

Научная статья
УДК 159.95
DOI: 10.20323/1813-145X_2024_1_136_109
EDN: RFQWLS

Жизнеспособность, экзистенциальная исполненность и ценностные ориентации личности

Ольга Владиславовна Трушина^{1✉}, Елена Александровна Рыльская², Дмитрий Николаевич Погорелов³

¹Психолог, фонд 2020 (фонд социальных, культурных и образовательных инициатив). 454091, г. Челябинск, ул. Кирова, 159

²Доктор психологических наук, доцент, заведующая кафедрой психологии управления и служебной деятельности, Южно-Уральский государственный университет (НИУ). 454080, г. Челябинск, пр. Ленина, 76

³Кандидат психологических наук, доцент кафедры общей психологии, психодиагностики и психологического консультирования, Южно-Уральский государственный университет (НИУ), 454080 пр. г. Челябинск, Ленина, 76

¹trushina.o.v@mail.ru[✉], <https://orcid.org/0009-0002-4048-3839>

²elena_rylskaya@mail.ru, <https://orcid.org/0000-0003-3075-5255>

³pogorelovdn@mail.ru, <https://orcid.org/0000-0002-4893-4334>

Аннотация. Современный мир во многом достиг апогея своего развития. Центральная проблема выживания и удовлетворения базовых потребностей стала менее актуальна, фокус внимания личности сместился в сторону реализации собственного потенциала, осознания жизненных смыслов, глубокого понимания себя и других, инициации в собственном предназначении для гармоничной жизни.

Достичь оптимального уровня жизнеспособности, при котором личность может устойчиво и стабильно развиваться, выступая «творцом» собственного жизненного пути, оказывается непросто, ввиду того, что упомянутая задача реализуется в тотальной ситуации неопределенности и «турбулентности», которая царит в обществе, а также сопряжена с многочисленными трудностями настоящего времени: пандемии, экономические кризисы, разворачивание войн и вооруженных конфликтов. Именно поэтому актуально исследовать феномен жизнеспособности, посредством этого сокращая количество «белых пятен», которых в рассматриваемой теме существует множество ввиду относительно недавно возникшего интереса психологов к феномену, чем и продиктована необходимость данного исследования.

Цель статьи – изучение соотношения жизнеспособности с уровнем экзистенциальной исполненности и ценностными ориентациями личности. Выборку данного исследования составили 117 человек, из них 85 лиц женского пола и 32 лица мужского пола в возрасте от 18 до 55 лет.

В исследовании были обнаружены значимые взаимосвязи между показателями жизнеспособности, уровнем экзистенциальной исполненности и ценностными ориентациями в группах с низким, средним и высоким уровнем жизнеспособности, в этих группах удалось выявить различия в преобладании тех или иных показателей. Кроме того, определены экзистенциально-ценностные характеристики личности, выступающие факторами жизнеспособности.

Ключевые слова: жизнеспособность; экзистенциальная исполненность; ценностные ориентации; экзистенциально-ценностные факторы жизнеспособности; сферы реализации ценностей; способности адаптации; способности саморегуляции; способности саморазвития; осмысленность жизни

Для цитирования: Трушина О. В., Рыльская Е. А., Погорелов Д. Н. Жизнеспособность, экзистенциальная исполненность и ценностные ориентации личности // Ярославский педагогический вестник. 2024. № 1 (136). С. 109-120. http://dx.doi.org/10.20323/1813-145X_2024_1_136_109. <https://elibrary.ru/RFQWLS>

Original article

Relationship of viability with the level of existential fulfillment and value orientations of personality**Olga V. Trushina¹✉, Elena A. Rylskaya², Dmitry N. Pogorelov³**¹Psychologist, Fund 2020 (fund for social, cultural and educational initiatives). 454091, Chelyabinsk, Kirov st., 159²Doctor of psychological sciences, associate professor, head of department of psychology of management and service activities, South Ural state university (NIU). 454080, Chelyabinsk, Lenin ave., 76³Candidate of psychological sciences, associate professor at department of general psychology, psychodiagnosis and psychological counseling, South Ural state university (NIU), 454080, Chelyabinsk, Lenin ave., 76¹trushina.o.v@mail.ru ✉, <https://orcid.org/0009-0002-4048-3839>²elena_rylskaya@mail.ru, <https://orcid.org/0000-0003-3075-5255>³pogorelovdn@mail.ru, <https://orcid.org/0000-0002-4893-4334>

Abstract. The modern world has reached the apogee of its development in many ways. The central problem of survival and satisfaction of basic needs has become less relevant, the focus of the individual's attention has moved onto realization of one's own potential, awareness of life meanings, deep understanding of oneself and others, initiation in one's own destiny for a harmonious life. Achieving an optimal level of vitality, at which a person can develop steadily and stably, acting as the «creator» of his own life path, is not easy, due to the fact that the mentioned task is implemented in a total situation of uncertainty and «turbulence» that reigns in society, and is also associated with numerous difficulties of the present time: pandemics, economic crises, the unfolding of wars and armed conflicts. That is why it is important to study the phenomenon of vitality, thereby reducing the number of «blank spots», there are many of them in the topic under consideration due to the relatively recent interest of psychologists in the phenomenon, which dictates the need for this study.

The purpose of the article is to study the relationship between vitality and the level of existential fulfillment and value orientations of the individual.

The sample of this study consisted of 117 people, of whom 85 were female and 32 were male, aged 18 to 55 years.

The study found significant relationships between indicators of vitality, the level of existential fulfillment and value orientations in groups with low, medium and high levels of vitality; in these groups it was possible to identify differences in the predominance of certain indicators. In addition, the existential-value characteristics of the individual, which act as factors of vitality, have been identified.

Key words: resilience; existential fulfillment; value orientations; existential-value factors of resilience; spheres of realization of values; ability to adapt; ability of self-regulation; ability of self-development; meaningfulness of life

For citation: Trushina O. V., Rylskaya E. A., Pogorelov D. N. Relationship of viability with the level of existential fulfillment and value orientations of personality. *Yaroslavl pedagogical bulletin*. 2024; (1): 109-120. (In Russ.). http://dx.doi.org/10.20323/1813-145X_2024_1_136_109. <https://elibrary.ru/RFAQWLS>

Введение

Для настоящего времени характерно то качество жизни и комфорта населения, о котором раньше можно было только мечтать. Маятник качнулся: поскольку центральная проблема выживания и удовлетворения базовых потребностей стала менее актуальна, фокус внимания личности сместился в сторону реализации собственного потенциала, осознания жизненных смыслов, глубокого понимания себя и других, инициации в собственном предназначении для гармоничной жизни. Иными словами, на передний план выступили «потребности духа», затмившие «потребности тела».

