базового». Соответствующее ему удовольствие определяется главным образом удовлетворением двух основных инстинктов – пищевого и полового – и демонстрирует родство человека с животными. Именно к данному уровню принадлежит так называемая культура «для желудка и гениталий».

К типичным разновидностям наслаждений третьего, «социального» уровня можно отнести «артистические», «альтруистические», «денежные» и другие удовольствия. Преемственность гедонистических переживаний третьего уровня нашей концепции относительно второго была подтверждена недавними нейропсихологическими исследованиями, обнаружившими практически полную идентичность мозговых паттернов в том и в другом случае [44].

Наконец, четвертый уровень ЛОКС предполагает обращение индивида к главному потенциальному «совершенству» собственной жизни – находящейся внутри

личностной уникальности («дэймону» в античной традиции) как *идеальной* части психики. Еще Аристотель считал удовольствия, достигаемые в процессе самореализации (в особенности связанные с творческим мышлением, теоретизированием), наивысшим их видом [2]. А. Маслоу писал о «пиках самоактуализации», основанных на совершенно особых, трансцендентных переживаниях [29], а М. Чиксентмихайи – о самозабвении в «поточковых» состояниях [34]. Примеры мощных гедонистических переживаний (удовольствия, радости, удовлетворения), возникающих в ситуациях реализации человеком своего внутреннего потенциала, также приводятся в одной из наших последних монографий [13, гл. 17]. Как видим, гедонизм гедонизму рознь.

Таким образом, системное построение личностно ориентированной концепции счастья позволяет выделить соответствующие уровни в гедонистических переживаниях человека, в то же время сохраняя подчиненное положение гедонизма по отношению к эвдемонической жизни. Осуществленная процедура не только вносит большую систематизацию и требуемую иерархичность в понятие «гедонизм», но и позволяет приступить к разработке соответствующих методик, способных диагностировать уровни гедонистических переживаний человека.

Уровни любви. Феномен любви всегда привлекал внимание не только простых людей, но и деятелей искусства, культуры, науки. Существует множество определений любви, поэтому соотнесем данное понятие с уровнями нашей теоретической концепции.

На первом уровне, связанном с биологическими предпосылками любви, можно говорить о наличии соответствующих желез и гормональных механизмов, «закодированных» в ДНК новорожденного. Ко второму, «базовому» уровню мы причисляем половую любовь, фундамент которой, как всем известно, составляет один из двух главных инстинктов – у человека и у животных.

В то же время половая любовь приобрела в человеческом обществе ряд специфических (культурно обусловленных) форм и проявлений, весьма удаленных от своей «животной» основы. Соответственно, речь идет о подъеме на третий, социальный уровень ЛОКС, в рамках которого имеют место такие феномены, как безусловная любовь, эмпатия, альтруистические проявления вплоть до самопожертвования во имя любимого человека (во имя родины) и т. д.

Наконец, четвертый уровень ЛОКС предполагает особое отношение субъекта к находящейся внутри личностной уникальности, определяющей его судьбу и жизнен-

ное предназначение. Именно в этом смысле понимал любовь Сократ, когда отождествлял данное чувство с устремленностью индивида к высшим ценностям своего существования [51].

Приоритетную для каждого необходимость контакта с собственным «дэймоном» («гением» в переводе на латинский) подчеркивает известный всем психологам (однако далеко не всеми правильно понимаемый) древнегреческий лозунг «Познай себя». Подобное самопознание невозможно без «любви к себе» – точнее, любви к своему внутреннему идеалу, ожидающему продуктивной реализации в будущем [47]. Любовь такого качества, вероятно, проявляет мать к своему сыну, когда верит, что из него вырастет *гений*. И действительно, как показывает опыт, подобная любовь со стороны родителей и педагогов к одаренному ребенку в детстве позволяет ему «любить себя» (точнее, ценить свой внутренний потенциал) во взрослой, самостоятельной жизни и тем самым успешно преодолевать многочисленные препятствия, возникающие в процессе самореализации [43].

Поэтому в рамках ЛОКС индивид, никак не ощущающий собственное «внутреннее сокровище» (личностную уникальность), особое жизненное призвание, не достоин и высшей «любви к себе», определяемой четвертым уровнем системы «Эгоизм». В заданных рамках «общественной и личной жизни» ему предписывается любить других, поскольку до настоящей, *высокоэгоистической* любви к себе, т. е. к своему внутреннему идеалу, он еще не дорос. Действительно, столь мощное и обоюдоострое орудие, как эгоизм (включая его высшую форму) следует использовать строго по назначению – для реализации индивидуального потенциала.

Первый «уровень любви» можно зафиксировать с помощью разного рода биохимических анализов, взятых у человека. Второй – увидев сцену полового акта. О третьем уровне слагают стихи, пишут романы и снимают художественные ленты. Наконец, четвертый уровень продемонстрировать сложнее всего в силу его внутренней репрезентации и абсолютной уникальности для отдельного индивида. О наличии данного уровня можно лишь косвенно судить по продуктам творческой деятельности и самоотчетам одаренного человека, реализующего свое уникальное предназначение, живущего собственной жизнью.

Божественная версия сотворения мира предполагает, что все возникшие предметы и явления отражают индивидуализм и творческую природу Создателя. Так и личностная уникальность одаренного человека

сродни божественной силе, поскольку, преодолевая все преграды (с помощью «высшего» эгоизма четвертого уровня), способна приводить к созданию нового – причем такого, что даже Бог предусмотреть был не в силах. И если «Бог есть любовь», то отношение индивида к своему уникальному творческому потенциалу по праву представляет собой любовь высшей, «божественной» пробы.

Духовность. Человек может быть назван духовным в такой степени, в какой он стремится найти, познать, пережить и находиться в контакте с тем, что он считает священным [52, р. 648]. При этом, с точки зрения некоторых психологов, понятие священного является центральным в человеческих переживаниях. Разнообразие путей и возможностей поиска священного является поистине безграничным, поскольку практически любой аспект человеческой жизни может быть наделен данным статусом. «Священное» при этом определяется как нечто отделенное от обыденной повседневной жизни, заслуживающее благоговения и уважения [52, р. 647].

Мы хотели бы предложить и обосновать новую интерпретацию постижения духовного – с помощью высшего уровня разработанной концепции. В рамках ЛОКС «духовным» для человека становится обращение в себя с целью поиска, обнаружения и реализации (с помощью высшего уровня системы «ЭГ») своего врожденного потенциала – «личностной уникальности» (ЛУ), или «дэймона» в древнегреческой философской традиции [51]. При этом в роли «священного» и выступает сама ЛУ.

