

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ
Государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего профессионального образования города Москвы
«МОСКОВСКИЙ ГОРОДСКОЙ
ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»



ГОРИЗОНТЫ ЗРЕЛОСТИ

Сборник научных статей

Москва 2015

Серия
«Психология развития»

«Ребенок в современном обществе» 2007

«Другое детство» 2009

«На пороге взросления» 2011

«У истоков развития» 2013

«Горизонты зрелости» 2015

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ
Государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего профессионального образования города Москвы
«МОСКОВСКИЙ ГОРОДСКОЙ
ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Горизонты зрелости

Сборник
научных статей

Редакторы
Л.Ф. Обухова, И.В. Шаповаленко, М.А. Одинцова

Москва, 2015

ББК 88.4

Г69

Горизонты зрелости. Сборник научных статей / Ред.: Л.Ф. Обухова, И.В. Шаповаленко, М.А. Одинцова. – М.: ГБОУ ВПО МГППУ, 2015. – 246 с.

Сборник статей подготовлен к Пятой всероссийской научно-практической конференции по психологии развития «Горизонты зрелости», которая состоится в Московском городском психолого-педагогическом университете 16–18 ноября 2015 года.

В материалах сборника обсуждаются методологические и специальные (конкретные) вопросы психического развития человека в периоде зрелости, пути достижения зрелости. Приводятся результаты эмпирических исследований, предлагаются технологии оказания психологической поддержки взрослой личности в трудных ситуациях.

Для специалистов в области возрастной психологии, психологии развития, психологии личности, социологии, философии, а также для широкого круга читателей, интересующихся методологическими и частными вопросами развития.

Издание подготовлено при поддержке Российского гуманитарного научного фонда (грант РГНФ № 15–06–14077 от 27 мая 2015 г.).

Руководитель проекта – доктор психологических наук, заведующая кафедрой возрастной психологии Московского городского психолого-педагогического университета Л.Ф. Обухова.

ISBN 978-5-94051-123-6

© ГБОУ ВПО МГППУ, 2015.

Содержание

<i>Предисловие</i>	9
--------------------------	---

Раздел 1. На пути становления зрелости

Д.А. Леонтьев, О.В. Сулимина

Траектории личностного развития при переходе от детства к взрослости и их динамика в историко-культурном измерении	14
--	----

И.В. Шаповаленко, Е.А. Емельянова

Гражданская позиция в контексте достижения личностной зрелости: кросс-культурное исследование студенческой молодежи	21
---	----

О.И. Щербакова, С.В. Бадмаева

Самоактуализация личности в различных возрастных группах	31
--	----

Д.В. Лубовский

Внутренняя позиция личности в поздней юности и зрелости	39
---	----

М.А. Холодная

Интеллектуальная одаренность на разных этапах возрастного развития	46
--	----

Раздел II. Зрелость

Часть 1.

Зрелость: новые жизненные стратегии

Е.Е. Сапогова

Современная взрослость: трансформация или кризис?	54
---	----

В.Р. Манукян

Развитие психологической зрелости личности в кризисе «середины жизни»	59
---	----

Л.Б. Шнейдер

Личность и кризис: анализ описаний взрослыми людьми кризисных ситуаций	64
--	----

Н.К. Радина

Эффект когорты в изучении
социальной интегрированности горожан72

Л.А. Регуш

Эмпирические прогнозы – одна
из характеристик когнитивного развития взрослого78

Е.И. Захарова

Социальная зрелость личности
как условие принятия социальной позиции родителя.....82

Часть 2

Отношения между поколениями

М.В. Ермолаева

Межпоколенные отношения в пожилом возрасте.....96

М.Е. Воронина

Чувство вины в структуре отношения
женщины среднего возраста к родителям103

М.В. Булыгина, М.А. Ирейкина

Бабушки в жизни молодых женщин и девочек-подростков.....110

А.Г. Самохвалова

Восприятие старшими
поколениями подростков-неформалов.....121

М.В. Сапоровская

Межпоколенные отношения, копинг
и жизнеспособность членов семьи.....127

Часть 3

Опасности и ресурсы зрелого возраста

Л.И. Дементий, В.Е. Купченко

Психологическое насилие в образовательной среде
как фактор нарушения здоровья преподавателей134

Е.В. Рыжова, Е.В. Филиппова

Субъективное восприятие одиночества
и тип привязанности к матери
у женщин среднего возраста139

<i>М.А. Одинцова</i> Эффекты положительной и отрицательной значимости в виктимном поведении взрослых	153
<i>М.А. Кониная, А.Б. Холмогорова</i> Половозрастные аспекты неограниченного сексуального поведения в современной культуре.....	157
<i>Е.Ю. Пряжникова</i> Профессиональное развитие и саморазвитие психологов-профконсультантов	164
<i>И.А. Баева, Л.А. Гаязова</i> Ресурсы безопасности пожилого человека, защищающие от психологического насилия	170
<i>В.А. Наумова</i> Модель оптимизации личностных ресурсов на этапе поздней зрелости.....	179

Раздел III ***Старение и старость***

<i>М.К. Павлова</i> Образы старения и старости и их значение для психологической адаптации и здоровья в пожилом возрасте. Краткий обзор зарубежных исследований	184
<i>Н.А. Шеманова</i> Воспоминания в переживании идентичности во второй половине жизни	198
<i>Л.А. Головей</i> Характеристики развития личности женщин в пожилом возрасте.....	203
<i>Б.С. Братусь</i> Тема смерти в самосознании личности	216
<i>Н.В. Инина</i> Детство в формировании самосознания зрелой личности.....	231
<i>Сведения об авторах</i>	241

Предисловие

Общемировая тенденция состоит в том, что психология развития, которая на протяжении многих десятилетий была психологией детских возрастов, теперь становится психологией всевозрастного развития, психологией развития личности на протяжении всего жизненного пути. Во второй половине XX века возникла специальная отрасль психологии – «Life-span developmental psychology». Ее становление связано с именами выдающихся ученых – Э. Эриксона, П. Балтеса, Д. Левинсона, Г. Шихи, В.В. Фролькиса и др. Однако надо признать, что всевозрастная психология все еще находится на этапе сбора данных, описания феноменов и их обобщения. Еще нет четкой и согласованной терминологии, разноречивы представления о границах возрастов и их количестве на протяжении жизни, не ясны кризисы взрослости и их содержание. Продолжаются дискуссии о нормативных сроках кризисов, об их неизбежности в жизни взрослой личности. Отсутствует единая научная база для изучения зрелости. Исследователи привлекают для анализа поставленных ими проблем юнгианский подход, гештальттеорию, гуманистическую и экзистенциальную психологию.

В отечественной психологии заложен хороший фундамент для изучения зрелых этапов развития личности. Напомним работы Н.А. Рыбникова, Б.Г. Ананьева, Л.И. Анцыферовой. С 1995 года в Психологическом институте Российской академии образования под руководством А.А. Бодалева и В.Э. Чудновского ежегодно проходят симпозиумы, посвященные проблемам смысла жизни и акме. В Санкт-Петербургском государственном университете на кафедре психологии развития и дифференциальной психологии под руководством профессора Л.А. Головей проведен цикл работ по комплексному изучению психологических факторов возникновения и преодоления возрастных и профессиональных кризисов в разные периоды взрослости. Уже более 10 лет в Санкт-Петербурге действует социально-просветительский проект «Школа третьего возраста «Биосфера», который осуществляет многочисленные образовательные программы для людей старшего возраста, способствуя утверждению их активной и деятельной позиции.

В 2007 году вышла монография «Феномен и категория зрелости в психологии» под редакцией А.Л. Журавлева и Е.А. Сергиенко, в которой сделана попытка раскрыть категорию зрелости в психоло-

гии в широком диапазоне его использования. Опубликованы учебники и учебные пособия по возрастной психологии, включающие главы, посвященные развитию личности во взрослых возрастах, авторы которых – И.Ю. Кулагина, В.Н. Колюцкий, Е.Е. Сапогова, А.А. Реан, И.В. Шаповаленко.

В ноябре 2015 года в МГППУ проводится пятая Всероссийская научно-практическая конференция «Горизонты зрелости», в работе которой впервые в нашей стране широко и целенаправленно анализируется проблема психического развития взрослой личности. Эта конференция продолжает серию конференций по психологии развития, проведенных в последнее десятилетие по инициативе кафедры возрастной психологии факультета «Психология образования» при поддержке РГНФ: «Ребенок в современном обществе» (2007), «Другое детство» (2009), «На пороге взросления» (2011) и «У истоков развития» (2013).

Научно-практическая конференция «Горизонты зрелости» призвана поддержать возросший интерес к исследованию наиболее продуктивного периода жизнедеятельности человека, периода зрелости. Цель конференции – активизировать изучение и обсуждение в научном и образовательном сообществе актуальных проблем психологии зрелости, прежде всего, проблем самоактуализации, жизнестойкости и психологического благополучия личности на разных этапах взрослости. Конференция направлена на анализ специфики психического развития во взрослости (зрелости), выявление закономерностей развития и психологических ресурсов взрослой личности, рассмотрение организационных и содержательных проблем оказания помощи в кризисные периоды жизни.

К конференции подготовлены публикации – сборник научных статей и сборник тезисов (в электронном виде). Каждый сборник состоит из трех разделов: **«На пути становления зрелости»**, **«Зрелость»**, **«Старение и старость»**, которые по количеству представленных работ и многообразию затрагиваемых вопросов отражают актуальную ситуацию, сложившуюся в современной психологии зрелых возрастов. Более дифференцированно проблемное поле психологии зрелости представлено в названиях частей второго раздела: **«Зрелость: новые жизненные стратегии»**, **«Отношения между поколениями»**, **«Вызовы и ресурсы зрелого возраста»**.

В сборниках на основе конкретных психологических, социологических, педагогических исследований и практического опыта специалистов рассматриваются пути становления взрослости, критерии и условия достижения зрелости, вызовы, опасности и ресурсы их преодоления. Особое внимание уделено специфическим задачам развития во взрослости – проблемам профессиональной самореализации, карьеры, творчества; проявлениям и способам преодоления нормативных личностных кризисов; психологическому сопровождению, помощи в кризисные периоды жизни человека; оптимальной организации процесса непрерывного образования (в том числе, ориентированного на людей среднего и пожилого возраста) и многому другому. Проанализированы актуальные вопросы межпоколенных отношений, ролевые позиции представителей старшего поколения в семье и обществе. Наиболее отчетливо выступает задача преодоления негативных стереотипов старости в современном обществе, выработки стратегий успешного старения и активного долголетия, что требует анализа уже имеющегося опыта, значительной организационной и просветительской работы.

Будем надеяться, что обсуждение актуальных проблем психологии развития в зрелых возрастах послужит отправным пунктом для разработки новых научных исследований и практико-ориентированных проектов на основе культурно-исторической теории и теории деятельности, что выведет решение проблем зрелых возрастов на новый уровень.

*Л.Ф. Обухова,
И.В. Шаповаленко,
М.А. Одинцова*

Раздел I
На пути становления зрелости

*«Тебя заботит будущее?
Строй сегодня. Ты можешь
изменить все.*

*На бесплодной равнине
вырастить кедровый лес.*

*Но важно, чтобы ты не кон-
струировал кедры, а сажал
семена»*

***Антуан
де Сент-Экзюпери***

Д.А. Леонтьев, О.В. Сулимина

Траектории личностного развития при переходе от детства к взрослости и их динамика в историко-культурном измерении

Личностное развитие – процесс, с одной стороны, обладающий собственной имманентной динамикой, с другой стороны – не свободный от влияния социокультурного контекста, в котором это развитие осуществляется [5; 6]. В социокультурный контекст входят как инвариантные для всех членов общества социальные стереотипы и ожидания, из которых складывается то, что Л.С. Выготский [1] назвал социальной ситуацией развития, так и более вариативные психологические инструменты и возможности, усваиваемые и используемые индивидами в индивидуальном порядке, для решения задач индивидуальной ситуации развития. Кроме того, развитие во времени самих социальных систем (общества в целом и социальных общностей разного масштаба) закономерно приводит к изменениям как нормативных требований к индивидам и ожиданий от них (социального контекста), так и факультативных возможностей и психологических орудий их индивидуального развития (культурного контекста). Если говорить о степени формирующего воздействия социальных условий на развитие личности, можно предположить, что эта степень неодинакова для разных индивидов; более зрелая личность характеризуется одновременно и более полной и богатой интериоризацией социального опыта, и более высокой степенью самоопределения по отношению к нему.

Целью данной статьи является прослеживание социокультурной динамики во времени траекторий личностного развития (ТЛР) при переходе от детства к взрослости, выявленных в ряде исследований в период с 1989 по 2011 годы. За этот период наша страна прошла исторический путь огромных социокультурных трансформаций, и сопоставление нескольких исследований, проведенных за этот период, позволяет нам оценить, насколько различаются разные типы личности по степени устойчивости к историко-культурным изменениям.

Мы рассматриваем личностное развитие как сравнительно самостоятельную линию развития, обладающую своими закономерностями, хоть и переплетающуюся с другими аспектами возрастного развития. Мы видим суть собственно личностного развития в становлении все более сложных форм опосредствования и овладения своим поведением, становлении механизмов личностной саморегуляции и самоде-

терминации, авторства собственной жизни и в развитии личностного потенциала, который лежит в основе способности личности исходить из устойчивых внутренних критериев и ориентиров в своей жизнедеятельности и сохранять стабильность [4]. В переходный период развития (старший подростковый возраст) решается вопрос, по какому пути в становлении и развитии личности пойдет человек, насколько будут развиты психологические механизмы самодетерминации, которые являются наиболее ярким проявлением личностной зрелости.

Толчок этим исследованиям дало выявление в старшем подростковом возрасте (сбор данных в 1989 г.) нескольких устойчивых паттернов личностного развития на основе соотношения таких ключевых измерений самодетерминации как свобода и ответственность [2]. Были выявлены группы подростков, для которых характерны автономный, конформный, импульсивный и симбиотический пути развития, соответствующие четырем возможным вариантам соотношений свободы и ответственности, оцениваемых по бинарной шкале (развито/неразвито); им сопутствуют характерные профили самоотношения и отраженного родительского отношения, хорошо согласующиеся с имеющимися представлениями о механизмах личностного развития.

Автономный – путь, которому свойственны признаки успешного разрешения подросткового кризиса, смещение движущих сил развития личности вовнутрь и формирование полноценных механизмов самодетерминации. Для него характерны стабильное позитивное самоотношение, внутренняя опора, основанная на личностных ценностях и собственных критериях оценки ситуации, а также переживание персональной ответственности за результаты своих действий. *Симбиотический* содержит некоторые предпосылки невротического пути развития личности. У таких подростков формируется нестабильное и в целом негативное самоотношение, зависимое от внешней, преимущественно родительской, оценки. Они чувствуют себя несвободными, но ответственными за реализацию ценностей заданных извне, а не своих собственных. Подросток отказывается от своей автономии для сохранения внешней поддержки, «покупаемой» ценою собственного Я. *Импульсивный* путь характеризовался диффузным нестабильным самоотношением и внешним локусом контроля, т. е. дефицитом ответственности, расплывчатым и противоречивым представлением о себе и внутренней опорой в принятии решений. *Конформный* путь ха-

рактировался критериями выбора, заданными извне, а также ссылкой на внешние обстоятельства при оценке результатов деятельности. Самоотношение таких подростков нестабильно, условно позитивно, однако диффузно и зависит от внешних оценок.

Эта типология была успешно воспроизведена на другой методической основе в исследовании, данные для которого были собраны в 1991 г. [3]. Результаты показали, что симбиотический и конформный паттерны сопряжены с меньшим субъективным благополучием, адаптацией и осмысленностью жизни, нежели импульсивный и автономный, иными словами, свобода выступила лучшим предиктором благополучия, чем ответственность.

Повторение исследования полтора десятилетия спустя (сбор данных в 2005 г.) дало иную картину [9]. Свобода и ответственность отчасти сохранили типобразующую роль в выделении траекторий личностного развития в период перехода от детства к взрослости, но более существенным эмпирическим основанием их выделения выступили параметры благополучие/неблагополучие и адаптация/дезадаптация. Были выявлены пути личностного развития, схожие с описанными ранее автономным и симбиотическим (последний был назван адаптивным), а конформный распался на два равно неблагоприятных варианта, в одном из которых доминировала амотивация и отчужденность (отчужденные), а в другом – внешняя мотивация и неудовлетворённость жизнью (дезадаптивный). Импульсивный путь не выделился. Мы связываем это с изменившимся характером давления социальной среды, ставшей в нашей стране гораздо более неблагоприятной [7].

Если в исследованиях, проведенных в конце 1980-х-начале 1990-х гг., системообразующими и типобразующими переменными выступали свобода и ответственность, а в исследованиях, проведенных в 2005 г. – психологическое благополучие и адаптация [там же], то результаты исследования, проведенного в 2010–2011 гг., представляют собой нечто среднее между ними [8]. В эти годы были исследованы не только старшие подростки из семей, но и подростки – социальные сироты, а также молодые люди юношеского возраста, находящиеся в различных условиях социализации (в семье и вне семьи).

В группе подросткового возраста и у сирот и у не сирот были обнаружены психологически зрелая и здоровая **автономная ТЛР** и психологически неблагоприятная – **дезадаптивная** – это пассивные

подростки, без собственных смысловых ориентаций, со слабой личностной регуляцией. **Конформная** траектория личностного развития в чистом виде воспроизвелась только у сирот, а у подростков из семей выделилась похожая на нее **адаптивная** – обе они достаточно благополучны. **Импульсивная** ТЛР была выявлена только у подростков из семей, и имела вполне благополучную картину: здесь при неразвитых механизмах самодетерминации наблюдалась достаточно высокая удовлетворённость жизнью. Их благополучие основано, видимо, исключительно на ресурсах социальной поддержки, лишившись которой, они испытывают большие трудности в адаптации.

Исследование на выборке юношеского возраста показало схожую картину, но с некоторым отличием [10]. Так, у юношей и девушек из семей выделилась вместо адаптивной – **симбиотическая** (юноши и девушки, которые в своей жизни следуют преимущественно предписаниям извне, шаблонам, ожиданиям со стороны микро- и макросоциума) – достаточно психологически благополучная траектория личностного развития. **Отчужденная** ТЛР наблюдалась в обеих выборках (у сирот и не сирот) – это психологически неблагополучные, пассивные юноши и девушки, с достаточно высоким уровнем личностного развития. **Импульсивная** ТЛР наблюдалась также в обеих выборках и имела, в отличие от подростков, неблагополучную картину. У сирот была выделена **дезадаптивная** ТЛР (им свойственны ярко выраженная беспомощность и очень серьезное неблагополучие).

Несмотря на то что мы не проводили лонгитюдных исследований и не можем быть уверены в полной эквивалентности выборок, можно увидеть наглядную тенденцию, как в сохранении, так и в изменении спектра траекторий личностного развития на протяжении ряда лет (таблица).

Таким образом, **автономная** траектория личностного развития остается единственной, устойчиво воспроизводящейся во всех исследованиях и на всех выборках. Это единственно полноценно благополучная ТЛР с присущими ей развитыми механизмами самодетерминации личности. Устойчивость автономного паттерна подтверждает наше предположение, что более развитая, зрелая личность менее подвержена формирующим (в том числе деформирующим) влияниям социокультурного окружения. **Симбиотическая** траектория также достаточно стабильно воспроизводится. Люди, следующие этой траекторией развития, действуют из побуждения «должен, обязан», а не

из свободы выбора. По всей видимости, эта траектория может периодически переходить в адаптивную, сохраняя содержательные характеристики. Разница будет только в большем или меньшем субъективном благополучии, но инфантильность, ориентация на ожидания других, лояльность к тем, кому человек считает себя принадлежащим, зависимость от них, он, скорее всего, сохранит, если не совершит усилие над собой и не начнет развиваться в сторону большей автономии.

Таблица 1.

Динамика траекторий личностного развития старших подростков и юношей в период с 1989 по 2011 гг.



Наиболее вариативной на протяжении возрастного развития, по всей видимости, является **конформная** траектория. Она может быть устойчива в достаточно спокойное и стабильное время в экономическом, политическом, психологическом планах, но во времена нестабильности, в отсутствие внешних ориентиров, она начинает «рассхатываться» и распадаться на неблагоприятные паттерны (как это случилось примерно в 2005–2006 г.), переходя в **отчужденный** или **дезадаптированный** пути развития. В первом случае ведущую роль в личности играет амотивированность, пассивность, «выученная беспомощность», так как конформный человек не знает, как действовать в отсутствии шаблонов и внешних ориентиров. Во втором случае – это дезадаптированный путь, характеризующийся очень серьезным неблагоприятием, переживанием кризиса, возможно затяжного.

Импульсивная ТЛР тоже достаточно динамична, и тоже в сторону неблагоприятных паттернов: скорее всего она может переходить в дезадаптированную с ее ярко выраженным неблагоприятием, отсутствием устойчивости, и обратно в тот же вариант импульсивного. Но есть и вполне благополучный вариант импульсивной траектории в личностном развитии, и люди, следующие этим путем, вполне могут быть субъективно благополучны, но опять до поры, пока квазисвобода, иллюзия свободы, может поддерживаться внешней средой, или, по крайней мере, не создавать помех ее проявлять – иначе, скорее всего, вновь будет совершен возврат на дезадаптивную траекторию.

Таблица 1 наглядно показывает, что юноши, исследовавшиеся нами в 2010–2011 гг., – это выросшие подростки 2005–2006 гг. Мы можем предположить, что траектории, которыми начали следовать девочки и мальчики в подростковом возрасте, сохраняются и в юношеском (хотя для подтверждения этого необходимы лонгитюдные исследования). **Автономные** остаются автономными. **Адаптивные** в 2005 году сохранили тенденцию к инфантильности, и перешли в **симбиотических** – незрелых, привыкших к тому, что все решается за них, нужно просто вовремя подстроиться и адаптироваться. **«Отчужденные»** также, предположительно, продолжают следовать этим путем, возможно, к ним еще присоединяются кто-то из «конформных», но содержательно эти пути отличны. Так, отчужденные подростки ранее характеризовались выученной беспомощностью, но юноши из исследования 2011 г. уже не так беспомощны и более личностно зрелые, о чем можно судить по показателям уровня личностного развития по методике НВПУ Дж. Левинджер. Они стали более устойчивыми в плане смысло-жизненных ориентаций и удовлетворенности жизнью, но все же остаются демотивированными, не вмешиваются в происходящее вокруг них [10]. **Дезадаптивная ТЛР** в 2005 году, скорее всего, в силу возраста, проживания и постепенного выхода из подросткового кризиса, а также повышения степени поддержки со стороны социального окружения стала вновь **импульсивной**, характеризующейся несколько менее выраженным неблагоприятием.

Таким образом, мы наблюдаем как сохранение, так и изменение различных траекторий личностного развития на протяжении более 20 лет. «Да помогут боги тем, кто живет в эпоху великих перемен» – говорили в древнем Китае. Автономный путь личностного развития, ос-

нованный на интеграции свободы и ответственности, как позволяют предположить наши данные, есть единственный, позволяющий личности даже в эпоху великих перемен сохранить устойчивость и психологическое благополучие. При своевременном выявлении в подростковом возрасте индивидуальной траектории личностного развития можно в психологической и психотерапевтической работе мягко ее корректировать, способствуя развитию механизмов самодетерминации, способствовать раскрытию личностного потенциала у подростков и юношей. Это позволит стимулировать переход, например, с симбиотической (путем поддержки автономии), с импульсивной (путем формирования и развития ответственности), с конформной (путем видения и раскрытия личностного потенциала), с дезадаптивной (путем сопровождения проживания кризиса когнитивно-эмоционально-поведенческой коррекцией) – на благополучную, здоровую и личностно зрелую автономную траекторию личностного развития.

Литература

1. *Выготский Л.С.* Проблема возраста // Выготский Л.С. Собрание сочинений: В 6-ти т., Т.4. М., 1984. С. 244–268.
2. *Калитеевская Е.Р., Леонтьев Д.А.* Пути становления самодетерминации личности в подростковом возрасте // Вопросы психологии. 2006. № 3. С. 49–55.
3. *Калитеевская Е.Р., Леонтьев Д.А., Осин Е.Н., Бородкина И.В.* Смысл, адаптация и самодетерминация у подростков // Вопросы психологии. 2007. № 2. С. 68–79.
4. *Леонтьев Д.А.* Введение: личностный потенциал как объект изучения / Личностный потенциал: структура и диагностика / Под ред. Д.А. Леонтьева. М., 2011. С. 8.
5. *Леонтьев Д.А.* Личностное измерение человеческого развития // Вопросы психологии. 2013. № 3. С. 67–80.
6. *Леонтьев Д.А.* О некоторых аспектах проблемы «культура и личность» // Культурно-историческая психология. 2013. № 1. С. 22–30.
7. *Леонтьев Д.А., Калитеевская Е.Р., Осин Е.Н.* Личностный потенциал при переходе от детства к взрослости и становление самодетерминации // Личностный потенциал: структура и диагностика / Под ред. Д.А. Леонтьева. М., 2011. С. 611–641.
8. *Леонтьев Д.А., Сулимина О.В., Бахракова А.С.* Траектории личностного развития у подростков, воспитывающихся в семье, и подростков-сирот // Вопросы психологии. 2014. № 4. С. 30–48.
9. *Осин Е.Н., Леонтьев Д.А., Буровихина И.А.* Паттерны саморегуляции и психологическое благополучие в подростковом возрасте // Личностный ресурс субъекта труда в изменяющейся России. Материалы II Международной научно-практической конференции. Ч. 2. Симпозиум «Субъект и личность в психологии саморегуляции. Кисловодск, 2009. С. 266–271.

10. Сулимина О.В. Особенности личностного развития юношей и девушек, воспитывавшихся в семье и вне семьи // Культурно-историческая психология. 2014. Т.10. Т. 3. С. 54–70.

И.В. Шаповаленко, Е.А. Емельянова

**Гражданская позиция в контексте
достижения личностной зрелости:**

кросс-культурное исследование студенческой молодежи

Одна из центральных задач взросления и достижения личностной зрелости – вхождение юноши во взрослое общество, принятие на себя взрослых социальных обязательств. Различные психологические теории описывают юношеский возраст с разных позиций, но есть и общее: юность как возраст приобретения человеком полноценного статуса в обществе, сопряженный с активным социальным самоопределением. В классических работах Л.И. Божович, И.С. Кона, Э. Эриксона, Дж. Марсиа рассматривается этот аспект взаимодействия личности и общества, для его обозначения используется ряд терминов, таких как самоопределение, социальная ориентация, групповая (социальная) идентичность.

Так, Э. Эриксон, описывая процесс формирования идентичности, пишет, что возраст «около или после двадцати лет, – возраст, который наиболее болезненно осознает потребность в решениях, подвержен смене влияний, восприимчив к пропаганде идеологических систем, обещающих новую мировую перспективу ценой тотального и решительного отказа от старой» [7, с. 81].

Г. Олпорт [5], намечая пути становления зрелой личности, выделяет «расширенное чувство Я» как элемент индивидуальности, когда человек ощущает свою причастность не только к личным потребностям и ближайшему окружению, но и к более отдаленным сторонам общественной жизни и разнообразным деятельности, включая их в круг «своего», важного и значимого.

И.С. Кон [3] указывает в качестве общей особенности юношеского периода социальную ориентацию юноши – направленность на познание окружающего социального пространства, поиск своего места в нем, связанное с этим профессиональное самоопределение.

Проблема гражданственности личности поставлена преимущественно в рамках педагогических исследований, рассматривают-

ся конкретные методы и пути ее формирования (Д.В. Кириллов, Т.И. Кобелева, Н.Ф. Крицкая, Т.А. Михейкина, И.В. Молодцова, Н.В. Попович и др.).

В отечественной психологии тема социальной активности и гражданской позиции личности является относительно новой. В зарубежной литературе также не много ссылок на прикладные психологические исследования в данной области. Большинство исследований социальной активности составляют социологические и политологические исследования участия граждан в жизни государства (В. Murtagh, 2000, М. Wyman, D. Shulman, L. Nam, В.С. Собкин, 1997). Они представляют собой важный источник эмпирических данных и социологический взгляд на проблему, но фактически не затрагивают психологических механизмов изучаемого явления.

В последние годы много говорится о необходимости формирования основ гражданской идентичности, чувства гордости за свою Родину, народ и историю своей страны как личностных результатах образовательного процесса в школе. В настоящее время в психологии и педагогике не существует единого определения понятия «гражданская позиция». Г.Н. Филонов, Н.И. Элиасберг, Т.А. Михейкина рассматривают данное понятие как динамически формирующуюся и развивающуюся совокупность качеств личности гражданина [1; 4; 6]. По мнению Д. В. Кириллова, гражданская позиция – это личностное образование, выражающееся в отношении личности к гражданскому обществу как к ценности [2]. Гражданская позиция – это характеристика личности, определяющая её общественное поведение, её активность, уровень её социальной зрелости. Гражданская позиция является рефлексивным отношением субъекта к событиям действительности и собственной деятельности, которое опирается на систему гражданских ценностей.

В дальнейшем мы исходим из рабочего определения: гражданская позиция – это осознанное участие человека в жизни общества, отражающее его сознательные реальные действия (поступки) в отношении к окружающему, направленные на реализацию общественных ценностей при разумном соотношении личностных и общественных интересов.

Исследование сформированности гражданской позиции – это исследование актуального психологического состояния системы ценностных и социальных ориентаций и установок, которые характеризуют человека как гражданина страны и общества.

Анализ литературы показал, что в настоящее время ещё недостаточно изучены психологические особенности гражданской позиции современных юношей. Не обнаружив необходимых методик для изучения содержания и выраженности гражданской активности юношей и девушек, для оценки их гражданской позиции среди используемых в российской психологии, мы обратились к международным ресурсам¹ и выбрали две методики опросникового типа. Каждую из них мы перевели на необходимые языки (русский, итальянский, болгарский) и адаптировали (для исследовательских целей) с участием специалистов.

1. «Модели измерения гражданственности: диагностика гражданской активности» («Civic Measurement Models: Tapping Adolescents' Civic Engagement») – авторы С.А. Flanagan, А.К. Syvertsen, М.Д. Stout).

Разработана в Университете штата Пенсильвания США и была опубликована в 2007 г. Предназначена для подростков и юношей 12–20 лет. Представляет собой опросник, состоящий из 34 утверждений, касающихся различных аспектов гражданского поведения, мнений, знаний и настроений. Выделены четыре шкалы: политическая активность; политическая сознательность; наличие нравственных ориентиров; сотрудничество в малой социальной группе. Ряд утверждений опросника имеют направленность на будущее: испытуемых просят оценить вероятность участия в различной общественной и общественно-политической деятельности. Опросник содержит пункты, в которых предлагается гипотетический сценарий поведения.

2. «Оценка свободы от гражданских моральных норм» («Assessing civic moral disengagement») – авторы G.V. Caprara, R. Fida, M. Vecchione, C. Tramontano, C. Barbaranelli).

Методика разработана в Университете «Sapienza» (г. Рим, Италия) и опубликована в 2009 г. Данный опросник состоит из 28 утверждений, касающихся нарушений моральных норм. Могут быть определены семь механизмов нарушений: моральное оправдание, выгодное сравнение, смещение ответственности, диффузия ответственности, искажение последствий, приписывание вины, дегуманизация.