Данный результат едва ли может быть оценен в дихотомии «положительно-отрицательно»: он успешно способствовал разрешению одного ряда

проблем, создавая при этом множество других. Достичь оптимального уровня жизнеспособности, при котором личность может устойчиво и стабильно развиваться, выступая «творцом» собственного жизненного пути, оказывается весьма непросто ввиду того, что упомянутая задача реализуется в тотальной ситуации неопределенности и «турбулентности», которая царит в обществе, а также сопряжена с многочисленными трудностями настоящего времени: пандемии, экономические кризисы, разворачивание войн и вооруженных конфликтов. В таком контексте особенно остро обнажается проблема психической нежизнеспособности населения: депрессия провозглашается «болезнью цивилизации», увеличивается число парасуицидов и завершённых самоубийств; человек оказывается лицом к лицу с экзистенциальными данностями бытия, кон-

фликт внутри которых разрешить оказывается невозможным [Seligman, 2000; Muddi, 1984].

Состояние дистресса в описанных условиях само по себе является деструктивным. Как справедливо отмечает Т. А. Нестик, ситуацию неопределенности в современном мире необходимо воспринимать не как проблему или преграду, а как вызов. Таким образом, её успешное переживание заключается не в разрешении этой ситуации, не в борьбе с жизненным контекстом, а в умении адаптироваться к реалиям настоящего, используя потенциал жизнеспособности, позволяющий с помощью творчества и смыслотворчества получить ресурс для преодоления трудностей, наиболее благоприятно разрешив адаптационный конфликт личности и среды [Нестик, 2016; 2018; 2020].

В поле психологии появляется крайне важная и острая социальная проблема жизнеспособности человека, актуальный практический запрос на решение которой сложно подвергнуть сомнению [Махнач, 2007]. Теперь человечеству предстоит решить её не на уровне витальных потребностей, а применительно к необходимости прожить осмысленную жизнь, оптимальным образом адаптируя арсенал собственных способностей, реализуя конгруэнтные и гармоничные отношения с собой и окружающим миром, будучи открытой саморазвивающейся системой, пребывающей в постоянном развитии [Рыльская, 2013].

Именно поэтому феномен жизнеспособности изучается сейчас достаточно активно. Важно то, что активизация исследовательского интереса к проблеме жизнеспособности отмечается среди отечественных ученых, поскольку в зарубежье она и ранее была достаточной высокой. Феномен жизнеспособности человека рассматривается сейчас в разных сферах: в системе психологического сопровождения профессиональной деятельности [Березовская, 2016; Алексанова, 2023; Осинцева, 2023], в контексте психологии здоровья [Ельникова, 2023; Чжоу, 2022] и наркологии [Амосов, 2023], в процессе образовательной деятельности [Слотина, 2023; Абрамян, 2023; Богомазова, 2023; Соколова, 2022], в психологии стресса и стрессоустойчивости человека [Махнач, 2023], в психологии цифрового пространства человека [Многосмылова, 2020; Пуясов, Pogorelov, Nikolov, 2020]. Появляются новые направления исследования жизнеспособности, к числу которых, несомненно, можно отнести комплекс исследований, посвященных изучению жизнеспособности специалиста экстремальной профессии [Котовская, 2019; Kotovskaya, Boyko, Mosyagin, Khokhrina, 2023]. В рамках этого направления

разработана системно-дескриптивная концепция жизнеспособности специалиста экстремальной профессии как самоорганизующегося образования [Котовская 2021]. Активизируются кросскультурные [Махнач, 2023; Kotovskaya, Boyko, Mosyagin, Khokhrina, 2023] и гендерно-возрастные исследования жизнеспособности [Лактионова, 2022], тем самым постепенно сокращается количество «белых пятен», которых в рассматриваемой теме существует множество ввиду относительно недавно возникшего интереса психологов к феномену жизнеспособности.

Вместе с тем, при всей своей практической значимости для поддержания «способности жить», для решения теоретико-прикладных задач современной постнеклассической психологии, сравнительно мало изученными оказываются экзистенциально-ценностные аспекты жизнеспособности человека [Лактионова, 2022], чем и продиктована необходимость данного исследования. Оно, в свою очередь, поможет аккумулировать теоретическую базу, имеющуюся на данный момент в психологическом поле, обнаружить закономерности, позволяющие в дальнейшем предоставить людям инструменты, необходимые не только для повышения уровня жизнеспособности, но и, как следствие, качества жизни в целом.

Целью данной статьи является изучение соотношения между жизнеспособностью, уровнем экзистенциальной исполненности и ценностными ориентациями человека.

Для реализации заданной цели были поставлены следующие задачи:

1. Выявить и проанализировать совокупность значимых взаимосвязей показателей жизнеспособности, уровня экзистенциальной исполненности и ценностных ориентаций личности в группе с низким, средним и высоким уровнем жизнеспособности.
2. Определить экзистенциально-ценностные факторы жизнеспособности.

Методы исследования

В исследовании использовались методы психологического тестирования и математической обработки данных: корреляционный анализ (коэффициент корреляции Спирмена), факторный анализ. Статистические данные получены посредством использования лицензионного приложения SPSS. Для эмпирического исследования использовался комплекс стандартизированных психодиагностических методик: «Жизнеспособность человека» (ТЖЧ) Е. А. Рыльской, шкала

экзистенции А. Лэнгле и К. Орглер в адаптации С. В. Кривцовой, морфологический тест жизненных ценностей (МТЖЦ) В. Ф. Сопова и Л. В. Карпушиной.

Результаты и дискуссия

На первом этапе исследования выявлялись показатели жизнеспособности, а также уровня экзистенциальной исполненности и ценностных ориентаций личности. Результаты исследования распределились следующим образом: из общей выборки в количестве 117 человек 33 имели низкий уровень жизнеспособности, 48 человек – средний уровень, и 36 человек, соответственно, высокий уровень жизнеспособности.

