

**Горбушина Анастасия Владимировна**,  
кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии ФГБОУ ВО «Вятский  
государственный университет», г. Киров  
[gorbushina\\_anast@mail.ru](mailto:gorbushina_anast@mail.ru)

### **Достижение психологического благополучия и социального успеха личности: ключевые аспекты концепции**

**Аннотация.** *Существование понятийной путаницы и разнородных эмпирических моделей требует разработки интегративной концепции психологического благополучия личности. Поиск методологически обоснованной модели психологического благополучия личности приобретает актуальность в связи с нарастающим количеством запросов на повышение уровня психологического благополучия со стороны психологической практики. Цель статьи – представить результаты теоретического проектирования в виде ключевых идей концепции достижения психологического благополучия личности. Разработка концепции произведена в контексте системного подхода и основана на методологии системогенеза и метасистемогенеза. По итогам анализа научной литературы и применения метода концептуального проектирования сформулированы основные положения концепции достижения психологического благополучия личности относительно его структуры, функционирования и генезиса, позволяющие составить многомерное представление о содержании психологического благополучия личности как феномена. Теоретические положения подлежат дальнейшей эмпирической и экспериментальной проверке.*

**Ключевые слова:** психологическое благополучие, личность, концепция, система взаимодействия с окружающей средой.

**Раздел:** 19.00.00 Психологические науки.

### **Введение**

Д. А. Леонтьев отмечает, что за последние два-три десятилетия счастье и субъективное благополучие вошли в ряд наиболее популярных и востребованных мишеней эмпирических исследований в науках о человеке [1]. В то же самое время в данной области научного знания отсутствуют единый тезаурус и однозначное понимание сути изучаемого феномена. В условиях наличия разнонаправленных методологических подходов к пониманию счастья и благополучия, большого количества эмпирических моделей счастья и благополучия личности актуальность приобретает «расчистка» понятийного аппарата и выход на разработку интегративной концепции счастья и благополучия личности.

На основе анализа работ Ф. Эндрюса и С. Уизи, Э. Динера, К. Рифф, С. Любомирски, К. Шелдона, Д. Шкаде, А. Маслоу, Г. Олпорта, К. Роджерса, Ш. Бюлер, М. Селигмана, Л. В. Куликова, Т. Д. Шевеленковой, П. П. Фесенко, О. С. Ширяевой, Р. М. Шамионова, Т. В. Бесконовой, Д. А. Леонтьева удалось составить понятийный континуум понятий, описывающий счастье и благополучие личности. Попытка упорядочить понятия предметной области и продемонстрировать их соотношения представлена на рис. 1.

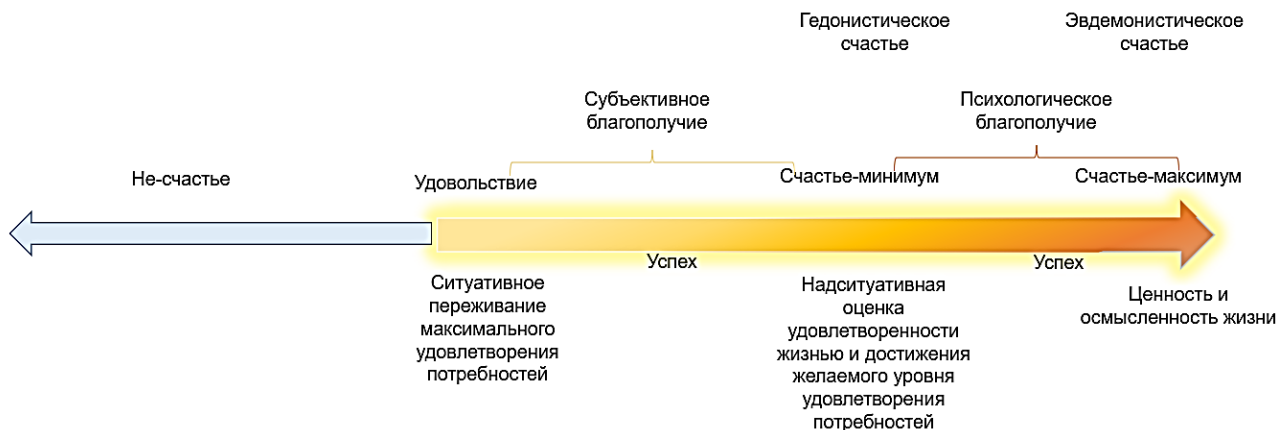


Рис. 1. Соотношение понятий в предметной области благополучия личности

Наиболее емким научным понятием, позволяющим адекватно содержанию исследовать счастье в психологической науке, является понятие «психологическое благополучие».