Каковы основания и преимущества подобного выбора? Личностная уникальность рассматривается нами как *идеальная* часть человеческой психики, определяющая жизненное предназначение, судьбу индивида [47]. Соответственно, реализация личностной уникальности как высшей жизненной ценности в соответствующей активности позволяет субъекту достигать и «первосортного» счастья [19]. Если, с точки зрения А. Тверски, духовное представляет собой *лучшее* в человеке [58], значит ЛУ способна претендовать на «священный» статус, в то время как ее поиск становится духовным по своей природе.

Известно, что следование общепринятым путям обретения духовности может приносить не только благо, но и зло. Примером последнего являются многочисленные столкновения на религиозной почве. В этом смысле контакт индивида с собственной личностной уникальностью не способен принести вред окружающим в силу того, что ЛУ спрятана *внутри* человека,

имеет уникальный характер и потому никоим образом не «пересекается» с личностной уникальностью других людей.

Подобный подход может использоваться и верующими – если трактовать личностную уникальность в качестве «божественной» части, связывающей индивида с высшей силой [21]. Отметим, что и реализация ЛУ в специфической для нее активности (работе, труде) может расцениваться как «священный зов» [52, р. 649].

Использование системы «Эгоизм» в реализации личностной уникальности обосновывается удивительным совпадением с христианской концепцией первородного греха. С одной стороны, система «Эгоизм» имеет непосредственное отношение к «мирским» аспектам человеческого существования. С другой стороны, возможное достижение данной системой высшего уровня развития и ее трансформация в зрелый индивидуализм предполагает смену жизненных приоритетов в пользу обнаружения и реализации личностной уникальности как главной ценности духовного существования. «Вызревание» обеих систем предполагает и более старший возраст зрелой самореализации, связанный с достижением жизненной вершины.

Наконец, духовная сущность ЛУ, взятая сама по себе, вне контекста взаимодействия с системой «ЭГ», также способна выполнять ряд важных психотерапевтических функций. Подобное может происходить, когда «внешняя» актуализация ЛУ по тем или иным причинам временно затруднена или невозможна. Человек слушает свою «идеальную часть» и принимает *верные для себя* решения на ее основе. Если в окружающей среде резко повышается уровень «негативной сложности», индивид в защитных целях учится временно снижать внешнюю активность и переходить к внутренней «позитивной простоте». Соответствующие техники были нами разработаны и опубликованы [20].

Таким образом, использование высшего уровня взаимодействия обеих систем лично ориентированной концепции счастья позволяет выдвинуть еще одну возможность достижения духовности, имеющую ряд особенностей и преимуществ.

Элитарность. Испокон веков элитарное и массовое сознание противопоставлялись друг другу. В то же время авторы отечественных работ по элитологии отмечают трудности разграничения «истинной элиты» и «квазиэлиты» [6; 7]. Мы постарались внести полезный вклад в решение данного вопроса, используя собственную теоретическую модель.

В одной из своих работ П. Л. Карабущенко выделяет элитарное сознание в каче-

стве основного надежного критерия избранныости [6, с. 3]. При этом главным принципом элиты выступает реализация личностью своего творческого потенциала [6, с. 18]. Отметим, что ЛОКС (особенно ее четвертый уровень) как раз изучает реализацию индивидом своего уникального потенциала. Высший уровень развития обеих взаимодействующих систем нашей концепции позволяет одаренному индивиду осуществить «заявку на собственное превосходство» [6, с. 72], воплотить в самостоятельную выбранной активности собственные достоинства [6, с. 95], осуществлять непрерывное самосовершенствование.

Таким образом, в рамках ЛОКС «истинная элита» характеризуется достижением четвертого уровня развития обеих систем – «высшего» эгоизма (индивидуализма) и зрелой личностной уникальности. Человек осознает свой неповторимый внутренний потенциал (система «ЛУ») в качестве высшей ценности собственной жизни и стремится к его реализации (с помощью системы «ЭГ»), что, в свою очередь, создает насыщенную, счастливую жизнь. Отметим, что носители элитарного сознания, представленные в теориях Платона, Аристотеля, Ф. Ницше, А. Маслоу, К. Юнга и других ученых, могут быть с успехом описаны с помощью обеих систем ЛОКС [13; 19].

Переход самоактуализирующегося индивида к четвертому уровню развития, связанному с реализацией уникального жизненного проекта, естественным образом создает увеличивающуюся «психологическую дистанцию» по отношению к остальной массе населения, что также является одним из признаков элитарного сознания [6; 7]. Социум при всем желании не способен оказать такому человеку помощь как минимум по двум причинам: в связи с невозможностью контакта с личностной уникальностью индивида (вторая система ЛОКС) и отсутствием гарантий получения социально значимых результатов. Автономная активность, практикуемая самосовершенствующимся субъектом, имеет аутоэлитарный характер – осуществляется не в целях приоритетной пользы для общества, а ради себя самой [34]. Все объективные ценности, создаваемые (достигаемые) в этом процессе, равно как и «счастье» в его традиционном понимании, представляют лишь сопутствующие (побочные) результаты.

Целесообразность совместного рассмотрения понятий, принадлежащих высшему уровню ЛОКС, с элитологическими дефинициями аргументируется, помимо прочего, целями, к достижению которых стремится субъект в процессе самореализации. Как уже говорилось и доказывалось,

именно «эвдемоническое» счастье может считаться «первосортным» в сравнении с другими его разновидностями, изучаемыми соответствующими теориями позитивной психологии [18–20; 22]. Таким образом, наиболее одаренный и ориентированный на самореализацию слой населения (потенциальная элита, описываемая четвертым уровнем ЛОКС) получает «высшую» же разновидность счастья, в принципе недоступную для основной массы людей. Не случайно А. Шопенгауэр, обсуждая концепцию эвдемонии Аристотеля, отмечал, что подобное приложение своих сил больше подходит «сильным и богатым мира сего» [35, с.39].

Можно привести лишь одно существенное возражение против нашей аргументации, связывающей элитарность с индивидуальной самореализацией. Его легче понять, обратившись к «мифу о пещере» Платона, составляющему один из краеугольных камней учения великого философа [23]. Согласно данному мифу, один из живущих в темной пещере людей решает выбраться из нее и в результате попадает в гораздо лучший мир, освещаемый лучами истинного знания. Такой просветленный человек («философ» по выражению Платона; представитель высшего уровня в рамках ЛОКС) является единственно достойным кандидатом на управление оставшимися в темной пещере людьми. Однако возникает вопрос: захочет ли элитарный индивид спускаться обратно к «пещерным людям» и их пещерным проблемам, фактически регрессируя в собственном развитии, теряя только что открывшиеся перспективы настоящей жизни для самого себя? Сейчас мы даже не говорим об элементарной безопасности, хотя «возвращенец» в своем новом качестве может столкнуться с прямой агрессивностью носителей массового, «пещерного» сознания. Зачем «сильному и умному» становиться управленцем, тем самым связывая свою жизнь со «слабыми и отсталыми», которые даже не стремятся к прогрессу и позитивным изменениям? Ведь наиболее привлекательной альтернативой для просветленного субъекта становится дальнейший уникальный рост «вверх» вместо обратного спуска «вниз».