В свою очередь, большинство участников имели средний уровень экзистенциальной исполненности, низкий и высокий уровни распределились примерно равным образом, разделив оставшуюся часть выборки условно пополам. В контексте показателей, связанных с ценностными ориентациями личности, необходимо отметить, что посредством проведения исследования были получены 8 показателей, характеризующих ценности респондентов (развитие себя, духовное удовлетворение, креативность, социальные контакты, собственный престиж, дости-

жения, материальное положение, сохранение индивидуальности), а также показатели по 6 сферам, в которых упомянутые ценности могут быть реализованы (профессиональная, обучение и образование, семейная, общественная, увлечения, физическая). Полученные данные использовались в ходе дальнейшего проведения корреляционного, сравнительного и факторного анализа.

В рамках исследования была поставлена задача: выявление и анализ совокупности значимых взаимосвязей между показателями жизнеспособности, уровнем экзистенциальной исполненности и ценностными ориентациями личности. Распределение результатов согласно уровню жизнеспособности позволило получить три отдельных выборки: группы с низким, средним и высоким уровнем жизнеспособности соответственно. Дальнейший анализ взаимосвязей проводился в каждой группе.

Вначале проанализируем взаимосвязь изучаемых феноменов в группе с низким уровнем жизнеспособности. Результаты корреляционного анализа показателей жизнеспособности, уровня экзистенциальной исполненности и ценностных ориентаций личности представлены в табл. 1.

Таблица 1.

Взаимосвязь показателей жизнеспособности с уровнем экзистенциальной исполненности и ценностными ориентациями в группе с низким уровнем жизнеспособности

| Показатели жизнеспособности | SD | ST | F | V | G | МП |
|--|---------|---------|---------|--------|---------|---------|
| Способности адаптации | 0,522** | 0,430* | - | - | 0,410* | -0,380* |
| Способности саморегуляции | - | - | - | - | - | - |
| Способности саморазвития | - | - | - | - | - | - |
| Осмысленность жизни | - | 0,776** | 0,566** | 0,353* | 0,649** | - |
| Общий показатель уровня жизнеспособности | 0,514** | 0,649** | 0,555** | 0,435* | 0,691** | -0,385* |

Условные обозначения: * - $p < 0,05$; ** - $p < 0,01$. SD – «Самодистанцирование»; ST – «Самотрансценденция»; F – «Свобода»; V – «Ответственность»; G – Общий уровень экзистенциальной исполненности; МП – «Материальное положение».

Детально проанализируем взаимосвязь каждого показателя жизнеспособности с изучаемыми феноменами. Приведенные в таблице значения свидетельствуют о наличии положительной значимой взаимосвязи между способностями адаптации и самодистанцированием, это обусловлено тем, что, имея определенный уровень гибкости и умения приспосабливаться к требованиям окружающей среды, человек способен посмотреть на самого себя и собственные действия со стороны, подвергнув их объективной оценке и анализу. В то же время способности адаптации позволяют чувствовать сопричаст-

ность к проживаемому опыту, быть открытым и доступным для контакта с миром, решительно осуществлять действия, опираясь на внутренние ориентиры и чувство долга, что подтверждает положительная значимая взаимосвязь способностей адаптации с показателями самотрансценденции и меры экзистенциальной исполненности. Отметим, что между способностями адаптации и материальным положением наблюдается отрицательная значимая взаимосвязь. Для объяснения полученного результата обратимся к терминологической природе феномена: если адаптация – гибкое приспособление ко внешним и внутренним

изменениям, то можно предположить, что адаптированный человек не стремится к постоянству материального положения, так как в любой момент может успешно разрешить жизненные трудности благодаря умению приспосабливаться к текущим условиям среды. При потере постоянства и устойчивости собственного материального положения адаптивность поможет индивиду аккумулировать внутренние ресурсы для восстановления утраченного баланса.

В свою очередь, показатель «осмысленность жизни» имеет положительные значимые взаимосвязи с самотрансценденцией, свободой, ответственностью и общим уровнем экзистенциальной исполненности. Это подчеркивает тот факт, что человек, обладающий определенной степенью осознанности по отношению к жизни, понимающий причинно-следственные связи происходящих с ним событий и природу собственных поступков, склонен действовать, опираясь на внутренние мотивы, доводить до логического завершения свои действия, иметь уверенность, выполняющую компенсаторную функцию по отношению к долгому ожиданию результата от приложенных усилий. Такой человек воспринимает происходящее с ним неразрывно от личности, четко прослеживая и отмечая собственный вклад в общий жизненный процесс, таким образом осознавая ответственность как перед собой, так и перед другими людьми.

Далее, положительная значимая взаимосвязь наблюдается между общим уровнем жизнеспособности и всеми показателями экзистенции: самодистанцированием, самотрансценденцией, свободой и ответственностью, и, как следствие, с суммирующим показателем по шкале экзистенции, что позволяет сделать вывод: чем больше уровень жизнеспособности, тем выше мера экзистенциальной исполненности личности. И дей-

ствительно, личность адаптивная, стремящаяся к познанию и саморазвитию, способная регулировать собственные проявления и оптимально встраиваться в социальную среду, осознающая специфику жизненных смыслов, взгляды, ценности, склонна воспринимать жизнь как более эмоционально насыщенную, благодаря умению пользоваться своим «внутренним компасом», чутко опираться на собственные ощущения, с одной стороны, ориентируясь на ситуацию, с другой, – исполняя персональную экзистенциальную сущностную структуру.

Отрицательная значимая взаимосвязь наблюдается между общим уровнем жизнеспособности и показателем, характеризующим материальное положение. Этот тезис возможно объяснить применительно к характеристике группы, в которой наблюдается существующая закономерность: поскольку в рассматриваемой выборке респонденты имеют низкий уровень жизнеспособности, можно предположить, что данный результат связан не столько со спецификой связи, с тем фактом, что для людей, имеющих низкий уровень жизнеспособности, материальное положение может выступать неким компенсаторным механизмом, который подменяет личностную адаптивность опорой в виде иного, материального эквивалента. Это та ценность, опираясь на которую, человек чувствует себя вполне приспособленным к окружающей среде.

Далее рассмотрим получившиеся результаты в группе со средним уровнем жизнеспособности, для этого обратимся к таблицам 2 и 3, которые в силу объема данных разделены (в первом случае отображаются взаимосвязи показателей жизнеспособности с субшкалами экзистенции, во втором – с ценностными ориентациями и жизненными сферами их реализации).

Таблица 2.