Как отмечает О. С. Ширяева, психологическое благополучие – совокупность личностных ресурсов, которая обеспечивает субъективную и объективную успешность личности в системе «субъект – среда» [2]. Главными критериями психологического благополучия личности выступают объективная успешность (социальное, физическое, психологическое и соматическое здоровье, результативность деятельности) и субъективное переживание благополучия, проявляющееся в ощущении счастья и удовлетворенности жизнью в целом. Данная модель однозначно указывает на необходимость системного рассмотрения психологического благополучия личности.

Достижение психологического благополучия возможно анализировать также в контексте деятельностного подхода, что позволило бы не только описать суть феномена, но и приблизиться к пониманию того, какие механизмы лежат в основе его достижения. В свою очередь, понимание механизмов функционирования психологического благополучия личности как системы может иметь выраженную практическую значимость и удовлетворить запросы психологической практики в плане оказания психологической помощи и повышения уровня благополучия.

### Теоретико-методологические основания проектирования концепции

Ключевыми теоретико-методологическими основаниями разработки концепции психологического благополучия выступают следующие.

1. Системный подход Б. Ф. Ломова [3], позволяющий анализировать сложные психические явления как системы, взаимодействующие со средой.

Уже в моделях К. Рифф, М. Селигмана, Р. М. Шамионова и других психологическое благополучие представлено как гетерогенное и неоднородное по своему составу.

В соответствии с системной методологией психологическое благополучие может рассматриваться как единая целостность, состоящая из определенных компонентов, взаимодействующих между собой для достижения результата. Она динамична, вписана в определенный контекст и должна исследоваться во взаимодействии с более крупными системами и окружающей средой.

2. Теория функциональных систем П. К. Анохина [4], последовательно описывающая содержание и характер взаимодействия живого организма с окружающей средой.

Если транспонировать взгляды П. К. Анохина на исследуемую предметную область, то психологическое благополучие может состоять из определенных блоков, функционировать рефлекторно и быть нацеленным на получение полезного результата в условиях окружающей среды.

Следовательно, психологическое благополучие может анализироваться как функциональная система, имеющая рефлекторный характер и нацеленная на удовлетворение потребностей и обеспечение успешного выживания в окружающей среде.

3. Концепция функциональной системы деятельности В. Д. Шадрикова [5], описывающая содержание и характер целенаправленной активности личности.

В соответствии с идеями В. Д. Шадрикова психологическое благополучие может исследоваться как функциональная система деятельности, имеющая изоморфное структуре деятельности внутреннее содержание. Существование и проявления системы психологического благополучия определяются целями, мотивами, а также внутренними ресурсами личности. Психологическое благополучие может по-разному функционировать во времени и в определенной ситуации, отражая субъектность личности. При функционировании психологического благополучия как деятельности качество ее выполнения и результативность будут более высокими.

4. Концепция системогенеза В. Д. Шадрикова, А. В. Карпова [6], описывающая существование и развитие системы деятельности в плане достижения цели и повышения ее эффективности.

Психологическое благополучие как функциональная система постоянно претерпевает изменения. Системогенез можно представить как процесс формирования составляющих, установление связей между ними и достижение согласованности компонентов в плане достижения целей – выстраивание деятельности до получения нормативного результата, достижение системой некоего уровня оптимального функционирования в данных условиях.

Другими словами, психологическое благополучие как функциональная система развивается во времени, может обогащаться по составу, наращивать внутренние связи между функциональными составляющими, увеличивать собственную эффективность в плане достижения целей и согласованности взаимодействия с окружающей средой.

5. Концепция метасистемогенеза А. В. Карпова [7], характеризующая включенность, саморегуляцию и взаимодействие системы с более крупными метасистемами.

Метасистемогенез с позиции А. В. Карпова есть «формирование способности системы использовать свои же собственные закономерности в качестве операционных средств саморегуляции – развитие системности как механизма этой регуляции» [7].