Надо полагать, в пещере уже имеется своя «квазиэлита», отличительной особенностью которой являются качества, необходимые для сохранения статус-кво и выживания именно в существующих условиях – в первую очередь хитрость и грубая сила. Если истинно элитарный представитель обладает максимально выраженными высшими уровнями систем «ЭГ» и «ЛУ», то у квазиэлиты система «ЭГ» в лучшем случае доведена до третьего, социального

уровня, в то время как представление о системе «ЛУ» полностью отсутствует. Квази-элита понимает, что неизбежно проиграет представителю истинной элиты в изменившихся условиях (реализации назревшей необходимости выхода всего племени из пещеры к свету), поэтому она будет всеми возможными способами противиться новым веяниям. «Поднявшийся к солнцу» человек наверняка осознает возникающие риски и предпочтет наиболее разумный для себя путь – выбрать по возможности раздельное существование и предоставить пещерное население с его вождями самим себе.

Таким образом, критериями истинной элитарности способны выступать эвдемонические ценности, разрабатываемые и описываемые высшим уровнем нашей теории.

Мудрость. Развитие гуманитарных наук всегда было неразрывно связано с изучением вопросов оптимального человеческого функционирования. Как отмечает П. Балтес с соавторами, многие исследователи на протяжении веков искали истинные критерии совершенства и внутренней гармонии [39, р. 327]. Мудрость как «скрытое сокровище», обретаемое некоторыми людьми в зрелом возрасте, рассматривалась в качестве одного из желаемых состояний. В настоящее время мудрость исследуется через взаимодействие философских и психологических перспектив, связанных с вопросом об оптимальном развитии индивида [39, р. 329].

Существует не так много работ, рассматривающих старение человека в его позитивных проявлениях, с точки зрения раскрытия внутреннего потенциала. Однако именно старший возраст, включающий в себя многолетний опыт субъекта, предполагает возникновение предпосылок «подлинной», по-настоящему счастливой жизни. Как говорил в этой связи на своем 70-летию известный балетмейстер Дж. Баланшин, «теперь у меня гораздо больше энергии, чем в молодости, поскольку я точно знаю, чего хочу».

Как уже отмечалось, Аристотель брал в обучение людей с 40 лет, поскольку считал, что эвдемоническая (основанная на реализации уникального внутреннего потенциала) жизнь достигает своего расцвета не ранее 49 лет [51]. Индивидуация К. Юнга [36] и самоактуализация А. Маслоу [29] также ассоциируются с более старшим возрастом.

Мы хотели бы предложить еще один теоретический подход к понятию «мудрость», становящийся возможным благодаря разработанной концепции. Использование мысленного моделирования применительно к понятию «мудрость» обосновывается, с одной стороны, представлением

о мудрости как редком свойстве немногих людей старшего возраста, с другой – наличием *высшего* уровня обеих систем ЛОКС, достижение которого ассоциируется с вершиной развития и самореализации психологически зрелого индивида. Таким образом, общим признаком, обуславливающим возможность сопоставления «мудрости» с четвертым уровнем модели, является представление о возможности наступления высшей стадии развития человека в старшем возрасте.

В то же время необходимо обсудить относительное противоречие, связанное с возможным наличием возрастной разницы в сопоставляемых понятиях. Как отмечает П. Балтес с соавторами, максимальная демонстрация индивидом собственных возможностей (peak performance) обычно происходит в интервале 50–70 лет (что как раз соответствует высшему, четвертому этапу ЛОКС). В свою очередь, завершение периода максимальных достижений примерно к 70 годам (и снижение активной деятельности в целом из-за наступающих возрастных ограничений) в благоприятном случае ассоциируется с приходом мудрости – основного достоинства старшего возраста, способного длиться как минимум до 80 лет [39, р. 329, 334].

Однако имеются и другие представления, согласно которым мудрость, связываемая с достаточно зрелым возрастом, не привязывается столь жестко к периоду «после семидесяти». Обсуждаемое понятие трактуется как способность разрешения зрелым индивидом проблемных ситуаций в профессиональной деятельности и повседневной жизни, основанная на сложившемся жизненном опыте и развитом практическом интеллекте [9, с. 30]. Хотели бы отметить, что определение мудрости лишь в качестве «особого когнитивного образования» [9, с. 30] все же кажется нам недостаточным: оно игнорирует эмоциональное состояние мира, покоя и тихой радости («нехотения»), присутствующее в душе мудреца вследствие ограничения былых гедонистических побуждений [33, с. 67].

В свете вышеизложенного мы имеем две основные возможности, которые в рамках четвертого уровня нашей концепции не противоречат друг другу. С одной стороны (в соответствии со взглядами П. Балтеса), мы можем рассматривать сложившуюся мудрость как *завершающую* стадию высшего этапа ЛОКС; с другой – рассматривать *начало* четвертого этапа (перехода индивида к нему) как одно из первых проявлений формирующейся мудрости. Отсутствие в нашем распоряжении соответствующего контингента испытуемых (старше 70 лет

с наличием высоких показателей «мудрости»), способного верифицировать первую точку зрения, заставляет в настоящее время склониться ко второй версии.

Как известно, наступление четвертого периода ЛОКС ассоциируется с представлением индивида о собственной «личностной уникальности» (внутреннем потенциале) как высшей ценности собственной жизни, подлежащей реализации с помощью системы «ЭГ». Для человека соответствующего возраста, осведомленного о подобной возможности и ощущающего соответствующие «внутренние сигналы», выглядит разумным направить накопленные ресурсы именно на развитие ЛУ, что предполагало бы некоторую реструктуризацию социальных ролей и функций в сторону их уменьшения при одновременном возрастании уровня сложности выбираемой (высокоиндивидуализированной) активности. Последнее становится достижимым благодаря сохраняющимся (к 45–50 годам) возможностям собственно-го организма – «БиоЭГ» в рамках ЛОКС.

Возникновение высшей стадии развития личности, предполагающей оптимальное функционирование, совершенно оправданно ассоциируется и с достижением более старшего возраста. Немаловажно, что его наступление предполагает нарастающее внимание психологически зрелого индивида именно к своему внутреннему миру [5, с. 7], что, в свою очередь, может облегчить установление контакта с идеальной частью психики, «внутренней мудростью».

Предлагаемое нами решение в рамках собственной теоретической модели рассматривает наступление мудрости с точки зрения выбора человеком подлинных *для него* (внутренних) ценностей в качестве приоритетных оснований дальнейшей жизни. Под основной ценностью мы подразумеваем личностную уникальность (внутренний потенциал), достигшую высшего, четвертого уровня развития.