Взаимосвязь показателей жизнеспособности с уровнем экзистенциальной исполненности и ценностными ориентациями в группе со средним уровнем жизнеспособности

| Показатели жизнеспособности | SD | ST | F | V | G |
|--|---------|---------|---------|---------|---------|
| Способности адаптации | 0,409** | - | - | 0,356* | 0,400** |
| Способности саморегуляции | - | - | - | 0,342* | - |
| Способности саморазвития | 0,436** | - | 0,369** | - | 0,399** |
| Осмысленность жизни | 0,358* | 0,644** | 0,474** | - | 0,533** |
| Общий показатель уровня жизнеспособности | 0,546** | 0,581** | 0,558** | 0,512** | 0,698** |

Условные обозначения: * - $p < 0,05$; ** - $p < 0,01$. SD – «Самодистанцирование»; ST – «Самотрансценденция»; F – «Свобода»; V – «Ответственность»; G – «Общий уровень экзистенциальной исполненности».

Таблица 3.

Взаимосвязь показателей жизнеспособности с ценностными ориентациями в группе со средним уровнем жизнеспособности

| Показатели жизнеспособности | Д. | С.И. | СФ.П. | СФ.С. | СФ.О. | СФ.У. |
|-----------------------------|---------|--------|---------|---------|---------|---------|
| Способности адаптации | -0,294* | - | -0,302* | -0,291* | -0,327* | -0,338* |
| Способности саморегуляции | 0,287* | 0,294* | 0,362* | - | - | - |

Условные обозначения: * - $p < 0,05$; ** - $p < 0,01$. Д – «Достижения»; С.И. – «Сохранение индивидуальности», «СФ.П.» – «Профессиональная сфера», «СФ.С.» – «Семейная сфера», «СФ.О.» – «Общественная сфера», «СФ.У.» – «Сфера увлечений».

Полученные результаты свидетельствуют о том, что способности адаптации имеют положительную значимую взаимосвязь с такими показателями шкалы экзистенции, как самодистанцирование, ответственность и общий уровень экзистенциальной исполненности, иными словами, чем выше уровень жизнеспособности личности, тем больше её стремление объективно оценивать себя со стороны, персонально включаться в то, что является важным в настоящий момент жизни, а также соотносить внутренние устремления с внешними требованиями среды.

Между способностями саморегуляции и ответственностью также обнаружена положительная значимая взаимосвязь, иллюстрирующая тот факт, что человек, обладающий навыками совладания с собственными проявлениями, умеющий сонастраивать внутренние побуждения с внешними обстоятельствами, способен к планированию, структуризации жизненных сфер, склонен решительно брать «бразды правления» в собственные руки.

Способности саморазвития имеют значимые положительные взаимосвязи с самодистанцированием, свободой и общим уровнем экзистенциальной исполненности, свидетельствующих о том, что личность, стремящаяся к самоактуализации и познанию обладает определенными характеристиками, позволяющими успешно развивать собственный потенциал: объективно оценивать собственные сильные и слабые стороны, брать ответственность за реализацию намеченных целей и успешно достигать их, соотнося с внутренними ценностями.

Осмысленность жизни также имеет положительные значимые взаимосвязи с самодистанцированием, самотрансценденцией, свободой и общим уровнем экзистенциальной исполненности. Действительно, человек, осознанно проживающий собственную жизнь, в большей степени способен реализовать свою экзистенциальную структуру, отдавая себе отчет в том, чем мотивирована его деятельность в различных сферах.

Общий уровень жизнеспособности имеет положительную значимую взаимосвязь со всем субшкалами экзистенции, включая общую меру экзистенциальной исполненности.

Перейдем к рассмотрению взаимосвязей уровня жизнеспособности с ценностными ориентациями личности и сферами, в которых они выражено проявляются. Выявлено, что способности адаптации в контексте ценностной ориентации, представленной достижениями в жизненных сферах (профессиональной, общественной, семейной, сферы увлечений) имеют отрицательную значимую взаимосвязь. Стоит отметить, что данные закономерности в достаточной степени противоречивы и нестандартны в контексте исследования, при этом их можно объяснить следующим образом: представим некую дихотомическую шкалу, диаду, в которой понятию «адаптивность» (гибкость, приспособляемость) будут противопоставлены такие антонимы как «неадаптивность», «ригидность». Жизненный контекст достаточно часто демонстрирует нам, что от личности в настоящее время требуется не только умение подстраиваться под внешние обстоятельства, но и быть непреклонной, что подтверждается и показателями экзистенциальной исполненности, и показателями жизнеспособности, так как жизнеспособность – это не только умение адаптироваться в соответствии с миром, но и умение адаптировать мир под себя. В такой формулировке понятие неадаптивности и ригидности не противоречит природе феномена, а скорее подчеркивает умение личности переключаться между способами взаимодействия с окружающей средой. Таким образом, можно сделать вывод о том, что в упомянутых сферах и по отношению к ценности «достижения» феномен жизнеспособности исходит «от обратного».

И, наконец, способности саморегуляции имеют положительные значимые взаимосвязи с ценностями «достижения», «сохранение индивидуальности» и профессиональной сферой. Это свидетельствует о том, что умение отслеживать собственное поведение, успешно направлять внут-

ренние побуждения в соответствии с внешними требованиями положительно сказывается на становлении личности как профессионала, позволяет успешно достигать целей, раскрывая потенциальные способности индивида.

Рассмотрим и проанализируем результаты, полученные в группе с высоким уровнем жизнеспособности и представленные в таблице 4.

Таблица 4.

Взаимосвязь показателей жизнеспособности с уровнем экзистенциальной исполненности и ценностными ориентациями в группе с высоким уровнем жизнеспособности

| Показатели жизнеспособности | SD | ST | F | V | G | Д. |
|--|---------|--------|--------|---|--------|--------|
| Способности адаптации | 0,455** | 0,343* | - | - | 0,370* | - |
| Способности саморегуляции | - | - | 0,356* | - | 0,344* | 0,358* |
| Осмысленность жизни | - | 0,356* | - | - | - | - |
| Общий показатель уровня жизнеспособности | 0,331* | - | - | - | - | - |

Условные обозначения: * - $p < 0,05$; ** - $p < 0,01$. SD – «Самодистанцирование»; ST – «Самотрансценденция»; F – «Свобода»; V – «Ответственность»; G – «Общий уровень экзистенциальной исполненности»; Д – «Достижения».