Следовательно, психологическое благополучие как система взаимодействует с более крупными метасистемами (личностью в целом и окружающей средой), регулируя собственную деятельность с помощью механизма системности и достигая более эффективного взаимодействия с метасистемами в виде внутреннего состояния удовлетворенности и достижения успеха во внешней среде в соответствии с замыслами субъекта. В данном случае успех и удовлетворенность становятся не просто критериями эффективности существования, но самостоятельными закономерными результатами деятельности системы.

6. Модель психологического благополучия О. С. Ширяевой

По мнению автора, психологическое благополучие представляет собой совокупность личностных ресурсов, которая обеспечивает субъективную и объективную успешность личности в системе «субъект – среда» [8].

Закономерно предположить, что психологическое благополучие как функциональная система должно описывать характер взаимодействия субъекта с окружающей средой, обеспечивающего организацию внутренних ресурсов личности, успешность личности во внутренней и внешней среде.

Обозначенные теоретико-методологические основания позволили выйти на уровень проектирования системного понимания психологического благополучия личности.

### *Ключевые положения концепции*

Результатом осмысления методологических идей выступила формулировка положений концепции психологического благополучия, описывающих суть феномена, его структуру, функционирование и генезис.

Тезисно зафиксируем основные положения концепции.

1. Понятие. Психологическое благополучие – это функциональная динамическая система организации внутренних ресурсов личности, целью которой является обеспечение сбалансированного взаимодействия с окружающим миром, переживание внутреннего удовлетворения и успех во внешнем мире.

Счастье может являться высшим уровнем переживания психологического благополучия личностью, при котором субъект переживает ценность и осмысленность жизни и способен к осознанной саморегуляции собственного взаимодействия с окружающей средой, а также систематическому переживанию успеха во внешней среде.

Подобное понимание сути феномена психологического благополучия открывает возможности исследования его вариативного содержания, а также указывает на достижение успеха и удовлетворенности как непосредственных закономерных результатов благополучного взаимодействия субъекта со средой.

2. Структура. Психологическое благополучие включает в себя функциональные блоки: мотивационный, целевой, блок информационной основы, принятия решения, блок индивидуальных особенностей личности, блок регуляции собственной деятельности и связи между ними.

На основе обобщения имеющихся моделей описания счастья, психологического благополучия и субъективного благополучия вслед за О. С. Ширяевой [9] предположим, что в состав психологического благополучия могут войти: целевой компонент (наличие цели, осмысленность жизни), мотивационный компонент (удовлетворение потребностей, мотивов саморазвития и самореализации), эмоциональный компонент (преобладание позитивных эмоций над негативными, эмоциональный комфорт, положительные эмоциональные состояния), компонент гармоничного самосознания (самопознание, позитивная самооценка, самопринятие) и компонент отношений с другими (гармоничные отношения с миром, осознанность себя в отношениях и конструктивное взаимодействие с окружающими).

Логично предположить, транспонируя структуру деятельности на систему психологического благополучия, что в составе психологического благополучия могут присутствовать, помимо обозначенных мотивационного и целевого, блок информационной основы взаимодействия с окружающим миром, блок принятия решения, блок индивидуально значимых качеств личности и блок саморегуляции, значимый для установления успешного взаимодействия со средой.

Определение избыточности перечня компонентов, меры согласованности целостности, характера связей между составляющими в настоящее время требует дополнительных исследовательских действий, применения метода психологического

анализа структуры. В науке подобных исследований не существует. Однако дальнейшее углубление исследования содержания и сути психологического благополучия как системы требует первоочередной фиксации именно структуры изучаемого явления.

3. Функционирование. Психологическое благополучие как система деятельности проявляет себя на разных уровнях зрелости, соответствующих разному содержанию и характеру взаимодействия со средой с точки зрения эффективности.

Методологические предпосылки функционирования разных уровней благополучия были обозначены в концептуальных схемах П. К. Анохина [10], В. Д. Шадрикова [11].

Функционирование психологического благополучия как системы определяется характером структуры, особенностями взаимосвязей между составляющими и достижением цели существования – достижения сбалансированного взаимодействия с окружающим миром: переживание удовлетворения во внутреннем плане и результативности поведения во внешней среде. Охарактеризуем данные уровни функционирования психологического благополучия как системы.

Генетически исходным представляется тот уровень взаимодействия субъекта со средой, при котором он вынужден реагировать на непосредственные стимулы извне. Обозначим данный уровень как реактивный (по П. К. Анохину).

Реактивный уровень взаимодействия со средой представлен на рис. 2. Форма взаимодействия с окружающим миром реактивная: организм реагирует на воздействие извне, вынужден на него отвечать и приспосабливаться к условиям ситуации.