В эмпирическом исследовании приняли участие студенты 1–2 курсов бакалавриата Москвы (Россия) – 145 человек, Рима (Италия) –

¹ Благодарим за консультацию и помощь в выборе методик М.К. Павлову, научного сотрудника кафедры психологии развития, института психологии, факультета социальных и поведенческих наук, университета Йены, Германия.

49 и Пловдива (Болгария) – 56 человек. Всего – 250 человек, из них – 216 девушек, 34 юношей.

Цель работы состояла в сравнении содержания и уровня сформированности гражданской позиции российских, итальянских и болгарских студентов.

Результаты по опроснику «Модели измерения гражданственности: диагностика гражданской активности»

1. Политическая активность (max=45 баллов)

Наибольшее количество баллов по данной шкале набрали итальянские студенты (среднее значение 30,6 баллов). Эту категорию юношей и девушек отличает активное отношение к государственной политике, общественной жизни, уверенность в своей собственной значимости для политической ситуации в стране. Так, оценивая утверждения: «Я верю, что могу изменить ситуацию в обществе» и «В сотрудничестве с другими членами общества я могу изменить ситуацию к лучшему», респонденты с высоким показателем политической активности выбирали варианты «полностью согласен» и «скорее согласен» (5 и 4 балла соответственно). При оценивании утверждения «Я думаю о политической карьере и работе в правительстве» многие опрошенные из данной категории выбрали ответ «полностью согласен».

Средний показатель по данной шкале у студентов из Болгарии (29 баллов) и наименьший у российских юношей и девушек (среднее значение 26,4 баллов).

По шкале «Политическая активность» между показателями студентов из России и Италии ($U=1886,50$), а также между показателями студентов России и Болгарии ($U=2805,00$). Между показателями студентов Болгарии и Италии значимых различий нет.

2. Политическая сознательность (max=45 баллов)

На представленной гистограмме видно, что наивысший средний балл у итальянских студентов (37,2 баллов). Такие утверждения, как «СМИ не должны критиковать правительство», «Я всегда поддерживаю политику руководства страны», «Это не патриотично критиковать правительство» (с учетом того, что перечисленные утверждения «обратные») или «Когда я слушаю политические новости, я пытаюсь понять, что действительно происходит?», имеют наивысший средний балл по выборке студентов из Италии. Эти результаты говорят

об осмысленном отношении к информации политического содержания, получаемой из различных источников.

Среднее значение показали болгарские студенты (35 баллов) и самый низкий – студенты из России (33,7 баллов).

По шкале «Политическая сознательность» статистически значимые различия выявлены между показателями студентов России и Италии ($U=2138,00$) и между показателями студентов Болгарии и Италии ($U=961,50$). Между показателями студентов Болгарии и Италии значимых различий нет.

3. *Наличие нравственных ориентиров* (max = 45 баллов)

По данной шкале – высокое среднее значение у студентов из Италии (39,9 баллов). Респонденты отвечали «полностью согласен» или «скорее согласен» утверждения, «Я считаю, что в своей жизни люди должны помогать тем, кто нуждается в помощи», «Я злюсь, когда узнаю, что с людьми обошлись несправедливо». Это свидетельствует об их отзывчивости, способности к сопереживанию, чувству справедливости и честности, готовности к взаимопомощи.

Практически такое же среднее значение по данной шкале у болгарских студентов (39,3 баллов). Наименьший показатель у студентов из России (36,8 баллов).

По шкале «Наличие нравственных ориентиров» есть статистически значимые различия между показателями студентов России и Италии ($U=2120,00$), России и Болгарии ($U=2789,00$). Между показателями студентов Болгарии и Италии значимых различий нет.

4. *Сотрудничество в малой социальной группе* (max=35 баллов)

Утверждения данного блока касались референтной группы сверстников (студентов, обучающихся вместе с испытуемыми в университете). В утверждениях анализировались внутригрупповые взаимоотношения, взаимовыручка, сплоченность. Наибольший показатель по этой шкале – у болгарских студентов (23,6 баллов). Среднее значение показали российские студенты (22,7 баллов), самый низкий – студенты из Италии (20,1 баллов).

По шкале «Сотрудничество в малой социальной группе» выявлены статистически значимые различия между показателями студентов России и Италии ($U=2177$), а также Италии и Болгарии ($U=798$). Между показателями студентов России и Болгарии статистически значимых различий нет.

Результаты по опроснику

«Оценка свободы от гражданских моральных норм»

1. Моральное оправдание (max = 20 баллов)

Самый низкий показатель по данной шкале – у итальянских студентов (среднее значение 9,2 баллов). На такие утверждения, «Применение силы зачастую неизбежно, когда речь идет о защите чьих-то интересов» и «Чтобы сохранить семейную сплоченность, члены семьи должны защищать друг друга, даже в случае тяжкого преступления» они неизменно давали ответ «полностью не согласен». Это говорит о том, что для итальянских студентов данный механизм нарушения общественных моральных норм не является приемлемым; они не склонны оправдывать поступки, не соответствующие нормам общества и правилам морали; им несвойственно трансформировать предосудительное поведение в условно вынужденное средство, направленное на полезные цели.

Данные студентов из России и Болгарии практически совпадают (11,2 и 11,3 баллов соответственно), то есть они чаще, чем итальянские студенты используют этот механизм.

По шкале «моральное оправдание» выявлены статистически значимые различия между показателями студентов России и Италии ($U=1696,00$), а также между показателями студентов Италии и Болгарии ($U=523,00$). Между показателями студентов России и Болгарии по данной шкале статистически значимых различий нет.

2. Выгодное сравнение (max = 20 баллов)

По данной шкале самые высокие результаты продемонстрировали российские юноши и девушки (среднее значение 11 баллов). На утверждения, «Нельзя штрафовать за граффити на стенах, ведь есть более серьезные правонарушения» и «Что толку ругать молодежь за курение, если большинство взрослых ведут себя гораздо хуже» респонденты часто давали ответ «полностью согласен». Это означает, что российские студенты сравнивают предосудительное поведение с еще худшим и тем самым оправдывают его.

Средний показатель по данной шкале – у болгарских студентов (9,9 баллов), самый низкий – у студентов из Италии (6,4 баллов).

По шкале «Выгодное сравнение» показатели студентов всех стран имеют статистически значимые различия между собой.

3. Смещение ответственности (max = 20 баллов)

Самые высокие баллы по данной шкале – у российских студентов (среднее значение 9,4 баллов). Выраженное согласие с утвержде-

ниями «Когда не созданы условия, нельзя упрекать людей, которые оставляют мусор прямо на улице» или «Водителей не нужно штрафовать, если они едут в потоке, и поэтому превышают скорость» говорит о том, что им в большей степени свойственно оправдывать свое противоправное поведение негативными социальными проблемами в обществе, не признавать собственной ответственности за проступки, считать свое поведение навязанным извне.

Средние показатели по данной шкале – у болгарских студентов (7,9 баллов), низкие – у студентов из Италии (6,3 баллов).

По шкале «смещение ответственности» показатели студентов всех стран имеют статистически значимые различия между собой.

4. Диффузия ответственности (max = 20 баллов)

По данной шкале показатели российских и болгарских студентов совпадают (по 8,8 баллов).

Итальянские студенты продемонстрировали наименьший результат (6,2 баллов). Респонденты не соглашались с утверждениями, «Отдельному человеку нет смысла беспокоиться об ухудшении состояния окружающей среды, поскольку это проблема всего общества» или «Не вижу смысла испытывать чувство вины за то, что повредил общему делу, учитывая, что это всего лишь малая часть этого дела». Они в меньшей степени стремятся «размазать» ответственность за какой-либо проступок между несколькими участниками. Они не склонны занижать уровень своей, личной ответственности за происходящее в группе и обществе.

По шкале «диффузия ответственности» – статистически значимые различия между показателями студентов России и Италии ($U=1537,00$), Италии и Болгарии ($U=647,50$).

5. Искажение последствий (max = 20 баллов)

Наименьший результат по данной шкале показали студенты из Италии (среднее значение 6 баллов). Отрицательные ответы на утверждения «Уклоняться от налогов не стыдно; куча государственных денег просто разбазаривается» и «Кража в большом магазине – это пустяк по сравнению с прибылью этого магазина» свидетельствуют о готовности соблюдать правила и законы общества независимо от того, нарушают ли их другие.

Студенты из России и Болгарии показали более высокие показатели (9,8 баллов и 10 баллов соответственно).

По шкале «Искажение последствий» статистически значимые различия между показателями студентов России и Италии ($U=931,00$), а Италии и Болгарии ($U= 299,00$). Между показателями студентов России и Болгарии по данным шкалам различий нет.

6. Приписывание вины (max=20 баллов)

Наибольшее количество баллов по данной шкале показали российские студенты (среднее значение 12,3 баллов). На утверждения, «Жертвы обычно сами не могут избежать опасности» или «Если люди разбрасывают свои вещи, то это их вина, если вещи будут украдены» респонденты давали положительный ответ. Такие результаты свидетельствуют о тенденции обвинять жертву в том, что она своим поведением «заслужила быть» жертвой противоправных действий по отношению к себе, перекладывать вину на самих пострадавших.

Результаты болгарских и итальянских студентов распределились следующим образом – среднее значение 11,6 и 10,6 баллов соответственно.

По шкале «Приписывание вины» показатели студентов всех стран имеют статистически значимые различия.

7. Дегуманизация (max=20 баллов)

Дегуманизация означает отрицание ценности человека как личности; игнорирование его права на свободу, счастье, развитие и проявление своих способностей; попрание принципов равенства, справедливости и человечности. Подобный механизм нарушений позволяет оправдать плохое поведение факторами, не зависящими от человека. Примерами утверждений, на которые испытуемые давали отрицательные ответы, могут служить: «С конкурентами нужно обращаться жестоко» и «Чтобы заставить людей работать, к ним надо относиться как к вьючным животным».

По данной шкале студенты из трех стран показали практически одинаковые результаты (Россия – 8,3, Италия – 8,1, Болгария – 8 баллов).

По шкале «дегуманизация» между показателями студентов всех стран различий нет.

Итак, можно сказать, что наиболее выраженным механизмом нарушения общественных моральных норм у студентов из России, Италии и Болгарии (достоверно для данной выборки) является «приписывание вины», наименее выраженным – «дегуманизация».

Данные, полученные при помощи использованных методик, позволили нам определить уровень сформированности гражданской

позиции у российских, итальянских и болгарских студентов бакалавриата 1–2 курсов.

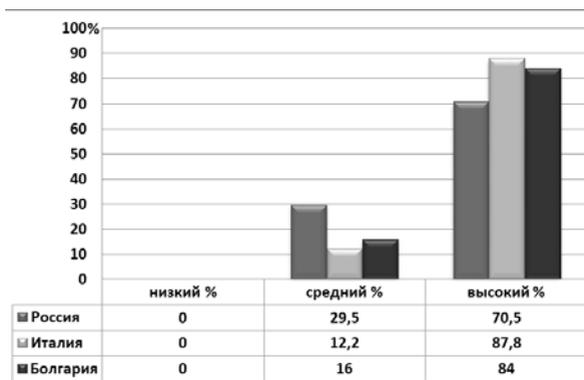


Рис. 1 Распределение уровней сформированности гражданской активности (российские, итальянские и болгарские студенты)

На рисунке 1 видно, что большинство (87,8 %) итальянских студентов показали высокий уровень развития гражданской активности также преимущественно высокий уровень, обнаружен у болгарских студентов (84 %). С высокой вероятностью можно предположить, что итальянские и болгарские студенты будут участвовать в общественной и общественно-политической деятельности. Менее благоприятная картина наблюдается у российских студентов. Несмотря на то что 70,5 % российских студентов из нашей выборки получили высокую оценку уровня гражданской активности и 29,5 % среднюю, однако по сравнению со студентами из других стран это более низкий показатель.

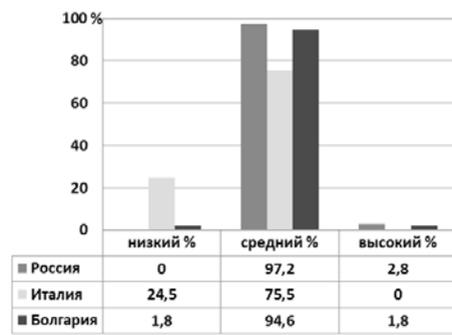


Рис. 2 Распределение уровней свободы от моральных норм (российские, итальянские и болгарские студенты)

На рисунке 2 видно, что большинство студентов из всех трех стран имеют средний уровень свободы от гражданских моральных норм. Лояльность к нарушению общественных моральных норм у современных юношей и девушек свидетельствует о среднем (достаточно высоком – у итальянских студентов) уровне сформированности базисных ценностных ориентаций.

Сформулируем выводы по результатам эмпирического исследования.

1. Большая часть молодежи имеет средний уровень гражданской активности. Юноши и девушки независимо от страны проживания имеют достаточно выраженные гражданские качества личности: нравственные ориентиры и политическую сознательность.
2. Существуют кросс-культурные различия в содержании и уровне сформированности гражданской позиции российских, итальянских и болгарских студентов.
3. Более высокий уровень гражданской активности продемонстрировали итальянские студенты. Российские студенты имеют более низкий уровень развития гражданской активности (по сравнению с болгарскими и итальянскими).
4. Выраженность механизмов нарушения гражданских моральных норм у российских, итальянских и болгарских студентов различается. Студенты из Италии в большей мере, нежели российские и болгарские, готовы соблюдать и уважать принятые в обществе нормы.
5. Наиболее используемым механизмом лояльности к нарушению общественных моральных норм у всех студентов (из России, Италии и Болгарии) оказался механизм «приписывание вины» – тенденция переносить вину на самих пострадавших как следствие их предосудительного поведения. Наименее выражен механизм «дегуманизации», означающий тотальное отрицание ценности человека как личности.

Полученные результаты (по привлечению новых исследовательских методических инструментов, по оценке гражданской активности и лояльности к нарушениям социальных норм) могут быть полезны для более глубокого понимания содержательной проблемы становления личностной зрелости в период юности – ранней взрослости, для разработки образовательных программ по формированию сознательной гражданской позиции молодежи.

Литература

1. Гражданско-правовое образование и воспитательный потенциал курсов истории: сборник статей / сост. и науч. ред. Н. И. Элиасберг. – Санкт-Петербург: Союз, 2004. – 51с.
2. Кириллов, Д.В. Формирование гражданской позиции старшеклассников в обучении гуманитарным дисциплинам : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Д.В. Кириллов. – Волгоград, 2005. – 23с.
3. Кон, И.С. В поисках себя: личность и ее самосознание / И.С. Кон. – Москва: Политиздат, 1984. – 335с.
4. Михайкина, Т.А. Формирование гражданской позиции старшеклассников интернатных учреждений: автореф. дис. ...канд. пед. наук / Т.А. Михайкина. – Саранск, 2009. – 21с.
5. Олпорт Г. Становление личности: Избранные труды / [Пер. с англ. Л. В. Трубицной и Д. А. Леонтьева]; под общ. ред. Д. А. Леонтьева. М.: Смысл, 2002.
6. Филонов, Г.Н. Феномен гражданственности в структуре личностного развития // Педагогика. – 2002 . – N 10 . – С. 24–29 .
7. Эриксон, Э. Идентичность: юность и кризис / Э. Эриксон. – Москва: Прогресс, 1996.

О.И. Щербакова, С.В. Бадмаева

Самоактуализация личности в различных возрастных группах

Известный американский психолог А. Маслоу охарактеризовал самоактуализацию как желание человека стать тем, кем он может стать. Человек, достигший этого высшего уровня, добивается полного использования своих талантов, способностей и потенциала личности. Самоактуализация – это постоянный процесс развития своих возможностей и потенциала. [1, 2]

Можно выделить типичные черты самоактуализации личности. Индивид, занимающийся самоактуализацией и достигший в ней больших успехов: занимается любимым делом; не подчиняется чуждому влиянию; стремится к развитию; любит читать; его можно назвать творческой личностью; применяет позитивный образ мышления; уверен в себе; открыт в эмоциональном плане; прощает себя за периодическую несдержанность, раздражительность и т.д.

Самоактуализация в разных возрастных группах проявляется по-разному. Взрослые более адаптированы к жизни, их мировосприятие гораздо шире подростков и молодежи. Компоненты самоактуализации, которые были важны на одном этапе развития, на другом утрачивают свою значимость, на смену им приходят другие. Взрослые – более цельные личности. Самореализация себя как семейного

человека наиболее полно проявляется в период взрослости в возрасте 25–30 лет. Взрослые самостоятельно решают свои проблемы и, пока не достигнут результатов в образовательной и профессиональной деятельности, определенного положения в обществе, не создают семьи.

Особенности самоактуализации молодежи:

- * Молодежь сегодня гораздо более самостоятельна и ориентирована на собственное дело, нежели чем предыдущие поколения;
- * Для сегодняшнего поколения молодых людей зарплата и условия труда имеют меньшее значение, чем интересная творческая работа и возможность саморазвития;
- * Большинство молодых людей уже с ранних лет пробует себя в различных видах деятельности, пытаясь найти именно то, что им будет интересно;
- * Нынешняя молодежь, в отличие от взрослого поколения, не стремится получать рабочие специальности, считая, что они малооплачиваемые. [4, 5]

Метод исследования: в исследовании использован метод анкетирования, в котором способом случайной выборки опрошено 24 человека из числа студентов в возрастном промежутке от 18 до 25 лет и 50 человек – в возрасте от 25 до 40 лет, в возрасте от 46 до 70–42 человека.

Цель исследования: выявить какой процент опрошиваемых самоактуализировался в карьере и работе.

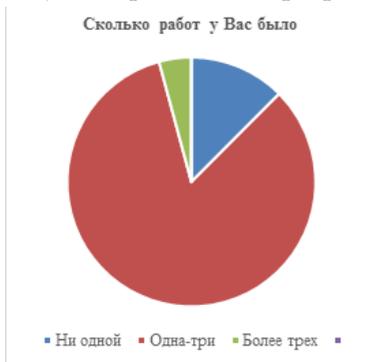


Рис. 1. Результаты участия респондентов в работе

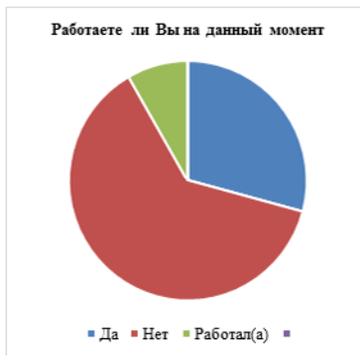


Рис. 2. Результаты респондентов о работе на момент опроса

В ходе исследования было выявлено, что 12,5 % опрошенных не работали ни на одной работе; 83,3 % опрошенных работали на 1–3 работах; 4,2 % опрошенных работали более чем на 3-х работах.

В ходе исследования было выявлено, что 29,2 % опрошенных работают на данный момент; 62,5 % опрошенных не работают на данный момент; 8,3 % опрошенных работали в прошлом.

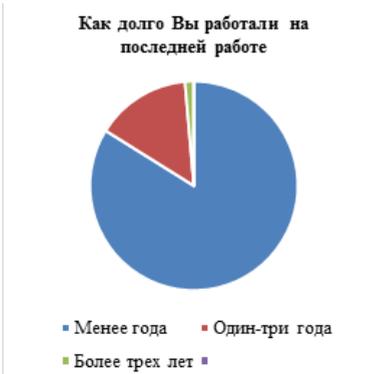


Рис.3. Результаты респондентов по длительности работы

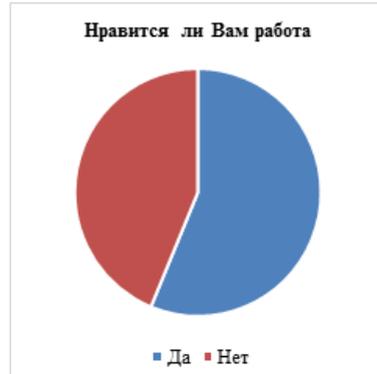


Рис. 4. Результаты респондентов по параметру «нравится работа или нет»

В ходе исследования было выявлено, что 85 % опрошенных работают на нынешней работе менее года; 15 % опрошенных работают на нынешней работе от 1 до 3 лет; 0 % опрошенных работают на нынешней работе более 3-х лет.

В ходе исследования было выявлено, что 56,3 % опрошенных нравится их нынешняя работа; 43,7 % опрошенных не нравится их нынешняя работа.



Рис.5. Результаты опроса респондентов по параметру образования

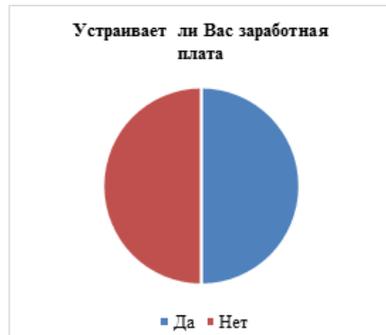


Рис.6. Результаты респондентов по заработной плате

В ходе исследования было выявлено, что 17,8 % опрошенных имеют образование в той же сфере, в которой они работают; 79 %

опрошенных не имеют образования в сфере своей работы; 5,2 % опрошенных работают и учатся по будущей профессии.

В ходе исследования было выявлено, что 50 % опрошенных устраивает их заработная плата; 50 % опрошенных не довольны своей заработной платой.

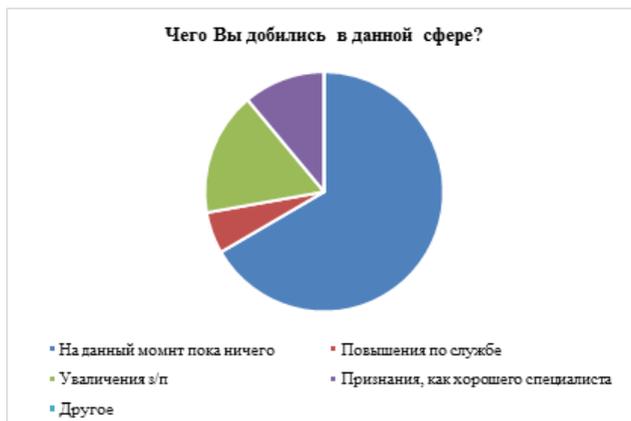


Рис. 7. Результаты исследования по параметру достижений респондентов на рабочем месте

В ходе исследования было выявлено, что 66,7 % опрошенных на данный момент не добились ничего на своем рабочем месте; 5,6 % опрошенных за время заботы добились повышения по службе; 16,7 % опрошенных добились увеличения заработной платы; 11,1 % на данный момент добились признания себя, как хорошего специалиста; 0 % опрошенных выбрали вариант другое.

Таким образом, в ходе исследования мы выяснили, что большинство опрошенной молодежи в возрасте 18–25 лет уже успело поработать на 1–3 работах. На данный момент большинство из них не работают. Более половины опрошенных работали на последнем месте работы менее одного года. Респонденты, которые в данный момент работают не имеют профессионального образования в данной сфере, однако им нравится их работа. Многие из них уже добились определенных результатов на данной работе. Однако половину опрошенных студентов не устраивает размер их заработной платы.

В нашем опросе также приняло участие 23 мужчины и 27 женщин, из которых большее количество мужчин (57 %) и женщин (52 %) в возрасте от 25 до 30 лет. 56 % респондентов составили люди

в возрасте 25–30 лет, 20 % – 30–35 лет и 24 % опрошиваемых били в возрасте от 35 до 40 лет.

В нашем исследовании выяснилось, что стремятся к самосовершенствованию и заботятся о том, чтобы стать лучше 16 женщин и 13 мужчин, то есть 58 % опрошенных. 34 % не задумываются об этом, причем большинство из них женщины.

Для 54 % опрошенных главной жизненной ценностью является семья. Этот вариант ответа выбирали 18 женщин и вдвое меньше мужчин, чей возраст в основном был от 30 до 40 лет. На втором месте был вариант «саморазвитие» – его выбрало 26 % респондентов, чей возраст, в основном, был 25–30 лет.

Ответы, которые дали респонденты на вопрос «Стремитесь ли Вы использовать каждую минуту с пользой для себя или для других?» не дали исчерпывающей картины, так как большинство людей – 40 % – ответили «иногда».

Читают художественную или профессиональную литературу большинство опрошенных – 62 %, из которых 17 женщин и 14 мужчин. Причем, мужчины в основном либо читают художественную литературу, либо предпочитают не читать вообще, в то время как женщины также охотно читают развлекательную литературу, как и художественную. Среди опрошенных вариант «нет, мне это не интересно» чаще встречался у людей в возрасте 30–40 лет, его выбрало 24 % респондентов.

Что же касается хобби и увлечений, их имеют 80 %, но из них только 32 % уделяют им большую часть свободного времени, а остальные 48 % – лишь изредка. Причем только лишь 5 женщин уделяют своим увлечениям все свободное время, в то время как количество мужчин, уделяющих все свободное время хобби – в два раза больше. Вариант ответа «скорее нет» выбирали больше женщины, чем мужчины. Это можно объяснить тем, что большинству женщин в возрасте от 25 до 40 лет просто некогда заниматься личными увлечениями, так как помимо работы, они тратят много времени на детей либо на домашний быт.

Тем не менее, разносторонними людьми себя считают 78 %. Интересно, что практически абсолютное большинство опрошенных мужчин выбрали вариант ответа «да», а среди женщин ответы разделились поровну. «Нет» чаще всего выбирали женщины в возрасте 25–30 лет. Но считать себя всесторонне развитыми одно, а быть ими – другое.

Все люди, которых мы опрашивали, имели постоянную работу, поэтому мы спросили у них, довольны ли они своим местом работы? Боль-

шая часть респондентов (36 %) ответили, что оно их не устраивает, и они чувствуют, что способны на большее и собираются искать варианты лучше. Довольных своей работой оказалось 40 % – они считают, что могут полностью реализовать свой потенциал на данном месте. Можно сделать вывод, что многие еще не нашли подходящую работу, которая бы их удовлетворяла, и должно пройти еще какое-то количество времени, чтобы реализовать свой потенциал сполна. В этом нет ничего удивительного, ведь возраст опрашиваемых людей, еще не реализовавших себя, составлял 25–30 лет – то время, когда человек, закончив высшие учебные заведения, имеет небольшой опыт работы.

Постоянно повышать уровень своей квалификации стараются почти две трети респондентов – 62 %. Для них неприемлемо стоять на месте. Причем абсолютно все опрошенные в возрасте от 30 до 35 лет выбрали вариант «безусловно, это неприемлемо для меня стоять на месте», а люди в возрасте 35–40 лет чаще выбирали вариант «нет, это не играет для меня важной роли».

Вера в себя – очень важный аспект самоактуализации личности. 56 % респондентов верят в себя даже тогда, когда чувствую, что не могу справиться со всеми стоящими передо мной задачами, и 44 % – только когда абсолютно уверены в своих силах.

Держать ситуацию под своим контролем предпочитают 30 % людей, такой же процент респондентов умеют «плыть по течению». 40 % выбрали вариант ответа «время от времени». Человек с высоким уровнем самоактуализации умеет находить «золотую середину» – не пускать все на самотек, но и не доводить контроль за ситуацией до фанатизма.

Большая часть респондентов – 56 % – оказалась зависима от мнения окружающих. 44 % ответили, что достаточно независимы от мнения окружающих.

Вопрос «Бывает ли Вам скучно наедине с самим собой» также не дал исчерпывающих результатов, так как подавляющее большинство дали ответ «зависит от ситуации».

Очень важный вопрос для определения уровня самоактуализации – и последний в нашей анкете – «Как вы относитесь к своему прошлому?». Половина респондентов принимают свое прошлое. Они осознают свои ошибки, извлекли из них уроки и двигаются дальше. Однако 18 % респондентов не могут многого простить себе в прошлом. Негативная оценка своего прошлого мешает человеку развиваться и повышать уровень самоактуализации.

Таким образом, на основе исследования респондентов в возрасте от 25 до 40 лет можно сделать следующие выводы:

1. Большинство опрошенных считают себя практически полностью самоактуализировавшимися людьми. Люди 25–30 лет еще раскрывают свой личностный потенциал, задатки и склонности; готовы учиться и развиваться, не стоять на месте;
2. Большинство респондентов занимаются любимым делом – для них не позволительно «плыть по течению». Их личностный рост способствует их личному счастью. Респонденты в возрасте 30–35 лет постоянно повышают уровень своей квалификации и стараются стать лучшими специалистами;
3. Для большинства женщин и мужчин в возрасте 30–40 лет главным в жизни является семья, в то время как для большинства женщин и мужчин 25–30 лет главным является работа и саморазвитие.

Чем старше становится человек, тем больше он дорожит своим рабочим местом. В ходе исследования работающих представителей среднего класса в возрасте от 46 до 70 года 90 % опрошенных мужчин и 82 % женщин сообщили, что они бы продолжали работать, даже если бы могли этого не делать. (Опрос был проведен среди сотрудников АО «Глобэксбанк» в 2015 г.). В опросе приняли участие 25 мужчин и 17 женщин. Участникам было предложено ответить на вопрос: «Продолжили бы вы работать, если бы смогли этого не делать?»). Даже те, чей возраст приближался к пенсионному, предпочли бы – в подавляющем большинстве – продолжать трудиться, хотя бы неполный рабочий день.

Таким образом, остаться без работы к концу периода зрелости для многих людей является пугающей перспективой, связанной с утратой жизненных целей, ухудшением материальных условий и ощущением, что жизнь прожита и впереди только старость. Встретить ее спокойно может позволить себе человек, относящийся к последующему периоду своего развития, как к ожидаемому событию своей жизни, которое можно предвидеть, к которому можно подготовиться и, в отношении которого, можно строить планы.

Проведенное исследования показало, что:

1. Самоактуализация – это естественный непрерывный процесс психического развития и социoadaptации человека, определяемый большинством теоретиков как процесс постоянного стремления человека к самосовершенствованию.

2. Самоактуализация в разные периоды жизни имеет свои особенности.
3. В работе были изучены особенности самоактуализации в возрастном диапазоне от 18 до 70 лет, в том числе в части профессиональной деятельности и карьеры.

Проведенные опросы показали, что молодежь в возрасте 18–25 лет уже успела поработать на 1–3 работах, но не имеет профессионального образования в данной сфере, однако им нравится их работа. На данный момент большинство из них – не работают. При этом многие добились определённых результатов на работе, однако половину опрошенных студентов не устраивает размер их заработной платы.

Желания человека среднего возраста изменяют структуру его мотивации, смещая образующие ее компоненты в сторону удовлетворения обостряющихся потребностей. Среди них основными являются: реализация своего творческого потенциала; необходимость передать что-то следующему поколению; корректировка деятельности с точки зрения возможной стагнации и упущенных возможностей; забота о сохранении близких отношений с родными и друзьями; подготовка к спокойной и обеспеченной жизни в пожилом возрасте. В контексте этих изменений происходит осмысление и переоценка жизни в целом; корректировка сложившейся системы ценностей в трех связанных между собой сферах: личной, семейной и профессиональной.

К концу периода зрелости для многих людей перспектива остаться без работы связана с утратой жизненных целей, ухудшением материальных условий и ощущением наступления старости.