Важность приоритетного внимания к собственным интересам в связи с достижением внутреннего благополучия подчеркивалась еще античными философами: «...когда поймешь, что для тебя важно только твое, а остальное – пустяки; когда будешь желать только того, что от тебя зависит – тогда ничего не будет страшно для тебя. Никто не будет властен над тем, что твое собственное, а в нем только и заключается добро и зло» [37, с. 71].

Каковы же основания подобного выбора, трактуемого нами как «начало мудрости»? Во-первых, наступающая мудрость основывается на утрате индивидом былых иллюзий относительно «чудесных» возможностей и перспектив, существующих во

внешнем мире. Как метко выразился А. Шопенгауэр, большинство «позолоченных орехов» на поверку оказываются пустыми [35], в то время как чувственно-материалистические удовольствия теряют былую привлекательность вследствие действия закона адаптации [32]. Во-вторых, индивид ощущает внутренние сигналы «созревшей» личностной уникальности, которая трактуется ЛОКС в качестве идеальной части психики, определяющей жизненное предназначение, человеческую судьбу. Наконец, в-третьих, наступающая мудрость как раз и определяется выбором ЛУ в качестве главной жизненной ценности, реализация которой неизбежно принесет «первосортное» счастье – как раз потому, что личностная уникальность («дэймон» в древнегреческой философской традиции) представляет собой лучшее, чем обладает индивид.

Таким образом, в рамках ЛОКС мы говорим о мудрости «высшего» эгоизма (зрелого индивидуализма), проявляемой в плане приоритетного выбора имеющейся «внутренней» мудрости – собственной личностной уникальности. Индивид начинает в большей степени учиться «у себя», нежели «у других», тем самым способствуя дальнейшему развитию внутренней мудрости. Как утверждал Дж. С. Милль, собственный жизненный путь должен быть выбран индивидом как раз потому, что является его *собственным* путем [51, р. 219].

Отныне психологически зрелый индивид знает: а) где и как приобретает мудрость; б) где и в каких контекстах ее следует применять; в) какого рода личностная компетентность лежит в основе мудрости. Иными словами, обретающему мудрость субъекту становятся известны свои уникальные «сильные стороны», соответствующие им виды активности и жизненное предназначение в целом. Все вышеотмеченные признаки удовлетворяют основным характеристикам мудрости, выделенным П. Балтесом [39, р. 330].

Еще раз повторим, что выбор личностной уникальности в качестве главной ценности собственной жизни возможен лишь в старшем возрасте, поскольку для достижения обеими системами ЛОКС высшего уровня развития (в частности, трансформации эгоизма в зрелый индивидуализм, а также развития ЛУ) требуются десятилетия. Однако совершение субъектом данного выбора в сочетании с реализацией имеющегося потенциала позволяет ему «закрыть» многие экзистенциальные проблемы, терзающие современного человека. Индивид тратит ресурсы на саморазвитие и самовосполнение, не давя на окружающих, не конкурируя с ними за «стандартно-гедонисти-

ческий» набор благ и удовольствий. Известно, что эвдемонический образ жизни ассоциируется с умеренным материальным потреблением, отсутствием нагрузки на окружающую среду [55, р. 158–159].

Как показали наши исследования, ощущение собственной личностной уникальности отрицательно коррелирует с нарциссическими чертами личности и нарциссическим поведением [15], эмоциональным выгоранием в помогающих профессиях [25]. Тем самым наличие «внутренней мудрости» предохраняет от целого ряда других негативных эффектов.

Серия исследований субъективного благополучия американцев, проведенных Мичиганским университетом, показала, что лучшим показателем общей удовлетворенности жизнью является не удовлетворенность семейной жизнью, дружбой или уровнем доходов, а удовлетворенность собой [50, р. 109]. Понятие личностной уникальности как нельзя лучше подходит для культивации данного состояния по трем причинам. Во-первых, идеальная природа ЛУ автоматически предполагает положительное отношение к ней. Во-вторых, нахождение идеальной ЛУ внутри человека означает, что размышления о ней неизбежно приведут к общему улучшению отношения индивида к себе. Наконец, в-третьих, личностная уникальность представляет только часть психики (личности) индивида, поэтому положительное отношение к ней (и тем самым к себе) может сохраняться даже в том случае, если человек отрицательно настроен к другим своим «частям». Отметим, что развитая личностная уникальность, взятая вне взаимодействия с системой «ЭГ» и активной «внешней» реализацией, прекрасно подходит к описанию мудрости и в трактовке П. Балтеса – возраста «после семидесяти».

Таким образом, использование основных компонентов личностно ориентированной концепции счастья (ее высшего уровня) применительно к понятию «мудрость» позволяет существенно продвинуться в разработке и конкретизации последнего.

Иллюстрирующие примеры. Мы в полной мере осознаем, что развитие и реализация уникального внутреннего потенциала, приносящая все вышеуказанные преимущества, не является легким процессом. Четвертый уровень концепции описывает сложную и высокоиндивидуализированную деятельность субъекта на «неизвестной» территории, где помощи зачастую ждать неоткуда.

За время исследовательской работы мы не встретили ни одной методики, позволяющей заинтересованному взрослому ин-

дивиду ощутить свой уникальный внутренний потенциал, войти с ним в контакт, после чего способствовать его совершенствованию и реализации. Как писал по этому поводу Ф. Ницше, человек никогда не искал себя – как же могло случиться, чтобы он однажды нашел себя? [30].

Постепенно для нас стала очевидной необходимость разработки соответствующих упражнений, позволяющих приблизить психологическую практику и повседневную активность стремящегося к самореализации человека к теоретическим построениям.

Методика. В 2011 г. нами был разработан «Эвдемонический тренинг» (ЭТ), основанный на классических и современных идеях эвдемонии. Он состоит из небольшого объема теории и двадцати упражнений, проводимых автором в небольших группах на протяжении пяти недель [10; 14]. Цель ЭТ заключается в том, чтобы помочь каждому участнику войти в контакт со своим «настоящим внутренним Я», а также исследовать основные аспекты собственной жизни (работа, проведение досуга, состояние здоровья, взаимоотношения, прошлые выборы и будущие перспективы) с подобной точки зрения.

В своей практической работе мы говорим участникам тренингов и клиентам о находящейся внутри них *возможности* – личностной уникальности («дэймоне») с целью повысить их мотивацию и тем самым помочь осуществить желаемые изменения (вне зависимости от действительного наличия или «величины» гипотетического потенциала).

Приведем примеры разговорных упражнений из середины тренинга (прямая речь ведущего).

1. С точки зрения древнегреческих философов, человек, ведущий эвдемоническую жизнь, находящийся в контакте со своим дэймоном, способен отличать «верные» желания от «неверных» (для него самого). Выраженное ощущение внутренней правоты в ситуации жизненного выбора показывает, что индивид опирается на свое «истинное Я». Могли бы вы привести собственные примеры подобного рода и рассказать о том, что при этом чувствовали?