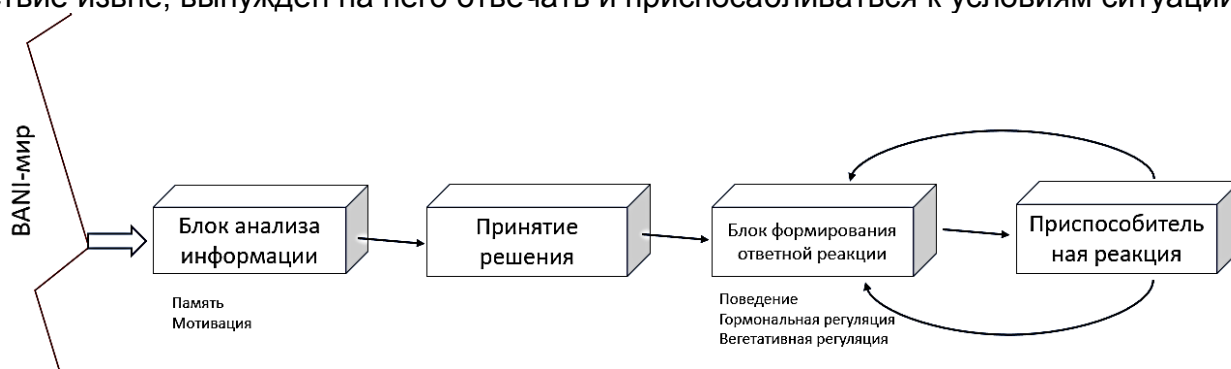


Рис. 2. Реактивный уровень взаимодействия со средой

Цель функциональной системы благополучия на данном уровне – обеспечение возможностей нормального функционирования организма и удовлетворения базовых потребностей.

В состав системы взаимодействия с окружающим миром входит минимально наполненная линейно выстроенная последовательность блоков формирования ответа на ситуацию: блок анализа информации (память, мотивация и афферентный синтез), блок принятия решения, блок формирования реакции (гормональная, вегетативная и регуляция поведения), которые дают в итоге приспособительную реакцию. Информация извне обрабатывается на уровне органов чувств, сопоставляется с механизмами памяти и мотивами личности. Далее на основе анализа поступившей информации принимается имплицитное импульсивное решение об определенной форме поведенческой реакции.

Система не сбалансирована. Во взаимодействии с окружающими – крен в сторону обстоятельств, довлеющих над личностью и не позволяющих реализовывать потенциал. Субъект вынужден приспосабливаться к постоянно меняющимся условиям ситуации и пребывает «в погоне за счастьем».



В подобной ситуации успех является случайностью, удачным стечением обстоятельств. Субъект понимает, что от него мало что зависит, переживает удовлетворенность ситуативно, по не зависящим от него причинам. Внезапный успех, удача могут переживаться как счастье. В целом мир и жизнь оцениваются как враждебные по отношению к нему, что приводит к общему ощущению неудовлетворенности жизнью.

Описанный характер взаимодействия со средой обусловлен генетически, складывается стихийно и представляет собой уровень импульсивной регуляции взаимодействия со средой.

Другими словами, психологическое благополучие на начальном уровне функционирования обладает свернутой структурой, линейными связями между компонентами и ограниченностью возможностей достижения успеха.

Более высокоорганизованным в плане достижения переживания внутреннего удовлетворения и успеха во внешнем мире является регулятивный уровень функционирования психологического благополучия.

Регулятивный уровень взаимодействия со средой представлен на рис. 3.