Литература

1. *Зинченко В.П.*, Большой психологический словарь. Под ред. Б.Г. Мещерякова, акад. – М.: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2003.
2. *Роджерс К., Маслоу А., Мэй, Р.*, Гуманистическая, трансперсональная и экзистенциальная психология. – М.: Прайм-Еврознак, 2007. – 224 с.
3. *Maslow, A.* 1971. The father reaches of human nature. New York: Viking
4. *Интернет-источники*
5. <http://studopedia.ru/>, 4.05.2015
6. <https://ru.wikipedia.org>, 4.05.2015
7. <http://www.psychology.ru/>, 4.05.2015

Внутренняя позиция личности в поздней юности и зрелости

Понятие внутренней позиции, предложенное Л.И. Божович более 60 лет назад, до недавнего времени использовалось только в изучении личности младших школьников. Лишь в последнее десятилетие появились исследования внутренней позиции у студентов [7; 8; 4]. В то же самое время Л.И. Божович видела перспективы применения данного понятия в анализе личности на протяжении всего жизненного пути. По ее мнению, «... при переходе от одного возрастного этапа к другому, психологическое содержание указанного новообразования будет различным, так как иными являются те внутренние психические процессы, на основе которых возникает переживание ребенком своего объективного положения» [2]. Иными словами, внутренняя позиция может выступать как содержательная характеристика возрастного развития личности. Л.И. Божович утверждала, что «Раз возникнув, эта позиция становится присущей человеку на всех этапах его жизненного пути, и также определяет его отношение и к себе, и к занимаемому им положению в жизни. Однако <...> позиция взрослого человека характеризуется гораздо большими индивидуальными различиями. Кроме того, для онтогенетического развития личности внутреннюю позицию характеризует стремление ребенка к новому, более «взрослому» положению в жизни. В период же зрелости – к положению, которое представляется человеку более соответствующим его требованиям...» [2].

Настоящее сообщение посвящено особенностям внутренней позиции в зрелом возрасте по сравнению с поздней юностью. Внутренняя позиция, возникая впервые на рубеже дошкольного и младшего школьного возраста, опосредует возрастной переход. Правомерно предполагать, что на протяжении жизненного пути внутренняя позиция отражает возрастные особенности, и, следовательно, может выступать как характеристика возраста. Наше исследование внутренней позиции в зрелом возрасте по сравнению с поздней юностью было проведено со студентами-психологами, получающими второе высшее образование (зрелый возраст) и первое высшее образование (поздняя юность).

Конкретно-научной основой нашего исследования выступили, прежде всего, работы Л.И. Божович, где было введено данное понятие и очерчена психологическая реальность, которую оно обо-

значает. В качестве теоретической основы для нас выступили также исследования динамических смысловых образований личности (А.Г. Асмолов, Б.С. Братусь, Д.А. Леонтьев, В.А. Петровский и др.), а также исследования временной перспективы (Н.Н. Толстых) и смысловой регуляции жизни человека (Д.А. Леонтьев). Проведенный теоретический анализ позволил дать определение внутренней позиции как динамической системы мотивационной и аффективно-смысловой регуляции жизнедеятельности человека, которая представляет собой отражение во внутреннем плане ведущих мотивов личности в связи с возможностями их реализации в действии. Такое понимание внутренней позиции соответствует трактовке данного понятия, представленного в работах Л.И. Божович и ее последователей. Кроме того, оно соотносимо со многими мотивационными теориями личности, разрабатываемыми в последние полвека (начиная с теории мотивации достижения Дж. Аткинсона и заканчивая теорией самодетерминации Э. Деси и Р. Райана), где подчеркивается значение внутренних мотивов, а количественные параметры мотивации представлены как соотношение между силой мотивов и вероятностью достижения цели.

Настоящее исследование было посвящено сравнительному изучению внутренней позиции в юности и ранней зрелости не случайно. В культурно-исторической и деятельностной психологии начиная с Л.С. Выготского утвердилось мнение, что движущей силой развития является разрешение человеком противоречий между требованиями, предъявляемыми социальной ситуацией, и невозможностью соответствовать этим требованиям. Очевидно, что ситуация обучения в вузе предъявляет юношам и девушкам требования, связанные с развитием профессионализма и формированием профессиональной субъектности. Сущность этой ситуации состоит в переходе от обучения к самообучению как деятельности, направленной на совершенствование в качестве субъекта собственной профессиональной деятельности. Предпосылки для преобразования обучения в самообучение, столь необходимые в юности при получении высшего образования, закладываются еще в младшем школьном возрасте в ходе формирования учебной деятельности. Условием для преобразования обучения в самообучение является становление внутриличностных предпосылок саморазвития. Д.Б. Эльконин считал, что «Позиция школьника – не просто позиция ученика, посещающего школу и ак-

курратно выполняющего предписания учителя и домашние уроки, а позиция человека, совершенствующего самого себя» [10]. Другими словами, еще в младшем школьном возрасте ребенку необходимо перейти от позиции обучаемого к позиции субъекта саморазвития [3]. Тем не менее, по многочисленным наблюдениям вузовских преподавателей психологии, при получении первого высшего образования у студентов такое субъектное отношение к учению развито явно недостаточно и выражено значительно меньше, нежели у людей в зрелом возрасте при получении второго высшего образования. Проанализируем различия внутренней позиции личности в поздней юности и ранней зрелости на примере студентов-психологов при получении высшего профессионального образования. Полученные нами данные заведомо ограничены тем, что внутренняя позиция изучалась на материале учебно-профессиональной деятельности.

В проведенном нами исследовании [5] было предпринято детальное изучение внутренней позиции в учебно-профессиональной деятельности при получении первого и второго высшего образования. В исследовании приняли участие две группы студентов-психологов Московского психолого-социального университета в возрасте 20–24 лет (первое высшее образование) и в возрасте 38–48 лет (второе высшее образование). Обе группы состояли из 20 студентов, получающих высшее психологическое образование. Для изучения содержания мотивов, отраженных во внутренней позиции, использовались: модифицированный опросник мотиваций учебной деятельности в вузе Ю.М. Орлова, методика диагностики жизненных ценностей Е.Б. Фанталовой. Для исследования преобладания мотивации достижения успеха или избегания неудач как важной характеристики представлений о возможностях реализации своих мотивов был применен опросник измерения мотивации достижения М.Ш. Магомед-Эминова. Для исследования различных аспектов отношения к себе как субъекту деятельности и к жизненной ситуации как условиям реализации своих мотивов использовались: опросник смысложизненных ориентаций (СЖО) Д.А. Леонтьева; методика исследования самоотношения (МИС) С.Р. Пантिलеева. Для исследования рефлексии как механизма соотношения мотивов профессионального развития и имеющихся у человека средств их реализации применен опросник уровня профессионального самопонимания (УПС) Н.И. Протасовой.

Структура внутренней позиции выявлялась с помощью факторного анализа данных (таблица). При обработке данных использовался пакет программ математической статистики SPSS (версия 14.2). Обработка данных производилась при помощи факторного анализа с использованием варимакс-вращения.

Структура внутренней позиции в поздней юности и ранней зрелости

Возрастные Группы (лет)	Факторы	Параметры
20–24	Смысл профессионального образования	Мотивационный показатель, профессиональные ценности, активная деятельная жизнь, профессионально важные качества, опыт рефлексии, личностный смысл, самопонимание, опыт внутреннего диалога, надежные друзья, счастливая семейная жизнь
	Смысл жизни	Локус контроля – Я, цели в жизни, локус контроля – жизнь, общий показатель осмысленности жизни, самоценность, родительство, самообвинение (–) внутренняя конфликтность (–).
	Каузальная ориентация	Самопривязанность, самоуверенность, саморучководство, каузальные мотивы, познавательные мотивы.
38–48 лет	Осмысленность жизни	Осмысленность жизни, локус контроля – жизнь, результативность жизни, мотивация достижения, свобода (–)
	Внутренний диалог в профессиональном самопознании	Опыт внутреннего диалога, опыт рефлексии, самообвинение, мотивационный показатель, внутренняя конфликтность, самопринятие (–), отраженное самоотношение (–), саморучководство (–)
	Личностный смысл нового образования	Мотивы творчества, открытость, самоуверенность, самопривязанность, ценности обеспеченной жизни, творчества, познания, материнства, семейной жизни, активности, профессионально важные ценности, личностный смысл будущей профессии, самопонимание

У студентов, получающих первое высшее образование, в первый фактор вошли показатели ценностей уверенности в себе, свободы, наличия друзей, а также общий показатель осмысленности жизни по опроснику СЖО и оценки по шкалам процесса жизни и результативности жизни. Почти все показатели по опроснику профессионального самопонимания (мотивация, профессиональные ценности,

личностный смысл и т. д.) также вошли в первый фактор, который был назван «смысл профессионального образования». Судя по его содержанию, во внутренней позиции студентов в поздней юности профессиональная подготовка предстает как развитие понимания себя в контексте будущей профессии и как процесс, позволяющий полностью удовлетворить потребность в автономизации от родителей и окончательно увериться в себе как взрослом человеке. Но ни мотив достижения, ни мотивы получения профессионального образования в фактор не вошли. Такая внутренняя позиция представляет собой ориентацию на настоящее, а не на будущее.

Во второй фактор «смысл жизни» вошло большинство показателей по шкалам опросника СЖО. Самоотношение респондентов позитивное и гармоничное, оценки по параметрам смысложизненных ориентаций описывают перспективу как обнадеживающую, что, однако, не поддерживается конкретными целями. Единственная жизненная ценность, вошедшая во второй фактор (родительство), не связана с получаемой профессией.

Третий фактор составили нагрузки по параметрам самоотношения и мотивов учения (каузальных и широких социальных мотивов). Фактор получил название «каузальная ориентация». Он отражает тенденцию ориентироваться не на смысл собственных действий, а на их причину, мотивационную ориентацию на настоящий момент и конкретный результат. В данном факторе представлена ориентация на получение диплома и обретение более высокого социального статуса, но не на творчество и профессиональный рост. В целом внутренняя позиция студентов при получении первого высшего образования отличается каузальной мотивационной ориентацией, невысоким уровнем мотивации профессионального образования, неразделенностью ближнего и дальнего плана жизни и уверенностью в возможности реализовать свои социальные мотивы учения благодаря завершению высшего образования и получению диплома.

Внутренняя позиция студентов при получении второго высшего образования имеет иную структуру. В первый фактор – «осмысленность жизни» – вошли показатели мотивации достижения, а также, с наибольшей факторной нагрузкой, показатель общей осмысленности жизни (0,879) и показатели по всем шкалам опросника СЖО. Во внутренней позиции людей зрелого возраста реализация ведущих моти-

вов предстает как процесс, придающий жизни смысл, но сопряженный с сомнениями, самоограничением, затратами здоровья, судя по тому, что такие жизненные ценности, как уверенность в себе, свобода и здоровье, вошли в данный фактор с отрицательными нагрузками.

Второй фактор – «Внутренний диалог в профессиональном самопознании» – состоит из показателей профессионального самопознания и показателей самоотношения по опроснику МИС. Этот фактор отражает внутренний диалог в процессе смыслостроительства. В деятельности, направленной на порождение смысла, осуществляется согласование личной свободы и профессиональной направленности, разрешаются внешние и внутренние противоречия, происходит соотнесение ближних и дальних целей, что придает значение ближним целям в контексте реализации мотивов-смыслов всей жизни.

Самоотношение несколько негативистическое, что обусловлено, скорее всего, более зрелым отношением к себе, неудовлетворенностью собой в плане профессионально важных личностных качеств и, возможно, переживаниями по типу кризиса среднего возраста.

Третий фактор – «личностный смысл профессии» – представлен прежде всего нагрузками по параметрам профессионального самопонимания (личностный смысл будущей профессии, профессиональные ценности); мотивами учения в вузе (мотивы творчества и саморазвития); а также показателями ряда жизненных ценностей. Взаимосвязь параметров, составляющих данный фактор, позволяет предполагать, что во внутренней позиции людей зрелого возраста учение предстает как творческая деятельность, позволяющая реализовать мотивы саморазвития и самопонимания себя в контексте получаемой профессии. Правомерно утверждать, что в структуре внутренней позиции людей зрелого возраста первый фактор представляет перспективный жизненный смысл, второй – осмысление себя как будущего профессионала, третий – отражает позицию личности по отношению к ближним целям, реализуемым посредством получения второго высшего образования. В целом внутренняя позиция студентов при получении второго высшего образования обладает чертами субъектности зрелого человека [4], разделяющего ближний и дальний планы, отдающего себе отчет в том, что получение нового высшего образования – труд, связанный с затратой сил и неудовлетворенностью нынешними достижениями, труд нелегкий, но творческий.

Таким образом, исследование позволило выявить варианты внутренней позиции личности в учебно-профессиональной деятельности, характерные для разных возрастов. Для внутренней позиции в поздней юности при получении первого высшего образования характерна каузальная мотивационная ориентация, т. е. нацеленность на результат в виде получения диплома как свидетельства начала нового этапа жизни – жизни взрослого человека, квалифицированного профессионала. Внутренняя позиция при получении второго высшего образования в ранней зрелости отличается телеологической ориентацией, т. е. разделением ближнего и дальнего планов и нацеленностью на профессиональный рост в перспективе. Несмотря на более пессимистическую, чем в юности, эмоциональную окраску, такая внутренняя позиция более рефлексивна, поскольку в ней, благодаря разделению ближнего и дальнего планов, отражены как ограниченность своих профессиональных компетенций в настоящем, так и перспектива профессионального роста в будущем.

Проблемы данного исследования заключаются, во-первых, в том, насколько возможен перенос полученных данных на учебно-профессиональную деятельность при получении других профессий и, во-вторых, насколько правомерны полученные выводы применительно к реализации ведущих мотивов личности в других видах деятельности, и прежде всего в профессиональном труде. Однако о том, что для студентов в юности характерно незрелое отношение к учебно-профессиональной деятельности и каузальная мотивация, выразимая, например, известной студенческой пословицей «Не важно, как знать, важно, как сдать», говорят все вузовские преподаватели, а не только те, кто обучают студентов-психологов. В то же самое время отношение к учению людей зрелого возраста характеризуется более высокой зрелостью и ответственностью. Кроме того, проведенное нами исследование, в котором сравнивалась внутренняя позиция студентов в поздней юности и работающих специалистов в ранней зрелости, показало аналогичные тенденции в развитии внутренней позиции от юности к зрелости.

Итак, вариант внутренней позиции, наблюдаемый у студентов при получении первого высшего образования в поздней юности, характеризуется недостаточной иерархизованностью, склонностью к идеализации личного и профессионального будущего, скорее каузальной, а не телеологической направленностью самопознания.

Такая позиция может служить скорее внутренней основой для ориентации в системе социальных отношений, в меньшей степени – в профессиональной деятельности. В содержании внутренней позиции людей зрелого возраста на первый план выходят такие аспекты, которые позволяют ориентироваться в процессе своего профессионального становления. Представляются перспективными исследования, которые уточнят особенности внутренней позиции личности в различных возрастах, что позволит применить данный конструкт как средство анализа возрастного развития личности.

Литература

1. *Асмолов А.Г.* и др. Культурно-историческая системно-деятельностная парадигма проектирования стандартов школьного образования / *Асмолов А.Г., Бурменская Г.В., Володарская И.А., Карабанова О.А., Салмина Н.Г.* // Вопросы психологии. 2007. № 4. С. 16–23.
2. *Божович Л.И.* Личность и ее формирование в детском возрасте. СПб.: Питер, 2008. 400 с.
3. *Давыдов В.В., Слободчиков В.И., Цукерман Г.А.* Младший школьник как субъект учебной деятельности // Вопросы психологии 1992. № 3–4. С. 14–19.
4. *Ермолаева М.В.* Психология зрелого и позднего возрастов в вопросах и ответах. М.: МПСИ; Воронеж: МОДЭК, 2003.
5. *Ермолаева М.В., Лубовский Д.В.* Особенности внутренней позиции студентов-психологов // Вопросы психологии. 2015. № 3. С. 58–65.
6. *Леонтьев Д.А.* Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой реальности. М.: Смысл, 2003. – 487 с.
7. *Лукина В.С.* Развитие внутренней позиции профессионала в ходе профессионального обучения в раннем юношеском возрасте (на примере музыкального образования): Автореф. дис. ... канд. психол. наук. М., 2004. – 20 с.
8. *Мальчинский Ф.В.* Личностно-значимые ориентиры внутренней позиции личности курсанта: Автореф. дис. ... канд. психол. наук. Краснодар, 2010. 24 с.
9. *Петровский В.А.* Человек над ситуацией. М.: Смысл, 2010. 567 с.
10. *Эльконин Д.Б.* Избранные психологические труды / Под ред. В.В. Давыдова, В.П. Зинченко. М.: Педагогика, 1989. 460 с.

М.А. Холодная

Интеллектуальная одаренность на разных этапах возрастного развития

В исследованиях интеллектуальной одаренности приходится сталкиваться с ключевым противоречием, которое имеет прямое отношение к пониманию природы одаренности вообще и интеллектуальной одаренности в частности: не всякий интеллектуально

одаренный ребенок становится одаренным взрослым человеком и, в свою очередь, не всякий интеллектуально одаренный взрослый был в детстве одаренным ребенком. Иными словами, наблюдается *эффект инверсии* развития одаренности: был одаренным – перестал быть одаренным, не был одаренным – стал одаренным [2].

Отметим при этом один существенный момент. При оценке проявлений одаренности ребенка (младшего школьника, подростка, старшеклассника) во внимание принимается принцип презумпции одаренности: педагоги склонны признавать одаренным любого ребенка с отдельными признаками одаренности (прежде всего с высокими учебными достижениями либо высоким показателями когнитивных способностей); готовы работать с детьми, в которых они подозревают потенциальную одаренность; считают необходимым тратить специальные усилия для снятия психологических преград, мешающих проявиться скрытой одаренности ребенка, и т.д.

Напротив, по отношению ко взрослому человеку критерий оценки весьма жесткий: одаренным взрослым мы считаем человека, имеющего реальные сверхординарные достижения в той или иной конкретной области деятельности (в виде технических открытий, научных монографий, общезначимых произведений искусства, результативных социальных реформ, успешных менеджерских решений и т.п.).

Следует признать, что процесс превращения одаренного ребенка во взрослого человека достаточно часто складывается весьма драматично. По-видимому, можно говорить о регрессивном и прогрессивном вариантах «перехода» детской одаренности в качества взрослого человека.

При регрессивном переходе признаки детской одаренности либо полностью угасают, либо трансформируются в такие черты личности взрослого человека, которые исключают возможность сверхординарных достижений. Соответственно могут быть выделены четыре типа взрослых: «обычные» (признаки детской одаренности угасли полностью), «способные» (человек прекрасно поет в компании, замечательно рисует на досуге, однако к его ведущей профессиональной деятельности эти способности не имеют отношения), «оригиналы» (неадекватная самореализация на фоне сохранения высокого уровня притязаний) и «деструктивные» (дезадаптивный тип жизнедеятельности вплоть до проявлений психопатологической симптоматики).

При прогрессивном переходе одаренность взрослого человека выступает в трех основных формах: «компетентные» (лица с высокой успешностью выполнения определенных видов деятельности, отличающиеся большим объемом хорошо организованных предметных знаний и готовностью принимать эффективные решения в соответствующей предметной области), «талантливые» (лица с экстраординарными достижениями в конкретном виде деятельности, которые находят свое воплощение в некоторых реальных, объективно новых, в той или иной мере общепризнанных материальных или идеальных продуктах) и «мудрые» (лица с высоким уровнем интеллектуальных возможностей, связанных с анализом, оценкой и предсказанием событий обыденной жизни людей).

Психологические исследования зрелых форм интеллектуальной одаренности взрослых людей показывают, что в их основе лежат процессы накопления и обогащения индивидуального ментального опыта личности – когнитивного, понятийного, метакогнитивного, интенционального. Так, у «компетентных» («экспертов») происходит трансформация и спецификация когнитивного и понятийного опыта, у «талантливых» – интенционального опыта, у «мудрых» – метакогнитивного опыта [2]. Особую роль в перестройке ментального опыта играют такие факторы, как целенаправленная и интенсивная практика в соответствующей области деятельности; уникальные по своему содержанию детские впечатления, фиксирующиеся в индивидуальном опыте в виде специфических умонастроений и верований; разнообразные формы общения с другими людьми (в первую очередь, со «значимыми другими», которые оказывают влияние на изменение мировосприятия одаренного человека); рост продуктивного самоотношения; фактор случайного события» и т.д.

Поэтому неудивительно, что интеллектуальную одаренность взрослого нельзя описать и предсказать на основе IQ (то есть уровня развития только лишь когнитивных способностей). В частности, соотношение между IQ и реальной продуктивностью (прежде всего в области профессиональной деятельности) является криволинейным, то есть максимальные достижения соотносятся с уровнем IQ около 116–119 единиц, тогда как низкий и сверхвысокий интеллект могут быть препятствием для реальных достижений. Аналогично интеллектуальную одаренность взрослого человека невозможно описать в терминах своеобразия личностных черт.

Что же отличает психический ресурс интеллектуальной одаренности на этапе взрослости? Одно из перспективных направлений иссле-

дований в этом направлении – анализ интеллектуальной одаренности как *постепенно развивающейся компетентности*, выступающей в качестве основы эффективной деятельности взрослого человека.

Согласно Дж. Равену, компетентность – это особая форма одаренности, которая включает следующие компоненты: предметные знания (знания в определенной предметной области); специфическую мотивацию (выраженность индивидуальных интересов, инициативу); способы мышления; индивидуальные ценности. По его мнению, в обществе не так уж велик спрос на *равенство* как таковое, однако существует острая экономическая, социальная и психологическая потребность в *равенстве в разнообразии*. Именно такой потребности и отвечает понятие «компетентность» [1].

Согласно Р. Стернбергу, компетентность – это одаренность в ее реальном выражении. Если одаренный индивидуум не приобретает различные формы компетентности, то он либо перестает быть одаренным, либо попадает в категорию «бывших одаренных». По его мнению, неверно говорить, что одаренные дети к возрасту взрослости «теряют свой дар», ибо на самом деле они не приобретают необходимой компетентности. Таким образом, в основе реальных достижений взрослого человека лежит совсем другой тип компетентности (поэтому успешное выполнение ребенком математических тестов не гарантирует, что он станет успешным математиком) [4].

Таким образом, интеллектуальная одаренность взрослого человека – это специфическое состояние индивидуальных ментальных ресурсов, которое обеспечивает принятие эффективных решений и инициацию эффективных действий в определенной предметной области. Во-первых, на первый план выходит содержательный аспект интеллектуальной деятельности (усвоение декларативных, процедурных, неявных знаний, а также способов экспликации и преобразования знаний). Соответственно ключевой аспект интеллектуальной одаренности на этапе взрослости – это концептуальные способности, а именно способность порождать некоторое объективно новое ментальное содержание и выражать его в адекватных знаковых либо материализованных формах. Во-вторых, важную роль играет метакогнитивный опыт (механизмы произвольной и произвольной саморегуляции интеллектуальной деятельности). В-третьих, в ментальных ресурсах одаренного взрослого человека интегрируется его познавательный, эмоциональный, мотивационный

вационный и духовно-ценностный опыт. В-четвертых, становление интеллектуальной одаренности – медленный и постепенный процесс, связанный с особенностями эволюции индивидуального ментального опыта (включая проявления импринтинга, кристаллизации опыта под влиянием фактора случайных событий и т.п.).

Особый интерес представляет вопрос о специфике проявлений интеллектуальной одаренности у пожилых и старых людей. На этом возрастном этапе мы также сталкиваемся с противоречием: с одной стороны, наблюдается резко выраженное снижение уровня сформированности основных когнитивных функций (сенсо-моторики, внимания, оперативной памяти, пространственных способностей и т.д.), с другой, – остаются сохранными вербальные, в первую очередь, нарративные способности. Характерно, что именно в области исследования интеллектуальной деятельности пожилых людей появилось понятие «нарративный интеллект», который определяется как способность организовывать свой опыт в виде устных либо письменных историй (J. Bruner, W. Randell и др.). Нарративный интеллект является основой мудрости, в том числе способности человека давать советы, наставлять и выступать в качестве носителя ценностных знаний. Нарративная деятельность рассматривается как предпосылка интеллектуальной сохранности и высокого качества жизни в пожилом и старческом возрасте (по словам Дж. Брунера, «готовность рассказывать историю своей жизни равноценна желанию и возможности жить»).

Таким образом, развитие интеллектуальной одаренности в разных возрастах – детстве, взрослости, старости – имеет нелинейную динамику и характеризуется изменениями как в ее проявлениях (потенциальные возможности – реальные достижения – выдающиеся заслуги), так и ее механизмах (когнитивные способности – концептуальные способности – нарративные способности).

Литература

1. *Равен Дж.* Компетентность в современном обществе: Выявление, развитие и реализация. М.: Когито-Центр, 2002.
2. *Холодная М.А.* Психология интеллекта: Парадоксы исследования. СПб.: Питер, 2002.
3. *Холодная М.А.* Эволюция интеллектуальной одаренности от детства к взрослости: эффект инверсии развития // Психологический журнал. 2011. Т. 32. № 5. С. 69–78.
4. *Sternberg R.* Giftedness as developing expertise // International handbook of giftedness and talent / Ed. by K. Heller et al. Amsterdam: Elsevier science, 2000, pp. 55–66.

Раздел II

Зрелость

«Главная жизненная задача человека – дать жизнь самому себе, стать тем, чем он является потенциально.

Самый важный плод его усилий – его собственная личность»

Эрих Фромм

Часть 1.
Зрелость:
новые жизненные стратегии

Жизнь наша коротка, и сами мы еще больше сокращаем ее своим непостоянством, каждый раз начиная жить заново. Мы дробим ее на мелкие части и рвем в клочки.

Сенека

Е.Е. Сапогова**Современная взрослость: трансформация или кризис?**

1. Обобщенно взрослость можно определить как наиболее *продолжительный* (между 23–25 и 60–65 годами) период жизни человека, минимально связанный с физическим созреванием человека и максимально – с когнитивным развитием и социоэкономическим статусом, характеризующийся социальной *активностью* и личностной *продуктивностью*, высоким уровнем *адаптивности* к текущим социокультурным хронотопам, преодолением зависимости и способностью принимать на себя *ответственность* за управление собственной жизнью (и жизнью других), возможностью делать *осознанные выборы*, совершать *поступки и деяния*, а также появлением *тождества человека самому себе*, выраженностью и экстраполяцией *чувства «Я»* и наличием собственной *жизненной философии* и принятого им самим *жизненного стиля*.

2. Характеристики здоровой, взрослой, состоявшейся личности составлялись не раз. Основные из них были сформулированы Г. Олпортом: широкие границы «Я»; способность к искренним и позитивным межличностным отношениям; самопринятие; реализм в восприятии реальности и притязаниях; способность к самопознанию и др. В рамках соционормативного подхода Э. Эриксон описал зрелость как *центральную* стадию человеческой жизни, развитие в которой продолжается благодаря взаимодействию с *молодым поколением*, которое даёт взрослому человеку необходимое переживание своей востребованности и тем самым косвенно подтверждает «необходимость себя» (М.К. Мамардашвили). Главными характеристиками взрослых Э. Эриксон считал *производительность (генеративность)* и *порождение (продолжение рода)*.

3. Такое представление о взрослости сложилось к 20–40-м гг. XX в., и, собственно, им психология во многом оперирует до сих пор. Но XX в. принёс в человеческое существование и ментальность массу событий, изменивших *коллективное самосознание* и выстроивших новую *«самоконцепцию человечества»*, на которую во многом повлияла *экзистенциальная психология*. С помощью предложенных ею категорий, в первую очередь категории смысла, стало меняться и представление о человеке, смысле и необходимости его существования, предназначении, правилах жизни, целях и ценностях.

4. Факторы, изменившие традиционный образ взрослого человека, следующие: 1) психологические последствия для человечества мировых и последующих войн, приведшие к осознанию «хрупкости» человеческой жизни, ответственности каждого за свою «человечность» и т.д., стали основанием *нового мировоззрения*, в котором формировался принципиально *иной образ человека*, чья природа связывалась с категориями *свободы и ответственности*; 2) развитие индустриального и постиндустриального общества, с одной стороны, освободили пространство и время жизни человека и тем самым способствовали его творческой *самореализации и свободе*, с другой – создали феномены отчуждения, деиндивидуализации и др.; 3) отказ молодых поколений от традиционного уклада жизни, устоев, ценностей и правил, веками определявших самосознание и поведение человека, курс на *расширение границ проявления индивидуальности, защиту свободы и уважения прав личности на самостоятельное самоопределение* [1].

5. Под влиянием этих процессов акценты европейского самосознания стали смещаться *в сторону смысловой сферы человека*, стимулируемые вопросами: «Зачем я делаю то, что делаю?», «Верно ли я понял предназначение собственной жизни?», «Кто я в этой жизни?» и пр. Центр рефлексии смещается с социальной детерминированности на *внутреннюю самоорганизацию* жизни. Такое отношение к себе нашло своё воплощение в поколениях «шестидесятников» и психологический резонанс – в жизни их детей. Речь идёт о таких новообразованиях личности, как: чувство «необходимости себя»; самодетерминация и самоорганизация, стремление к свободе и управлению, «авторству» собственной жизнью и т.д.

6. Но социальные трансформации, влекущие изменение взглядов на взрослость, продолжают, а в последние десятилетия – особенно интенсивно, что приводит к появлению *новых социальных запросов к взрослости* и *новых феноменов самоосознания* взрослых людей. Как следует из работ Ж. Бодрийяра, Р. Барта, Э. Фромма и др., современное общество во многом ориентировано на *модель «активного потребителя»*, что создает своеобразные социально-психологические феномены вроде «синдрома Питера Пэна», «ЯЯЯ-поколения», «кидалтов», «миллениалов», «янгэдалтов», «детей-бумерангов» и т.п. Посмотрим, как изменились современные ожидания к взрослости.

7. Согласно Д.Б. Эльконину, человек становится взрослым, когда человек может осознанно и компетентно владеть соответствующими

средствами (орудиями) и способами труда, способен адекватно вписываться в существующие социальные практики и *жить самостоятельной, ответственной и осмысленной жизнью, управляя собственным развитием*. Современная, быстро усложняющаяся и предъявляющая многоплановые требования к психическим возможностям личности жизнь *увеличивает длительность периодов, предшествующих взрослости*, очевидно тесня взросление и тормозя переход к взрослости. В результате человек довольно долго продолжает оставаться в статусе *психологического потребителя* (продуктов материального производства, информации, ценностей, смыслов, целевых установок, идентификационных образцов и пр.). Особенности современной реальности далеко не всегда делают взросление *императивом личностного развития*, давая человеку возможность *оставаться в промежуточном* (между детством и взрослостью) *статусе* довольно долго.

8. Снижение требований к взрослому статусу дополняется социально-демографическими тенденциями, создающими своеобразный *парадокс взрослости*. До 35–40 лет сегодняшний человек продолжает мыслить себя в статусе *взрослеющего*. Когда/если же он становится реально взрослым, интегрируя в себе характеристики зрелой личности в полном объеме, и пытается начать *реально управлять своей жизнью и развитием*, в восприятии социума он становится *стареющим*, хотя и не чувствует себя таковым. Это создаёт известный феномен «бегства от старости». Таким образом, *взрослость оказывается странно «зажатой» между удлинившимся взрослением и хронологически обозначенной старостью, которая не соответствует психологии активной, работоспособной и опытной личности*.