2. Приведите примеры верных для вас долговременных целей; тех, что «лишь вы один» способны достичь и осуществить.

3. В каких жизненных ситуациях вы ощущаете, что живете «поперек себя», находясь тем самым в состоянии *дисдэймонии*, своего рода внутреннего конфликта?

4. Осознаете ли вы, что неудача в реализации своего уникального потенциала подразумевает общую неудачу вашей жизни?

Хотим представить наиболее яркие примеры воплощения и дальнейшего развития внутреннего потенциала некоторыми участниками, прошедшими тренинг (инициалы изменены).

Д. Б., 42 года, тренер по альпинизму и скалолазанию, горный гид. Постепенно отказался от финансово выгодных «стандартных» проектов горных и скальных восхождений (с более слабыми участниками) и перешел к индивидуальному первопрохождению – нередко в неподходящих погодных условиях. В результате совершил неожиданный для всех «скачок» в профессиональной эволюции, быстро выдвинувшись в число известных восходителей.

Р. С., 39 лет, юрист. Вскоре после окончания ЭТ предложил своему руководству подать иск в отношении компании, имевшей значительные «связи» и активно пользовавшейся представлением о собственной неуязвимости в нечистоплотной конкурентной борьбе. С трудом получив согласие, в течение года добивался организации судебного процесса в условиях всеобщего скепсиса и пессимизма относительно его перспектив. В конце концов процесс удалось организовать и выиграть, что на тот момент явилось большой неожиданностью для всех участвовавших в нем сторон [22, с. 106]. Достигнутый результат позволил Р. С. многое переоценить в себе самом, переключившись на решение «вызывающих», интересных для него и «невыполнимых» для других коллег задач, в реализации которых проявлялась незаметная ранее изобретательность, высокая активность и настойчивость, профессиональная интуиция и, особенно, «несгибаемость», вера в собственные силы (отныне основанные на чувстве собственной «уникальности»).

Л. Ю., 45 лет, научный работник (специальность – философия). Приступил к работе над диссертацией, предметом которой являются воззрения малоизвестных средневековых исследователей, не снискавших всеобщего признания и не оставивших после себя научной школы. Ученый стремится показать, как разработанные ими идеи были впоследствии подхвачены, до известной степени видоизменены, а затем широко популяризированы лицами, вошедшими в историю философии как «истинные» создатели данных теорий. Характер исследования потребовал от Л. Ю. изучения латыни и решения многих других нетривиальных задач, что им в настоящее время успешно и с энтузиазмом выполняется.

Общим для всех вышеприведенных примеров является в первую очередь «сужение тематики» с одновременным повышением уровня сложности решаемых про-

блем: субъект выбирает такую работу, с которой он способен справиться на пределе своих нынешних возможностей. Трудность и абсолютная новизна задачи (тем не менее отвечающей личностной уникальности индивида) ведут к ускоренному развитию и совершенствованию имеющегося потенциала. Отсутствие гарантированного результата компенсируется глубокой вовлеченностью в сам процесс деятельности, богатый на неожиданности. «Общепринятые» виды активности с их стандартными подходами (как правило, принадлежащие к третьему, «социальному» уровню осуществления самореализации) отныне зачастую расцениваются как нечто весьма «простое», если не «посредственное». Высокая осмысленность жизни, ее насыщенность уникально-значимыми переживаниями представляют, в рамках нашей концепции, достижение настоящего, «первосортного» счастья.

Следует обратить внимание на один важный момент: все три участника работали в выбранной профессии задолго до ЭТ и, значит, так или иначе реализовывали себя в ней (в рамках ЛОКС мы говорим в подобном случае о социальной самореализации в рамках третьего уровня модели). Прохождение эвдемонического тренинга, таким образом, не потребовало от них придумывать что-то новое в своей жизни – оно просто подтолкнуло их к переходу на следующий, сугубо «индивидуальный» уровень самосовершенствования, отныне связанный с приоритетной реализацией уникальных внутренних достоинств в выборе и решении уникальных проблем.

Оптимизация образовательного процесса. Как указывает Д. Нортон, признание наделенности каждого учащегося уникальным врожденным потенциалом и перестройка процесса образования в данном направлении привели бы к значительному росту примеров продуктивной самореализации и ускорению прогресса всего общества [51]. Отметим, что двусистемное построение ЛОКС учитывает как врожденные предпосылки индивидуального потенциала (система «ЛУ»), так и те его особенности, которые могут быть сформированы в педагогической работе (высшие уровни системы «ЭГ»). Существующие различия между членами общества, основывающиеся на уникальном внутреннем потенциале каждого, повышают шансы нахождения подходящего решения при столкновении человеческой цивилизации с принципиально новыми, непредвиденными проблемами и вызовами. Полагаем, что темы, перечисленные в настоящей статье, способны сделать более привлекательными цели обучения, основывающиеся на поиске, обнару-

жении и всемерном развитии учащимися собственных возможностей.

Выводы и заключение. Двусистемное и многоуровневое построение ЛОКС, изучающей достижение счастья через реализацию индивидуального потенциала, демонстрирует ее собственный интеграционный потенциал, который постепенно начинает раскрываться. Заново окинув взглядом все темы, представленные в нынешней публикации, можно убедиться в обилии возможностей, открывающихся для индивида в связи с достижением высшего уровня развития. Речь в первую очередь идет о переживании «наивысшего» счастья, основанного на любви к внутреннему идеалу, представлении об уникальном потенциале и его реализации как главных ценностях собственной жизни. Удовольствие в качестве важного сопутствующего продукта напряженной творческой деятельности способствует ее продолжению и возобновлению в

будущем. Продуктивная самореализация является фактором, препятствующим эмоциональному выгоранию. Полным ходом идет формирование индивидуальности как высшей формы развития личности. Достижимые успехи в новых сферах деятельности создают предпосылки возникновения элитарного сознания индивида, ведут к ощущению глубокой осмысленности, одухотворенности собственной жизни. Наконец, все указанные характеристики способствуют постепенному обретению мудрости, основанной на глубоком понимании собственных уникальных возможностей и окружающего мира, в котором эти возможности используются. Как видим, ЛОКС на своем высшем уровне демонстрирует перспективы, представляющие интерес не только для исследователя, но и для любого человека, настроенного на реализацию своего внутреннего потенциала и достижение счастья.