Согласно полученным данным, способности адаптации имеют положительные значимые взаимосвязи с самодистанцированием, самотрансценденцией и общим уровнем экзистенциальной исполненности, что уже неоднократно отмечалось при анализе результатов в группах с низким и средним уровнем жизнеспособности.

В свою очередь, способности саморегуляции имеют положительную значимую взаимосвязь с показателями свободы, общего уровня экзистенциальной исполненности и ценностью «достижения». Таким образом, для людей с высоким уровнем жизнеспособности характерны гармоничные отношения с собой и миром, конгруэнтность во всех 45 жизненных проявлениях, умение соотносить социальные требования с внутренними побуждениями и достигать целей, ориентируясь на собственные жизненные смыслы.

Показатель «Осмысленность жизни» имеет положительную значимую взаимосвязь с самотрансценденцией, свидетельствующую о том, что ориентирование в действиях не только на цель, но и на смысл, позволяет воспринимать происходящие события экзистенциально значимыми, чувствовать внутреннюю «затронутость» по отношению к процессу жизни, делая его эмоционально наполненным и вызывающим положительные эмоции.

И, наконец, общий показатель уровня жизнеспособности имеет положительную значимую взаимосвязь с самодистанцированием, что характеризует жизнеспособного человека, как умеющего, прежде всего, объективно оценивать собственные действия, при необходимости дистанцироваться от них, для того, чтобы увидеть себя как

часть целого, не закрывая глаза на общий контекст при размышлениях о собственной жизни.

Подводя итог, стоит отметить, что выдвинутая нами гипотеза о том, что существуют значимые взаимосвязи между показателями жизнеспособности, уровнем экзистенциальной исполненности и ценностными ориентациями личности, подтвердилась, а её доказательство было продемонстрировано нами посредством рассмотрения взаимосвязей в группах с низким, средним и высоким уровнем жизнеспособности.

Кроме того, подтвердилась гипотеза о том, что корреляционные структуры жизнеспособности как комплексы её связей с экзистенциальной исполненностью и ценностными ориентациями различны в группах респондентов с разными уровнями жизнеспособности. Однако стоит отметить, что обнаружены и сходные корреляции во всех трёх группах, а именно между показателем «Способность адаптации» и субшкалой «Самотрансценденция», а также общим уровнем экзистенциальной исполненности; между показателем «Осмысленность жизни» и субшкалой «Самотрансценденция»; и, наконец, между общим показателем уровня жизнеспособности и субшкалой «Самодистанцирование». Можно утверждать, что они, в свою очередь, характеризуют устойчивые связи в контексте изучаемых феноменов.

Следующей задачей исследования является выделение экзистенциально-ценностных факторов жизнеспособности. Для реализации данной задачи был выбран такой метод математической обработки данных, как факторный анализ по методу главных компонент (в варианте varimax normalized).

Обязательным условием проведения факторного анализа является факт того, чтобы число наблюдений было минимум в три раза больше числа переменных. В контексте исследования в факторном анализе использовалось 19 переменных.

В таблице 5 приведены результаты факторного анализа, который позволил получить относительно самостоятельные переменные, выделенные на основании объединяющих их психологических закономерностей феномена жизнеспособности.

Таблица 5.

Факторный анализ экзистенциально-ценностных показателей

| Показатели | Фактор 1 | Фактор 2 |
|-------------------------------------|----------|----------|
| Самодистанцирование | | 0,763 |
| Самотрансценденция | | 0,898 |
| Свобода | | 0,922 |
| Ответственность | | 0,920 |
| Экзистенциальная исполненность (ОУ) | | 0,991 |
| Развитие себя | 0,897 | |
| Духовное удовлетворение | 0,839 | |
| Креативность | 0,804 | |
| Социальные контакты | 0,899 | |
| Собственный престиж | 0,804 | |
| Достижения | 0,891 | |
| Материальное положение | 0,820 | |
| Сохранение индивидуальности | 0,778 | |
| Профессиональная сфера | 0,892 | |
| Сфера обучения и образования | 0,861 | |
| Семейная сфера | 0,793 | |
| Общественная сфера | 0,881 | |
| Сфера увлечений | 0,872 | |
| Физическая сфера | 0,773 | |
| Собственное значение фактора | 10,055 | 4,155 |
| Доля общей дисперсии (ДОД) | 52,78 | 22,02 |

Полученное факторное решение в отношении массива эмпирических данных содержит 2 фактора, объясняющих в совокупности 74,8 % дисперсии значений первичных переменных. Количество факторов определялось с учётом правила «каменистой осыпи» и критерия Кайзера.

В первый фактор (ДОД=52,78 %) со значимыми нагрузками вошли 14 показателей. Они представляют собой ценностные ориентации (ценности и сферы их реализации): развитие себя (0,897), духовное удовлетворение (0,839), креативность (0,804), социальные контакты (0,899), собственный престиж (0,804), достижения (0,891), материальное положение (0,820), сохранение индивидуальности (0,778), профессиональная сфера (0,892), сфера обучения и образо-

вания (0,861), семейная сфера (0,793), общественная сфера (0,881), сфера увлечений (0,872), физическая сфера (0,773).

Анализ показателей, которые с высокими нагрузками вошли в фактор 1, позволяет заметить, что в этот фактор не включен ни один показатель шкалы экзистенции. Такой состав переменных позволяет сделать вывод о том, что фактор 1 репрезентует латентную переменную, которую можно назвать «Самоактуализирующая жизнеспособность».

Во второй фактор (ДОД=22,02 %) со значимыми нагрузками вошли 5 показателей, представленные шкалой экзистенции: самодистанцирование (0,763), самотрансценденция (0,898), свобода (0,922), ответственность (0,920), экзистенциальная исполненность (0,991).

Анализ содержания полученных показателей позволяет сделать вывод о том, что фактор 2 репрезентует латентную переменную, которую можно назвать «Экзистенциальная жизнеспособность». Таким образом, факторный анализ позволил объединить все рассматриваемые в исследовании переменные в два фактора, которые посредством интерпретации получили названия «Самоактуализирующая жизнеспособность» и «Экзистенциальная жизнеспособность». Стоит отметить, что выделение данных факторов соотносится с показателями теста жизнеспособности, в которых существует экзистенциальная составляющая (показатель «Осмысленность жизни») и самоактуализирующая составляющая («Способности адаптации», «Способности саморегуляции», «Способности саморазвития»).