Складывающаяся таким образом ситуация принуждает психологов компромиссно выделять во взрослости и старости «ранние» и «поздние» фазы, *различать взрослость и зрелость*, но они пока продолжают оставаться содержательно недостаточно наполненными и потому не вполне отчетливо различимыми.

9. Таким образом, наряду с традиционным восприятием взрослости («безусловная» взрослость) постепенно начинает формироваться и распространяться *другая модель «бытия взрослым» («условная» взрослость, «квазивзрослость»)*, где перед человеком в обязательном порядке не встают и даже иной раз и вовсе не ставятся описанные в психологии социально-возрастные задачи.

10. У этой становящейся модели есть по крайней мере два существенных аспекта. Первый – *нарастающая и уже практически «узаконенная» тенденция к избеганию принятия на себя ответственности за течение и психологическое содержание собственной жизни*. Он обнаруживает себя в таких феноменах, как: процессуальность существования; переживание любого момента своего существования как ситуативного, временного, неокончательного, ни на что не влияющего (стратегия «*сагре диет*»); имитация, симулирование, тяготение к символическому маркированию реально не имеющихся достижений и несовершенных поступков (например, два или три высших образования, полученных за одни и те же годы жизни); случайный, полуигровой выбор жизненных альтернатив; восприятие себя как «товара», а не как самобытной ценности, владеющую экзистенциальным благом жить и должную, обязанную это благо оправдывать.

11. Второй аспект обсуждения феномена новой модели взрослости касается принимающей сегодня *массовый и затяжной характер «диффузии идентичности»*. Описанный для подросткового возраста через характеристики спутанности и отсутствия полноценной рефлексии собственных идентификаций, ролевой сумятицы, несобранности целостного «Я» [2], сегодня он применим к новому поколению взрослых. Открытый Э. Эриксонем мораторий сегодня может длиться десятилетия, и все это время *личность остается в неустойчивом состоянии*, при котором не обретается сущностная способность мыслить себя одновременно свободным субъектом житнетворчества и объектом собственных преобразований. Это, в свою очередь, ведет к *нецельной и непоследовательной жизненной стратегии, разрозненности эпизодов планирования жизненного пути и самопроектирования, фрагментарной и во многом случайной личностной реализации жизненных намерений* и т.д.

И такая модель поддерживается социумом: потакание инфантильности, стремление удержать и задержать взрослеющую личность в моратории обнаруживается, в частности, в сниженных и профанных образцах для идентификации (спорт, банды, «гламур», навязчивая клоунада, черный или инфантильно–копрофилический юмор, фатическая «карнавалиада»), в «анекдотизации», «макдональдизации» и «кафкаизации» повседневного обыденного существования людей и т.п.

Диффузия идентичности также отчетливо обнаруживается в активном *нежелании смешивать собственную идентичность с другой* в поисках единомышленников, соратников, партнеров, друзей, просто объектов любви и привязанности. Другой человек рассматривается лишь как *средство* для удовлетворения потребностей при одновременном нежелании самому становиться таким же средством для кого бы то ни было. Как следствие, усиливаются эгоцентризм и конформизм, неумение содержательно интегрироваться в продуктивные социальные практики; нарастает эмоциональное равнодушие, возникает страх перед другими и самим собой и т.д.

12. Типичный представитель «новых взрослых» – человек до 35 лет, относящий себя к среднему классу, обычно не состоящий в браке и не имеющий собственности и капитала, работающий преимущественно в офисе, со средним и даже высоким IQ, но при этом сохраняющий типично подростковый образ жизни и увлечения (дорогие и часто бесполезные гаджеты, компьютерные игры, современная музыка, мультфильмы, манга, фэнтези, фильмы в жанре экшн, социальные сети и т.п.). Интегральная психологическая проблема, постепенно прорисовывающаяся как «метка» нового поколения взрослых – *внутренняя амбивалентность «Я»*.

13. Появление этой модели взрослости вполне отвечает современным социально-экономическими трансформациям. Так, Г. Стэндинг, исследуя новую модель классовой структуры современного общества, обратил внимание на разрастание такой группы, как *прекариат* (от лат. *precarium* – «сомнительный, опасный, рискованный, нестабильный»). Это – группа людей, связанных с социумом неустойчивыми и необязательными трудовыми отношениями. Её составляют люди, которые, не имея ни хорошего образования, ни специализированных и устойчивых трудовых навыков, но ориентируясь на высокие потребности и стандарты жизни, активно устремились на заработки и начавшие борьбу за себя, свой образ жизни и идеологию.

14. Описанные Г. Стэндингом признаки прекариата совпадают с психологическими характеристиками квазивзрослости. Г. Стэндинг пишет: «Прекариату хорошо знакомы *четыре ощущения*: недовольство, anomia (утрата ориентиров), беспокойство и отчуждение. *Недовольство* вызвано тем, что прекариат не видит перед собой осмысленных жизненных перспектив. <...> *Anomia* вызвана апатией, свя-

занной с ощущением поражения, и это усугубляется тем, что многие политики и комментаторы из среднего класса осуждают прекариат, упрекая его в лени. <...> Хроническая незащищенность чувствуется из-за страха потерять то, что ты и так имеешь. <...> Отчуждение возникает от понимания, что то, что ты делаешь, ты делаешь не для себя и не ради уважения или похвалы – а для других, по их указке» [3; с. 41]. Помимо незащищенности труда и дохода прекариату недостает *самоидентификации на основе трудовой деятельности и личных достижений*. Прекариатизироваться – значит подвергаться воздействию и/или приобретать такой жизненный опыт, который приводит к нестабильности, неукоренённости существования, когда человек живёт сиюминутностью, не имеет четкой самоидентификации по профессиональному признаку или мотивации достижения.

Литература

1. Леонтьев Д.А. Восхождение к экзистенциальному миропониманию // Третья Всероссийская научно-практическая конференция по экзистенциальной психологии: материалы сообщений / Под ред. Д.А. Леонтьева. – М.: Смысл, 2007. – С. 3–6.
2. Эриксон Э. Идентичность: Юность и кризис. – М.: Прогресс, 1996. – 344 с.
3. Стэндинг Г. Прекариат. Новый опасный класс. – М.: Ад Маргинем, 2014. – 328 с.

В.Р. Манукян

Развитие психологической зрелости личности в кризисе «середины жизни»

Психологическая зрелость личности является многомерным и многозначным конструктом, активно разрабатываемым в современной психологии. Различные подходы и авторы акцентируются на разных аспектах данного феномена, выделяя ведущие в его психологическом содержании свойства.

Проведенный нами теоретический анализ проблемы психологической зрелости в современной психологии позволил выявить универсальные, обобщенные критерии данного феномена, позволяющие его операционализировать [1]. Обобщенные критерии психологической зрелости личности в соответствии с понятиями, послужившими основой для их выделения и раскрывающими их психологический смысл, представлены далее в 11 показателях. Были выделены интраперсональные (п.п. 1–9) и интерперсональные (п.п. 10–11) характеристики психологической зрелости личности.

1. *Ответственность* – ответственность (А.А. Реан, А.Г. Асмолов, Э. Фромм, Э. Эриксон, Р. Кассель), «ответственная свобода» (К. Роджерс), локус контроля (С.К. Нартова-Бочавер).
2. *Осознанность, рефлексивность* – реалистичное восприятие мира (Г. Олпорт), самопонимание (К. Роджерс), осознанность импульсов и сознательный контроль поведения (Харламенкова Н.Е.), способность разводить реальные и идеальные цели (Братусь Б.С.), осознанность своих желаний, возможностей и способностей (К.А. Абульханова-Славская).
3. *Направленность на саморазвитие* – потребность в самоактуализации (А.Маслоу), направленность на саморазвитие, динамичность, открытость изменениям (К. Роджерс, А.А. Реан), личность, находящаяся в процессе становления, роста (К.А. Абульханова-Славская).
4. *Самопринятие и самоуважение* – принятие себя (Г. Олпорт); понимание себя сквозь наложение масок и защит (К. Роджерс), гибкая я-концепция, сближение я-реального и я-идеального (Н.Е. Харламенкова); самоуважение (Р. Кассель).
5. *Автономия* – самостоятельность, опора на себя, самоподдержка (Ф. Перлз); поведение, независимое от непосредственного воздействия обстоятельств (Л.И. Божович); автономность (Дж. Ловингер), психологическая суверенность (С.К. Нартова-Бочавер); самодетерминация как свобода от внешних и внутренних условий (Д.А. Леонтьев); независимость от давления внешних оценок (К. Роджерс).
6. *Жизнестойкость* – сила характера (Б.Г. Ананьев), творческая адаптивность (К. Роджерс), жизнестойкость как способность осуществлять стратегию жизни (Д.А. Леонтьев); фрустрационная толерантность (Г. Олпорт).
7. *Самоуправление и организация жизни* – создание собственной среды развития (Б.Г. Ананьев, Е.Ф. Рыбалко); способность к мобилизации себя на выполнение собственного решения (Г.С. Сухобская); «действующая личность», субъект жизненного пути (А.Г. Асмолов); сознательная саморегуляция в масштабе жизненного пути (К.А. Абульханова-Славская).
8. *Целостность, конгруэнтность* – целостность и конгруэнтность (К. Роджерс), цельность характера (Б.Г. Ананьев), интегрированная идентичность (Н.Е. Харламенкова, Дж. Ловингер), достижение полной самости (К.Г. Юнг), целостность эго-идентичности (Э.Эриксон).

9. *Широта связей с миром* – расширенное чувство Я (Г. Олпорт), полнота характера (Б.Г. Ананьев); широта интересов и связей с миром (Д.А. Леонтьев); проявление творческого начала в разнообразных сферах жизни; открытость опыту (Г. Крайг).
10. *Толерантность, нравственное сознание, гуманистические ценности* – терпимость, демократический склад характера (Г. Олпорт); диспозиционная терпимость (А.А. Реан); гуманистические ценности (Г.С. Сухобская), нравственное сознание (Л. Колберг), толерантность, социальная направленность поведения (А.А. Деркач, А.А. Бодалев, Р.М. Шамионов), степень интериоризации этических ценностей (Н.Е. Харламенкова); реализация общественно-значимых целей (А.Л. Журавлев).
11. *Позитивные межличностные отношения* – умение строить межличностные отношения (Г. Салливан, М.Р. Минигалиева, В.Н. Мясищев, Р.В. Овчарова); теплота в отношении к другим (Г. Олпорт); способность любить, заботиться (З. Фрейд, Э. Фромм); интимность как способность к эмоциональному самораскрытию в отношениях (Э. Эриксон), уважение и эмпатийность в отношении к людям (Э. Фромм, К. Ройджерс) [1].

Представленные критерии психологической зрелости личности раскрывают ее состав и психологическое содержание. Однако в силу широкого охвата личностных свойств, о психологической зрелости можно говорить скорее, как об идеальном конструкте, рассматривая степень приближения к нему. В реальности речь должна идти о конкретных индивидуальных вариантах зрелости, на что указывал еще Г. Олпорт.

Вместе с тем, помимо содержательной стороны зрелости, выделяется еще и ее структурно-динамическая ее сторона, характеризующая личность как целостную и непрерывно развивающуюся, как сложное системное образование, не сводимое к отдельным свойствам.

В связи с вышесказанным встает вопрос о возрастном развитии психологической зрелости личности. В масштабном эмпирическом исследовании развития психологической зрелости личности на всем протяжении взрослого периода было показано, что о достижении личностью психологической зрелости, можно говорить, в полной мере, лишь, начиная с периода средней взрослости, особенно ее второго подпериода (35–45 лет), после переживания кризиса середины жизни [1].

Далее попытаемся проанализировать содержание кризиса середины жизни и психологических новообразований, с ним связанных, с точки зрения приведенных выше критериев психологической зрелости.

Центральный кризис жизненного цикла, называемый кризисом «середины жизни» (Д. Левинсон, Г. Шихи), «кризисом взрослости» (Слободчиков В.И., Исаев Е.И.), кризисом «перехода к зрелости» (В.Ф. Моргун, Н.Ю. Ткачева, Е.Л. Солдатова), экзистенциальным кризисом (В. Франкл) имеет обширную и разнообразную трактовку в литературе. Это общий феномен, когда человек сталкивается с биологическими, психологическими и социокультурными признаками того, что половина жизни уже прошла, сталкивается с изменением в семейных ролях и профессиональном статусе, с растущим осознанием собственной смертности. Исследователи различных направлений отмечают, что в биологическом отношении начинается время уменьшающейся жизненной силы (Б. Ливехуд, В.Л. Ефименко, Г. Крайг, Е.Ф. Рыбалко). Соответственно, причины кризиса видятся в психофизиологических изменениях, отмечающих 40–45-летний рубеж, в реакциях на сокращение жизненной и личностной перспективы и возможностей жизненных изменений. Затрагивая разноуровневую человеческую структуру целиком, он носит выраженный экзистенциальный характер. Кризис переживается как потеря чувства нового, ощущение отставания от жизни и понижения уровня профессионализма, чувство нетождественности себе, переживание истощения своих возможностей.

С позиций юнгианского подхода, переход ко второй половине жизни знаменует собой переход к качественно иному типу самореализации и саморазвития: от экстенсивного самоутверждения юности и ранней взрослости к «интенсивному» развитию зрелого человека. Это означает достижение целостности и интеграцию противоположностей, заключенных в каждом человеке, отделение себя от конформизма по отношению к целям и ценностям массовой культуры, обращение внутрь себя, а это, в свою очередь, путь к зрелости и близости к истинному «Я». Если для людей первой половины жизни актуальной является задача психологического взросления, то для людей второй половины жизни важно интегрировать противоположности, заключенные в нем, за счет сильного Эго научиться управлять напряжением, порождаемым внутренним конфликтом (процесс индивидуации в теории К. Юнга).

Теоретический анализ показал, что психологические новообразования кризиса «середины жизни» связываются с большим кругом пара-

метров личностной зрелости. Различные авторы отражают разные стороны новообразований данного переходного периода. Идеи К. Юнга, Г. Шихи, Д. Холлиса, В.И. Слободчикова и Е.И. Исаева, исследования Е.Л. Солдатовой и Б.С. Братуся относительно роли перехода середины жизни раскрывают механизм движения взрослых к приобретению личностной зрелости, где важнейшими характеристиками, приобретаемыми в этот период, становятся *конгруэнтность и целостность*, возрастающие *автономность, осознанность и рефлексивность* взрослых людей. В ряде работ (Э. Эриксон, К. Муздыбаев) в качестве одного из главных приобретений этого кризиса средней зрелости рассматривается расширение и углубление такого качества личностной зрелости как *ответственность*. В работах К. Юнга, Д. Холлиса, Г. Шихи приведен механизм становления *более зрелых межличностных отношений* в средней зрелости. В ряде работ (Юнг К., Слободчиков В.И., Лукина Е.А.) отмечается, что растет осознание сопричастности мировому пространству, что имеет отношение к таким характеристикам личностной зрелости как *толерантность, нравственное сознание, гуманистические ценности и широта связей с миром*.

В проведенных нами в разные годы (2009–2014) эмпирических исследованиях относительно взаимосвязи кризисов средней зрелости и параметров личностной зрелости, было показано, что приближение к 40-летию связано с приобретением такой характеристики личностной зрелости как *толерантность, нравственное сознание, гуманистические ценности* [2, 3]. Этот факт был установлен как при исследовании ценностных ориентаций в связи с переживанием кризиса середины жизни [2], так и в самоотчетах взрослых о замечаемых ими изменениях в связи с приближением или прохождением 40-летнего рубежа [3].

Происходит повышение *осознанности и рефлексивности* в отношении собственной жизни, что отражается и в способности целостно осознавать свой жизненный путь [1], и в замечаемых взрослыми психологических изменениях собственной личности в связи с переходом сорокалетия [3]. Общие тенденции осознаваемых возрастных изменений связаны с повышением *ответственности и расширением связей с миром*, выводящих взрослых за пределы собственного Я (повышается интерес к искусству, религии, природе), т.е. в сторону трансцендентности [3], что может рассматриваться как возрастание психологической зрелости личности.

В проведенном под нашим руководством лонгитюдном исследовании О.И. Матвеевой [3], также показано, что сдвиги в ценностных ориентациях, произошедшие в течение года, в большей степени характерны для взрослых, переживающих нормативный кризис, чем для взрослых, находящихся в стабильном периоде. Этот факт эмпирически подтверждает идеи о кризисном механизме развития взрослого человека, хотя не исключает и наличия других механизмов. Зафиксированные в данном исследовании сдвиги направлены на восстановление конгруэнтности в мотивационно-личностной сфере, уменьшение разрыва между желаемым и доступным, что в целом отражает движение личности к большей целостности и конгруэнтности.

Таким образом, на основании теоретико-эмпирического анализа можно заключить, что в переходный период середины жизни происходит существенное развитие большинства показателей психологической зрелости личности, усиливается ее социоцентрическая и космоцентрическая направленность, происходит поворот от эго-ориентации к гуманистическим ценностям.

Литература

1. Головей Л.А., Дерманова И.Б., Логинова Н.А., Манукян В.Р., Петраш М.Д., Стрижицкая О.Ю. Психологическая зрелость личности / Под общ. ред. Л.А. Головей. – СПб., Скифия-принт, СПбГУ, 2014.
2. Манукян В.Р. Ценностные детерминанты переживания кризисов средней взрослости//Психология человека в современном мире. Том 3. Материалы Всероссийской юбилейной научной конференции, посвященной 120-летию со дня рождения С.Л. Рубинштейна, 15–16 октября 2009 г. С. 83–90.
3. Матвеева О.И. Переживание кризиса середины жизни в связи с особенностями и динамикой ценностно-смысловой сферы личности // Сборник статей по материалам лучших дипломных работ факультета психологии 2011 года/ Под науч. ред. Л.А. Цветковой. – СПб.: Изд-во С.-Петербур. ун-та, 2012. С. 112–117.

Л.Б. Шнейдер

Личность и кризис: анализ описаний взрослыми людьми кризисных ситуаций

Личность как объект жизненного процесса подвергается воздействию условий, событий жизни, находится под влиянием социальных отношений, культурных традиций, нравственных законов. Обладая качеством субъекта жизни, она организует и структурирует

свою жизнь, регулирует ее ход, выбирает и осуществляет избранное направление.

Особенность психологии людей и суть их личной жизни состоит в преодолении противоречий внешнего и внутреннего мира, в поисках разнообразных подходов и способов их разрешения. Зачастую подобные противоречия могут приводить к кризисным состояниям личности. Когда имеющиеся личностные ресурсы не позволяют человеку реализовать значимые, фундаментальные для него цели, интересы и потребности, возникает проблема, от которой он не может уйти и которую не может решить известными ему, привычными способами. Вот такая ситуация и есть кризис. Поэтому можно сказать, что кризис наступает, как осознание невозможности быстро решить проблему нового этапа взросления.

Само понятие «кризис» – это переломный момент, тяжелое переходное состояние, обострение, опасное неустойчивое состояние.

Личность, переживающая кризис, стоит перед фактом, что придется претерпеть серьезные изменения, избавиться от каких-то черт характера, привычных моделей поведения и общения, которые стали препятствием на пути социализации. Кризис позволяет от них освободиться, в этом его основной положительный смысл. Он расчищает место для формирования нового в характере и усвоения новых более эффективных моделей взаимодействия с окружающими. Кризис в этом понимании – время потерь, позволяющих «вместить» новый жизненный опыт и обрести более полный взгляд на жизнь.

Личностный кризис – это психологическое состояние максимальной дезигенирации (на внутриспсихическом уровне) и дезадаптации (на социально-психологическом уровне) личности, выражающееся в потере основных жизненных ориентиров (ценностей, базовой мотивации, поведенческих паттернов), возникающее в результате препятствий в привычном течении жизни субъекта.

С целью исследования личностных кризисов проведено изучение описаний кризисных ситуаций и соответствующих им кризисных состояний личности. Респондентам предлагалось изложить свое описание кризисов, с которыми им пришлось столкнуться в личной жизни. Все респонденты – взрослые люди в возрасте от 19 до 70 лет. Средний возраст респондентов – 37 лет. Всего получено 49 вариантов описаний кризисов. Из них – 8 вариантов написаны мужчинами и 41 – женщинами.

Анализ описаний проводился по различным основаниям.

1) По силе выраженности параметров кризисного состояния и характеру его протекания выделены три его уровня: рутинный, значительный и острый (Шнейдер Л.Б., 2009).

Таблица 1.

Типология кризисов и их распределение, выявленное по описаниям респондентов

Основные параметры кризисной ситуации	Тип кризиса		
	Рутинный	Значительный	Острый
Кризисное событие как психотравма	–	~	+
Эм. дискомфорт	+	++	+++
Сопротивление (личностные ресурсы)	+	~	–
Наличие/утрата смысла	+	~	–
Конфронтация	Обострение внутриличностных противоречий	Внутриличностный конфликт	Внутриличностный вакуум, депрессия
Количество вариантов в самоописаниях	63 %	23 %	14 %

Примечание: «+» – имеет место быть, «–» – отсутствует, «~» – частично выявляется

Рутинный кризис человек способен преодолеть самостоятельно. Для преодоления личностных кризисов значительного уровня нужна поддержка близких и значимых людей. Острый кризис требует специфической (психотерапевтической) помощи.

Как видно из таблицы 1, в основном распространен рутинный кризис. Особой травмирующей ситуации изначально не фиксируется.

Вторыми по распространенности оказались описания значительных кризисов. Наименее распространены, но в большей степени драматичны острые кризисы, как правило, связанные со смертью, потерей близких людей.

1) Все личностные кризисы по происхождению можно разделить на две основные категории (Козлов В.В, 1999).

Внутренние (внутриличностные) кризисы – возрастные, жизненные и экзистенциальные (то есть кризисы, причиной которых является естественное развитие личности). Таких обнаружено в самоописаниях респондентов 29 %.

Внешние кризисы, в качестве стрессора в которых выступают внешние травматические события – экстремальные кризисные ситуации,

обладающие мощным негативным следствием, ситуации угрозы жизни для самого себя и значимых близких. Эти ситуации воздействуют на психику человека, вызывая у него травматический стресс, психологические последствия которого выражаются в посттравматическом стрессовом расстройстве (ПТСР), возникающем как затяжная или отсроченная реакция на ситуации, сопряженные с серьезной угрозой жизни и здоровью. К таким ситуациям отнесено 71 % описаний кризисов.

Л.А. Пергаменщик (2003) обращает внимание на следующие параметры кризисного события: 1) неблагоприятные условия для жизнедеятельности; 2) событие имеет угрожающий характер; 3) резкое возрастание внутриличностной напряженности; 4) истощение адаптационных ресурсов и «прорыв» адаптационного барьера; 5) изменение динамических стереотипов поведения; 6) кризисное состояние личности. По полученным данным наиболее явно проявляются, судя по описаниям респондентов, внутриличностная напряженность, поведенческие изменения, неблагоприятные условия жизнедеятельности, адаптационное истощение и депрессия.

Л.А. Пергаменщик (2003) также выделяет следующие признаки кризиса: внезапность наступления события; сверхнормативное для данного человека, для данной ситуации содержание события; возникновение внутриличностного, межличностного или межгруппового конфликта, требующего оперативного разрешения и отсутствия у человека опыта решения конфликта такого уровня; динамические, прогрессирующие изменения в ситуации, в условиях жизнедеятельности, в социальных ролях; усложнение процессов жизнедеятельности в связи с появлением неизвестных ранее и не имеющих аналогов в опыте человека неопределенных элементов жизнедеятельности; переход ситуации в фазу нестабильности, выход к пределам адаптационных ресурсов человека. Все данные признаки характерны для приведенных описаний кризисов, подтверждение чему находим в текстах.

***Пример 1.** «Далее: любовь, брак, рождение ребенка. Через 2 года после этих событий здоровье моё резко ослабло. Вердикт профессора – жить осталось в лучшем случае шесть месяцев. Госпитализация в экспериментальный институт на операцию “без гарантии на жизнь”».*

***Пример 2.** «Муж был офицером, служил в войсках МВД. В 1986 году был переведен на службу в Магадан. Скоротечная болезнь мужа, смерть, цинковый гроб на его маленькую родину. Я очень тяжело*

преодолевала критическую ситуацию в моей жизни. Было ощущение, что и моя жизнь прерывается. Довольно длительный период сполохами прокручивалась моя жизнь рядом с этим дорогим мне человеком. Казалось, что я не смогу нести одна такую ношу: переезд из Магада-на, двое детей, начинать как-бы с “0”. Я жила только переживаниями, чувствами, переехав уже к сестре в Подмоскowie. С большой поддержкой родителей, сестры я училась жить по-новому. Но реально-сти, как я понимаю сейчас, не осознавала. Старший сын у родителей, младший со мной. Я жила «за мужем», не зная проблем, трудностей быта. Передо мной стоял вопрос года два “Как жить дальше?”»

Пример 3. «Прожили мы 5 лет, через год после свадьбы у нас родился сын, и тут началось...Мы стали ругаться, скандалить. При-чем повод был всегда один и тот же: моя работа и катастрофи-ческая нехватка денег. Муж получал мало, не хватало даже на еду. Менять место работы не собирался. Говорил при этом, что у дру-гих даже этого нет, так что жена должна радоваться тому, что у тебя такой хороший муж, не курит, не пьет, и деньги (2–3 тыс. руб.) в дом несет, а не проигрывает их в автоматах! А на счет рабо-ты считал, что жена должна сидеть дома и воспитывать детей, а не работать сутками на “скорой” и бегать с ящиками по этажам.

К сожалению сколько мы не пытались найти компромисса в на-ших отношениях, мы его так и не нашли и через пять лет семейной жизни я подала на развод, перевезла вещи мужа (без него ведома, когда он был на работе) к его маме, благо не далеко. Мы с сыном остались вдвоем. Жили мы отдельно от родителей. И вот тут мне стало страшно. Я не боялась трудностей с воспитанием сына, т.к. мне помогали мои родители, сидели с ним, когда я работала или учи-лась. Редко, но помогали деньгами и продуктами, пока мне не по-высили зарплату на работе, и я не обзавелась своей клиентурой. В общем, деньги меня тогда волновали меньше всего. Я боялась того, что с маленьким ребенком (хвостиком) я буду никому не нужна и, в конце концов, я останусь до конца жизни одна.

Привычка постоянно быть рядом с кем-то, я имею в виду мужа, находила свой отпечаток. Я стала впадать в панику, когда оставалась совсем одна, постоянно слезливые мысли, никого не хотела видеть, (даже сына). Я практически все время лежала в постели и смотрела в потолок. Хотелось плакать, но слез не было. Мне было себя жалко, и в тоже время я была зла на себя. « Ну, говорили же мне, почему я не слу-шала, зачем я родила еще и ребенка, теперь он будет без отца расти, вот и все живут хорошо, а почему я так плохо, я больше никому не буду, нужна с ребенком. Все мужики козлы и все в таком роде.

Жизнь остановилась, хотелось умереть или, по крайней мере, быть постоянно в каком-то забытье. И в один из таких ужасных дней я решила “напиться”! Думала, будет легче. Легче не стало,

стало хуже, к моему состоянию присоединилось противное похмелье и все, вытекающие из этого последствия. На работу ходила как во сне, на чистом автоматизме, надо идти – пойду, не надо – значит, буду лежать в постели, в полной тишине и жалеть себя. Все вокруг не понимали меня, говорили, что я должна радоваться, что отделалась от такого человека, а я наоборот хандрю и впадаю в депрессию. Но объяснить окружающим, что мне плохо не оттого, что я развелась с мужем, а от страха, что последует за этим. Я очень боялась остаться одна и чувствовала сильную вину перед сыном за то, что оставила его без папы.

В таком состоянии я прожила 6–7 месяцев, пока моим близким не надоело (как они говорят) смотреть на то, как я медленно запускаю себя и схожу с ума по какому-то дурачку. Начали меня доставать своими советами, пожеланиями, упреками, объяснениями. В целом достали так, что я перестала подходить к телефону вообще».

Пример 4. *«Когда у меня родился второй ребенок, я бросила работу и аспирантуру. Уже 4 года занималась только домом, детьми, помогала мужу в его делах. Чувствую, что большие и большие растворяюсь в быту, стала безразличной ко всему, теряю смысл жизни. Моя мать и муж борются за влияние на меня. Муж говорит одно, мать другое, а я не знаю, кого поддерживать. Разрываюсь между ними, а накопившееся раздражение срываю на детей. Пробую всем угодить, всех помирить, а в результате оказываюсь виноватой. У меня возникает ощущение, будто я нахожусь в трясины, которая с каждым днем засасывает меня все глубже. Хотела бы снова пойти учиться, закончить аспирантуру, найти занятие для себя. Только я не хочу стать плохой женой, матерью, прослыть эгоисткой. Придется оставлять детей без заботы. Что обо мне станут говорить? Тем более что мой муж, и все знакомые, и родственники в один голос твердят, что в 40 лет уже поздно менять профессию или начинать новую карьеру. Я чувствую себя в тупиковой ситуации, ума не приложу, как мне жить дальше. Меня никто не понимает и не поддерживает».*

Пример 5. *«Ещё вчера я был инженером. Это подразумевало целый ряд привычных и стабильных отношений. Сегодня я безработный. Без соответствующего отношения окружающих, без чувства ценности того, что я делаю начал пить, пытаюсь любой ценой не замечать того, что происходит и скрывать это от окружающих. Пытался найти работу, но пока ничего не получается».*

Как видим, кризис перемещает человека в маргинальное положение или нейтральную зону; положение, когда привычные стереотипы мышления и поведения уже не работают, а новых паттернов еще

нет. О нахождении в этой пограничной области свидетельствует появляющееся в этот период сопротивление, переживаемое как страх изменений, страх быть другим, оторваться от привычных и потому безопасных стереотипов и отправиться на поиски неизведанного в себе и в окружающем мире (Козлов В.В., 1997).

Согласно концепции В.В. Козлова кризисные состояния могут быть разделены на три вида: материальные, социальные и духовные. Каждое состояние вызывается изменениями в определенной структуре личности и отражается в ее жизненном мире. По полученным нами данным преобладают духовно-смысловые кризисные состояния (57 % случаев), затем следуют социальные (37 %), а замыкают эту цепочку – материальные (6 %).

По источникам кризисных состояний в первую очередь выделяется сфера межличностных отношений с конфликтами, разрывом взаимодействия, предательством и изменами, за ними следуют семейные, возрастные и профессиональные обстоятельства (переезд, алкоголизация, потеря работы, пугающие возрастные изменения и пр.), блокирующие жизнедеятельность. Кризисные состояния, связанные с потерей близких людей, встречей со смертью, замыкают этот ряд.

Развитие личности на протяжении всего жизненного пути, в силу своей специфики, обладает объективной сложностью, т.к. индивид постоянно осваивает то, чего он раньше не знал, чем не владел, сталкиваясь при этом, естественно, с многочисленными трудностями. Одни люди преодолевают эти трудности относительно легко, другие – только путем мобилизации всех своих ресурсов, третьи – вообще без посторонней помощи не способны самостоятельно разрешать возникшие проблемы. В полученных описаниях кризисов из 49 случаев в 34 авторы указывают на самовосстановление, 13 упоминают о помощи со стороны близких людей и друзей. В 2 случаях человек называет книги, прочтение которых позволило ему выбраться из трясины кризисного состояния. Ни один человек не упомянул об обращении за профессиональной психологической помощью. По-видимому, наши сограждане еще не привыкли к такого рода услугам (Шнейдер Л.Б., 2010).