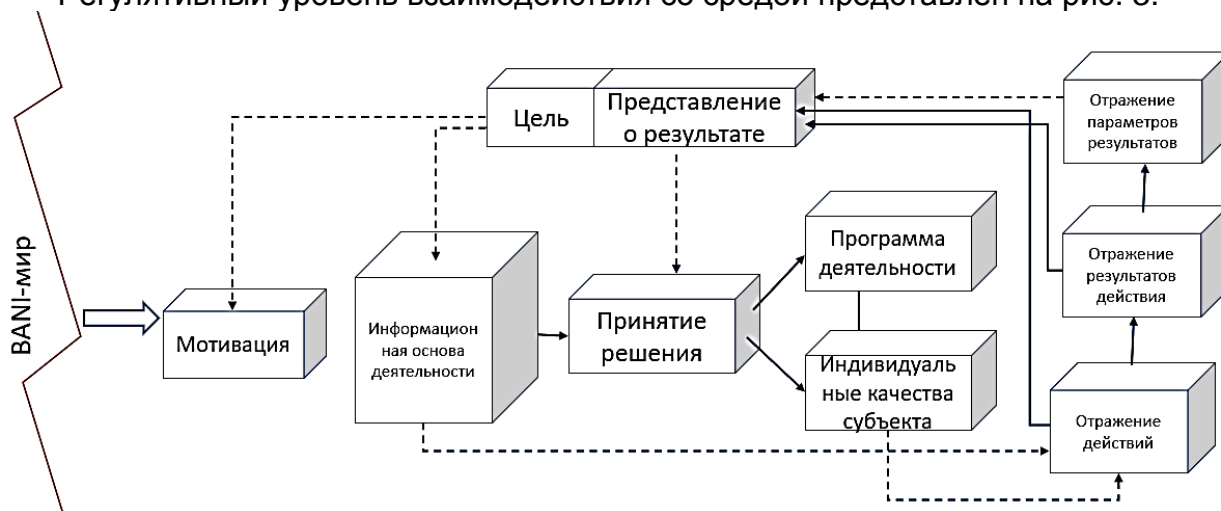


Рис. 3. Уровень рациональной регуляции взаимодействия со средой

Цель функциональной системы благополучия на данном уровне – обеспечение сознательной рационально обусловленной целенаправленной регуляции собственного поведения и удовлетворения максимального спектра дефицитарных и определенных бытийных потребностей. Поскольку данный уровень взаимодействия отличается осознанной целенаправленной активностью, будем считать этот уровень уже не просто поведением, но деятельностью по взаимодействию с окружающим миром (по В. Д. Шадрикову).

В состав системы взаимодействия с окружающим миром включены помимо базовых уже целевой блок, блок мотивации, блок информационной основы деятельности, блок принятия решения, блок формирования программы деятельности, блок индивидуальных качеств субъекта и блок регуляции действий. Можно заметить, что функциональный состав системы расширен. В состав включены новые компоненты, обеспечивающие достижение качественно иного уровня взаимодействия: цель, мотивация, программа деятельности и индивидуальные качества субъекта. Между компонентами устанавливаются качественно новые функциональные взаимосвязи. Другими словами, при взаимодействии с окружающим миром личность ориентируется не только на воздействие извне, на ситуацию, но и на собственные цели, имеющиеся

иерархию мотивов, а после принятия на основе обработки информации решения разрабатывает программу действий с учетом индивидуально-личностных особенностей.

Подобная форма взаимодействия со средой может быть охарактеризована как осознанная рациональная развернутая деятельность по взаимодействию с окружающим миром.

Система может функционировать сбалансированно в привычных условиях ситуации, но может быть и несбалансированной – при изменении обстоятельств или действиях в условиях неопределенности.

В подобном случае успех приходит в привычных и знакомых для субъекта ситуациях и влечет за собой переживание удовлетворенности в определенных условиях и сферах жизни. Успех и удовлетворенность могут «входить в привычку», и субъект может переставать оценивать их как таковые и переживать момент «счастья». В данном случае «счастье куется» силами человека, стремящегося к нему.

Описанный характер взаимодействия со средой является результатом происходящего системогенеза внутри системы и может стать закономерным результатом саморазвития личности. Включаясь в деятельность по саморазвитию, занимаясь рефлексивным анализом собственного поведения, субъект может подниматься на новый уровень взаимодействия с окружающим миром.

Другими словами, психологическое благополучие как система за счет расширения состава, образования дополнительных функциональных взаимосвязей между составляющими приобретает больше возможностей для реализации собственного внутреннего потенциала и достижения цели существования.

Качественно иной уровень функционирования психологического благополучия как системы – уровень саморегуляции системы – представлен на рис. 4. Он отличается наличием обратных взаимосвязей не только внутри системы, но и с внешней средой. Связи с окружающим миром дают возможность системе функционировать в контексте ситуации с учетом реализации собственного потенциала.