Заключение

В результате проведённого исследования были установлены значения показателей жизнеспособности, уровня экзистенциальной исполненности и ценностных ориентаций личности, выявлены и проанализированы взаимосвязи между жизнеспособностью, уровнем экзистенциальной исполненности и ценностными ориентациями личности.

В группе с низким уровнем жизнеспособности обнаружены значимые взаимосвязи между общим показателем уровня жизнеспособности и показателями шкалы экзистенции («Самодистанцирование», «Самотрансценденция», «Свобода», «Ответственность», «Общий уровень экзистенциальной исполненности»), а также ценностной ориентацией «Материальное положение». Пока-

затель «Способности адаптации» имеет положительные значимые взаимосвязи с показателями «Самодистанцирование», «Самотрансценденция», «Общий уровень экзистенциальной исполненности» и ценностной ориентацией «Материальное положение». В свою очередь, «Осмысленность жизни» положительно коррелирует с показателями «Самотрансценденция», «Свобода», «Ответственность», «Общий уровень экзистенциальной исполненности».

В группе со средним уровнем жизнеспособности выявлены положительные значимые взаимосвязи между показателем «Способности адаптации» и субшкалами экзистенции «Самодистанцирование», «Ответственность» и общим уровнем экзистенциальной исполненности. «Способности саморегуляции» также имеют положительную значимую взаимосвязь с субшкалой «Ответственность». В свою очередь, показатель «Способности саморазвития» положительно связан с субшкалами «Самодистанцирование», «Самотрансценденция», «Свобода» и с общим уровнем экзистенциальной исполненности. Отметим, что общий показатель уровня жизнеспособности имеет положительную значимую взаимосвязь со всеми субшкалами экзистенции, а также с общим уровнем экзистенциальной исполненности. Кроме того, обнаружены отрицательные значимые взаимосвязи показателя «Способности адаптации» со следующими ценностными ориентациями и сферами их реализации: «Достижения», «Профессиональная сфера», «Семейная сфера», «Сфера обучения», «Сфера увлечений». Наконец, показатель «Способности саморегуляции» имеет положительные значимые взаимосвязи со следующими ценностными ориентациями и сферами их реализации: «Достижения», «Сохранение индивидуальности», «Профессиональная сфера».

Согласно полученным данным, в группе с высоким уровнем жизнеспособности показатель «Способности адаптации» положительно связан с субшкалами экзистенции «Самодистанцирование» и «Самотрансценденция», а также общим уровнем экзистенциальной исполненности. В свою очередь, показатель «Способности адаптации» имеет положительные значимые взаимосвязи с субшкалой «Свобода», с общим уровнем экзистенциальной исполненности, а также с ценностной ориентацией «Достижения». Кроме того, между показателем «Осмысленность жизни» и субшкалой «Самотрансценденция», а также

между общим показателем уровня жизнеспособности и субшкалой «Самодистанцирование» также обнаружены положительные значимые взаимосвязи.

Установлены экзистенциально-ценностные характеристики личности, выступающие факторами жизнеспособности. С помощью факторного анализа выделены 2 фактора, репрезентующие две латентные переменные – «Самоактуализирующая жизнеспособность» и «Экзистенциальная жизнеспособность».

Результаты проведённого исследования могут быть использованы в консультативной деятельности психологов, ввиду наличия остро назревших, крайне актуальных в настоящее время запросов практики и с целью повышения жизнеспособности населения. Кроме того, полученные результаты смогут стать фундаментом для дальнейших разработок конкретных исследовательских методов и стратегий в будущем для успешного решения ранее обозначенной нами социальной проблемы.

Библиографический список

1. Абрамян С. Л. Жизнеспособность и отношение к глобальным рискам у студенческой молодежи / С. Л. Абрамян, Ю. С. Пежемская // *Философия образования и диалог поколений : сборник научных трудов XXIX Международной конференции*. Санкт-Петербург, 2023. С. 403–406.
2. Алексанова О. Е. Адаптация к профессии как компонент модели жизнеспособности эмигрантов / О. Е. Алексанова, А. В. Махнач // *Психология. Психофизиология*. 2023. Т. 16. № 1. С. 5–17.
3. Амосов А. В. Структура и роль жизнеспособности в жизни личности при злоупотреблении алкоголем в ремиссии и норме // *Наркология*. 2023. Т. 22. № 5. С. 55–62.
4. Березовская Р. А. Жизнеспособность и профессиональное благополучие личности // *Жизнеспособность человека: индивидуальные, профессиональные и социальные аспекты* / отв. ред. А. В. Махнач, Л. Г. Дикая. Москва : Институт психологии РАН, 2016. С. 538–556.
5. Богомазова К. О. Взаимосвязь мотивов учебной деятельности с жизнеспособностью студентов-представителей разных профилей подготовки // К. О. Богомазова, О. А. Макунина, Т. А. Михайлова, О. Б. Никольская, О. А. Комиссарова // *Психология. Психофизиология*. 2023. Т. 16. № 3. С. 5–20.
6. Ельникова О. Е. Жизнестойкость и жизнеспособность юношей и девушек с разным уровнем здоровья / О. Е. Ельникова, А. В. Добрин // *Вестник психофизиологии*. 2023. № 1. С. 86–92.