А.Я. Анцупов (2003) в качестве основных структур внутреннего мира личности, между которыми возможно возникновение противоречий, рассматривает мотивы, переживаемые человеком как «я хочу»; ценности, выступающие как эталон должного, и самооценку,

выражающуюся в «я могу». По описаниям кризисов, полученных нами, такие ситуации редко приводят к кризисным состояниям (всего 2 % упоминаний).

Кризисные противоречия обычно осознаются самим человеком как явное расхождение между «Я-реальным» и «Я-идеальным». Нередко прежние мотивы, сложившиеся представления о своих возможностях перестают соответствовать изменившимся возможностям, изменившемуся соотношению между пройденным и оставшимся жизненным путем. Дальнейший ход развития во многом определяется способностью личности к осознанию происходящих в ней изменений. Впрочем, поскольку эффект самовосстановления очевиден (69 %), судя по полученным описаниям, то ресурсы человека достаточно велики.

Внутриличностный конфликт, лежащий в основе кризисных ситуаций, не всегда очевиден и заметен, часто человек сам не осознает, что находится в состоянии внутреннего диссонанса, а иногда намеренно это скрывает. Поэтому нельзя судить о подлинных мотивах кризисных переживаний по осознанным мотивам и отношениям личности. Сознательные обобщенные мотивы и отношения личности играют роль лишь маски, оправдывающей человека в своих собственных глазах и в глазах общества. Тогда с этих позиций для понимания кризисных состояний большое значение имеет изучение защитных механизмов личности (Фрейд А., 1993, Фрейд З., 1998).

По полученным описаниям кризисов наиболее распространены такие защитные механизмы как

- вытеснение (устранение чувств, мыслей, мнений из сознания);
- проекция (приписывание другим собственных ощущений, мнений);
- регрессия (обращение человека к примитивным уровням поведения и мышления);
- фиксация поведения (стремление сохранить стереотипные модели поведения, мышления, восприятия);
- психосоматические реакции (заболевание как реакция на негативный фактор);
- номадизм (стремление к изменению окружения, места жительства).

Эти защитные механизмы представляют собой пути, используемые психикой в связи с возникновением внутренней и внешней угрозы (Хьелл Л., Зиглер Д., 2003). Используя их, человек неосознанно старается преодолеть сложившуюся конфликтную ситуацию,

сводя к минимуму возможный личный проигрыш. Для создания какого-либо механизма защиты расходуется психологическая энергия, что в свою очередь ограничивает гибкость и силу «Я». Но все люди используют механизмы защиты, и это становится нежелательным только в том случае, если они чрезмерно на них полагаются.

На основе выше изложенного, можно выделить основные черты личностного кризиса:

- его происхождение связано с ситуацией невозможности решить важнейшие жизненные проблемы привычными способами;
- он предполагает существенную перестройку личности и ее связей с другими людьми и окружающим миром;
- является водоразделом между относительно стабильными фазами развития, а также выступает механизмом их смены;
- обозначает время, когда в личности умирает все старое и рождается новое;
- влечет за собой освоение нового статуса и новых ролей;
- может быть как источником силы и обновления личности, так и фактором, выявляющим её недостатки и ограничения;
- трудности преодоления могут стать причиной асоциализации и деструкций взрослого человека.

Литература

1. *Анцупов А.Я.* Эволюционно-междисциплинарная теория конфликтов// Конфликтология: Хрестоматия / Составитель Н.И. Леонов. М. – Воронеж, 2003. – С. 270–277.
2. *Козлов В.В.* Работа с кризисной личностью. М., 2003.
3. *Пергаменщик Л. А.* Кризисная психология. Курс лекций. Мн., 2003.
4. *Фрейд А.* Психология «Я» и защитные механизмы личности. М., 1993.
5. *Фрейд З. Я и Оно:* Сочинения. М.: ЗАО ЭКСМО-Пресс; Харьков: Фолио, 1998.
6. *Хьелл Л., Зиглер Д.,* Теории личности. СПб., 2002.
7. *Шнейдер Л.Б.* Основы консультативной психологии. Учебно-методическое пособие. М., 2010.
8. *Шнейдер Л.Б.* Психотерапия депрессивных состояний при личностных кризисах детей и подростков // Школьный психолог, 2009, № 22, с. 37.

Н.К. Радина

Эффект когорты в изучении социальной интегрированности горожан

Современное российское общество, пережившее на рубеже веков период радикальной социально-экономической трансформации, обрело

новые формы социальности, которые продолжают шлифоваться и совершенствоваться. Как изменилось общество? Какими причинами следует объяснять свершающиеся изменения? Какова роль культурно-исторических условий в происходящих социально-психологических изменениях личности и группы? Эффект когорты в зарубежной психологии определяется посредством влияния культурно-исторических условий, которые формируют у большинства населения те или иные особенности, которые не объясняются иными причинами (Кордуэлл М., 2000). Периоды реформ с точки зрения исследовательского интереса особенно притягательны в контексте изучения эффекта когорт, в контексте изучения влияния исторических факторов на развитие индивида и групп. Если иметь ввиду российские реформы конца XX – начала XXI веков, представляется, что особое воздействие они оказали на социальное функционирование общества, а именно на солидарность и альтруизм.

В предметном поле социальной психологии солидарность рассматривается с точки зрения групповой динамики, а также с точки зрения механизмов конституирования того или иного «качества» межличностных и внутригрупповых отношений (Worchel S., Cooper J., Goethals G., 1999). Среди наиболее востребованных социально-психологических трактовок – идеи Л. Мольм о роли взаимности в отношениях солидарности (Крупенникова Л.Ш., 2013; Якимова Е.В., 2011 и др.), где взаимность трактуется как результат специфически структурированного обмена типами социальной деятельности и ее продуктами между диадическими и сетевыми партнерами. Подобный обмен может быть односторонним, двусторонним или непрямым (опосредованным, генерализованным), при этом, по Л. Мольм, генерализованные (опосредованные) реципрокные обмены продуцируют более тесные интегрирующие связи между участниками, чем любая из форм прямого обмена (Molm L.D., 2010). При такой трактовке солидарности продуктивная возрастная социализация должна оказывать положительное влияние на солидарность, поскольку, взрослея, человек получает опыт (положительный при продуктивном решении возрастных задач) прямых и опосредованных, взаимных и нереципрокных обменов. Таким образом, более высокие показатели солидарности, например, у пожилых, будут свидетельствовать об успешном решении возрастных задач, а молодежь, следовательно, будет более зависеть от других – не возрастных – факторов.

Альтруизм в социальных исследованиях определяется как поведение и мотивационная направленность индивида на помощь другим без ожидания получить в ответ вознаграждение (Worchel S., Cooper J., Goethals G., 1999). Обсуждаются биологические основания альтруистического человеческого поведения, в ряде исследований альтруизм противопоставляется эгоизму (Hoffman M.L., 1981; Krebs D., 2002; Lacey H., 2002; и др.). Согласно определению альтруизма, он менее очевидно связан с решением личностью возрастных задач, укоренен в более сложные комплексы социально-психологических детерминант.

Методология и методы исследования. В данном исследовании социальная интегрированность личности взрослого рассматривалась в контексте планов участия в развитии города. Кроме предпочтений и установок на активность, изучались показатели солидарности и альтруизма. В качестве определения солидарности была выбрана трактовка Л. Мольм, которая понимает солидарность как совокупность интегрирующих связей, возникающих между индивидами и социальными объединениями – группами членства (Molm L.D., Collet J.L., Schaefer D.R., 2007). Альтруизм в данном исследовании понимался как поведение и мотивация, связанные с бескорыстной заботой о благополучии других (Worchel S., Cooper J., Goethals G., 1999).

Исследование проходило в 2 этапа, значительно разделенных по времени. Первый этап (2002 год) базировался на выборке в 516 человек (25 % – от 18 до 30 лет, 35 % – от 31 до 60 лет, 40 % – старше 60 лет). Второй этап (2014 год) базировался на выборке 366 человек (30 % – от 18 до 30 лет, 58 % – от 31 года до 60 лет и 12 % – старше 60 лет). Все участники исследования являются горожанами малых городов или жителями Нижнего Новгорода.

В качестве инструмента для изучения социальной интегрированности была использована анкета «Приоритеты городского развития», состоящая из 25 пунктов, описывающих возможные направления развития города. Участники исследования заполняли данную анкету трижды: в первом случае помечали те направления, которые, как им кажется, значимы для развития города с точки зрения всех горожан. Во втором случае – помечали те направления, которые представляются значимыми только им лично. В третьем случае – только те направления, которые кажутся привлекательными для активного персонального участия. Далее все анкеты были обработаны, кроме

приоритетов в развитии города были вычислены (использовался коэффициент сопряженности Пирсона):

- коэффициент солидарности (коэффициент соотношения выборов «важно для большинства жителей» / «важно для меня»);
- коэффициент активности или позитивного эгоизма (коэффициент соотношения выборов «важно для меня» / «готов принять участие»);
- коэффициент альтруизма (коэффициент соотношения выборов «важно для большинства жителей» / «готов принять участие»).

Результаты исследования. С точки зрения перспектив развития города, молодежь Нижегородского региона (данные 2014 года) статистически значимо реже считает важной идею развития Нижегородской ярмарки, сохранения веры и храмов, социального обеспечения, чем пожилые горожане. В то же время международное сотрудничество и бесплатное образование – напротив, статистически значимо чаще, чем пожилые, называет среди лично-значимых приоритетов регионального развития. В целом, приоритеты развития территории у молодежи во многом совпадают с группой взрослых от 30 до 60, кто трудоспособен и в большей степени включен в социально-экономическую жизнь региона.

Что касается активности по реализации программ развития территории, согласно срезу 2014 года, молодежь выбирает ориентиры, схожие с выбором «средних взрослых», и более всего отлична от пожилых: молодежь статистически значимо активнее в желании заниматься дорогами, связью и бизнесом, а также противодействовать коррупции.

Если сравнивать показатели 2 срезов (2002 и 2014 годов), необходимо отметить существенное снижение желания молодых горожан действовать по целому ряду позиций в области городского развития: в области экономических и культурных инициатив регионального правительства, поддержки ключевых предприятий региона, в области международного сотрудничества, контроля за чиновниками и карьерных устремлений столичного уровня. Две позиции имеют статистически значимую положительную динамику: бесплатная медицина и развитие дорог и связи.

Учет различных модальностей, заложенных в конструкцию анкеты, позволил определить, насколько в контексте развития города и региона, участники исследования готовы проявить активность, солидарность и альтруизм. Как было описано выше, активность опре-

делялась готовностью респондента реализовывать те проекты, которые входят в сферу личностной значимости, солидарность – созвучием в понимании общих и личных приоритетов в развитии города, альтруизм – готовностью реализовывать те проекты, которые нужны городу/региону, но не входят в сферу личностной значимости.

Характеристики социальной интегрированности горожан

Группы	Солидарность		Активность		Альтруизм	
	2002	2014	2002	2014	2002	2014
до 30 лет	0.11	-0.02	0.32	0.27	0.01	0.00
от 30 до 60 лет	0.09	-0.12	0.22	0.21	0.04	-0.05
старше 60 лет	0.23	-0.06	0.26	0.19	0.11	0.01

Согласно данным среза 2002 года, возрастная логика развития солидарности у исследуемых подгрупп несколько нарушалась на этапе «средней зрелости», но в целом логика возрастания солидарности по мере продвижения по жизненному пути оказалась реализованной. В 2014 году показатели солидарности у всех возрастных групп оказались существенно пораженными, в то же время драматический эффект разрушения солидарности у подгруппы респондентов «средней зрелости» был вновь повторен в более негативном и критическом формате.

Что касается активности, и по итогам среза 2002 года, и по итогам среза 2014 года, наиболее оптимистичной и продуктивно эгоистичной оказывается подгруппа молодежи (наиболее высокие показатели по активности), а у подгруппы «средней зрелости» и по показателю активности наблюдается очевидный спад. Если анализировать показатели альтруизма, то, согласно срезу 2002 года, показатели альтруизма демонстрировали положительную динамику от молодежной подгруппы к подгруппе пожилых, а в 2014 году лишь единичные случаи альтруизма можно было наблюдать исключительно на выборке пожилых.

В данном случае, при подобном снижении показателей социальной интегрированности для всех возрастных групп, очевидно идет речь об эффекте когорты: о влиянии таких культурно-исторических условий, при которых исследователи, проводя диагностику личности и групп, могут неожиданно получать результаты, нерелевантные как психологическим теориям, так и результатам предыдущих исследований, которые проходили в иных исторических рамках.

Выводы. Анализируя показатели социальной интегрированности горожан в контексте развития локальных территориальных со-

обществ в 2002 и в 2014 годах, к историческим детерминантам различий в системе ценностей и приоритетов в области регионального развития, определяющим эффект когорты, следует отнести депривацию чувства безопасности. В 2002 году депривация чувства безопасности была вызвана рядом событий (преступлений и судебных процессов), связанных с «приходом во власть криминала», что сказалось на особенностях формирования системы ценностей горожан. В 2014 году существенно снизились установки на активность в контексте развития города (особенно в инновационных областях городского развития), что также согласуется с низкими темпами развития Нижегородского региона. Депривированное чувство безопасности иначе проявляет себя в 2014 году: не на уровне ценностей, а на уровне установки действовать горожане выбирают борьбу с коррупцией (в широком контексте: в образовании, в социальном обеспечении и т.д.) и действия в поддержку бесплатной медицинской помощи.

За исследуемые 12 лет резко упали показатели солидарности и альтруизма у всех возрастных групп, однако показатели «позитивного эгоизма», активности для себя, за изучаемый период изменились не принципиально. Наиболее уязвимой в области социальной интегрированности, по нашим данным, оказались пожилые горожане, а группа «средней зрелости» (от 30 до 60 лет) представляется умеренно стабильной благодаря неизменным показателям активности «для себя».

Таким образом, эффект когорты при изучении социально-психологических феноменов наиболее вероятно обнаруживается при изучении показателей, зависимых от экономических и политических макрофакторов. Макрофакторы способны оказать такое травматическое воздействие на социальные группы, которое может исказить ожидаемые проявления закономерностей возрастной социализации (так, по результатам среза 2014 года пожилые горожане значительно снизили показатели по альтруизму и особенно по солидарности, что нарушает возрастную логику развития данных феноменов). Резкое изменение «социально-психологического портрета» горожан «поздней зрелости» фактически фиксирует время ухода с социальной сцены жизни города когорты «советских пенсионеров», социальной энергией которых поддерживалась солидарность и альтруизм городских жителей.

Л.А. Резуш

Эмпирические прогнозы – одна из характеристик когнитивного развития взрослого

Под эмпирическим прогнозированием мы понимаем процесс получения опережающей информации о конкретных явлениях объектах, людях, которая основана на эмпирических обобщениях и экстраполяции текущей информации и знаний о прошлом [2]. Его основания, способ построения и использования говорит о том, что именно в первый период взрослости актуализируется возможность и необходимость включения эмпирических прогнозов в жизнь. Эмпирический прогноз базируется на наблюдениях, получаемых в повседневной практической деятельности, будь то деятельность педагога, следователя, врача или управленца. Основания прогноза создаются специалистом в ходе наблюдения и эмпирического обобщения воспринимаемой информации. Полнота и глубина знаний, опосредуется как наблюдательностью человека, так и его мыслительными качествами.

Наблюдение как информационная основа эмпирического предвидения осуществляется в виде непосредственного восприятия фактов действительности. С помощью наблюдения накапливаются, совершенствуются и пересматриваются представления о прогнозируемых объектах. Это возможно при соблюдении двух моментов: во-первых, наблюдение должно быть оценивающим, когда наряду с фиксированием наблюдаемых явлений (в нашем случае – поведение) идет оценка эмоциональных состояний, мотивов, интеллекта и т.д. Во-вторых, оно должно быть включенным, когда прогнозист является участником ситуации и наблюдает ее изнутри. Хотя наблюдение относится к эмпирическим методам, его специфичность и уникальность заключается в том, что это не «пассивная» фиксация фактов, а активная преобразовательная деятельность по их распределению и «инвентаризации» на основе которой и делаются соответствующие обобщения и прогностические выводы. Чем полнее и точнее эти наблюдения, тем вернее будет информация, лежащая в основе эмпирического прогноза. «Точность и глубина предсказаний не является величиной постоянной и может быть повышена, уточнена и изменена на основе вновь и своевременно поступающих сведений о развитии тех или иных событий...», – справедливо писали Б. Ф. Ломов и Е. Н. Сурков [1, с. 211].

В структуре наблюдательности мы выделили такие составляющие ее компоненты, как сенсорный, понятийный, эмпатийный и прогностический [3]. Если исходить из того, что любое психическое свойство образуется, закрепляется в структуре психики как целесообразное, адаптивное, то можно объяснить и появление всех этих компонентов. Естественно, что «сенсорный» компонент наблюдательности составляют те качества сенсорной организации человека, которые образуют механизм дифференцированного и быстрого реагирования на сенсорную информацию. Понимание этой информации, базирующееся на памяти и мышлении, позволяет включить ее в систему имеющихся знаний и использовать для решения соответствующих задач. Чаще всего эта сенсорная информация, понятая и структурированная, нужна для принятия решения, упреждения или подготовки к встрече с будущим.

Другой особенностью эмпирических прогнозов является метод их получения. Условия прогнозирования в процессе взаимодействия между людьми особые: ограниченность во времени, очень многогранен объект прогноза (человек), почти всегда есть дефицит информации, необходимой для прогноза, и невозможно учесть все причины, действующие на реальное поведение. Поэтому чаще всего используется метод экстраполяции, то есть метод, основанный на перенесении на будущее закономерностей и типичных проявлений человека в прошлом и настоящем. Ошибка экстраполяции состоит в том, что прогнозист каждый наблюдаемый случай идентифицирует как типичный и в тех случаях, когда последний таковым не является. Даже при развитых качествах мышления, составляющих структуру способности прогнозирования, для прогнозирования в системе «человек – человек» значимым оказывается как знание теории, так и наличие эмпирических обобщений, полученных в ходе наблюдения. Восприятие как полимодальный образ не является изолированным от влияния на него прошлого опыта. Акт восприятия есть соотношение формирующегося образа с некоторым хранящимся в памяти эталоном, степень сформированности которого оказывает влияние на антиципирующий эффект. Экстраполяции способствует то, что в процессе жизни и деятельности человека формируются общие концепции о возможных взаимодействиях разных причин и о том, к каким последствиям эти причины приводят. «В схемах, сценариях, «теориях» содержится прототипное знание, которое помогает опо-

знавать, объяснять, предсказывать события, быстро категоризировать объекты (людей, поступки) и «идти за пределы непосредственной информации»...», – пишет В.П. Трусов [4, с. 7].

Характеристика особенностей построения эмпирических прогнозов взрослыми в возрасте 19–25 лет, получена в исследованиях, проведенных под нашим руководством в разные годы 1995, 2002, 20011 (Л.В. Лежнина, Г.И. Кислова, Е.К. Черанева, Е.С. Поликарпова).

Для проверки гипотезы о влиянии наблюдательности на успешность прогнозирования, было проведено исследование, в котором учителям и студентам, имеющим различный уровень развития наблюдательности, предлагалось решать прогностические задачи. Прогностические задачи требовали получения прогноза об эмоциональных и поведенческих реакциях человека. Прогнозист хорошо знал человека, в отношении которого он строил прогноз. В качестве таких задач выступали ситуации из теста С. Розенцвейга. Точность прогноза устанавливалась при сравнении прогноза и реального высказывания, которое давал в предложенной ситуации партнер. Факт влияния наблюдательности на качество эмпирических прогнозов устанавливался путем фиксации изменений, которые происходили в эмпирических прогнозах до и после проведения тренинга по развитию наблюдательности [3].

В условиях изменившейся наблюдательности происходит перегруппировка количества прогнозов, отнесенных по точности к одному из трех уровней. Особенно значительно изменилось количество прогнозов с низкой точностью, их число уменьшилось у студентов дневного отделения с 48,3 % до 6,9 %, с 58,3 % до 12,5 % у заочников. Увеличилось число точных прогнозов с 10,3 % до 48,3 % и с 12,5 % до 58,5 % соответственно. По второму уровню изменений не произошло.

Анализ происшедших изменений свидетельствует о том, что студенты, имевшие до тренинга наблюдательности средний уровень точности прогноза поведения, после него продемонстрировали более высокую точность, в то время как студенты с низкой точностью показали уже средний ее уровень. Однако следует заметить, что более динамичным процесс роста успешности прогнозов был у студентов-заочников. При первоначальном более низком уровне точности количество точных прогнозов поведения выше.

Влияние наблюдательности на эмпирический прогноз проявляется в следующем. Во-первых, при низком уровне развития наблю-

дательности происходит использование при прогнозировании проекции, то есть безосновательного приписывания объекту прогноза собственных поступков и действий. Во-вторых, при высоком уровне развития наблюдательности прогнозирование осуществляется на основе понимания мыслей и чувств объекта прогноза. При этом проявляется эмпатия как компонент наблюдательности, она способствует точности прогноза. В-третьих, развитие наблюдательности (в частности, через тренинг) расширяет объем той сенсорной информации, которую воспринимает, видит человек. Эта информация становится более дифференцированной и понимаемой. После тренинга наблюдательности существенно увеличилось число точных прогнозов, построенных на понимании и эмпатии. А это позволяет соответственно использовать ее как основание для прогноза.

В ходе исследований установлены качественные характеристики эмпирических прогнозов, говорящие о высоком, среднем и низком уровне эмпирического прогнозирования. При высоком уровне демонстрируется умение, распознавать и предвидеть речевые реакции собеседника, опираясь на характерные для него интонационные характеристики. Умение воспринимать в динамике лицо наблюдаемого и способность предвидеть изменения выражения лица партнера по общению в конкретной ситуации при непосредственном взаимодействии. Построение социально-перцептивных предвидений происходит на основе наблюдательности; наиболее успешно при наличии объективного сходства объекта и субъекта предвидения.

Средний уровень эмпирических прогнозов характеризуется тем, что демонстрируется умение предвидеть в фрустрационных ситуациях смысл высказываний только тех людей, которых субъект восприятия считает похожими на себя. Способность чувствовать, распознавать и предвидеть только отдельные градации основных эмоций; различные эмоциональные оттенки, выражающиеся на лице собеседника вызывают затруднения в их интерпретации, а следовательно и в предвидении их изменений.

При низком уровне эмпирического прогнозирования у субъекта социальной перцепции возникают затруднения в распознавании и предвидении эмоциональных свойств личности, отражающихся на лице. Предвидение смысла высказываний собеседника в ситуации непосредственного общения происходит путем угадывания или не-

обоснованного проецирования, без соотнесения воспринимаемых элементов экспрессивного поведения другого человека к имеющимся эталонам восприятия. Распределение ответов в данной группе смещено в сторону частично правильных и полностью неправильных ответов. Испытуемые при восприятии обращают внимание на менее существенные признаки объекта восприятия и опираются на них при построении антиципационного образа.

На показатель эффективности эмпирических прогнозов, как показали наши исследования, влияет не только развитие наблюдательности, но и способность к речемыслительному прогнозированию, а также некоторые личностные особенности, в частности, тревожность, временные личностные децентрации и др.

Литература

1. Ломов Б.Ф., Сурков Е.Н. Антиципация в структуре деятельности. М., 1980
2. Регуш Л.А. Психология прогнозирования: успехи в познании будущего. СПб, 2003
3. Регуш Л.А. Практикум по наблюдению и наблюдательности. СПб. 2008
4. Трусов В.П. Психология межличностного влияния и оценивания. Л, 1984

Е.И. Захарова

**Социальная зрелость личности
как условие принятия социальной позиции родителя**

Как в возрастной, так и в семейной психологии эффективное родительство все чаще связывают со зрелостью личности. Основанием для такой связи является указание на компетентного родителя, как человека, обладающего качествами зрелой личности. В значительной степени это касается качеств, позволяющих выстраивать новый тип межличностных отношений. Отношения родителей с ребенком отличаются высокой степенью близости, эмоциональной вовлеченности, что соответствует пониманию отношений интимности, освоение которых называют в качестве задач развития во взрослости [Э. Эриксон, 2006; П. Хейманс, 1995]. Новый тип близких отношений, любовь к ребенку, складываясь в условиях ответственности за его благополучие, требует высокого уровня эмоциональной чувствительности, способности научить ребенка распознавать и понимать значение эмоций. Родитель должен находить баланс между удовлетворением собственных потребностей и потребностей других, что вызывает необходимость развития

эмпатии. Родительское участие в жизни ребенка будет гармоничным только в том случае, если взрослый научится испытывать удовольствие от созданного его усилиями положительного состояния ребенка [Newman P.R., Newman B.M., 1988]. Нетрудно заметить, что перечень черт эффективного родителя и зрелой личности тесно переплетаются [А.С. Спиваковская, 1996; Д. Виникотт, 1998; P. Ralph, 2013].

Категория «зрелость» определена в психологии как сложное образование, в структуре которого можно выделить несколько содержательных компонентов [А.А. Реан, 2002]. Выделение видов зрелости обусловлено наличием нескольких линий развития человека, в каждой из которых можно обозначить свои «вершины». Одной из таких линий является развитие межличностных отношений (социальное развитие). В качестве характеристик социальной зрелости личности можно обозначить: способность любить и заботиться; сочувствие, эмпатию; терпимость, принятие; позитивное самоотношение [Г. Олпорт, 2002; Э. Фромм, 2008; К. Роджерс, 2002]. Нетрудно заметить, что данные качества являются важнейшим предпосылками успешного осуществления родительских функций.

В работе предпринята попытка проследить роль личностных качеств, характеризующих человека как субъекта межличностных отношений, на начальных этапах освоения родительской роли. В связи с рождением ребенка взрослый человек встречается с задачей освоения новой для него социальной позицией, которую характеризуют как зависимую, ответственную, и высоко эмоционально насыщенную. Содержание этой позиции культурно детерминировано, в ней содержится предписание, которое должен реализовать человек ее занимающий (социальная роль). Становясь родителем, взрослый человек встречается с необходимостью выполнения этих предписаний. Однако реализация родительской роли не исключает субъективного к ней отношения. Практика психологической помощи молодым родителям свидетельствует о том, что отношение к родительской позиции, и задаваемой ею родительской роли, варьирует в широком диапазоне от принятия до отвержения. В процессе освоения социальной позиции родителя формируется внутренняя позиция человека. От ее содержания во многом зависит качество осуществления родительской роли. Принимающее отношение к родительской позиции позволяет освоить ее без ущерба для психо-эмоционального состояния взрослого человека. В связи с актуальностью исследования условий успешно-

го принятия социальной позиции родителя, нами было предпринято эмпирическое исследование, в котором в качестве одного из условий успешности рассматривалась социальная зрелость будущих матерей.

Цель исследования: анализ связи степени принятия будущей матерью социальной позиции родителя с наличием у нее таких качеств личностной зрелости, как эмпатия, толерантность, позитивное самотношение и близость в межличностных отношениях.

Гипотезой исследования стало предположение о том, что высокий уровень выраженности таких качеств личности, характеризующих родителя как обладающего социальной зрелостью, может служить предпосылкой успешного принятия новой социальной позиции родителя.

В качестве **задач** исследования выступили:

- анализ степени принятия будущими матерями родительской позиции;
- исследование особенностей коммуникативных качеств личности будущих матерей;
- анализ связи степени принятия родительской позиции с наличием у женщин таких качеств личностной зрелости, как эмпатия, толерантность, позитивное самотношение и близость в межличностных отношениях.

Выборка:

В исследовании приняли участие 40 беременных первым ребенком женщин в возрасте от 21 года до 37 лет, без медицинских проблем в анамнезе. Женщины находились на сроках беременности от 20 до 37 недель. Все участницы на момент исследования ожидали рождения первенца. Все опрошенные отмечают отсутствие медицинских проблем, связанных с беременностью.

Методики:

Средствами реализации первой задачи исследования стали такие методики, как рисуночная методика «Я и мой ребенок», методика незаконченных предложений, направленная на диагностику степени принятия родительской позиции в целом и ее отдельных аспектов. Первая методика позволяла оценить характер отношения женщин к материнству, к себе в качестве матери. Вторая методика была сконструирована с учетом выделения таких параметров родительской позиции, как зависимость от ребенка, руководство поведением ребенка, ответственность за него, эмоциональная поддержка, удовлетворение потребности ребёнка в любви и уважении. Данные, полученные с

помощью указанных средств, отличались высокой степенью согласованности. С целью определения особенностей качеств реализуемых в межличностных отношениях, характеризующих социальную зрелость ожидающих ребенка женщин, были использованы такие средства, как методика диагностики уровня эмпатических способностей, методика оценки коммуникативной нетерпимости В.В. Бойко, опросник самоотношения В.В. Столина [Практическая психодиагностика, 2011; Пантилеев С.Р., 2000]. Качество близких отношений (глубина) исследовалась с помощью методики определения статусов психологической интимности [Орестова В.Р., Мохов В.А., 2005].

Результаты исследования:

Анализ качества личности, определяющих характер межличностных отношений по группе в целом показал, что для участниц нашего исследования характерен уровень эмпатии ниже среднего, средний уровень коммуникативной нетерпимости, очень высокий уровень глобального самоотношения и почти всех его компонентов. Кроме того, большинство опрошенных достигло статуса психологической интимности. Иерархический кластерный анализ показателей позволил разделить выборку на две группы. Первая группа, в которую вошло 80 % выборки, отличалась более высоким уровнем таких качеств, как эмпатия, толерантность, позитивное самоотношение и глубина межличностных отношений. Вторая группа женщин (20 % выборки) не обладала указанными качествами, что позволило говорить о низком уровне их социальной зрелости. Статистический анализ свидетельствует о значимости зафиксированных различий по всем указанным параметрам. Использование критерия Манна-Уитни позволяет с уверенностью говорить том, что женщины первой группы обладают более высоким уровнем идентификации в эмпатии (значение критерия $U = 31,500$ при уровне значимости $p < 0,005$), более высоким уровнем самоуважения (значение критерия $U = 66,000$ при уровне значимости $p < 0,005$) и самопринятия (значение критерия $U = 44,500$ при уровне значимости $p < 0,005$), более высоким уровнем ожидаемого отношения от других (значение критерия $U = 44,000$ при уровне значимости $p < 0,005$), более высоким уровнем саморукводства (значение критерия $U = 62,500$ при уровне значимости $p < 0,005$). Кроме того, женщин из первой группы отличают более низкие значения коммуникативной нетерпимости (различия значимы на уровне $p < 0,001$). Указанные различия свидетельствуют о том, что женщины первой группы обладают способностью понять другого человека на основе сопереживания, поставив себя

на его место. Они в большей степени склонны высоко оценивать себя на основании социально значимых критериев. Живя в согласии со своими внутренними побуждениями, они в большей степени склонны принимать себя со всеми достоинствами и недостатками. Отношение к себе окружающих людей они видят в большей степени доброжелательным, да и сами они более терпимы во взаимодействии с ними.

