

АНТИКРИХКІСТЬ ЯК ВЛАСТИВІСТЬ ЖИТТЄСТІЙКОСТІ ОСОБИСТОСТІ

¹Вінницький національний технічний університет

Анотація

У статті досліджено суть та зміст антикрихкості як властивості життєстійкості особистості.

Ключові слова: людина, особистість, життєстійкість, антикрихкість, стрес.

Abstract

The article explores the essence and content of antifragility as a characteristic of personal resilience.

Keywords: human, personality, resilience, antifragility, stress.

Вступ

Сучасне суспільство ставить перед людьми нові завдання, при цьому відповідальність за власне життя та його успіх лежить на самій особі. Для успішної адаптації до активного та інтенсивного способу життя і самореалізації, людині необхідно розвивати навички розв'язання проблем та формувати відповідні властивості особистості. Це визначає важливість дослідження феномена життєстійкості.

Життєстійкість особистості – це вміння ефективно існувати всупереч життєвим перешкодам та труднощам. Це здатність людини зберігати баланс між пристосуванням до нових вимог та прагненням жити гармонійно, повноцінно.

Важливим чинником означення життєстійкості є поняття антикрихкості.

Метою статті є дослідження суті та змісту антикрихкості як властивості життєстійкості особистості.

Основна частина

Порівняльний аналіз поглядів вчених на поняття «життєстійкість» та «антикрихкість» засвідчує, що не зважаючи на значну сутнісну та змістовну подібність цих понять, вони різняться в контексті їхнього вживання.

При означенні життєстійкості акцентується увага на здатності індивіда або системи відновлюватися після стресу, перешкод чи невдачі, зберігаючи свою основну структуру і функції. Вказуючи на здатність пристосовуватися та відновлюватися, життєстійкість не завжди передбачає поліпшення, позитивні зміни та розвиток. Поняття життєстійкості також дуже часто сприймається як тотожне до таких адаптаційних особистісних характеристик як стресостійкість, емоційна стійкість, психологічна стійкість, психічна стійкість [1; 2; 3].

В порівнянні з життєстійкістю, антикрихкість вказує на властивість системи або об'єкта збільшувати свою витривалість і продуктивність внаслідок стресу, невдачі чи непередбачуваних змін. Антикрихкість не просто означає відновлення після труднощів, але активно використовує труднощі для поліпшення і розвитку [4; 5; 6].

Обидві концепції відображають здатність системи або індивіда долати труднощі. Але, антикрихкість краще виражає ідею отримання користі, зміцнення та розвитку завдяки стресовим ситуаціям, в той час, як життєстійкість акцентує на відновленні та збереженні після негативних впливів.

Але сутність та зміст феномену «життєстійкість» не потрібно спрощувати, зводячи його тільки до адаптаційних характеристик. Його потрібно розглядати через систему «Я – Інший», яка є системою

«взаємодії людини у світі» (із собою, із соціальним оточенням, природою та зовнішнім світом загалом), в якій вона не тільки пристосовується, хоча це теж важливо, але і на основі активної взаємодії, розвивається, стверджується, змінює умови, стає суб'єктом.

Життєстійкість є загальним, системоутворювальним поняттям, яке визначає всі сфери «стійкості людини», поєднуючи поняття «міцність, витривалість» («hardiness»), «пружність, гнучкість, відновлюваність» («resilience») та антикрихкість («розвиток») («antifragility»).

«Міцність», «гнучкість» та «антикрихкість» можемо визначити як системоутворювальні властивості «життєстійкості особистості». *В контексті буття особистості як цілісної сутності, «антикрихкість» є визначальною властивістю життєстійкості особистості.*

Основоположником дослідження поняття антикрихкості є Н. Талеб. Він визначає антикрихкість як властивість, яка виходить за межі простої витривалості та володіє здатністю до росту та зміцнення при зіткненні з викликами та труднощами, «антикрихкість – не те саме, що гнучкість чи міцність. Гнучке витримує удар і лишається таким самим; антикрихкому ж удар іде на користь, воно стає кращим» [5].

У книзі «Антикрихкість: як вигравати в умовах невизначеності та хаосу» (2012) вчений висловлює ідею того, що певні системи або структури можуть не лише витримувати стрес чи труднощі, але й набирати силу та процвітати через ці виклики. Н. Талеб досліджує як системи та люди можуть стати більш стійкими, реагуючи на виклики, аналогічно імунній системі. Він розрізняє крихкі, стійкі та антикрихкі елементи, сприяючи розвитку антикрихкості, яка дозволяє системам стати більш ефективними. Дослідник також зауважує, що надмірний захист може завдати шкоди, ослаблюючи антикрихкі системи. Тому важливо сприяти зміцненню внутрішньої здатності до розвитку на основі природних ризиків і стресових ситуацій [5].

Антикрихкість особистості визначає новий погляд на людську стійкість та розвиток у сучасному світі. Ця концепція стверджує, що справжня сила особистості виявляється не в уникненні труднощів, а в умінні використовувати їх як стимул для особистісного росту та самовдосконалення. Антикрихка особистість не обмежується стабільністю у звичайних умовах; навпаки, вона знаходить свою силу у викликах, які їй подає життя. Така особистість відзначається відкритістю до помилок, оскільки вона розглядає їх не як невдачі, а як можливість навчитися та вдосконалити свої здібності. Помилки для антикрихкої особистості служать не просто втратою, але й стимулом до подальшого розвитку та досягнення нових вершин.