7. Котовская С. В. Биопсихосоциальные факторы оптимального уровня жизнеспособности субъектов экстремального профиля // Психология. Психофизиология. 2021. Т. 14. № 1. С. 23–30.
8. Котовская С. В. Условия развития жизнеспособности в сфере экстремальных профессий с позиции биопсихосоциального подхода / С. В. Котовская, И. Г. Мосягин, И. М. Бойко // Морская медицина. 2019. Т. 5. № 4. С. 84–90.
9. Крошкина М. С. Идеалы и ценности как факторы жизнеспособности личности // Научные труды Московского гуманитарного университета. 2023. № 1. С. 74–79.
10. Лактионова А. И. Возрастные и гендерные различия жизнеспособности человека. Ч. 2 // Институт психологии Российской академии наук. Организационная психология и психология труда. 2022. Т. 7. № 1. С. 96–119.
11. Махнач А. В. Взаимосвязи жизнеспособности человека с его темпераментом и уровнем переживания им стрессовых ситуаций различного генеза / А. В. Махнач, А. И. Лактионова, П. В. Башкиров, К. В. Павлов, С. А. Ширяев, Д. А. Гудков // Организационная психология и психология труда. 2023. Т. 8. № 1. С. 140–160.
12. Махнач А. В. Сравнительный эмпирический анализ жизнеспособности русской и бурятской молодежи / А. В. Махнач, Н. М. Сараева, С. Б. Дагбаева, А. И. Лактионова, Ю. В. Постылякова, А. А. Суханов // Социальная психология и общество. 2023. Т. 14. № 2. С. 66–84.
13. Махнач А. В. Жизнеспособность подростка: понятие и концепция // Психология адаптации и социальная среда: современные подходы, проблемы, перспективы / отв. ред. Л. Г. Дикая, А. Л. Журавлев. Москва, 2007. 624 с.
14. Многосмылова А. А. Взаимосвязь жизнеспособности и интернет-зависимости человека // Ярославский педагогический вестник. 2020. № 3(114). С. 117–124.
15. Нестик Т. А. Долгосрочная ориентация личности: состояние и перспективы исследований // Институт психологии Российской академии наук. Социальная и экономическая психология. 2020. Т. 5. № 3. С. 110–140.
16. Нестик Т. А. Отношение личности к прошлому, настоящему и будущему России: результаты эмпирического исследования // Социальная и экономическая психология. Ч. 1: Состояние и перспективы исследований. Москва : Институт психологии РАН, 2018. С. 190–212.
17. Нестик Т. А. Социально-психологические механизмы долгосрочной ориентации // Институт психологии Российской академии наук. Социальная и экономическая психология. 2016. Т. 1. № 4(4). С. 16–60.
18. Осинцева А. А. Профессиональная жизнеспособность специалистов помогающих профессий: обзор отечественных и зарубежных исследований / А. А. Осинцева, В. А. Капустина // Современная зарубежная психология. 2023. Т. 12. № 2. С. 22–29.
19. Рьльская Е. А. Психологическая концепция жизнеспособности человека. Челябинск : Полиграф-Мастер, 2013. 336 с.
20. Слотина Т. В. Социальные предикторы жизнеспособности студентов транспортного вуза и курсантов / Т. В. Слотина, Д. Н. Церфус, С. Алибекова // Социальная педагогика. 2023. № 1. С. 28–34.
21. Соколова А. Д. Причины уязвимости жизнеспособности личности выпускника детского дома // Молодежь XXI века: образование, наука, инновации : материалы X Всероссийской студенческой научно-практической конференции с международным участием. Новосибирск, 2022. С. 311–313.
22. Чжоу Ч. Психическое здоровье как ключевой фактор жизнеспособности и качества жизни личности // Вестник Российского нового университета. Серия: Человек в современном мире. 2022. № 1. С. 9–14.
23. Kotovskaya S.V. The extreme activity subjects: cross-sectional study / S. V. Kotovskaya, I. M. Boyko, I. G. Mosyagin, A. I. Khokhrina // Морская медицина. 2023. Т. 9. № 2. С. 98–104.
24. Ilyasov D. F. Prevention technology for Internet addiction disorder in adolescence / D. F. Ilyasov, D. N. Pogorelov, N. O. Nikolov [et al.] // EDULEARN20 Proceedings : 12-th International Conference on Education and New Learning Technologies [06–07 июля 2020 года]. Spain : IATED Academy, 2020. P. 1360–1370.
25. Maddi S. The hardy executive: health under stress. Homewood, 1984. P. 168.
26. Seligman M. E. P. Positive psychology: An introduction / M. E. P. Seligman, M. Csikszentmihalyi // American Psychologist. 2000. Vol. 55(1). P. 5–14.
27. Wilson W. R. Correlates of Avowed Happiness. Psychological Bulletin. Vol. 67. № 4. 1967. P. 294–306.

Reference list

1. Abramjan S. L. Zhiznesposobnost' i otnoshenie k global'nym riskam u studencheskoj molodezhi = Viability and attitudes to global risks in student youth / S. L. Abramjan, Ju. S. Pezhemskaja // Filosofija obrazovanija i dialog pokolenij : sbornik nauchnyh trudov HXIX Mezhdunarodnoj konferencii. Sankt-Peterburg, 2023. S. 403–406.
2. Aleksanova O. E. Adaptacija k professii kak komponent modeli zhiznesposobnosti jemigrantov = Adapting to the profession as a component of the emigrant viability model / O. E. Aleksanova, A. V. Mahnach // Psihologija. Psihofiziologija. 2023. Т. 16. № 1. S. 5–17.
3. Amosov A. V. Struktura i rol' zhiznesposobnosti v zhizni lichnosti pri zloupotreblenii alkogolem v remissii i norme = Structure and role of vitality in individual life in alcohol addiction in remission and norm // Narkologija. 2023. Т. 22. № 5. S. 55–62.