Итак, полученные результаты свидетельствуют о гармоничном сочетании качеств личности характеризующих женщину как субъекта межличностных отношений. Высокий уровень эмпатии и самоотношения непротиворечиво сочетается с коммуникативной терпимостью и глубиной в сфере близких отношений. Это согласуется с теоретическими положениями о содержании зрелости человека в сфере межличностных отношений. Полученное эмпирическое подтверждение теоретических представлений позволяет считать женщин, составивших первую группу, обладающими более высоким уровнем зрелости в качестве субъекта межличностных отношений. Именно эту особенность мы полагаем важной предпосылкой успешного присвоения родительской позиции.

Высказанное предположение получило подтверждение при сравнении особенностей присвоения родительской позиции женщинами двух выделенных групп. Анализ результатов рисуночной методики «Я и мой ребенок» показал недостаточную степень присвоения женщинами родительской позиции. В группе женщин с высокой степенью зрелости социальных отношений только в 33 % случаев было зафиксировано наличие позитивного отношения к родительской позиции. Эти женщины изобразили себя поддерживающими, оберегающими ребенка (в конкретно графической или символической форме). На рисунке изображались элементы материнской роли – кормление, укачивание, организация познавательной активности ребенка в условиях близкого телесного контакта с ним. Цветовое решение рисунка, детализация указывали на положительное отношение к ситуации в целом. Подобные изображения во второй группе (женщины с низким уровнем зрелости социальных отношений) отсутствовали. На рисунках у женщин этой группы или вообще отсутствовал ребенок, или он находился на значительном расстоянии от матери, что освобождало ее от необходимости осуществления материнских функций.

Опираясь на результаты проективной методики «Неоконченные предложения» мы осуществили сравнение выраженности прини-

мающего отношения родительской позиции женщинами с разным уровнем социальной зрелости личности.

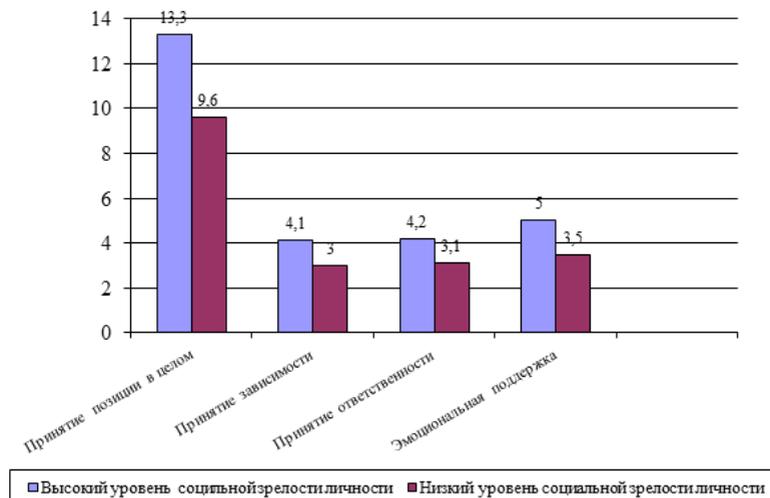


Диаграмма 1. Количество высказываний в пользу принятия родительской позиции (среднегрупповое значение) в группах женщин с разным уровнем зрелости в сфере межличностных отношений

Как видно на диаграмме, женщины, обладающие высоким уровнем зрелости социальных отношений, в большей степени склонны принимать как отдельные элементы родительской позиции, так и ее в целом.

Среднее количество высказываний, которые относятся к категории «принятие родительской позиции в целом», у зрелых женщин составляет 13,3, у незрелых – 9,6. Эти различия значимы на уровне $p < 0,005$; значение критерия Манна-Уитни составляет $U = 40,500$.

Среднее количество высказываний, которые относятся к категории «принятие ответственности», у зрелых женщин составляет 4,2, у незрелых – 3,1. Эти различия значимы на уровне $p < 0,05$; значение критерия Манна-Уитни составляет $U = 59,000$.

Среднее количество высказываний, которые относятся к категории «принятие эмоциональной поддержки», у зрелых женщин составляет 5,0, у незрелых – 3,5. Эти различия значимы на уровне $p < 0,005$; значение критерия Манна-Уитни составляет $U = 43,500$.

Как видим, принятие ответственности, эмоциональной поддержки и присвоение родительской позиции в целом более характерно для женщин с высоким уровнем зрелости социальных отношений.

Каждая из составляющих этой особенности вносит свой вклад в успешность присвоения родительской позиции.

С целью определения силы обнаруженной связи был осуществлен корреляционный анализ, результаты которого полностью подтверждают полученный результат. В результате анализа связи компонентов эмпатии у женщин, ожидающих рождение ребенка, и принятия ими элементов родительской позиции были получены следующие результаты.

Таблица 1.

**Значимые взаимосвязи компонентов эмпатии
и отношения к элементам родительской позиции**

	Интуитивный канал эмпатии	Установки, способствующие эмпатии	Проникающая способность к эмпатии	Идентификация в эмпатии
принятие зависимости	0,378	0,502		
амбивалентное отношение к зависимости		-0,329		
непринятие зависимости				-0,409
амбивалентное отношение к ответственности	-0,595			
принятие эмоциональной поддержки	0,398			
амбивалентное отношение к эмоциональной поддержке	-0,48		-0,516	
непринятие эмоциональной поддержки				-0,337

Как свидетельствуют результаты исследования, наибольший вклад уровень эмпатии вносит в присвоение такого аспекта родительской позиции, как зависимость от ребенка (связь с выраженностью интуитивного канала эмпатии 0,378 и установками, способствующими эмпатии 0,502). Также большую роль в стремлении принять родительскую позицию играют установки, способствующие эмпатии (убеждение в важности заинтересованности в другой личности, переживаниях и проблемах окружающих), идентификация в эмпатии (умение понять другого на основе эмоционального сопереживания, постановки себя на его место), проникающая способность к эмпатии (способность создать атмосферу открытости, доверительности, задушевности).

Обращение к особенностям самоотношения также позволяет считать его важнейшим условием принятия родительской позиции.

Наибольший вклад в успешность принятия родительской позиции вносит такой компонент самоотношения, как ожидаемое отноше-

ние от других (связь со степенью присвоения родительской позиции 0,392). В данном случае можно говорить о роли культурных эталонов материнского поведения. Принимающая ответственность за своего ребенка и эмоционально поддерживающая его женщина встречает позитивное отношение к себе со стороны окружающих. В то же время, ощущение позитивного отношения к себе делает ее открытой эмоциональному опыту общения с ребенком, вселяет уверенность в свои силы, помогает осваивать новый уровень ответственности. Указанные связи подкрепляются связями с таким элементом самоотношения, как *самоуверенность*. Под самоуверенностью понимается отношение к себе как к уверенному, самостоятельному, ответственному и волевому человеку, которому есть за что себя уважать. Чем в большей степени женщина уверена в себе, своей самостоятельности и способности преодолевать препятствия, тем в большей степени она принимает зависимость от ребенка и ответственность за него, а также родительскую позицию в целом (0,395; 0,347; 0,404 соответственно).

Таблица 2.

Значимые взаимосвязи компонентов коммуникативной нетерпимости и отношения к элементам родительской позиции

	Неприятие индивидуальности другого человека	Использование себя в качестве эталона	Категоричность в оценках других	Неумение сглаживать неприятные чувства	Стремление переделать партнера	Стремление подогнать партнера под себя	Неумение прощать ошибки	Нетерпимость к дискомфорту	Общий уровень нетерпимости
Неприятие зависимости	0,431	0,338	0,357		0,450		0,428		0,411
Принятие эмоц. Поддержк.		-0,402	-0,325	-0,362	-0,417	-0,422	-,373	-,412	-,406
Неприятие эмоц. поддержк.		0,596	0,352	0,355	0,563	0,448	0,496	0,464	0,554
Принятие родитель. позиции в целом		-0,328			-,403		-,534		
Неприятие родитель. позиции в целом	0,333	0,502	0,364		0,611		0,503	0,317	0,451

Наибольшее количество взаимосвязей наблюдается между уровнем выраженности различных компонентов нетерпимости и таким аспектом родительской позиции, как эмоциональная поддержка ре-

бенка. Кроме того, коммуникативная нетерпимость повышает вероятность отвержения родительской позиции в целом. Завершает наш анализ исследование статуса интимности (способность к близким, доверительным отношениям) в качестве условия становления позитивного отношения к родительской позиции. Полученные в ходе корреляционного анализа данные представлены в таблице 3.

Таблица 3.

Значимые корреляционные взаимосвязи глубины межличностных отношений и особенностей отношения к различным характеристикам родительской позиции

Качество Отношение к РП отношений	Глубина отношений
Принятие зависимости	0,428
Непринятие зависимости	-0,544
Принятие ответственности	0,413
Непринятие ответственности	-0,361
Принятие эмоциональной поддержки	0,603
Непринятие эмоциональной поддержки	-0,631
Присвоение родительской позиции в целом	0,604
Неприсвоение родительской позиции в целом	-0,655

Данные, представленные в таблице свидетельствуют о том, что параметр «глубина взаимоотношений» значимо связан с отношением всех без исключения аспектов родительской позиции. Наиболее высокие значения связи были зафиксированы между наличием глубины межличностных отношений и уровнями принятия потребности ребенка в эмоциональной поддержке (r Спирмена составляет 0,603) и непринятия этой потребности (r Спирмена составляет -0,631), а также между наличием глубины отношений и уровнями принятия и непринятия родительской позиции в целом (соответственно $r = 0,604$ и $r = -0,655$). Эти результаты означают, что наличие глубоких эмоциональных отношений любви и дружбы в очень большой степени способствует принятию беременной женщиной потребности ребенка в эмоциональной поддержке, а также присвоения ею родительской позиции в целом. Отношения с ребенком являются еще одной сферой близких отношений, которые по мнению Э.Эриксона отличаются высокой степенью взаимного проникновения и сопереживания. Обретая способность устанавливать близкие отношения с друзьями и любимыми, женщина подготавливает себя к родительской роли, успешность реализации

которой во многом будет зависеть от степени проникновения во внутренний мир ребенка, который значительный период своего развития.

Обсуждение результатов

Цели нашего исследования были продиктованы необходимостью анализа условий способствующих становлению положительного отношения женщин к социальной позиции родителя, которую они начинают осваивать в связи с рождением ребенка. Нам удалось получить подтверждение выдвинутой гипотезы о том, что качества, определяющих характер межличностных отношений зрелой личности способствуют принятию родительской позиции. Вхождение в родительство, таким образом, подготавливается всей историей личностного развития человека. Обретая социальную зрелость в межличностных отношениях, взрослый человек занимает такую внутреннюю позицию, в которой ценностное отношение к личности другого человека, уважение его индивидуальности позволяет достигать гармонии и эффективности взаимодействия. В отношениях с ребенком, не обладающим компетентностью, эта позиция становится особенно ценной как для его развития, так и для психо-эмоционального состояния самого родителя, с легкостью принимающего несовершенство ребенка и необходимость к ним приспосабливаться.

Полученные результаты кажутся нам хорошо объяснимыми. Наличие эмпатических способностей способствует установлению эмоционального контакта с будущим ребенком, делает естественной необходимость эмоциональной поддержки. Способность к сочувствию и сопереживанию помогает осуществлять сопровождение ребенка, принимая зависимую от его нужд позицию. Толерантность, понимая как отсутствие коммуникативной нетерпимости, играет важную роль в преодолении тех трудностей, которые появляются у родителей во взаимодействии с ребенком, имеющим отличительные индивидуальные и возрастные особенности, не обладающим еще тем уровнем коммуникативной компетентности, способностей саморегуляции, родители привыкли ожидать от взрослого человека. Наконец, способность к установлению глубоких, доверительных отношений в межличностном общении, становятся предпосылкой той эмоциональной связи, которая отличает детско-родительские отношения. В меньшей степени принятие взрослым человеком родительской позиции оказалась связана с самоотношением. Возможно, данный результат объясняется

особенностями выборки, в которой уровень самоотношения оказался достаточно высоким. Тем не менее, искомая связь была зафиксирована с такими компонентами самоотношения, как самоуверенность, самопонимание и уверенность в положительном отношении со стороны окружающих. Нам удалось зафиксировать, что рефлексивность и уверенность в своих силах помогает женщине принять позицию, в которой она берет на себя организацию жизни другого человека и ответственность за него. Интересным нам показался факт, что условием успешности принятия на себя родительской позиции становится ценностное отношение к ней социального окружения женщины. Признание родительства важнейшим социальным институтом, обеспечивающим воспроизводство общества, гарантирует родителям уважительное отношение окружающих. Девиантное же родительство признается асоциальным явлением. Вероятно, данное обстоятельство связывает реализацию родительской роли с уважительным отношением со стороны окружающих в сознании женщины, поддерживая ее готовность осваивать столь непростую социальную позицию. Уважение к себе, понимание и принятие себя, ощущение возможности управлять событиями собственной жизни и ожидание доброжелательного отношения со окружающих способствуют более успешному прохождению кризисного периода принятия родительской позиции.

Результаты эмпирического исследования позволяют сделать следующие **выводы**:

1. Особенности качеств личности, определяющие характер межличностных отношений являются условием становления отношения женщины к родительской позиции в период ожидания ребенка.
 - Значительный вклад в успешное принятие такого аспекта родительской позиции, как зависимость от ребенка, вносит эмпатия. Наибольшую роль при этом играет развитость у женщины интуитивного канала эмпатии, под которым подразумевается способность предвидеть поведение партнеров в условиях дефицита исходной информации о них, опираясь на собственный опыт.
 - Успешность присвоения родительской позиции значимо связана с уровнем таких компонентов самоотношения, как самоуверенность и отраженное отношение к себе. Данные качества позволяют женщине построить благоприятный прогноз в отношении ее успешности в новой для нее материнской роли. Она более спокойно и уверенно приступает к ее освоению.

- Серьезным препятствием на пути присвоения родительской позиции становится коммуникативная нетерпимость. Высокий уровень коммуникативной нетерпимости и отдельных ее компонентов взаимосвязан с непринятием потребности ребенка в эмоциональной поддержке, его зависимости от родителей, а также с отвержением родительской позиции в целом.
 - Сложившаяся в дружеском общении и любовных отношениях способность к установлению глубоких, доверительных отношений создает предпосылки принятия родительской позиции. Обладающие способностью к установлению близких отношений обладающих высокой глубиной проникновения во внутренний мир партнера женщины обнаруживают значимо более высокий уровень принятия родительской позиции, и, особенно, потребности ребенка в эмоциональной поддержке (коэф.ранговой корреляции Спирмена $r = 0,604$ и $r = 0,603$ соответственно).
2. Женщины, отличающиеся высоким уровнем выраженности качеств отражающих личностную зрелости человека как субъекта построения межличностных отношений (социальной зрелости), демонстрируют высокую готовность к принятию родительской позиции. Принятие ответственности, эмоциональной поддержки, зависимости своего положения от потребностей ребенка подготовлено их способностью выстраивать гармоничные межличностные отношения не ощущая при этом раздражения и психологического дискомфорта.

Литература

1. *Винникотт Д.В.* Маленькие дети и их матери / Пер. с англ. Н.М. Падалко. М.: Незав. фирма «Класс», 1998. 80 с.
2. *Олпорт Г.* Структура и развитие личности. // Становление личности. Избранные труды. –М, 2002
3. *Орестова В. Р., Мохов В.А.* Методика определения статусов психологической интимности // Психологическая диагностика: ежеквартальный научно-методический и практический журнал. – 2005. – № 4. – С. 115–132.
4. *Пантлеев С.Р.* Психодиагностика самосознания // Бодалев А.А., Столин В.В., Аванесов В.С. и др. Общая психодиагностика. СПб.: Речь, 2000. С. 349–418.
5. Практическая психодиагностика: Методики и тесты: учеб. пособ. / Ред.-сост. Райгородский Д.Я. Самара: Бахрах-М, 2011. 667 с.
6. Психология человека от рождения до смерти /Под ред. А.А. Реана. СПб.: Прайм-Еврознак, 2002. 656 с.
7. *Роджерс К.* Эмпатия // Психология мотивации и эмоций / под ред. Ю.Б. Гиппенрейтер, М.В. Фаликман. М.: ЧеРо, 2002. С. 428–430.

8. *Стиваковская А.С.* Как быть родителем. М., 1996. – 160
9. *Фромм Э.* Искусство любить. М.: Классика, 2008. – 219 с.
10. *Хейманс П.* Концептуализация и операционализация задач развития // Процессы психического развития: в поисках новых подходов / Под ред. А.И. Подольского и др. М., 1995. С. 8–18.
11. *Эриксон Э.* Детство и общество. 2-е изд. СПб.: Ланато, 2006. 592 с.
12. *Newman P.R., Newman B.M., Newman P.R., Newman B.M.* Parenthood and Adult Development // Transitions to parenthood / R. Palkovitz and M.B.Sussman (Eds.). New York: Haworth Press, 1988. Pp. 313–338.
13. *Ralph P.* Parent-Child Relationship and Personality Development // Childhood Education. 2013. Pp. 364–368.

Часть 2
Отношения
между поколениями

*«Нас привязывают к
жизни те, кому мы слу-
жим опорой»*

Мария Эбнер-Эшенбах

*М.В. Ермолаева***Межпоколенные отношения в пожилом возрасте**

Проблема взаимоотношения поколений достаточно давно привлекает к себе внимание специалистов. Несмотря на то, что проблема прародительства изучена значительно в меньшей степени, чем проблема родительства, существуют авторитетные и признаваемые типологии ролей «прародителей» (бабушек и дедушек). К ним относятся типологии У. Бенгстона, Дж. Робертсон и др. [12, 13, 15]. В отечественной геронтопсихологии О.В. Красновой глубоко изучены типы прародителей и зависимость их поведения во взаимоотношениях с внуками от ряда параметров. Важно отметить, что во всех этих типологиях акцент делается не на механизмы взаимодействия поколений, пожилых людей и детей, а на социально-психологическую роль пожилого человека в семье и на степень его вовлеченности в проблемы семьи. Эти акценты особенно ярко проявляются в классификации А.С. Спиваковской и А.Я. Варги, которые выделили две роли бабушек в семье: «бабушка-жертва» и «бабушка-соперница» [10].

В цели данной работы входит анализ диалога поколений пожилых людей и детей с позиции психологии развития. По нашему мнению, диалог поколений может строиться на основе единства задач развития. Старость, как и любой другой возраст, предполагает возможности развития. Поскольку выход на пенсию означает отделение от референтной группы, потерю важной социальной роли и значимого места в обществе, возникает критическая ситуация в жизни пожилого человека, выражающаяся в нарушении смыслового соответствия его осознания и бытия. «Подлинная проблема, стоящая перед ним, ее критический пункт состоят не в осознании смысла ситуации, не в выявлении скрытого, но имеющегося смысла, а в его создании, в смыслопорождении, смыслостроительстве» [2, с.24]. Смыслостроительство осуществляется в особом рода внутренней деятельности – деятельности переживания, которая представляет собой внутреннюю работу, направленную на устранение смыслового рассогласования сознания и бытия, восстановление их соответствия и обеспечивающую в конечном счете повышение осмысленности жизни [2, с.30].

Таким образом, кризисная ситуация выхода на пенсию может быть пережита и отрефлексирована пожилым человеком таким образом, что станет причиной трансформации у него смыслового поля, создания

новых смысловых предположений и выстраивания новых смысловых ориентиров. Эти процессы могут стать «запускающим моментом» комплексной динамики смысловой сферы, когда «происходит иерархизация мотивов, возникает рефлексия, складывается обобщенное отношение к жизни, расширяется ценностно-смысловое пространство личности, выстраиваемая единая жизненная линия и выявляются противоречия между нею и жизненными обстоятельствами, создается направленность на цели, связанные с отдаленным будущим» [1, с. 94].

Очевидно, что не все пожилые люди переживают выход на пенсию как кризисную ситуацию, не все обладают способностью к рефлексии и не всем доступен процесс смыслостроительства, но здесь обсуждаются возможности развития в старости. Смыслостроительство по Д.А. Леонтьеву [7] – это содержательная перестройка жизненных отношений и смысловых структур, в которых они преломляются. При этом условием и базой саморазвития, опираясь на которую пожилой человек ищет и раскрывает смыслы своей жизни, является осмысление жизненного опыта. Проанализируем роль взаимодействия пожилых людей с внуками в процессе осмысления и передачи жизненного опыта, а также опосредствование этого процесса.

В процесс рождения и изменения смысловых образований личности пожилого человека вносит вклад ситуация контакта с иным смысловым миром – миром ребенка, который начинает развиваться очень рано. А.В. Запорожец с сотрудниками зафиксировал одно из наиболее ранних проявлений этой линии развития – смещение эмоционального сопровождения деятельности от ее конца к началу по мере ее освоения. Тем самым постепенно становится возможна оценка смысла деятельности в режиме предвосхищения, то есть перед ее началом, в плане представления: «Ребенок мысленно занимает определенную позицию в предлагаемых обстоятельствах, совершает известные воображаемые действия, проигрывает в идеальном плане различные варианты взаимоотношений с окружающими и таким образом получает возможность не только заранее представить, но и пережить смысл данной ситуации, предпринимаемых действий и их возможных последствий для себя и для окружающих его людей» [4, с. 67]. На базе этого смыслового новообразования в конце дошкольного возраста у ребенка возникает первый схематичный абрис цельного детского мировоззрения (Д.Б. Эльконин). Ребенок не может

существовать в хаосе – все, что он воспринимает, он пытается осмыслить, увидеть закономерные отношения. Эта первичная модель является основой смысловой регуляции как таковой. Смыслообразование ребенка осуществляется в воображаемом плане. Д.А. Леонтьев [7] считает, что воображение создает «зону ближайшего развития» личности в целом. Однако, по мнению автора, в силу целостности смысловой сферы личности те смысловые образования, которые проявляются в плане воображения, не изолированы от тех смысловых образований, которые регулируют практическую деятельность.

Ценности личности пожилого человека в ситуации потери значимого места в обществе могут внести «личностный вклад» в смыслообразование ребенка. Вопрос о механизмах трансляции смыслов является недостаточно исследованным. Д.А. Леонтьев [7] отмечает, что направление процессов смыслообразования определяется познавательным отражением «иной логики», носящей метафорический характер и объективированной в мифах и сказках, в которых осуществляется отражение не мира как такового, а мира в его единстве с субъектом.

По нашему мнению, диалог поколений детей и пожилых людей, обеспечивающий смыслообразование, осуществляется в ходе трансляции жизненного опыта последних. Жизненный опыт – это смыслообразующая структура личности, которая включает ценностный опыт, опыт активации, ориентирующий человека в собственных возможностях, операциональный опыт, мудрость, опыт сотрудничества и смыслообразования [3]. В жизненном опыте проявляется субъектность, осмысленная структурность, аксиологичность, феноменальность и экзистенциальность человека. Неформальное общение пожилого человека, осуществляющееся в форме «личностного вклада» (конкретные механизмы которого описаны в концепции отраженной субъектности В.А. Петровского [8]) всегда происходит в форме трансляции жизненного опыта. Жизненный опыт – это осознание, переживание, структурирование жизненного пути, которое постоянно переосмысливается. В ходе расширения и углубления жизненного опыта, в нем находят отражение процесс движения от жизненного смысла, который служит адаптацией в изменяющемся мире, к экзистенциальному смыслу. Этот жизненный опыт не может быть статичен, его характеризует ощущение собственной порождающей активности, он существует в постоянном внутреннем движении. Однако, расширение и трансляция

жизненного опыта – это творческий акт создания особого языка описания мира. Этот язык не поддается концептуализации, но уступает метафоризации. Медиатором жизненного опыта и мудрости пожилого человека становится сказка, рассказываемая им ребенку.

Для детей метафорический язык сказок органичен и понятен. Сказка опосредствует смыслопорождение и того, кто её рассказывает, и того, кто ее слушает. Посредством метафоры в сказке разрешается взаимодействие линий формирования нравственных понятий у ребенка и взрослого. Путь ребенка: образ – желание – чувства – мысль (понятие), у взрослого это превращение проходит обратный путь. У взрослых форма, которая передает понятие добра и зла, не является образной. Нравственная форма, выраженная в понятиях скучна и не способна вызвать «взрыв» поступка. Ценности и смыслы презентированных в метафорической форме, включают глубинные механизмы и движения (возможно, за счет архетипических элементов). В метафорической форме мифа и сказки выявляется жизненный смысл в целом. Детство вспоминается уже взрослым людям бабушкиными сказками, теплотой и загадочностью мира, который в них отражался. Известны исследования, когда дети, поставленные перед выбором, предпочли бабушкину сказку сказкам, прочитанным мамой или профессиональными актерами.

В сказках отражается жизненный смысл и важнейшие нравственные ценности: доброта как жалость к слабому, которая торжествует над животным эгоизмом; страдания как мотив добродетельных поступков; победа силы духовной над силой физической и др. Воплощение этих ценностей делает смысл сказки глубочайшим в противовес наивности ее значения. Жизненный смысл с трудом вербализуется, он метафоричен по форме воплощения. Сказочный подъем к чудесному побуждает поступок у ребенка (содействие главному герою), точнее очевидную попытку поступка в ходе идентификации. Тем, кто работает с детьми, очевиден «взрыв» развивающейся личности ребенка в результате формирования интенции к нему. В связи с этим стоит вспомнить, какое значение А.В. Запорожец придавал работе над сказкой в плане нравственного развития ребенка. Не менее интересное исследование посреднических функций волшебной сказки предпринято Л.И. Элькониновой и Б.Д. Элькониным [11]. В их работе волшебная сказка рассматривается в контексте процесса знакового опосредствования как модель ситуации «принятии решения», инициатива героя в

принятии на себя и осуществлении требований и вызов этого мира. В волшебной сказке моделируется ситуация развития субъектности через акт принятия на себя ответственности, труда и решения задачи, заботы и работы по выполнению действия. Идентифицируя себя с героем, ребенок принимает решение войти в сложный мир взрослых [11]. Таким образом, свободное пространство смыслов жизненного опыта пожилого человека, будучи опосредовано языком сказки, инициирует деятельностный процесс смыслопорождения в душе ребенка.

Нельзя не отметить, что для пожилого человека сказка также становится медиатором смыслопорождения, благодаря которому развивается жизненный смысл передачи мудрости и опыта и ценность себя как носителя этих качеств. Уместно вспомнить, что эта смысловая функция имеет глубинные корни, отмеченные, например, К.Г. Юнгом – архетипический образ мудреца ассоциируется с пожилым возрастом или старостью.

Метафорический язык является средством осуществления глубинного диалога ребенка и пожилого человека. Этот язык образов помогает ребенку осмысливать не только предметный, но и социальный мир, делая его для ребенка более предсказуемым, «близким» и «понятным». Работа смыслопорождения является очень медленной, постепенной, но у пожилого человека есть возможность и желание её осуществлять (это неоднократно отмечалось в геронтопсихологической литературе). У молодых родителей часто нет времени объяснить маленькому ребенку смысл своих требований: их общение с детьми порой сводится к немотивированному ограничению активности последних. Почему «это нельзя брать», «туда нельзя ходить» и «этого нельзя делать» ребенок не понимает. Все эти требования подчас сопровождаются объяснением их смысла, то есть значения для самого ребенка важности их соблюдения. Тотальное требование дисциплины, то есть неукоснительного подчинения заданным образцам поведения и деятельности, характерно не только для семьи, но и для детского сада, и тем самым сопровождают жизнь ребенка с утра до вечера. Детям с младенчества внушают образцы поведения, используя в речи достаточно жесткие императивы: «Веди себя как положено», «Делай как я показываю», «Поступай как я говорю». При этом, подчеркиваем, детям не объясняют смысл требований (нельзя потому, что нельзя). Любые проявления активности и

любопытности ребенка рассматриваются как нарушения дисциплины, а в этом случае следует карательная мера в виде разного рода запугиваний. Взрослым не хватает времени и слов на объяснения детям всей сложности и запутанности человеческих и предметных связей в этом мире. Если детям и читают сказки, то смысл их, значению, логику поступков героев не объясняют, предоставляют детям разбираться в этом самим. Бесконечные детские «почему?» часто раздражают взрослых и остаются без ответа. Маленькие дети очень любопытны, а их поисковая активность подавляется, так как, заинтересовавшись чем-то, ребенок лезет на окно, тянет за штору, отходит в сторону от других детей на улице, тянется к запретным вещам. Все это в общепринятом смысле есть нарушение дисциплины, которое взрослые стараются пресечь любыми способами, заглушая тем самым реакцию «что такое!». Обучение проходит с помощью тех же методов, и цель его – воспроизведение образца заранее заданным способом (будь то математика, развитие речи, пение, танец, стихотворение). Дети не всегда могут понять смысл речи взрослого, но они чутко реагируют на изменения эмоциональной окраски и ритма речи, громкости, тембра голоса, улавливая в них запрет и угрозу.

Таким образом, немотивированно ограничивая сферу активности и любопытности ребенка, воспитывая его средствами замечаний и запретов, взрослые затормаживают адаптивные ориентировочно-исследовательские реакции ребенка. На смену ориентировочно-исследовательским реакциям в поведенческом репертуаре появляются, а затем преобладают оборонительные реакции, а любопытность постепенно сменяется тревожностью, боязнью ненароком не угодить взрослому, подозрительностью. Чем большую роль в поведении ребенка играют оборонительные реакции, тем большую субъективную ценность приобретают раздражители большой интенсивности – окрик, угроза, наказание.

Неторопливое, благожелательное общение пожилого человека и ребенка позволяет избежать указанных проблем. Вероятно, родителям следует больше доверять старшему поколению в плане их диалога с ребенком. Отсутствие доверия со стороны взрослых детей – это тот фактор, который во многом делает общение пожилого человека с близкими формальным процессом. В то же время, исследования показали, что пожилой человек может вступить в глубинный, смыслопорождающий диалог с ребенком – его опыт стремится к трансляции. Жизненный опыт – это его дар ребенку, от этого дара душа не оскудевает:

чем больше даришь, тем больше остается. Однако, в общении с более взрослыми детьми у пожилых людей могут возникнуть проблемы.

Подростки отдаляются от своих дедушек и бабушек. К сожалению, оба поколения не понимают, как они близки. Подростковый возраст и старость объединяет то, что оба эти возраста кризисные. Для них обоих характерно противоречие, являющееся ядром любого кризиса – противоречия между потребностями и условиями жизни. Подростка, ощутившего «чувство взрослости» еще не «допускают» до настоящей «взрослой» жизни со всей мерой ее ответственности; старик уже «выделен» из нее (такова социальная ситуация развития этих возрастов). Однако и подросток, и старик может ощущать в себе силы для общей пользы, серьезных дел, но обоим нет к ним доступа.

Старик сходен с подростком в проявлении эгоцентризма, моратория на социальные роли; оба испытывают потребность в общении и оба страдают от некомпетентности в нем (подросток еще не научился строить свои взаимоотношения, а старик постепенно теряет социальный контроль). Д. Бромлей [14] также отличает сходность старости с отрочеством: для обоих возрастов характерны как глубокие биологические изменения, так и глубокие перемены в отношениях между индивидом и обществом.