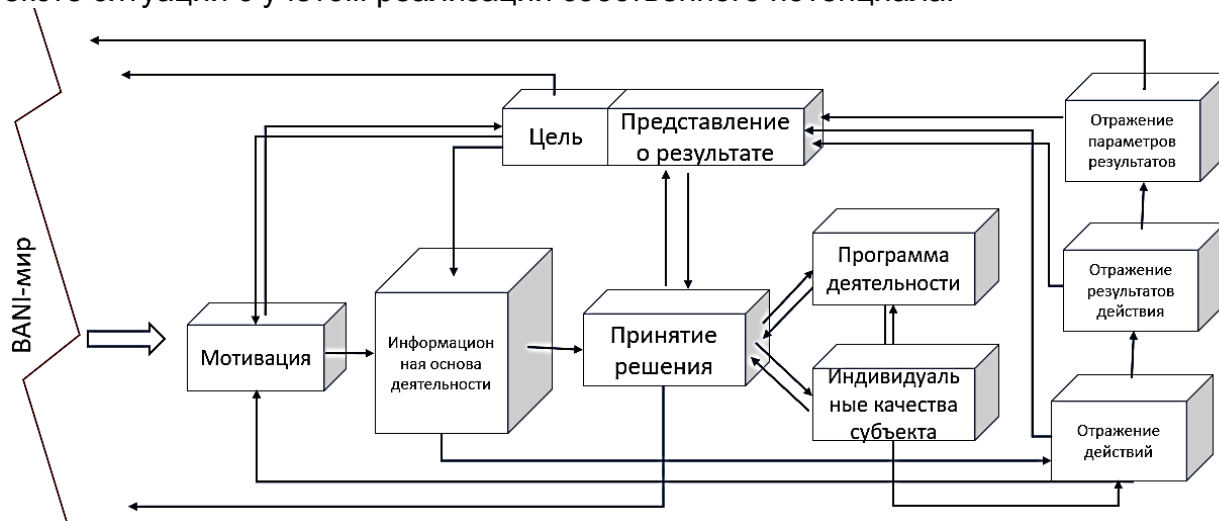


Рис. 4. Уровень проактивного взаимодействия с окружающей средой

Цель функциональной системы благополучия на данном уровне – осознанная саморегуляция деятельности и управление собственным взаимодействием с окружающим миром на основе антиципации и получения обратной связи от среды.

В состав системы взаимодействия входят те же компоненты, но связанные между собой не только прямыми, но и обратными связями, а также коррелирующие с окружающим миром. Многочисленные функциональные интра- и интервзаимосвязи

позволяют системе функционировать на качественно новом уровне организации, обеспечивая гибкое, осознанное изменение собственного взаимодействия с окружающим миром.

Подобная форма взаимодействия может быть охарактеризована как проактивная, при которой субъект выбирает наиболее адекватную стратегию поведения в данной ситуации, тем самым обеспечивая баланс взаимодействия с окружающим миром с учетом собственной личности и обратной связи от воздействия на среду. В тайм-менеджменте данный уровень взаимодействия с миром называется проактивным стилем жизни (по В. Франклу, С. Кови).

В условиях BANI-мира подобный уровень взаимодействия может обеспечить продуктивное поведение, а также субъективный и объективный успех. Логично предположить, что успех на данном уровне взаимодействия со средой систематический, поскольку субъект экологично реализует собственный потенциал с учетом изменяющейся ситуации. Соответственно, на данном уровне достижения баланса взаимодействия со средой личность демонстрирует гармоничность и психологическую зрелость в наивысшем ее проявлении, может переживать осмысленность и целостность собственной жизни, или экзистенциальное счастье.

Выход на описанный уровень гармоничного взаимодействия с окружающим миром возможен при выходе системы на уровень метасистемной регуляции внутренних процессов: применения системой механизмов системной регуляции по отношению к самой себе (по А. В. Карпову). Так система становится способна управлять самой собой с учетом как изменения ситуации, так и изменения собственного внутреннего состояния.

В описании О. И. Моткова [12] этот уровень функционирования психологического благополучия как системы соответствует гармоничной личности в ее ценностном понимании.

Высший уровень благополучного взаимодействия с окружающим миром доступен при специализированном обучении саморегуляции и требует не только понимания личностью своих внутренних особенностей функционирования психики, но и осознания специфики функционирования окружающей среды.

На уровне проактивного взаимодействия с окружающей средой в структуру функциональной системы взаимодействия могут входить различные образования, например цели и смысл жизни, представления о желаемых результатах деятельности, мотивация саморазвития и самореализации, ценности, позитивное мышление, критическое мышление, осознанное принятие решений, способности саморегуляции поведения и деятельности. Составляющие связаны между собой двусторонними связями и имеют связи с окружающим миром, позволяющие целостности регулировать собственное состояние в соответствии с ситуацией.