Концепція антикрихкості засвідчує, що розвиток особистості – це постійний, неперервний процес. Антикрихка особистість не задовольняється станом речей, а навпаки, постійно прагне стати кращою, удосконалюючи свої навички та розвиваючи свої якості. Вона прагне не тільки адаптуватися до змін, але і використовувати їх для свого власного зростання та розвитку.

Видатні дослідники антикрихкості, Г. Лук'янофф та Дж. Гайдт, у своїй роботі «Крихкість інтернет покоління: як тепличне виховання шкодить сучасній молоді» (2018), звертають увагу на наростаючу «культуру одержимості безпекою», що стрімко поширюється після 2013 року, зокрема в численних американських університетах.

Автори акцентують, як сучасне виховання, спрямоване на забезпечення безпеки, може призвести до формування «крихких» особистостей, які не володіють достатнім рівнем адаптаційної здатності до викликів та стресових ситуацій. Зазначається, що ця теплична атмосфера може обмежувати розвиток резильєнтності та самостійності в молоді, оскільки вони стають менш придатними до вирішення труднощів. Аналізуючи вплив «культури одержимості безпекою», дослідники розглядають, як ця тенденція може впливати на психологічний стан та розвиток індивіда, особливо в умовах зростання викликів, які ставлять перед молоддю сучасний світ та інтернет-середовище [6].

Ідея антикрихкості здобула широкий резонанс в різних галузях, включаючи менеджмент, психологію, економіку та інші сфери.

Для втримання перед впливом навколишнього середовища та уникнення втрати власної ідентичності у мозаїці безкінечних стереотипів та шаблонів, важливо мати суб'єктність. Ключовим аспектом цієї суб'єктності є наявність життєстійкості (антикрихкості) особистості, яка сприяє знаходженню конструктивних шляхів для власного саморозвитку, самовдосконалення та самоактуалізації. Це дозволяє досягти «стану свободи», перш за все, «внутрішньої свободи», перетворитися в керівника (менеджера) свого власного життя і стати активним суб'єктом власної долі.

Висновки

Здатність до адаптації, конструктивної реакції на стресові ситуації та постійний розвиток в умовах невизначеності виявляються ключовими рисами антикрихкої особистості. Антикрихкість розглядається не лише як стійкість до негативних впливів, але й як можливість використовувати виклики для особистісного зростання та самовдосконалення. Така особистість не тільки витримує труднощі, але й знаходить у них стимул для постійного розвитку.

Засвоєння концепції антикрихкості є важливим в контексті сучасного світу, де зміни та невизначеність стали нормою. Це допоможе особистості не лише пережити труднощі, але й активно взяти в них участь, трансформуючи виклики у джерело власного зростання та вдосконалення. Таким чином, антикрихкість є не лише психологічною властивістю, властивістю життестійкості, але й філософією життя, що сприяє позитивному розвитку особистості в умовах постійних змін та викликів.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Maddi S. Hardiness: An operationalization of existential courage. *Journal of Humanistic Psychology*. 2004. Apr. 44. P. 279–298.
2. Титаренко Т. М., Ларіна Т. О. Життестійкість особистості: соціальна необхідність і безпека: навч. посіб. Київ, 2009. 76 с. Режим доступу: https://lib.iitta.gov.ua/9065/1/Zhiznestoykost_lichnosti.pdf
3. Чиханцова О. А. Психологічні основи життестійкості особистості: монографія. Київ: Талком, 2021. 319 с.
4. Талєб Н. Н Чорний лебідь. Про (не)ймовірне у реальному житті. Київ: Наш Формат, 2023. 392 с.
5. Талєб Н. Н. Антикрихкість. Про (не)вразливе у реальному житті. Київ: Наш Формат, 2023. 400 с.
6. Лук'янофф Г., Гайдт Дж. Крихкість інтернет покоління: як тепличне виховання шкодить сучасній молоді. Київ: Наш формат, 2022. 400 с.

Прищак Микола Дем'янович – канд. пед. наук, доцент кафедри філософії та гуманітарних наук, Вінницький національний технічний університет, м. Вінниця, e-mail: m_pryschak@ukr.net

Геркалюк Ірина Артемівна – студентка групи МР-22б, Факультет менеджменту та інформаційної безпеки, Вінницький Національний Технічний Університет, Вінниця, e-mail: 2604gia@gmail.com

Хамазюк Богуслава Вікторівна – студентка групи МР-22б, Факультет менеджменту та інформаційної безпеки, Вінницький Національний Технічний Університет, Вінниця, e-mail: boguslavahamazuk@gmail.com

Pryshchak Mykola Demianovych – Cand. Sc. (Eng), Associate Professor of the Department of Philosophy and Humanities, Vinnytsia National Technical University, Vinnytsia, e-mail: m_pryschak@ukr.net

Gerkaliuk Iryna Artemivna – student of the group MR-22b, Faculty of Management and Information Security, Vinnytsia National Technical University, Vinnytsia, e-mail: 2604gia@gmail.com

Hamazuk Bohuslava Viktorivna – student of the group MR-22b, Faculty of Management and Information Security, Vinnytsia National Technical University, Vinnytsia, e-mail: boguslavahamazuk@gmail.com