ЛИТЕРАТУРА

1. Абульханова К. А. История и перспектива психологии индивидуальности // Психология индивидуальности: новые модели и концепции. М. : НОУ ВПО МПСИ, 2009. С. 14–63.
2. Аристотель. Никомахова этика. М. : ЭКСМО-Пресс, 1997.
3. Асмолов А. Г. Психология личности. М. : Смысл, 2010.
4. Гладуэлл М. Гении и аутсайдеры. М. : ООО Юнайтед Пресс, 2010.
5. Ермолаева М. В. Практическая психология старости. М. : ЭКСМО-Пресс, 2002.
6. Карабущенко П. Л. Элитология Платона (античные аспекты философии избранности). М. ; Астрахань, 1998.
7. Карабущенко П. Л., Карабущенко Н. Б. Психологические теории элит. М. : Памятники исторической мысли, 2006.
8. Клементьева М. В. Методика оценки биографической рефлексии и ее психометрические характеристики // Пятая Всерос. науч.-практ. конф. по экзистенциальной психологии (Москва, 6–8 мая 2013 г.) : материалы сообщений. М. : Смысл, 2013. С. 78–80.
9. Конева Е. В., Смульсон М. Л., Солондаев В. К. Метакогнитивные корреляты успешности // *Educatio* : науч. журн. 2014. № 4, ч. 5. С. 29–32.
10. Левит Л. З. Личностно-ориентированная концепция счастья: жизнь во имя себя. Минск : А. Н. Варахсин, 2011.
11. Левит Л. З. Личностно-ориентированная концепция счастья: краткая история // Психология и психотехника. 2012. № 8. С. 78–86.
12. Левит Л. З. Смысл и эгоизм: совместимы ли понятия? // Пятая Всерос. науч.-практ. конф. по экзистенциальной психологии (Москва, 6–8 мая 2013 г.) : материалы сообщений. С. 90–93.
13. Левит Л. З. Уникальный потенциал, самореализация, счастье. Saarbrücken : Lambert Academic Publ., 2013.
14. Левит Л. З. Тренинг и диагностика компонентов эвдемонической активности индивида // Актуальные проблемы гуманитарных и социально-экономических наук : сб. материалов 7-й Междунар. науч.-практ. конф. Саратов ; Вольск : Наука, 2013. Ч. 2. С. 72–79.
15. Левит Л. З. Эгоизм, личностная уникальность, нарциссизм: сходство и различия // Педагогическое образование в России. 2013. № 4. С. 212–225.
16. Левит Л. З. Личностно-ориентированная концепция счастья и культурно-историческая теория: место встречи // Л. С. Выготский и современная культурно-историческая психология : материалы 5-й Междунар. конф. Гомель : ГГУ им. Ф. Скорины, 2014. С. 41–43.
17. Левит Л. З. Вершинная психология Л. С. Выготского: от культуры к суперкультуре // Наследие Л. С. Выготского : материалы Междунар. науч.-практ. конф. «Вереск II». М. : Левь, 2014. С. 45–47.
18. Левит Л. З. Что же такое счастье: опыт трех исследований // Педагогическое образование в России. 2014. № 4. С. 139–148.
19. Левит Л. З. Индивидуальный потенциал и его реализация: двусистемная концепция (в двух частях). Минск : РИВШ, 2014. Ч. 1.
20. Левит Л. З. Индивидуальный потенциал и его реализация: двусистемная концепция (в двух частях). Минск : РИВШ, 2014. Ч. 2.
21. Левит Л. З. Личностно-ориентированная концепция счастья: духовность против гедонизма // Религия и образование в светских обществах: опыт, проблемы, перспективы : материалы Междунар. конф. Минск : Право и экономика, 2014. С. 114–116.

22. Левит Л. З. Использование методов выборки переживаний (ESM) в исследованиях счастья. Минск : РИВШ, 2014.
23. Левит Л. З. «Миф о пещере» и элитарное сознание // Актуальные проблемы исследования массового сознания : материалы 2-й Междунар. науч.-практ. конф. М. : Перо, 2015. С. 404–422.
24. Левит Л. З., Радчикова Н. П. Личностно-ориентированная концепция счастья: теория и практика // Национальный психологический журнал. 2012. № 2 (8). С. 81–90.
25. Левит Л. З., Радчикова Н. П., Сапего Е. И. Влияние эгоизма на эмоциональное выгорание специалиста // Современная зарубежная психология. 2013. № 4. С. 32–44.
26. Леонтьев Д. А. Психология смысла. 2-е изд. М. : Смысл, 2003.
27. Леонтьев Д. А. Новые ориентиры понимания личности в психологии: от необходимого к возможному // Вопросы психологии. 2011. № 1. С. 3–27.
28. Лэнгле А. Виктор Франкл. Портрет. М. : РОССПЭН, 2011.
29. Маслоу А. Мотивация и личность. 3-е изд. СПб. : Питер, 2009.
30. Ницше Ф. Генеалогия морали. М. : Азбука-классика, 2011.
31. Римские стоики: Сенека, Эпиктет, Марк Аврелий. М. : 1995. С. 167–168.
32. Селигман М. Новая позитивная психология. Киев : София, 2006.
33. Селли Дж. Пессимизм. М. : Изд-во ЛКИ, 2007.
34. Чиксентмихайи М. Поток: психология оптимального переживания. М. : Смысл : Альпина нон-фикшн, 2011.
35. Шопенгауэр А. Афоризмы и максимы. М. : Фолио, 2001.
36. Юнг К. Синхрония: аказуальный объединяющий принцип. М. : АСТ, 2009.
37. Эпиктет. В чем наше благо? Афоризмы; Марк Аврелий. Наедине с собой. М. : АСТ, 2011.
38. Balthasar N. Well-Being: Happiness in a Worthwhile Life. Oxford : Oxford Univ. Pr., 2012.
39. Baltes P. B., Gluck J., Kunzmann U. Wisdom. Its Structure and Function in Regulating Successful Life Span Development // Handbook of Positive Psychology / ed. C. R. Snyder, S. J. Lopez. Oxford Univ. Pr., 2001. P. 327–344.
40. Baumeister R. F., Vohs K. D. The Pursuit of Meaningfulness in Life // Handbook of Positive Psychology / C. R. Snyder, S. J. Lopez (eds). Oxford : Oxford Univ. Pr., 2001. P. 604–618.
41. Feldman F. What is This Thing Called Happiness? Oxford Univ. Pr., 2012.
42. Haybron D. M. Happiness // Stanford Encyclopedia of Philosophy. URL: <http://plato.stanford.edu/>.
43. Helliwell J. F. Felicitators // International Journ. of Wellbeing. 2011. № 1 (2). P. 193–306.
44. Kringelbach M. L., Berridge K. C. Towards a functional neuroanatomy of pleasure and happiness // Trends in Cognitive Sciences. 2009. Vol. 13, № 11. P. 479–488.
45. Levit L. Z. Happiness: Person-Oriented Conception // International Journ. of Advances in Psychology. 2012. Vol. 1, iss. 3, Nov. P. 46–57.
46. Levit L. Z. Person-Oriented Conception of Happiness: Between Freud, Jung and Maslow // International Journ. of Economy, Management and Social Sciences. 2013. August. № 2 (8). P. 576–584.
47. Levit L. Z. Personal Uniqueness Therapy: Living with an Inner Ideal // American Journ. of Applied Psychology. 2014. Vol. 3, № 1, Jan. 2014. P. 1–7.
48. Levit L. Z. Meaning and Egoism: Are the Notions Compatible? // International Journ. of Social Science Research. 2014. Vol. 2, № 1. P. 102–112.
49. Mittelman W. Maslow's Study of Self-Actualization: A Reinterpretation // Journ. of Humanistic Psychology. 1991. Vol. 31, № 1. P. 114–135.
50. Myers D. The Pursuit of Happiness. Quill : New York, 2002.
51. Norton D. L. Personal Destinies. A Philosophy of Ethical Individualism. Princeton : Princeton Univ. Pr., 1976.
52. Pargament K. I., Mahoney A. Spirituality. Discovering and Conserving the Sacred // Handbook of Positive Psychology / ed. C. R. Snyder, S. J. Lopez. Oxford Univ. Pr., 2001. P. 646–659.
53. Psychological Egoism // Internet Encyclopedia of Philosophy. URL: <http://www.iep.utm.edu/>.
54. Raibley J. Well-being and the priority of values // Social Theory and Practice. 2010. Oct. P. 1–17.
55. Ryan R. M., Huta V., Deci E. L. Living well: A self-determination theory perspective on eudaimonia // Journ. of Happiness Studies. 2008. V. 9. P. 139–170.
56. Seligman M. E. P. Flourish. New York : Free Press, 2011.
57. Sheldon K. M., Elliot A. J. Goal striving, need satisfaction, and longitudinal well-being: The self-concordance model // Journ. of Personality and Social Psychology. 1999. Vol. 76, № 3. P. 482–497.
58. Twerski A. J. Twerski on Spirituality. New York : Shaar Pr., 1998.
59. Waterman A. S. The Psychology of Individualism. New York : Praeger, 1984.
60. Waterman A. S., Schwartz S. J., Conti R. The implications of two conceptions of happiness [hedonic enjoyment and eudaimonia] for the understanding of intrinsic motivation // Journ. of Happiness Studies. 2008. Vol. 9. P. 41–79.