4. Генезис. Психологическое благополучие как система изменяется во времени.

В соответствии со взглядами В. Д. Шадрикова, А. В. Карпова [13] любая система претерпевает развитие, в ходе которого изменяется ее компонентный состав, налаживаются функциональные связи между составляющими и происходит согласование функционирования составляющих в плане достижения цели. Для психологического благополучия как системы данный постулат также применим.

Механизм перехода системы благополучного взаимодействия со средой с уровня на уровень – системогенез (формирование блоков, налаживание связей между составляющими и согласованность функционирования в плане достижения цели) и метасистемогенез (выстраивание связей с более крупными метасистемами).

Со временем субъект научается достигать успеха в отдельных ситуациях за счет объединения ресурсов внутреннего мира. С возрастом, с приобретением опыта, с развитием рефлексивных способностей и навыков саморегуляции взаимодействие с



окружающим миром может изменяться: становиться более или менее успешным под влиянием жизненных обстоятельств или кризисных ситуаций.

Метасистемогенез в отношении психологического благополучия как системы проявляется в освоении системой механизмов саморегуляции и применении системности как способе управления самой собой в контексте выстраивания взаимодействия с более крупными метасистемами: личностью, деятельностью, социальными системами. Так, психологически благополучная личность способна за счет своего состояния регулировать собственное поведение в реалиях современного мира, систематически добиваться успеха в разных жизненных обстоятельствах.

В основе механизма могут находиться процессы самоанализа собственного поведения и осознанной целенаправленной реализации ресурсов личности.

Понимание генезиса и механизмов динамики системы позволяет выходить на понимание способов достижения психологического благополучия личности.

### Заключение

Обозначенные ключевые положения открывают перспективы многомерного исследования психологического благополучия личности. Создание многопланового представления о психологическом благополучии позволит выходить на уровень воздействия и повышения уровня психологического благополучия.

Разработанная концепция имеет системный и деятельностный характер, что отличает ее от созданных ранее эмпирическим путем моделей субъективного и психологического благополучия. Основанная на системной методологии деятельностная концепция позволяет выйти на уровень понимания сложного нелинейного гетерохронного поливариантного достижения личностью психологического благополучия во взаимодействии с окружающим миром.

Концепция требует дальнейшего углубленного теоретического осмысления и экспериментального подтверждения.

### Ссылки на источники

1. Леонтьев Д. А. Счастье и субъективное благополучие: к конструированию понятийного поля // Мониторинг общественного мнения: экономические и социальные перемены. – 2020. – № 1. – С. 14–37.
2. Весна Е. Б., Ширяева О. С. Психологическое благополучие личности в экстремальных условиях жизнедеятельности: монография. – Петропавловск-Камчатский: КамГУ им. Витуса Беринга, 2012. – 246 с.
3. Ломов Б. Ф. Системность в психологии: избранные психологические труды. – Воронеж: МОДЭК; М.: Московский психолого-социальный институт, 1996. – 384 с.
4. Анохин П. К. Принципиальные вопросы общей теории функциональных систем. – М.: Директ-Медиа, 2008. – 131 с. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=39125>.
5. Шадриков В. Д. Психология деятельности человека. – М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2013. – 464 с. – URL: <https://publications.hse.ru/pubs/share/folder/22zdoun0i8/112989496.pdf>.
6. Шадриков В. Д., Карпов А. В. Системогенез деятельности. Игра. Учение. Труд: монография: в 4 т. – М.: Изд. дом РАО; Ярославль: ЯрГУ, 2017. – Т. I: Системогенез профессиональной и учебной деятельности. – 326 с.
7. Карпов А. В. Структура и сущность субъективной реальности: монография: в 2 т. Т. I. Сенсорика. Процессы. Сознание. – Ярославль: Филигрань, 2021. – С. 134.
8. Весна Е. Б., Ширяева О. С. Психологическое благополучие личности в экстремальных условиях жизнедеятельности: монография.
9. Там же.
10. Анохин П. К. Принципиальные вопросы общей теории функциональных систем.
11. Шадриков В. Д. Психология деятельности человека.
12. Мотков О. И. Исследование гармоничности личности: монография. – М.: РУСАЙНС, 2020. – 168 с. – URL: <https://dpo-journal.ru/publik/Motkov.pdf>.
13. Шадриков В. Д., Карпов А. В. Системогенез деятельности. Игра. Учение. Труд.