Очевидно, что готовность пожилого человека к диалогу с ребенком определяется наличием у первого не только свободного времени и желания, но и развитой психологической культуры, коммуникативной компетентности и обширных знаний о закономерностях развития личности в онтогенезе. По нашему мнению, организация курсов психологического просвещения на базе школ, детских садов, куда пожилые люди приводят своих внуков, а также на базе центров социального обслуживания будет способствовать не только обогащению форм психологической помощи в старости, но и, прежде всего, созданию психологического фундамента организации взаимообогащающего, плодотворного общения поколений, отвечающего требованиям ответственного воспитания. В этой связи следует вспомнить мнение С.Л. Рубинштейна, раскрывающее аксиологическое основание ответственности в положениях о воспитании человека: «Отвечая на вопрос, как воспитывать, мы говорим о том, что поведение людей само строится в той или иной мере как воспитание, не в смысле менторства, поучения или выставления себя в качестве образца для других людей,

а в том смысле, что все поступки человека выступают как реальное изменение условий жизни других людей. Таковы на самом деле все поступки, поскольку все они совершаются людьми, включенными во взаимоотношения друг с другом. Отсюда ответственность за всех других людей и за свои поступки по отношению к ним»[9, с. 386].

Литература

1. *Вайзер Г.А.* Смысл жизни и возраст.//Психолого-педагогические и философские аспекты проблемы смысла жизни/ Под ред. В.Э.Чудновского. М.: Психологический институт РАО, 1997. – с.91–110.
2. *Василюк Ф.Е.* Психология переживания. М.: Изд-во Московского университета, 1984.
3. *Ермолаева М.В.* Субъектный подход в психологии развития взрослого человека, М.: МПСИ, Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 2006.
4. *Запорожец А.В., Невверович Я.З.* К вопросу о генезисе, функции и структуре эмоциональных процессов у ребенка.// Вопросы психологии. – 1974. – № 6. – с.59–73.
5. *Краснова О.В.* Роль бабушки: сравнительный анализ // Психология зрелости и старения. – 2000.-№ 2.-с.89–114.
6. *Краснова О.В., Лидерс А.Г.* Социальная психология старости. -М.: Издательский центр «Академия», 2002.
7. *Леонтьев Д.А.* Психология смысла. – М.: Смысл, 2003.
8. *Петровский В.А.* Личность в психологии. Ростов-на-Дону: Феникс, 1996.
9. *Рубинштейн С.Л.* Бытие и сознание. Человек и мир. СПб.: Питер, 2003.
10. *Спиваковская А.С.* Психотерапия: игра, детство, семья. – М.: Изд-во Московского университета, 1999.
11. *Эльконинова Л., Эльконин Б.Д.* Знаковое опосредствование, волшебная сказка и субъективные действия.//Вестник МГУ.-Сер.14. Психология. – 1993.№ 2 – с. 19–28.
12. *Aizenberg R., Treas J.* The family in Late Life – Psychological and Demographic Consideration.// Handbook of the Psychology of Aging (2-nd edition).-N.Y., Plenum, 1985. – P. 169–186.
13. *Bengston U.L., Kutypess J.* The family support cycle: psychosocial issues in the aging family. Jn J.M.A. Munnichs, P.Mussen, E.Olbrich (eds.)/ Life Span and Change in a Gerontological Perspective. N.Y.:Academic Press, 1986, – P. 141–159.
14. *Bromley D.B.* *Human Ageing.* An Intoduction to Gerontology. 3 rd edition. Bungay: Pengiun, 1988.
15. *Robertson J.F.* Grandmotherhood: A study of role Concepts.//Journal of Marriage and the Family, 1977, 39. P. 165–174.

М.Е. Воронина

**Чувство вины в структуре отношения
женщины среднего возраста к родителям**

Средний возраст – это промежуточный период, своего рода мостик между двумя поколениями. Люди средних лет несут ответственность и за старшее, и за младшее поколение [3]. Причём ответ-

ственность и забота как о молодых, так и о старых обычно падает на «женщину средних лет».

Одна из важнейших жизненных задач в период средней зрелости (по Хейвигхерсту) – приспособление к взаимодействию со стареющими родителями. Особенности отношений женщины среднего возраста с родителями на данный момент мало изучены. В существующих психологических исследованиях особое внимание уделяется межпоколенному аспекту отношений взрослых детей и родителей (Т.И. Дымнова, А.В. Камышева, Э.Г. Эйдемиллер, М.В. Сапоровская). В меньшей степени исследуются актуальные отношения с родителями на поздних этапах жизненного пути, отношение к родителям в контексте психологической зрелости взрослого человека. Данная тема освещается в психотерапевтической литературе как описание единичных клинических случаев (А.Я. Варга, П. Пэпп, М. Уорден, Дж. Хейли, И. Ялом).

Доминанта отношений взрослой дочери и родителей пенсионного возраста – забота со стороны дочери. На этом этапе родители начинают нуждаться в серьёзной помощи со стороны взрослых детей ввиду возникновения проблем со здоровьем. Кроме того, особый смысл это имеет для русской православной культуры, в которой сильны семейные межпоколенные связи. Уважение к старшим, их неоспоримый авторитет – важный элемент психологии русского человека на сознательном и бессознательном уровне. Символом такого отношения к старшему поколению можно рассматривать обращение автора «Домостроя»: «Чада, вслушайтесь в заповеди господни, любите отца своего и мать свою...и повинуйтесь им в боге во всём, и старость их чтите, и помощь их и всякую скорбь от всей души на себе понесите... и долго пребудете на земле...» [2].

На современном этапе это «родительское» указание из глубины веков в сочетании с современными условиями жизни, когда связи между поколениями постепенно ослабевают (М.В. Сапоровская, Е.В. Стригунов, Б. В. Дубин, М.К. Горшков, И.Н. Круглова), вероятно, нередко приводит к формированию глубокого чувства вины по отношению к родителям.

С одной стороны, забота о родителях имеет для женщины высокий моральный смысл, приносит чувство удовлетворения, придаёт жизни целостность. С другой стороны, обязанность осуществления

ухода за родителями сопряжена со стрессом. И родители, и дочь испытывают новые формы зависимости друг от друга, возникает необходимость построения чётких интерперсональных границ (Варга А.Я., Крайг Г., Шнейдер Л.Б.).

Можно предположить, что один из регулятивных компонентов отношения взрослой дочери к родителям – чувство вины, которое либо позволяет установить оптимальную психологическую дистанцию с родителями и способствует психологической зрелости женщины, либо заставляет взрослую дочь нарушать свои личностные границы, возвращать «неисчерпаемый долг» и снижает её психологическое благополучие.

В нашем исследовании мы опирались на когнитивную теорию вины Дж. Вайсса. Автор рассматривает вину происходящей из эмпатии, альтруизма и потребности в связях. Вина адаптивна в поддержании социальных отношений, однако она может стать иррациональной и малоадаптивной, когда преувеличена, сдерживается или обобщена [1]. Автор выделяет четыре формы межличностной вины: *вина выжившего, вина отделения, вина гиперответственности, вина ненависти к себе.*

В исследовании мы изучали взаимосвязи между переживанием женщиной среднего возраста чувства вины и её отношением к родителям. Учитывались такие факторы как тип отношения женщины к родителям, тип приспособления родителей к процессу старения, интенсивность участия женщины в жизни родителей.

В исследовании участвовали сорок женщин среднего возраста (от 38 до 54 лет), которые заботятся о стареющих родителях. 24 женщины замужем, 16 – одиночки; все женщины имеют детей, работают. Для оценки эмоционального компонента отношения была использована методика «Типовое семейное состояние» Э.Г. Эйдемиллера, В.В. Юстицкого с модифицированной инструкцией, авторское интервью «Мои родители» (модификация полуструктурированного «Интервью о привязанностях для взрослых» М. Мэйн). Для оценки когнитивного компонента – методика «Образ родителей» (вариант метода «Семантический дифференциал»), «Опросник стиля привязанности» (J.A. Feeneey, P. Noller, 1994). Особенности переживания вины изучались с помощью опросника по изучению межличностной вины IGQ (L.E. O'Connor, J.W. Berry, J. Weiss, M. Bush &

Н. Sampson). Для статистического анализа материалов мы использовали корреляционный анализ (R – критерий Спирмена), метод множественного регрессионного анализа, однофакторный дисперсионный анализ Краскала-Уоллеса, U -критерий Манна-Уитни.

В ходе исследования было выявлено, что основной формой чувства вины, взаимосвязанной с компонентами отношения женщины среднего возраста к родителям является *вина отделения*. Она напрямую связана с ощущением *свободы* ($B=0,472$, при $p=0,008$), *близостью* ($B=0,71$, при $p=0,00001$), *потребностью в одобрении* ($B=0,474$, при $p=0,008$) в отношении женщины к родителям и отрицательно связана с *нервно-психическим напряжением* ($R=-0,38$, при $p=0,03$) и *общей неудовлетворённостью ситуацией* ($B=-0,41$, при $p=0,02$). Кроме того, есть тенденция к отрицательной взаимосвязи между *виной отделения* и *тревожностью* ($R=-0,35$, при $p=0,055$). Мы видим, что чувство вины отделения (в основе убеждение, что женщина не имеет права на отдельное существование) играет позитивную роль в формировании отношения женщины к родителям (до определённой степени своей выраженности). Это чувство связано с ощущением нежности, преданности, с позитивным эмоциональным фоном по отношению к родителям при сохранении взрослой дочерью своей самостоятельности, независимости, свободы.

Переживание женщиной *вины ненависти к себе* (люди принимают негативный взгляд на себя, чтобы сохранить связь с близкими людьми) напрямую связано с *потребностью в одобрении* ($B=0,61$, при $p=0,0004$), *погружённостью в отношения* ($B=0,58$, при $p=0,0006$), *дискомфортом от близости* ($B=0,40$, при $p=0,02$), на уровне тенденции – с компонентом *близости* ($R=0,35$, при $p=0,052$) в отношении женщины к родителям. Мы видим, что данная форма вины связана как с компонентом *дискомфорт от близости*, так и с компонентом *близость*. Этот результат подтверждает мысль о том, что существует континуум «близость (зависимость)-дистанцированность». Чувство близости с человеком, которое имеет важное значение для психологического благополучия личности, по мере движения по этому континuumу, становится зависимостью, которая травмирует личность и вызывает внутреннее сопротивление.

Переживание взрослой дочерью *вины выжившего* (в основе представление, что что-то хорошее, что человек переживает происходит

за счет других) напрямую влияет на *близость* ($V=0,49$, при $p=0,005$), *потребность в одобрении* ($V=0,70$, при $p=0,00001$), *погружённость в отношения* ($V=0,50$, при $p=0,004$) в её отношении к родителям.

Переживание женщиной *вины ответственности* (предполагает преувеличенное чувство ответственности за заботу о счастье других) напрямую влияет на *близость* ($V=0,57$, при $p=0,0008$) и *потребность в одобрении* ($V=0,41$, при $p=0,02$) в отношении взрослой дочери к родителям.

Данные результаты позволяют сделать вывод о том, что чувство вины – один из важных регулятивных компонентов отношения женщины среднего возраста к родителям. Частично подтверждена гипотеза о том, что чувство вины определяет интерперсональные границы между женщиной среднего возраста и её пожилыми родителями. Это чувство значимо влияет на комплекс компонентов отношения, связанных с дихотомией близости-дистанцированности (близость, дискомфорт от близости, погружённость в отношения, потребность в одобрении, свобода).

Представление о роли чувства вины в отношении женщины к родителям дополняет сравнение переживания вины женщинами с разным *типом отношения к родителям*. С помощью контент-анализа материалов интервью «Мои родители» мы выделили четыре типа отношения женщины среднего возраста к родителям: глубокая тёплая привязанность, здоровая близость, амбивалентное отношение, дистанцированное отношение.

Статистическая проверка правомерности выделения данных типов отношения женщин к родителям показала, что эти типы имеют значимое различие по переживанию *чувства вины отделения* ($H=10,3$, при $p=0,01$).

Женщины с типом отношения *глубокая тёплая привязанность* (при этом типе характерны признаки эмоциональной зависимости женщин от родителей, но при этом для женщин взаимоотношения с родителями психологически комфортны, они «наслаждаются» «осеннюю жизнь своих родителей», испытывают сильный осознанный страх их смерти) склонны испытывать меньше *чувства вины отделения* ($U=44$, при $p=0,009$), *вины выжившего* ($U=52$, при $p=0,02$), *вины ответственности* ($U=54$, при $p=0,02$) по сравнению с женщинами с другими типами отношения.

Женщины с *дистанцированным типом* отношения (данный тип характеризуется отсутствием теплоты, нежности, доверия в отношениях, их формализацией, отношения с родителями практически не вызывают у женщин эмоционального отклика) также склонны испытывать меньше *чувства вины отделения* ($U=10,5$, при $p=0,03$), *вины выжившего* ($U=10,5$, при $p=0,03$), *вины ответственности* ($U=20$, при $p=0,007$).

Один из основных механизмов, формирующих чувство вины по отношению к родителям – стремление «оплатить» вклад заботы, безусловной любви, сделанный родителями на более ранних этапах отношений. При первом типе отношения этот вклад весом на протяжении всей истории отношений, но при этом женщина как на психологическом, так и на бытовом уровне сохраняет высокий уровень включённости в жизнь родителей, в полной мере оплачивая дочерний долг и получая от этого удовлетворение. При *дистанцированном* типе отношения вклад родителей не воспринимается женщиной как значимый, большую роль в жизни этих женщин сыграли пра-родители (бабушки и дедушки), романтические партнёры. Поэтому, сохраняя формализованный стиль общения с родителями, участвуя в их жизни только в объективно трудных ситуациях, эти женщины легко компенсируют чувство вины к родителям, которое не является глубоким. Мотивация участия в жизни родителей формируется в основном на когнитивном уровне.

Важный фактор, влияющий на особенности отношения женщины к пожилым родителям, в том числе на переживание ею чувства вины, *тип приспособления родителей к процессу старения*. По данному критерию выборку можно разделить на две группы. Родители первой группы женщин удовлетворены отношениями с окружающими, оптимистически относятся к жизни (условно *позитивный* тип). Родители второй группы женщин предъявляют много требований к окружающим, сконцентрированы на болезнях, не чувствуют удовлетворения от жизни (условно *негативный* тип). Женщины из первой группы испытывают больше *близости* ($U=56,5$, при $p=0,01$), *свободы* ($U=53,5$, при $p=0,01$), *вины отделения* ($U=49$, при $p=0,008$) в отношениях с родителями и меньше *нервного-психического-напряжения* ($U=53$, при $p=0,01$).

Ещё один фактор, который мы учитывали – *интенсивность участия женщины в жизни родителей*. По этому критерию выборку

можно разделить на три группы. Первая группа женщин оценивает интенсивность своего участия как высокую (постоянный уход за практически беспомощными родителями), вторая группа женщин – как среднюю (регулярное посещение родителей с целью оказания помощи по дому), третья группа – как низкую (посещение родителей как форма проведения досуга, участие в жизни родителей через моральную поддержку). Статистически значимое отличие в отношении к родителям у этих групп женщин наблюдается по переживанию *близости* ($N=7$, при $p=0,03$). Женщины первой группы испытывают меньше *близости* ($U=25$, при $p=0,03$) в отношении к родителям и *чувства вины выжившего* ($U=19$, при $p=0,01$). Снижение у женщины чувства близости в отношении родителей, за которыми требуется постоянный уход, вероятно, связано с особенностями эмоционального состояния родителей. Это склонность к беспричинной грусти, слезливости, тенденция к уменьшению чуткости, погружению в себя [3]. Данные особенности делают трудным неформальное личностное общение женщины с родителями. Уменьшение *чувства вины выжившего* у взрослой дочери, осуществляющей постоянный уход за родителями, вероятно, связано с чувством выполненного морального долга по отношению к ним. Кроме того, в это период женщина, возможно, переживает этап внутреннего смирения с вероятностью близкого ухода родителей из жизни.

Исследование показало, что чувство вины играет значимую регулятивную роль в отношении женщины среднего возраста к родителям. Влияние чувства вины на отношение женщины к родителям опосредуется типом отношения женщины к родителям, интенсивностью её участия в жизни родителей, типом приспособления родителей к процессу старения.

Перспективой данного исследования является изучение возрастной специфики роли чувства вины в отношении женщины к родителям, изучение взаимосвязей между переживанием женщиной различных форм чувства вины и её психологическим благополучием.

Литература

1. Вайсс Д. Как работает психотерапия. М.: Класс, 1998
2. Дружинин В.Н. Психология семьи. – М.: «КСП», 1996
3. Психология человека от рождения до смерти. – СПб.: Прайм-Еврознак, 2002

М.В. Булыгина, М.А. Ирейкина

Бабушки в жизни молодых женщин и девочек-подростков

Рождение внуков придает человеку новый статус и в определенной степени меняет социальную ситуацию развития. Бабушки и дедушки зачастую посвящают детям больше времени, чем их родители, осуществляя не только бытовой уход, но и активно занимаясь развитием и воспитанием внуков, помогают им ориентироваться в окружающем мире, сохраняют историю и преемственность поколений. И главное – прародители дарят детям заботу, тепло и эмоциональное богатство, которое, по причине тотальной занятости, не всегда могут дать родители. Степень участия бабушек и дедушек в развитии внуков определяется различными объективными и субъективными факторами, среди которых – возраст, трудовая занятость, близость проживания к семье внуков, состояние здоровья, особенности межличностных отношений в семье, личностные особенности, ценности и т.д. Тем не менее, значительная часть детей с очень раннего возраста включена в отношения с прародителями. Отношения с ними также позволяют ребенку удерживать связь с прошлым, иметь более четкое представление о таких понятиях как дружба, счастье, честь, «хорошо» и «плохо» [4; 5; 7]. П. Робертсон [3] были выделены четыре функции прародителей в семье: *присутствие* – как символ стабильности, как интегрирующий центр, как сдерживающий фактор при угрозе распада семьи; *семейная «национальная гвардия»* – призвание быть рядом в трудный момент, оказать поддержку в кризисной ситуации; *арбитры* – согласование семейных ценностей, разрешение внутрисемейных конфликтов; *сохранение семейной истории* – ощущение преемственности и единства семьи.

В семейной системе фигуры прародителей весьма значимы (как в реальном, так и символическом аспектах) и поэтому существенным образом могут влиять на развитие идентичности внуков, их представление о себе. Целью настоящего исследования стало выявление роли бабушки в жизни молодых женщин и девочек–подростков.

В работах зарубежных и отечественных авторов неоднократно предпринималась попытка классификации прародительского отношения. По типологии Bernice L., Neugarten и Karol K. Weinstein (1964) выделяется 3 стиля отношения прародителей с внуками: *формальный* (предполагает следование принятым в обществе ролевым моделям взаимодействия с внуками, которые четко отличаются от собственно

родительских ролей); *игривый* (приятельские отношения с внуками, поиск совместных развлечений); *дистантный* (контакты редки, и связаны с определенными поводами) [1]. Другая классификация предложена в 1985 году Andrew J. Cherlin и Frank K. Furstenberg в ней отражено пять типов прародительского отношения к внукам: «отстраненные» прародители, избегающие инициативы и мало взаимодействующие с детьми этой категории, в первую очередь, относятся прародители, проживающие отдельно; «поддерживающие» прародители, разделяющие с родителями внуков заботы и повседневные обязанности ухода за детьми; «авторитетные» бабушки и дедушки, которые берут на себя родительские функции поддержания дисциплины, направления поведения ребенка, обсуждения проблем и т. д.; «влиятельные» прародители сочетают качества «авторитетных» и «поддерживающих», это – хранители семейной мудрости, к которым можно обратиться при принятии сложных решений; «суррогатные родители» – те, кто по каким-то причинам заменяет родителей [1; 2].

В исследовании Р. Robertson бабушки на основе сочетания их представления о роли прародителя и степени вовлеченности в отношения с внуками делятся на: «гармоничных», «далеких», «символических» и «индивидуальных». В отличие от «гармоничных», имеющих высокие личностные и социальные ожидания и представления о роли бабушки и вовлеченных в проблемы своих внуков, бабушки второго и третьего типа мало включены в реальные отношения с внуками, а бабушки четвертого типа активно взаимодействуют с внуками, но имеют заниженные социальные и личностные представления о социальной роли бабушек [3; 4].

В исследовании О.В. Красновой были выделены схожие типы прародительства: «формальный», «активный» и «далёкий». Также было показано, что стадии прародительства женщин, живущих в большом городе, зависят от возраста внуков, социального статуса пожилых женщин и состояния их здоровья. Так, среди работающих бабушек в основном преобладает «формальный» тип. А в группе бабушек старше 65 лет доминирующего типа взаимодействия с внуками нет. Возраст внуков также влияет на тип поведения бабушек, чем меньше возраст ребёнка, тем более формально поведение бабушки [4].

Обзор зарубежных и отечественных исследований, посвященных анализу детско-прародительских отношений, позволяет утверждать,

что у большинства людей есть или был значимый прародитель (бабушка или дед), существенным образом повлиявший на личностное развитие внука, его отношение к себе и окружающим, а также ставшим в определенной степени образцом для подражания [8; 11]. В то же время можно предположить, что представления внуков о прародителях, роли и значении в их жизни связано с возрастными аспектами и житейским опытом. Вероятно, что в описании взрослых людей (по сравнению с детьми и подростками) образы бабушек и дедушек будут отличаться полнотой и большей объективностью.

В настоящем исследовании приняли участие 39 человек, 19 девушек в возрасте от 14 до 17 лет и 20 женщин в возрасте 25–37 лет.

Для сбора данных были использованы: анкета «Бабушка в моей жизни» (содержащая вопросы о взаимоотношениях внучки с бабушками); методика 20 утверждений М. Куна «Кто я?»; модифицированный вариант методики 20 утверждений М. Куна «Моя бабушка – ...»; сочинение на тему «Моя бабушка и я».

Данные, полученные с помощью указанных методик, подвергались качественной и количественной обработке.

Результаты исследования и их обсуждение

Любимой бабушкой участвующие в исследовании девушки и женщины чаще всего считали бабушку, которая проживает/проживала совместно с семьей внучки и/или активно участвует/участвовала в её воспитании. В исследуемой выборке оказалось, что бабушки со стороны матери чаще *проживали совместно* с семьями своих дочерей и принимали участие в воспитании внучек, чем бабушки со стороны отца (Табл. 1).

Таблица 1.

Проживание бабушек совместно с семьями внучек (%)

Совместное проживание бабушки с семьей внучки	Девушки–подростки	Молодые женщины
Бабушка со стороны матери	47,4	17
Бабушка со стороны отца	5	0

Поэтому, именно бабушку со стороны матери, девушки и женщины чаще отмечали как самую любимую (бабушку со стороны отца называли любимой 5 % девушек и 20 % женщин, а равное отношение к обеим бабушкам испытывают 21 % девушек и 13,6 % молодых женщин).

Таблица 2.

**Активность бабушек, проживающих отдельно,
в воспитании внучки (%)**

Участие бабушки в воспитании внучки	Девушки – подростки*	Молодые женщины*
Активное участие бабушки со стороны матери	80	33,3
Активное участие бабушки со стороны отца	20	16,7
Бабушки не принимали участие в воспитании внучки	0	50

*Различия между группами по критерию χ^2 Пирсона значимы при $p \leq 0,05$.

При отдельном проживании бабушек от семьи внучек активнее участвовали в воспитании внучек бабушки со стороны матери (табл. 2). Кроме того, 58 % девочек-подростков и 54,5 % молодых женщин считают, что в их семьях наибольший авторитет был именно у бабушки со стороны матери. Эти данные согласуются с исследованиями Красновой О.В. [5], в которых показано, что бабушкам, имеющим внуков от дочерей, свойственно большее количество встреч и контактов с внуками, нежели имеющим внуков от сыновей. Зачастую этот факт обуславливается совместным проживанием, что априори предполагает большую включенность прародителя в совместную деятельность с младшим поколением семьи, бабушки со стороны отца в два раза чаще проживают отдельно от семьи сына и во избежание конфликтов стараются не вмешиваться в процесс воспитания внуков.

Девочки и женщины следующим образом оценили степень схожести своего характера с характером бабушки. Различия между группами по критерию χ^2 Пирсона значимы при $p = 0,022$ (табл.3).

Таблица 3.

**Оценка внучками схожести своего характера
и характера бабушки (%)**

	Девушки – подростки	Молодые женщины
Находят сходство своего характера и характера бабушки со стороны матери	71,4	52,4
Находят сходство своего характера и характера бабушки со стороны отца	28,6	9,5
Не видят сходства своего характера и характера бабушки	0	38,1

Факт, что внуки чаще отмечают похожесть своего характера на характер бабушки со стороны матери, может объясняться тем, что, как было показано выше, в данной выборке именно бабушки со стороны матери чаще проживают/проживали совместно с семьями дочерей и больше участвуют в воспитании внуков. Это, в свою очередь, обозначает большую преемственность жизненного опыта, личностных и эмоциональных особенностей между бабушкой и внучкой.

Тем не менее, нельзя утверждать, что отношения с «близкими» бабушками лишены проблем и складываются гладко. Следует отметить, что в сочинениях «Я и моя бабушка» девочки-подростки неоднократно указывали на сложность отношений с бабушкой и непонимание с ее стороны. В одном из сочинений мы встречаем такие слова: *«Сейчас отношения стали сложными. Она давит, навязывает свое мнение, пытается решить все за меня и не хочет меня понять»*. Вероятнее всего, это связано с особенностями подросткового периода, который проявляется в стремлении к самостоятельности, независимости суждений, снижении авторитета взрослых. Анализ данных, полученных в настоящем исследовании, позволяет констатировать, что по мере взросления внуков отношения с бабушками улучшаются, и образ бабушки становится более позитивным. В подтверждение этого, приведем отрывки из сочинений молодых женщин.

Отрывок 1: *«Был момент, когда по семейным обстоятельствам мне пришлось прожить в Раменском примерно две недели. Тогда я поняла, что бабушка может быть еще довольно жесткой, упрямой и что мы не всегда понимаем друг друга. Хотя надо отдать ей должное, что когда ночью я открыла воду и до конца ее не закрыла, устроив тем самым небольшой потоп, бабуля мужественно сама справилась с ним ночью одна, не став меня будить, а наутро, естественно, сделала положенный втык. Но долго не сердилась. Тогда я поняла, что в целом мы не самые близкие люди, что это не тот человек, с кем я буду делиться радостями и проблемами, это просто моя бабушка, которую лучше навещать, но не жить вместе. С годами я к бабушке потеплела»*.

Отрывок 2: *«Когда я стала подростком, мои отношения с бабушкой сильно испортились. Хотя нет, портиться они стали еще раньше, когда детская непосредственность сменилась интенсивной внутренней жизнью. Бабушка просто не позволяла оставаться наедине с самой собою. Она постоянно спрашивала, о чем я задумалась и почему не хочу с ней разговаривать... Забо-*

та стала очень навязчивой – это не могло не раздражать. Во мне жили два чувства по этому поводу – раздражение, злость на бабушку, с одной стороны, и жуткое чувство вины и стыда за эти чувства, так как я знала, что бабушка женщина простая, деревенская и забота ее, пусть и навязчивая, идет от любви...».

Таким образом, восприятие внучками бабушек (образ бабушки, определение её роли) зависит от степени вовлеченности бабушек в жизнь внуков, от особенностей их отношений, а также от личностных особенностей самих внуков, степени их рефлексии.

Совместная деятельность бабушек и внуков. В ответах на вопросы анкеты «Бабушка в моей жизни» и в сочинениях «Моя бабушка и Я» девочки-подростки большое внимание уделяли совместным занятиям с бабушкой: *вместе гуляем, ходим в лес за грибами, на рыбалку; играем в карты и щелкаем семечки, читаем программу; наблюдаем за белками; посещаем различные мероприятия, ходим в театр.*

В сочинениях женщин описание совместных занятий с бабушкой упоминалось значительно реже, но в случае упоминания описания носили более глубокий качественный характер, например: *«Бабушка водила меня в сад, учила, как правильно мыть посуду, подметать полы, что в результате развило во мне любовь к труду. Научила меня пришивать пуговицы и шить стежком, став взрослее, мне пригодился этот опыт – научилась шить мягкие игрушки.... Став более взрослой, мы часто разговаривали с бабушкой по душам, она часто рассказывала мне про дедушку, какой он был, и как они жили в те времена».*

При сопоставлении ответов было отмечено, что девочки-подростки чаще описывают бабушку с паритетных позиций, общаясь с ней на равных, в то время как молодые женщины выделяют в фигуре бабушки значимого взрослого, обладающего большим житейским опытом и авторитетом. Женщины часто рассматривали аспекты взаимодействия со своей бабушкой с позиции практических навыков и жизненной перспективы с элементами причинно-следственной связи: бабушка научила – мне это пригодилось.

Следует отметить, что девочки-подростки описывали отношения со своей бабушкой, которые актуальны в настоящее время, в то время как молодые женщины чаще описывали отношения с бабушкой, опираясь на свои воспоминания и оценивая суммарный опыт взаимодействия с бабушкой.

Истории, рассказываемые бабушками внукам. Из ответов девушек и молодых женщин было выявлено, что больше половины бабушек в обеих группах не читали внукам книги, зато часто повествовали истории из жизни, своей, родных и близких, рассказывали о своем детстве и своей молодости, о детстве своих детей, о событиях, происходящих в стране. Молодые женщины указывали, что рассказы их бабушек также включали в себя описание последствий Великой Отечественной войны, жестокостей ГУЛАГа, описание судеб членов своего рода, семьи. Можно говорить, что эпоха наложила отпечаток на жизнь самих бабушек, что, так или иначе, отразилось на их восприятии жизни, а вместе с тем и на воспитании внуков. Например, молодые женщины в чертах характера своих обеих бабушек часто указывают такие качества как *серьезность и вдумчивость, доброту, красоту и заботливость*. Бабушки молодых женщин в условиях послевоенного периода были ориентированы на «выживаемость», восстановление экономики страны, обеспечение семьи необходимыми продуктами, помогая мужчинам во многих общественных вопросах или полностью выполняя мужские общественные и профессиональные функции.

Бабушки девочек-подростков жили уже в более позднее время, что нашло отражение в их восприятии жизни и жизнедеятельности в целом. Так, в описаниях девочек-подростков уже не встречается упоминание о таких личностных чертах бабушек, как серьезность, стойкость, трудолюбие, выносливость, сила и независимость. Девочки-подростки, возможно, еще в силу своего возраста чаще выделяют в своих бабушках другие качества – *умение готовить, веселость, шутливость и жизнерадостность*.

Анализ историй, рассказанных бабушками, о которых упоминают их внуки, еще раз подчеркивает, что прародители являются трансляторами традиционной культуры общества, хранителями семейных историй, тайн и ценностей.

Определение роли бабушки в жизни внуки. Интересен тот факт, что в своих сочинениях и девочки-подростки, и молодые женщины самостоятельно обращаются к определению роли бабушки в жизни, особенно выделяя, что бабушкина любовь не должна конкурировать с родительской любовью, ее назначение – дополнять жизнь внуков, делая ее более полной, теплой и насыщенной.

Девочки-подростки в своих работах описывают роль бабушки в структуре семьи следующим образом. *«Бабушка должна всегда общаться со своими внуками, ведь если семья полноценная, ребенок растет счастливым»*; *«Когда я стану бабушкой, я буду приезжать к своим внукам, дарить им подарки. Я буду их воспитывать, но основное воспитание они будут получать от родителей»*.