L I T E R A T U R E

1. Abul'khanova K. A. Istoriya i perspektiva psikhologii individual'nosti. // Psikhologiya individual'nosti: Novye modeli i kontseptsii. М. : NOU VPO MPPI, 2009. S. 14–63.
2. Aristotel'. Nikomakhova etika. М. : EKSMO-Press, 1997. – 239 s.
3. Asmolov A. G. Psikhologiya lichnosti. М. : Smysl, 2010. – 448 s.
4. Gladuell M. Genii i autsaydery. М. : «ООО Yunayted Press», 2010. – 256 s.
5. Ermolaeva M. V. Prakticheskaya psikhologiya starosti. М. : EKSMO-Press, 2002. – 320 s.
6. Karabushchenko P. L. Elitologiya Platona (antichnye aspekty filosofii izbrannosti). Moskva – Astrakhan', 1998. – 170 s.

7. Karabushchenko P. L., Karabushchenko N. B. *Psikhologicheskie teo-rii elit*. M. : Pamyatniki istoricheskoy mysli, 2006. – 448 s.
8. Klement'eva M. V. Metodika otsenki biograficheskoy reflek-sii i ee psikhometricheskie kharakteristiki. // Pyataya Vseros-siyskaya nauchno-prakticheskaya konferentsiya po ekzistentsi-al'noy psikhologii (Moskva, 6 – 8 maya 2013 g.). Materialy soobshcheniy. M. : Smysl, 2013. – S. 78-80.
9. Koneva E. V., Smul'son M. L., Solondaev V. K. Metakognitivnye korrelyaty uspehnosti. // Nauchnyy zhurnal «Educatio». 2014, № 4. Chast' 5. – S. 29-32.
10. Levit L. Z. Lichnostno-orientirovannaya kontseptsiya schast'ya: zhizn' vo imya sebya. Minsk: izd-vo «A. N. Varaksin», 2011. – 112 s.
11. Levit L. Z. Lichnostno-orientirovannaya kontseptsiya schast'ya: kratkaya istoriya. // «Psikhologiya i psikhotehnika». 2012. №8. – S. 78-86.
12. Levit L. Z. Smysl i egoizm: sovmestimy li ponyatiya? // Pyataya Vserossiyskaya nauchno-prakticheskaya konferentsiya po ekzistentsial'noy psikhologii (Moskva, 6 – 8 maya 2013 g.). Materialy soobshcheniy. – S. 90-93.
13. Levit L. Z. Unikal'nyy potentsial, samorealizatsiya, schast'e. Saarbrucken: Lambert Academic Publishing, 2013. – 482 s.
14. Levit L. Z. Trening i diagnostika komponentov evdemoniche-skoy aktivnosti individa. // Aktual'nye problemy gumani-tarnykh i sotsial'no-ekonomicheskikh nauk: Sbornik materialov Sed'moy mezhdunarodnoy nauchno-prakticheskoy konferentsii. Chast' 2. – Saratov-Vol'sk: «Izd-vo Nauka», 2013. – S. 72-79.
15. Levit L. Z. Egoizm, lichnostnaya unikal'nost', nartsissizm: skhodstvo i razlichiya. // Pedagogicheskoe obrazovanie v Rossii. 2013. №4. – S. 212-225.
16. Levit L. Z. Lichnostno-orientirovannaya kontseptsiya schast'ya i kul'turno-istoricheskaya teoriya: mesto vstrechi. // L. S. Vygotskiy i sovremennaya kul'turno-istoricheskaya psi-khologiya / Materialy V Mezhdunarodnoy konferentsii. Go-mel': GGU im. F. Skoriny, 2014. – S. 41-43.
17. Levit L. Z. Vershinnaya psikhologiya L. S. Vygotskogo: ot kul'tury k superkul'ture. // Nasledie L. S. Vygotskogo. / Mate-rialy Mezhdunarodnoy nauchno-prakticheskoy konferentsii «Veresk II». M. : Lev", 2014. – S. 45-47.
18. Levit L. Z. Chto zhe takoe schast'e: opyt trekh issledovaniy. // Pedagogicheskoe obrazovanie v Rossii. 2014. № 4. – S. 139-148.
19. Levit L. Z. Individual'nyy potentsial i ego realizatsiya: dvusistemnaya kontseptsiya (v dvukh chastyakh). Minsk: RIVSh, 2014. Ch. 1. – 420 s.
20. Levit L. Z. Individual'nyy potentsial i ego realizatsiya: dvusistemnaya kontseptsiya (v dvukh chastyakh). Minsk: RIVSh, 2014. Ch. 2. – 272 s.
21. Levit L. Z. Lichnostno-orientirovannaya kontseptsiya schast'ya: dukhovnost' protiv gedonizma. // Religiya i obrazovanie v svetskikh obshchestvakh: opyt, problemy, perspektivy. / Materialy mezhdunarodnoy konferentsii. Minsk: Pravo i ekonomika, 2014. – S. 114-116.
22. Levit L. Z. Ispol'zovanie metodov vyborki perezhivaniy (ESM) v issledovaniyakh schast'ya. Minsk: RIVSh, 2014. – 148 s.
23. Levit L. Z. «Mif o peshchere» i elitarnoe soznanie. // Aktu-al'nye problemy issledovaniya massovogo soznaniya: Mate-rialy 2-y Mezhdunarodnoy nauchno-prakticheskoy konferen-tsii. M. : Izd-vo «Pero», 2015. – S. 404-422.
24. Levit L. Z., Radchikova N. P. Lichnostno-orientirovannaya kontseptsiya schast'ya: teoriya i praktika. // Natsional'nyy Psikhologicheskiy Zhurnal. 2012. №2 (8). – S. 81-90.
25. Levit L. Z., Radchikova N. P., Sapego E. I. Vliyaniye egoizma na emotsional'noye vygoraniye spetsialista. // Sovremennaya zaru-bezhnaya psikhologiya. 2013. №4. – S. 32-44.
26. Leont'ev D. A. Psikhologiya smysla. 2-e izd. M. : Smysl, 2003. – 487 s.