**Anastasiya V. Gorbushina,**

*Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor, Department of Psychology, Vyatka State University, Kirov*

[gorbushina\\_anast@mail.ru](mailto:gorbushina_anast@mail.ru)

### **Achieving psychological comfort and social success of the individual: key aspects of the concept**

**Abstract.** The existence of conceptual confusion and diverse empirical models requires the development of an integrative concept of the psychological comfort of the individual. The search for a methodologically grounded model of the psychological comfort of an individual is becoming relevant due to the growing number of requests for increasing the level of psychological comfort from psychological practice. The purpose of the article is to present the results of theoretical design in the form of key ideas of the concept of achieving the psychological comfort of the individual. The concept was worked out in the context of a systemic approach and is based on the methodology of system genesis and meta-system genesis. Based on the results of the analysis of scientific literature and the conceptual design method, the author formulates main provisions of the concept of achieving the personal psychological comfort regarding its structure, functioning and genesis, which make it possible to form a multidimensional idea of the essence of the psychological comfort of an individual as a phenomenon. Theoretical provisions are subject to further empirical and experimental verification.

**Key words:** psychological comfort, individual, concept, system of interaction with the environment.

### **References**

1. Leont'ev, D. A. (2020). "Schast'e i sub"ektivnoe blagopoluchie: k konstruirovaniyu ponyatijnogo polya", *Monitoring obshchestvennogo mneniya: ekonomicheskie i social'nye peremeny*, № 1, pp. 14–37 (in Russian).
2. Vesna, E. B. & Shiryaeva, O. S. (2012). *Psihologicheskoe blagopoluchie lichnosti v ekstremal'nyh usloviyah zhiznedeyatel'nosti: monografiya* KamGU im. Vitusa Beringa, Petropavlovsk-Kamchatskij, 246 p. (in Russian).
3. Lomov, B. F. (1996). *Sistemnost' v psilogii: izbrannye psihologicheskie trudy*, MODEK, Voronezh; Moskovskij psihologo-social'nyj institut, Moscow, 384 p. (in Russian).
4. Anohin, P. K. (2008). *Principial'nye voprosy obshchej teorii funkcional'nyh sistem*, Direkt-Media, Moscow, 131 p. Available at: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=39125> (in Russian).
5. Shadrikov, V. D. (2013). *Psihologiya deyatel'nosti cheloveka*, Izd-vo "Institut psilogii RAN", Moscow, 464 p. Available at: <https://publications.hse.ru/pubs/Share/folder/22zdoun0i8/112989496.pdf> (in Russian).
6. Shadrikov, V. D. & Karpov, A. V. (2017). *Sistemogenez deyatel'nosti. Igra. Uchenie. Trud: monografiya: v 4 t.*, Izd. dom RAO, Moscow; YarGU, Yaroslavl'. T. I: Sistemogenez professional'noj i uchebnoj deyatel'nosti, 326 p. (in Russian).
7. Karpov, A. V. (2021). *Struktura i suShchnost' sub"ektivnoj real'nosti: monografiya: v 2 t. T. I. Sensorika. Processy. Soznanie*, Filigran', Yaroslavl', p. 134 (in Russian).
8. Vesna, E. B. & Shiryaeva, O. S. (2012). Op. cit.
9. Ibid.
10. Anohin, P. K. (2008). Op. cit.
11. Shadrikov, V. D. (2013). Op. cit.
12. Motkov, O. I. (2020). *Issledovanie garmonichnosti lichnosti: monografiya*, RUSAJNS, Moscow, 168 p. Available at: <https://dpo-journal.ru/pablik/Motkov.pdf> (in Russian).
13. Shadrikov, V. D. & Karpov, A. V. (2017). Op. cit.

### **Рекомендовано к публикации:**

Горевым П. М., кандидатом педагогических наук,  
главным редактором журнала «Концепт»

Поступила в редакцию <i>Received</i>	06.07.22	Получена положительная рецензия <i>Received a positive review</i>	11.08.22
Принята к публикации <i>Accepted for publication</i>	11.08.22	Опубликована <i>Published</i>	31.08.22



[www.e-koncept.ru](http://www.e-koncept.ru)

Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0)

© Концепт, научно-методический электронный журнал, 2022

© Горбушина А. В., 2022