4. Berezovskaja R. A. Zhiznesposobnost' i professional'noe blagopoluchie lichnosti = Personality vitality and professional well-being // Zhiznesposobnost' cheloveka: individual'nye, professional'nye i social'nye aspekty / otv. red. A. V. Mahnach, L. G. Dikaja. Moskva : Institut psihologii RAN, 2016. S. 538–556.
5. Bogomazova K. O. Vzaimosvjaz' motivov uchebnoj dejatel'nosti s zhiznesposobnost'ju studentov-predstavitelej raznyh profilej podgotovki = Relationship of motivations of study activities with viability at students of different training profiles // K. O. Bogomazova, O. A. Makunina, T. A. Mihajlova, O. B. Nikol'skaja, O. A. Komissarova // Psihologija. Psihofiziologija. 2023. T. 16. № 3. S. 5–20.
6. El'nikova O. E Zhiznestojkost' i zhiznesposobnost' junoshej i devushek s raznym urovnem zdorov'ja = Resilience and viability of boys and girls with different levels of health / O. E. El'nikova, A. V. Dobrin // Vestnik psihofiziologii. 2023. № 1. S. 86–92.
7. Kotovskaja S. V. Biopsihosocial'nye faktory optimal'nogo urovnja zhiznesposobnosti sub#ektov jekstremal'nogo profilja = Biopsychosocial factors of optimal viability of extreme subjects // Psihologija. Psihofiziologija. 2021. T. 14. № 1. S. 23–30.
8. Kotovskaja S. V. Uslovija razvitija zhiznesposobnosti v sfere jekstremal'nyh professij s pozicij biopsihosocial'nogo podhoda = Conditions for development of viability in the field of extreme professions from the perspective of biopsychosocial approach / S. V. Kotovskaja, I. G. Mosjagin, I. M. Bojko // Morskaja medicina. 2019. T. 5. № 4. S. 84–90.
9. Kroshkina M. S. Idealy i cennosti kak faktory zhiznesposobnosti lichnosti = Ideals and values as factors of personality vitality // Nauchnye trudy Moskovskogo gumanitarnogo universiteta. 2023. № 1. S. 74–79.
10. Laktionova A. I. Vozrastnye i gendernye razlichija zhiznesposobnosti cheloveka = Age and gender differences in human viability Ch. 2 // Institut psihologii Rossijskoj akademii nauk. Organizacionnaja psihologija i psihologija truda. 2022. T. 7. № 1. S. 96–119.
11. Mahnach A. V Vzaimosvjazi zhiznesposobnosti cheloveka s ego temperamentom i urovnem perezhivaniya im stressovyh situacij razlichnogo geneza = Relationships of a person's vitality with his temperament and the level of his experience of stressful situations of different genesis / A. V. Mahnach, A. I. Laktionova, P. V. Bashkirov, K. V. Pavlov, S. A. Shirjaev, D. A. Gudkov // Organizacionnaja psihologija i psihologija truda. 2023. T. 8. № 1. S. 140–160.
12. Mahnach A. V. Sravnitel'nyj jempiricheskij analiz zhiznesposobnosti russkoj i burjatskoj molodezhi = Comparative empirical analysis of the viability of Russian and Buryat youth / A. V. Mahnach, N. M. Saraeva, S. B. Dagbaeva, A. I. Laktionova, Ju. V. Postyljakova, A. A. Suhanov // Social'naja psihologija i obshhestvo. 2023. T. 14. № 2. S. 66–84.
13. Mahnach A. V. Zhiznesposobnost' podrostka: ponjatje i koncepcija // Psihologija adaptacii i social'naja sreda: sovremennye podhody, problemy, perspektivy = Adolescent vitality: notion and concept//Psychology of adaptation and social environment: modern approaches, problems, perspectives / otv. red. L. G. Dikaja, A. L. Zhuravlev. Moskva, 2007. 624 s.
14. Mnogosmyslova A. A. Vzaimosvjaz' zhiznesposobnosti i internet-zavisimosti cheloveka = Relationship of human vitality and Internet addiction // Jaroslavskij pedagogicheskij vestnik. 2020. № 3(114). S. 117–124.
15. Nestik T. A. Dolgosrochnaja orientacija lichnosti: sostojanie i perspektivy issledovanij = Long-term personality orientation: the state and perspectives of research // Institut psihologii Rossijskoj akademii nauk. Social'naja i jekonomicheskaja psihologija. 2020. T. 5. № 3. S. 110–140.
16. Nestik T. A. Otnoshenie lichnosti k proshlomu, nastojashemu i budushhemu Rossii: rezul'taty jempiricheskogo issledovanija = The attitude of personality to the past, present and future of Russia: the results of empirical research // Social'naja i jekonomicheskaja psihologija. Ch. 1: Sostojanie i perspektivy issledovanij. Moskva : Institut psihologii RAN, 2018. S. 190–212.
17. Nestik T. A. Social'no-psihologicheskie mehanizmy dolgosročnoj orientacii = Socio-psychological mechanisms of long-term orientation // Institut psihologii Rossijskoj akademii nauk. Social'naja i jekonomicheskaja psihologija. 2016. T. 1. № 4 (4). S. 16–60.
18. Osinceva A. A. Professional'naja zhiznesposobnost' specialistov pomogajushih professij: obzor otechestvennyh i zarubezhnyh issledovanij = Professional viability of specialists in assisnting professions: an overview of domestic and foreign research / A. A. Osinceva, V. A. Kapustina // Sovremennaja zarubezhnaja psihologija. 2023. T. 12. № 2. S. 22–29.
19. Ryl'skaja E. A. Psihologicheskaja koncepcija zhiznesposobnosti cheloveka = Psychological concept of human vitality. Cheljabinsk : Poligraf-Master, 2013. 336 s.
20. Slotina T. V Social'nye prediktory zhiznesposobnosti studentov transpotnogo vuza i kursantov = Social predictors of the viability of students of the transpot university and cadets / T. V. Slotina, D. N. Cerfus, S. Alibekova // Social'naja pedagogika. 2023. № 1. S. 28–34.
21. Sokolova A. D. Prichiny ujazvimosti zhiznesposobnosti lichnosti vypusknika detskogo doma = The reasons for the vulnerability of the viability of the identity of an orphanage graduate // Molodezh' XXI veka: obrazovanie, nauka, innovacii : materialy X Vserossijskoj studencheskoj nauchno-prakticheskij konferencii s mezhdunarodnym uchastiem. Novosibirsk, 2022. S. 311–313.
22. Chzhou Ch. Psihicheskoe zdorov'e kak kljuchovoj faktor zhiznesposobnosti i kachestva zhizni lichnosti = Mental health as a key factor in personality vitality and quality of life // Vestnik Rossijskogo novogo universiteta. Serija: Chelovek v sovremennom mire. 2022. № 1. S. 9–14.

23. Kotovskaya S. V. The extreme activity subjects: cross-sectional study / S. V. Kotovskaya, I. M. Boyko, I. G. Mosyagin, A. I. Khokhrina // *Morskaja medicina*. 2023. Т. 9. № 2. С. 98–104.

24. Ilyasov D. F. Prevention technology for Internet addiction disorder in adolescence / D. F. Ilyasov, D. N. Pogorelov, N. O. Nikolov [et al.] // *EDULEARN20 Proceedings : 12-th International Conference on Education and New Learning Technologies [06–07 ijulja 2020 goda]*. Spain : IATED Academy, 2020. P. 1360–1370.

25. Maddi S. The hardy executive: health under stress. Homewood, 1984. P. 168.

26. Seligman M. E. P. Positive psychology: An introduction / M. E. P. Seligman, M. Csikszentmihalyi // *American Psychologist*. 2000. Vol. 55(1). P. 5–14.

27. Wilson W. R. Correlates of Avowed Happiness. *Psychological Bulletin*. Vol. 67. № 4. 1967. P. 294–306.

Статья поступила в редакцию 05.12.2023; одобрена после рецензирования 10.01.2024; принята к публикации 18.01.2024.

The article was submitted 05.12.2023; approved after reviewing 10.01.2024; accepted for publication 18.01.2024.