27. Leont'ev D. A. Novye orientiry ponimaniya lichnosti v psi-khologii: ot neobkhodimogo k vozmozhnomu. // Voprosy psikhologii. 2011. №1. – S. 3-27.
28. Lengle A. Viktor Frankl. Portret. M. : ROSSPEN, 2011. – 248 s.
29. Maslou A. Motivatsiya i lichnost'. 3-e izdanie. SPb.: Piter, 2009. – 352 s.
30. Nitshe F. Genealogiya morali. M. : Azbuka-klassika. 2011. – 224 s.
31. Rimskie stoiiki: Seneka, Epiktet, Mark Avreliy. M. : 1995. – S. 167-168.
32. Seligman M. Novaya pozitivnaya psikhologiya. Kiev: Sofiya, 2006. – 368 s.
33. Selli Dzh. Pessimizm. M. : Izd-vo LKI, 2007. – 336 s.
34. Chiksentmikhayi M. Potok: psikhologiya optimal'nogo perezhi-vaniya. M. : Smysl: Al'pina non-fikshn, 2011. – 464 s.
35. Shopengauer A. Aforizmy i maksimy. M. : Folio, 2001. – 448 s.
36. Jung K. Sinkhroniya: akazual'nyy ob"edinyayushchiy printsip M. : AST, 2009. – 352 s.
37. Epiktet. V chem nashe blago? Aforizmy. Mark Avreliy. Naedine s soboy. M. : AST, 2011. – 348 s.
38. Badhwar N. Well-Being: Happiness in a Worthwhile Life. Oxford: Oxford University Press, 2012. – 320 p.
39. Baltes P.B., Gluck J., Kunzmann U. Wisdom. Its Structure and Function in Regulating Successful Life Span Development. // Handbook of Positive Psychology. / Ed. Snyder C.R., Lopez S.J. Oxford University Press, 2001. – Pp. 327-344.
40. Baumeister, R.F., Vohs, K.D. The Pursuit of Meaningfulness in Life. // In: C.R. Snyder & S.J. Lopez (eds). Handbook of Positive Psychology. Oxford: Oxford University Press, 2001. – Pp. 604-618.
41. Feldman F. What is This Thing Called Happiness? Oxford: University Press, 2012. – 288 p.
42. Haybron D. M. Happiness. // Stanford Encyclopedia of Philosophy. [Электронный ресурс] – Режим доступа: <http://plato.stanford.edu/>
43. Helliwell J.F. Felicitators. // International Journal of Wellbeing. 2011. № 1 (2). – Pp. 193-306.
44. Kringelbach, M.L., Berridge K.C. Towards a functional neuroanatomy of pleasure and happiness. // Trends in Cognitive Sciences. 2009. Vol. 13. № 11. – Pp. 479-488.

45. Levit L. Z. Happiness: Person-Oriented Conception. // *International Journal of Advances in Psychology*. Vol. 1. Iss. 3. November, 2012. – Pp. 46-57.
46. Levit L. Z. Person-Oriented Conception of Happiness: Between Freud, Jung and Maslow // *International Journal of Economy, Management and Social Sciences*. 2013. August. № 2 (8). – Pp. 576-584.
47. Levit L.Z. Personal Uniqueness Therapy: Living with an Inner Ideal. // *American Journal of Applied Psychology*. Vol. 3. № 1, January 2014. – Pp. 1-7.
48. Levit L.Z. Meaning and Egoism: Are the Notions Compatible? // *International Journal of Social Science Research*. 2014. Vol. 2. № 1. – Pp. 102-112.
49. Mittelman W. Maslow's Study of Self-Actualization: A Reinterpretation. // *Journal of Humanistic Psychology*. 1991. Vol. 31. № 1. – Pp. 114 – 135.
50. Myers D. *The Pursuit of Happiness*. Quill: New York, 2002. – 333 p.
51. Norton D. L. *Personal Destinies. A Philosophy of Ethical Individualism*. Princeton: Princeton University Press, 1976. – 398 p.
52. Pargament K.I., Mahoney A. Spirituality. Discovering and Conserving the Sacred. // *Handbook of Positive Psychology*. / Ed. Snyder C.R., Lopez S.J. Oxford University Press, 2001. – Pp. 646-659.
53. Psychological Egoism. // *Internet Encyclopedia of Philosophy* [Электронный ресурс] – Режим доступа: <http://www.iep.utm.edu/>
54. Raibley J. Well-being and the priority of values. // *Social Theory and Practice*. 2010. Oct. – Pp. 1-17.
55. Ryan R. M., Huta V., Deci E. L. Living well: A self-determination theory perspective on eudaimonia. // *Journal of Happiness Studies*. 2008. V. 9. – Pp. 139-170.
56. Seligman M. E. P. *Flourish*. New York: Free Press, 2011. – 354 p.
57. Sheldon K. M., Elliot A. J. Goal striving, need satisfaction, and longitudinal well-being: The self-concordance model. // *Journal of Personality and Social Psychology*. 1999. Vol. 76. № 3. – Pp. 482-497.
58. Twerski A.J. *Twerski on Spirituality*. New York: Shaar Press, 1998. – 320 p.
59. Waterman A. S. *The Psychology of Individualism*. New York: Praeger, 1984. – 402 p.
60. Waterman A. S., Schwartz S. J., Conti R. The implications of two conceptions of happiness [hedonic enjoyment and eudaimonia] for the understanding of intrinsic motivation. // *Journal of Happiness Studies*. 2008. Vol. 9. – Pp. 41-79.

Статью рекомендует канд. филол. наук, доц. М. Б. Ворошилова.