Молодые женщины также делятся своим представлением, какой должна быть бабушка в идеале: *«Я бы хотела быть такой же бабушкой, как и моя, но все же главное, мне бы хотелось, чтобы мой внук или внучка получали много любви и заботы со стороны своих родителей в первую очередь. Все же бабушка не должна конкурировать с родительской любовью и значимостью»*; *«Единственное, я бы не ставила себя-бабушку в сравнение с родителями, и никогда бы не покушалась на их авторитет, а наоборот, всячески его увеличивала»*.

Из подобных описаний видно, что часть внучек переживали разногласия и конфликты родителей с бабушками по поводу воспитания детей. При этом большинство респондентов считают, что воспитание детей – это функция родителей, от бабушек ждут поддержки, доверия, понимания, принятия и безусловной любви.

Образ бабушек. Исследование показало, что любимой бабушкой для внучек чаще всего является та бабушка, которая активнее участвовала в жизни внучки и ее воспитании. Именно её образ наиболее ярко и полно раскрыт в описаниях и сочинениях. Высказывания о данной бабушке носят более дифференцированный характер по сравнению с высказываниями о второй бабушке. Большинство девочек и молодых женщин в первую очередь выделяют позитивные качества бабушек. В описаниях чаще всего встречаются такие характеристики как: «добрая», «любит готовить», «заботливая», «умная», «веселая», «лучшая, любимая», «любит близких», «красивая», «спортивная», «искренняя», «вежливая», «помогает мне». Если отношения с бабушкой носят негативный характер, девочки-подростки передают образ бабушки такими словами: «вредная», «старая», «злая», «никого не любит», «кричит», «ссорит родителей», «агрессивная, вспыльчивая».

Образы бабушек, передаваемые *молодыми женщинами*, отличаются от образов бабушек девочек-подростков тем, что многие женщины описывают бабушек, которые уже умерли, поэтому их описания чаще носят характер воспоминания, в них значительно реже

прослеживаются грубые и негативные характеристики. Язык описания женщин наиболее полно можно прочувствовать в сочинениях. Сравним для этого отрывок из сочинения одной из девочек и отрывок из сочинения молодой женщины.

Из сочинения девочки-подростка: *«Я и моя бабушка – очень хорошие друзья. Всегда поддерживаем друг друга в трудную минуту, и за это я ей благодарна. С детства и до сих пор мы с ней и с родителями каждое лето отдыхаем на даче. Купаемся, загораем и лежим на гамаке. Она учит меня вкусно готовить, т.к. работает профессиональным поваром. Но, конечно, все не перечислить. Я рада, что она у меня есть, и я ее очень люблю».*

Из сочинения молодой женщины: *«Моя бабушка по материнской линии – это чудеснейший человек, которого я когда-либо знала. Она меня очень любила. И я ее обожала. Лето у нее – это как маленькая жизнь, где я из гонимого несчастного вечно болеющего ребенка становилась «королевой двора». Она меня очень хорошо понимала, не пыталась подавить, это не было ее инструментом воспитания. Она просто любила, всегда готовила очень вкусно, и всегда дома были цветы, пионы. Практически в каждой комнате. И вот такой аромат дома всегда был... я до сих пор считаю эти цветы самыми сочными, счастливыми для себя. Галина Серафимовна так ее звали, давно я не проговаривала ее имя. Она очень тяжело болела, хотя вместо двух лет, прогнозируемых врачами, прожила двадцать со смертельным диагнозом, а внуки – каждое лето у нее, да и сама она к нам приезжала в течение года, месяца по три жила...».*

На этих примерах можно отметить, что женщины чаще всего рисуют целостный образ бабушки, отражающий ее отношение к внучке и к жизни, содержащий элементы окружающего мира. Воспоминания сглаживают возможные углы взаимоотношений, делая образ бабушки лиричным и нежным. Женщины описывают своих бабушек часто с использованием множества деталей и эпитетов, стремясь максимально полно раскрыть образ бабушки. И во многих своих повествованиях стремятся кратко оценить и описать весь бабушкин жизненный путь, от момента первых детских воспоминаний до сегодняшнего дня или последних дней жизни бабушки. Часто молодые женщины выражают свое отношение к тем или иным вехам бабушкиной биографии, комментируют их, сохраняя при этом непредвзя-

тость суждений (особенно если это касается негативных моментов), предпринимают попытки представить себя на месте бабушки.

Девочки-подростки в своих работах чаще описывают бабушку с позиции сегодняшнего дня, перечисляя в описании основные черты характера бабушки, зачастую окрашенные личным восприятием респондентов, чаще всего констатирующий совместные действия с бабушкой – в случае положительного характера взаимоотношений, или описывающий ее отдельные действия – в случае негативного характера взаимоотношений внучек с бабушками. Возможно, девочкам-подросткам сложнее прочувствовать и осознать бабушкин жизненный опыт.

Сравнение описаний себя и бабушки, полученных по методикам «Кто Я» и «Моя бабушка...». Высказывания о себе у девочек-подростков и молодых женщин чаще совпадают с высказываниями о бабушке, которая является любимой, и которая больше занималась воспитанием внучки. Представления о себе чаще всего положительно коррелирует с высказываниями о наиболее близкой бабушке, что подтверждает причастность бабушек к процессу становления идентичности у внучек разных возрастных групп. Необходимо отметить, что совпадающие качества характера, которые выделяют у себя и своих бабушек внучки на данный момент, значительно отличаются от тех, которыми они хотели бы обладать.

Например, и девочки-подростки и молодые женщины чаще всего выделяют следующие черты характера, общие для себя и любимой бабушки: *«доброта»*, *«красота»*, *«ум»*, *«веселость»*, *«любовь к близким»*. При этом девочки-подростки чаще всего желали бы обладать такими качествами своих бабушек, как: *«открытость»*, *«аккуратность»*, *«ласковость»*, *«нежность»*, *«бережливость»*, *«пунктуальность»*, *«щедрость»*, *«хозяйственность»*, а молодые женщины выразили желание обладать такими качествами своих бабушек, как: *«мудрость»*, *«любовь к людям»*, *«справедливость»*, *«вера»*, *«жизнерадостность»*, *«ответственность»*, *«целеустремленность»*, *«независимость»*, *«свобода»*, *«выносливость»*. Резюмируя данные особенности, можно сказать: девочки-подростки и молодые женщины желают перенять у своих прародительниц отличные черты характера. Девочки-подростки в основном желают развить в себе феминные качества, такие как нежность, ласковость, аккуратность и хозяйственность, отражающие представление о женственности и женской роли.

Молодые женщины желают стать обладательницами более волевых качеств характера, направленных на умение выживать. Скорее всего, это объясняется тем, что они в силу возраста уже сталкивались с различными жизненными проблемами, для благоприятного разрешения которых требовались целеустремленность, выносливость и смелость.

Представление девочек–подростков и молодых женщин о возможности привлечения бабушек к процессу воспитания своих детей. Как показывают результаты нашего исследования, девочки–подростки (в будущем) и молодые женщины скорее готовы привлекать к воспитанию собственных детей мать, нежели свекровь. Это можно объяснить особенностями доверия (девочкам и женщинам проще судить о характере предполагаемого воспитания ребенка своей матерью, так как они сталкивались с этим опытом много лет).

В то время результаты исследования также показали, что 32 % женщин и 11 % девочек-подростков не готовы делегировать воспитание своих детей бабушкам. Отчасти это может быть связано с собственным опытом взаимоотношения с бабушками и матерями, а отчасти – с особенностью такой перспективы: девочки еще несколько далеки от образа себя как матери, относятся к этому вопросу с заметной долей фантазии, в то время как женщины уже реально рассматривают собственное материнство и возможную степень привлечения к вопросам воспитания детей бабушек (как собственную мать, так и мать мужа).

Представление о себе как о будущей бабушке. Девочки-подростки и женщины по-разному представляют себя в будущем в роли бабушек. Около 60 % девочек-подростков в некоторой степени идеализируют свой будущий образ бабушки, предполагая, что на пенсии большую часть своего времени будут посвящать внукам, в то время как 55 % женщин, уже имеющих опыт создания семьи и рождения детей, больше склоняются к символическому участию в воспитании внуков, оставляя тем самым место для собственной жизни и личных интересов.

Среди всех анкет только в одной было выражено категорическое нежелание в будущем «быть бабушкой». При анализе полученных данных этой респондентки был выявлен не только негативный опыт её взаимодействия с бабушками, а также в целом неблагоприятный климат и дисфункциональность семьи.

Данное исследование позволило еще раз подчеркнуть важную роль бабушек в жизни внуков. Независимо от возраста последних бабушки

являются для них источником эмоциональной поддержки, транслятором семейных историй, дополняют представления о женственности и женских ролях, отчасти выступают фигурой для идентификации. По замечанию Н. Манухиной, бабушки и внуки имеют связь не непосредственную, биологическую, а родовую, что позволяет им ощущать одновременно свою отдельность друг от друга и общность [6].

Литература

1. *Арчакова Т.О.* Родительство после родительства: бабушки, взявшие на себя воспитание внуков // PsyJournals.ru. 2009. № 1.
2. *Белогай К.Н., Красная Е.А.* Особенности материнского отношения на этапе прародительства // Перинатальная психология и психология родительства. 2008. № 4. С. 13–29.
3. *Крайг Г.* Психология развития. СПб.: Питер, 2000.
4. *Краснова О.В.* Стереотипы пожилых и отношение к ним // Психология зрелости и старения. 1998. Весна (№ 1). С. 10–18.
5. *Краснова О. В.* Бабушки в семье // Социологические исследования – 2000. – № 11. – С. 108–116.
6. *Манухина Н.* Родители и взрослые дети. Парадоксы отношений. М.: Класс, 2011.
7. *Семенова В.В.* Бабушки: семейные и социальные функции прародительского поколения // Судьбы людей: Россия XX век: Биографии семей как объект социологического исследования. М., 1996.
8. *Постникова М.И.* Психология отношений между поколениями в современной России / Автореф. дисс. с-и дк-тра. психол. наук, Санкт-Петербург, 2011.
9. *Alley J.L.* The potential meaning of the Grandparent- Grandchild relationship as perceived by young adults: an exploratory study. Alliant International University, San Diego. – 2004.
10. *Bengston V., Kuypers J.* The family support cycle: psychosocial issues in the aging family // J.M.A. Munnichs, E. Olbrich, P. Mussen, (eds.) // Life_Span and Change in a Gerontological Perspective. N. Y., 1985.
11. *Schmidt Adeny, Padilla Amado M.* Grandparent-Grandchild interaction in a Mexican American group. University of California, Los Angeles /HISPANIC JOURNAL OF BEHAVIORAL SCIENCES

А.Г. Самохвалова

Восприятие старшими поколениями подростков-неформалов

Потребность современного подростка в принадлежности к какой-либо субкультурной неформальной группе обусловлена, с одной стороны, тенденцией к утверждению своей исключительности, индивидуальности, стремлением чем-то выделиться в группе сверстников; с другой стороны – деструктивизацией межпоколенных отношений, непониманием со стороны взрослых, чрезмерными требованиями или безразличием родителей и прародителей к ребенку.

Зарубежные и отечественные ученые, рассматривая процессы, оказывающие наиболее глубокое влияние на развитие детей в современном обществе, говорят о мобилизации подростка. Л.Ф. Обухова и И.А. Котляр отмечают, что суть данного процесса в том, что подростки, имеющие свой взгляд на мир, свой голос, позиционируют себя по отношению к миру детей и миру взрослых, что проявляется в увеличении разнообразных неформальных объединений [4].

И.С. Кон утверждал, что, находясь в субкультурной группе сверстников, как в микро-социуме со своей культурой, подросток перенимает паттерны субкультурного поведения, соответствующие ценности, нормы и способы мышления [3].

За последние годы среди подростков России распространение получили различные виды неформальных течений: эмо, готы, рэперы, гопники, скинхеды, хипстеры и др. Каждое неформальное движение оказывает специфическое влияние на личность ребенка, идентифицирующего себя как члена данной группы. Нередко именно субкультурная группа позволяет подростку реализовать актуальные аффилиативные потребности, почувствовать себя взрослым, самоутвердиться в общении, компенсировать недостаток доверительных коммуникаций со взрослыми. Несмотря на видимый позитивный эффект, можно отметить и негативное влияние подростковой субкультуры на личность. Оно может выражаться в формировании недоверия к людям, высокого уровня агрессивности, чувства превосходства и самоуверенности [2]. С другой стороны, может возникнуть неприятия себя, высокий уровень экстернальности, ведомости, эмоциональный дискомфорт, что приводит к искажению адекватности социального поведения [1].

Результаты наших исследований, направленных на определение особенностей общения и коммуникативных трудностей подростков, относящихся к различным неформальным объединениям [5], выявили определенную социально-психологическую тенденцию – люди старших поколений чаще всего негативно, стереотипно воспринимают подростков-неформалов, приписывают несвойственные им качества и особенности поведения, без ориентации на различия субкультур и индивидуальные особенности ребенка (если подросток не так, как все, выглядит, одевается – значит, он «проблемный», «бандит», «опасен» и т.д.). Непонимание и недоверие со стороны старших поколений, на наш взгляд, усугубляет и без того проблемный коммуникативный мир

подростка, вызывая многочисленные трудности общения в среде сверстников и взрослых, детско-родительские проблемы, негативно отражается на Я-концепции и развитии подростка как субъекта общения.

Выявленная тенденция обусловила необходимость организации специального исследования, направленного на выявление специфики восприятия подростков-неформалов (на примере эмо-субкультуры) людьми разных поколений (сверстниками, «поколением родителей» и «поколением прародителей»).

Выборка исследования составила 160 человек: 4 группы людей по 40 человек. Первая группа – представители эмо-субкультуры (подростки 14–15 лет); и 3 группы людей, разделенных по возрастному признаку – сверстники (14–15 лет); «поколение родителей» (35–40 лет); «поколение прародителей» (55–60 лет). Каждая группа была уравнена по половому составу (20 мужчин и 20 женщин).

На первом этапе было проведено пилотажное исследование, на котором опрашивались 160 человек и на основе их оценок были выявлены характерные признаки, на которых строится восприятие эмо: агрессивность, вспыльчивость, замкнутость. Это позволило сформировать методический дизайн исследования: методика диагностики показателей и форм агрессии А. Басса и А. Дарки, методика диагностики социально-психологической адаптации К. Роджерса, Р. Даймонда, адаптированная Т. В. Снегиревой, методика личностного дифференциала, адаптированная в НИИ им. В.М. Бехтерева. Методики предлагались людям разных поколений (их задача заключалась в оценке эмо-подростков с позиции экспертов) и подросткам эмо-субкультуры для самооценки. Кроме того, трем возрастным группам предлагалась авторская проективная методика незаконченных предложений, выявляющая специфику восприятия эмо-подростков. Статистическая обработка данных проводилась с использованием сравнительного анализа (критерий U Манна–Уитни, критерий Крускала–Уоллиса, многофункциональный критерий Фишера) и кластерного анализа, выявляющих групповые различия и специфику восприятия эмо-подростков.

С помощью контент-анализа незаконченных предложений выяснилось, что люди старших поколений (поколения родителей и прародителей) значительно чаще ($p \leq 0,02$) воспринимают эмо-подростков негативно, проявляют к ним отрицательные эмоции (презрение, раздражение, отвращение, ненависть); приписывают несуществующие качества. Сверстники отмечают преимущественно те качества, которые обусловлены

возрастными особенностями (потребностью в самоутверждении, самопрезентации); поколение родителей указывает на нереализованную потребность в самопонимании и самовыражении; а поколение прауродителей видит эмо нуждающимися в поддержке, безответственными, не имеющими жизненных ориентиров, «зацикленными» на своей личности и не способными выполнить порученное дело (табл. 1).

Таблица 1.

**Специфика восприятия подростков-неформалов
людьми разных поколений**

Категории анализа	Сверстники	Поколение родителей	Поколение прауродителей
<ul style="list-style-type: none"> • Чувства при восприятии подростков-неформалов 	<ul style="list-style-type: none"> • безразличие • презрение • раздражение • отвращение • ненависть 	<ul style="list-style-type: none"> • удивление • неприязнь • интерес • страх • презрение 	<ul style="list-style-type: none"> • раздражение • жалость • брезгливость • умиление • «ощущение грязи»
<ul style="list-style-type: none"> • Приписываемые подросткам-неформалам качества 	<ul style="list-style-type: none"> • чувствительность • сдержанность • замкнутость • низкая самооценка • перепады настроения 	<ul style="list-style-type: none"> • уступчивость • искренность • доброта • замкнутость • агрессивность • стремление к самовыражению • демонстративность • неуверенность • вспыльчивость • суицидальное поведение • эгоизм 	<ul style="list-style-type: none"> • чувствительность • альтруизм • доброта • лидерство • вспыльчивость • неуравновешенность • безответственность • замкнутость • беспомощность • упрямство
<ul style="list-style-type: none"> • Субъективная оценка подростков-неформалов 	<ul style="list-style-type: none"> • «выпенривается» • «прикальвается» • «чудик» • «стильный» • «все одинаковые» • «не поймешь, пацан или девчонка» 	<ul style="list-style-type: none"> • «неудачник» • «психически больной» • «идиот» • «невзрослый» • «грязный» • «инопланетянин» • «обкуранный» • «не дай бог такого ребенка!» 	<ul style="list-style-type: none"> • «неприятный» • «отвратительный» • «с помойки одетый» • «хулиган» • «наркоман» • «вызывающий» • «вульгарная» • «проститутка»

Результаты исследования показали, что довольно редко внешняя оценка эмо-подростков соответствует их самооценке. Подростки-неформалы воспринимают себя активными, социально-адекватными, адаптивными ($N = 21,32$; $p = 0,001$), доброжелательными, чувстви-

тельными ($N = 15,64$; $p = 0,002$). Сверстники чаще воспринимают эмо-подростков как ведомых, пассивных, замкнутых в своей субкультуре ($N = 18,32$; $p = 0,003$), вспыльчивых, неуравновешенных людей, ориентированных на отрицание своей вины в трудностях с окружающими, безответственных, проявляющих агрессию, недоброжелательных, злопамятных ($N = 23,16$; $p = 0,002$).

Поколение родителей воспринимает эмо-подростков как агрессивных, демонстрирующих свою обособленность, оппозиционное отношение к окружающим ($N = 17,21$; $p = 0,003$). При этом взрослые недооценивают способность подростков к адекватному взаимодействию ($N = 13,86$; $p = 0,004$).

Поколение прародителей считает, что эмо – неуравновешенные подростки, способные оскорбить окружающих, но при этом испытывающие угрызения совести за свое безнравственное поведение ($N=20,23$; $p=0,002$).

Выявились некоторые половые различия в восприятии взрослыми подростков-неформалов. Женщины старших поколений по сравнению с мужчинами склонны воспринимать эмо более эмоционально-неустойчивыми, импульсивными ($U = 68,66$; $p = 0,01$); безынициативными, пассивными и нерешительными в общении ($U = 67,29$ $p = 0,01$); не способными к сотрудничеству и адекватному взаимодействию с окружающими ($U = 71,58$; $p = 0,000$). Мужчины старших поколений подозревают эмо-подростков в хулиганстве, косвенной агрессии, враждебности, безнравственности ($U = 68,48$; $p = 0,01$).

С помощью кластерного анализа были выявлены два кластера, различающиеся в специфике восприятия эмо-подростков. К первому кластеру относится 42,5 % выборки (в данную группу вошли преимущественно сверстники, мужчины поколения родителей и женщины поколения прародителей). Их объединяет восприятие эмо как сильных личностей: уверенных, адаптированных в обществе подростков, принимающих себя, но обособленных от других в рамках собственной субкультуры. При этом данный кластер людей склонен видеть эмо агрессивно настроенными, подозрительными и обидчивыми, воспринимает их как угрозу обществу; как людей, демонстрирующих свою обособленность в знак протеста.

Ко второму кластеру относится 57,5 % выборки (преимущественно женщины поколения родителей и мужчины поколения прародителей).

Для них характерен принципиально отличный взгляд на подростков эмо-субкультуры. Они склонны воспринимать их как пассивных, дезадаптированных, не способных адекватно взаимодействовать с окружающими людьми, вспыльчивых, с внутренним рассогласованием целей и ценностей. При этом сами подростки, по мнению респондентов, склонны чувствовать свои недостатки и испытывать угрызения совести за собственное «безнравственное» поведение.

Таким образом, результаты исследования показали, что восприятие подростков-неформалов людьми старших поколений весьма противоречиво. Одна часть людей оценивает их как враждебных личностей, представляющих опасность для общества; а другая видит в них нуждающихся в помощи подростков, дезадаптированных в обществе. Обе эти социальные установки не соответствуют реальности. Отмечается стереотипизация и искаженность восприятия эмо-подростков; каждое поколение приписывает представителям неформального течения несуществующие качества (причем, чаще негативные) на основе восприятия их внешности и манеры поведения. Это, несомненно, является причиной возникновения многообразных трудностей в межпоколенных отношениях; актуализирует деструктивные и защитные стратегии самовыражения в общении; еще больше отдаляет подростков от взрослых, оппозиционирует от сверстников. С другой стороны, мы полагаем, что данный факт можно рассматривать как механизм социального закаливания подростков, поскольку непонимание со стороны взрослых и несправедливость внешней оценки может стимулировать развитие таких субъектных качеств, как индивидуализация, рефлексия, свобода выбора, самопознание и самопонимание; способствовать возникновению «иммунитета» против деструктивной критики, неприятия, остракизма со стороны окружающих.

Литература

1. *Гогуева М.М.* Психологическая профилактика негативного влияния субкультуры на личность подростка: автореф. дис. ... канд. психол. наук / М.М. Гогуева. – Саратов, 2010.
2. *Змановская Е.В.* Девиантология: Психология отклоняющегося поведения / Е.В. Змановская. – М.: «Академия», 2003.
3. *Кон И.С.* Ребенок и общество / И.С. Кон. – М.: «Академия», 2003.
4. *Обухова Л.Ф.* Современный ребенок: шаги к пониманию / Л.Ф. Обухова, И.А. Котляр // Психологическая наука и образование. – 2010. – № 2. – С. 5–19.
5. *Самохвалова А.Г.* Коммуникативные трудности ребенка: феноменология, факторы возникновения, динамика / А.Г. Самохвалова. – Кострома, КГУ им. Н.А. Некрасова, 2014.

**Межпоколенные отношения, копинг
и жизнеспособность членов семьи²**

Следует признать, что современная российская семья демонстрирует такие системные изменения, которые нуждаются в глубоком осмыслении и понимании, а исследователям все труднее сохранять экспертность в этой области. Сложившаяся ситуация ставит новые задачи, связанные с поиском и исследованием тех явлений и процессов, которые позволяют семье, как социальной системе, сохранять свою целостность в условиях острого и хронического семейного стресса [1; 4; 5].

Известно, что последствиями неблагоприятных воздействий на семью (семейного стресса) в одних случаях являются различные деструктивные явления (нарастание конфликтов, неудовлетворенности семейными отношениями, аддикции, одиночество, нередко распад семьи). Однако в других случаях происходит укрепление семейной общности (*coherence*) усиление сплоченности, выработка «психологического иммунитета» у членов семьи к неблагоприятным влияниям социума. Семьи в этой логике анализируются по уровню жизнестойкости (*resilience*) [5]. В значительной степени это объясняется действием семейных копинг-механизмов, способствующих, либо препятствующих жизнестойкости семейной группы. Справляющее (копинг) поведение в семейном контексте выступает как индивидуальный и групповой феномен [3].

Если *жизнестойкость* подразумевает способность субъекта противостоять стрессу, то *жизнеспособность* следует понимать как системное качество личности и / или группы, которое обеспечивает возможности постстрессового роста, т.е. переживания субъектом позитивных изменений в результате столкновения с трудными жизненными ситуациями [6]. Постстрессовый рост в контексте групповой динамики проявляется в улучшении качества семейных отношений (супружеских, детско-родительских, прародительско-детских, сиблинговых); актуализации и усилении системы групповых ресурсов семьи [1].

Мы рассматриваем жизнеспособность как важнейший показатель социально-психологической зрелости семейной группы, одним из факторов которой является межпоколенный копинг. Мы рассматриваем совладание представителей разных поколений в семье как важнейшую форму их совместной активности, в значительной степени опре-

² Исследование проводится при финансовой поддержке РГНФ, проект 14-06-00842а

деляющей развитие семьи как группового субъекта. Межпоколенный копинг в семье может быть представлен как на уровне диадического, так и группового совладания, которое включает в себя одновременную организацию различных уровней действий членов семьи – представителей разных поколений. Он является важным внутригрупповым процессом, во многом определяющим *направленность* развития семьи. Межпоколенный копинг в семье тесно связан с механизмами трансгенерации («наследование» опыта совладания в направлении от предков к потомкам) и префигурации (принятие предками опыта потомков) [2]. *Опыт поколения* – это интегративный, экзистенциальный феномен, который является сложным сплавом знаний, переживаний, ценностей, смыслов, сохранившихся в памяти осмысленных и пережитых ситуаций познания и общения. Особое место в структуре этого опыта занимает опыт совладающего поведения, который следует рассматривать как одну из релевантных характеристик поколения [2].

Известно, что в префигуративном обществе (к которому относится современное российское общество) наиболее уязвимыми оказываются представители старших поколений, которые часто находятся на периферии экономических, технологических, ценностных изменений. Встает вопрос – что может помочь старшим поколениям чувствовать себя равноправными членами нового транзитивного общества? Любые попытки закрепить свою субкультуру в статусе доминирующей в префигуративном обществе бессмысленны и только усиливают разрыв поколений. В тоже время, обесценивание собственного жизненного опыта, отказ от каких-то важных его элементов, неизбежно приведет к резкому ухудшению эмоционального состояния людей. С нашей точки зрения важнейшим фактором межпоколенной интеграции является механизм *префигурации*, который предполагает принятие предками наиболее важных и ценных для жизни в современном обществе элементов опыта потомков. Например, овладение компьютерными навыками, интернет-технологиями и т.д.

Рассматривая феномен межпоколенного копинга, необходимо отметить особую роль социально-психологической поддержки в семье. Обобщая результаты наших исследований, мы рассматриваем поддержку в структуре межпоколенных отношений как групповой и индивидуальный социальный капитал семьи и ее членов, способствующий эффективности их жизнедеятельности [1; 2].

Цель данного исследования – изучение межпоколенного копин-

га и особенностей межпоколенной поддержки в семье как факторов жизнеспособности членов семьи и семейной группы.

Наиболее значимые задачи исследования:

- Исследовать префигурацию как механизм межпоколенного копинга, направленного на активизацию адаптивных потенциалов представителей старших поколений в семье;
- Изучить особенности и эффекты межпоколенной поддержки в семье в ситуациях нормативного и ненормативного стресса.

Выборку исследования составили 141 человек: мужчины и женщины старше 70 лет (всего 20 человек), которые ведут активный образ жизни и удовлетворены ею; женщины с онкологическим заболеванием молочной железы (всего 30 человек, средний возраст 52,6 года); условно здоровые женщины, не имеющие хронических заболеваний (всего 27 человек, средний возраст 52,1 года); 42 диады со сроком супружества менее 1 года.

Методы исследования: феноменологическое интервью, опросник «Измерения копинг-ресурсов» К.Б. Матени и У.Л. Керлетт (адаптация Е.А. Дорьевой, 2011); «Шкалы воспринимаемого стресса» К.Б. Матени и У.Л. Керлетт (адаптация Е.А. Дорьевой, 2011); «Тест на удовлетворенность браком» Г.И. Лаки; «Шкала субъективного благополучия» Ferrudet-Badouh, Mendelsohn, Chiche, 1988 (адаптация Соколовой М.В., 1996); «Шкалы любви и симпатии» З. Рубина (адаптация Алешиной Ю.Е., Гозмана Л.Я., Дубовской Е.М., 1887); «Копинг-поведение в стрессовых ситуациях» Э. Эндлера, Д. Паркера (адаптация Крюковой Т.Л., 2001).

На первом этапе мы проинтервьюировали пожилых мужчин и женщин, высоко оценивающих качество своей жизни. Они характеризуют ее как настоящую, активную, интересную и насыщенную. По данным интервью оказалось, что респонденты интересуются инновациями в различных областях человеческой деятельности, они обладают определенной жизненной философией. Интересен тот факт, что проводниками в мир новых технологий, ценностей, иного отношения к жизни становятся представители молодого поколения. Это возможно при условии сохранения эмоционально-теплых, партнерских отношений между представителями разных поколений в семье. Однако, без мотивации и активного участия предков невозможно их включение в новую социальную ситуацию. Как оказалось, в 98 %

случаев подталкивают, мотивируют их на изменение отношения к собственной жизни и деятельности уже выросшие дети и внуки.

«Для того чтобы жить интересно, надо найти что-нибудь, что полностью изменит жизнь. Это трудно, и мне, может быть, повезло. Но я думаю, что каждый может что-то придумать. Иногда стоит присмотреться к тому, чем живут и интересуются внуки». *Из интервью (муж., 72 лет)*

«Я все прощаю, я не знаю, как можно злиться на кого-то из-за чего-то. Жизнь такая, какой ты ее сама делаешь. И слушай молодых людей. Просто слушай их и пытайся понять, о чем они говорят» *Из интервью (муж., 83 года)*

Эти примеры наглядно демонстрируют функцию префигурации, которая направлена на активизацию адаптивных потенциалов представителей старших поколений, что способствует укреплению и развитию межпоколенных отношений в семье, где потомки могут быть источником нового прогрессивного опыта, позволяющего продлить годы активной и созидательной жизни предков, обуславливая их жизнеспособность.

На втором этапе исследования мы изучали особенности и эффекты социально-психологической поддержки в семье в ситуации нормативного (адаптация к супружеской жизни) и ненормативного (ситуация онкологического заболевания молочной железы МЖ) стресса. Указанные ситуации имеют высокий стрессогенный потенциал и ставят перед людьми сложные задачи социальной, психологической и ауто-адаптации. Первые годы совместной жизни – это начальная стадия жизненного цикла семьи, стадия формирования индивидуальных стереотипов общения, согласования систем ценностей и выработки общей мировоззренческой позиции. Задачи данного этапа жизненного цикла семьи сложны, многообразны, а порой и превышают реальные возможности молодых партнеров. По нашим данным, всего лишь 5 % из них *полностью* удовлетворены браком и оценивают его как удачный, благополучный, а 62 % оценивают свой брак как относительно благополучный, отмечая при этом неудовлетворенность в какой-либо сфере отношений.

Результаты исследования показали, что обращение молодых супругов к родственникам за *когнитивной* поддержкой (*Рассказать о проблеме, получить конкретный совет относительно ее*) (при $p = 0,04$) и *инструментальной* поддержкой (*чаще всего это матери-*

альная помощь) (при $p = 0,025$) положительно влияет на эффективность брачно-семейной адаптации супругов. А вот эмоциональная поддержка главным образом, функционирует в супружеских отношениях. Иными словами, эмоциональную поддержку молодые супруги стремятся получить друг от друга, а когнитивную и инструментальную – от родителей. Более того, влияние отношений любви и симпатии на эффективность брачно-семейной адаптации выявлено только на уровне тенденции (при $p=0.05$). Таким образом, сохранение и поддержание связей с прародительскими семьями, восприятие этих отношений как поддерживающих позволяет молодым людям более эффективно совладать с нормативным стрессом, легче и быстрее адаптироваться к новым условиям жизни.

Особое значение приобретает социальная поддержка в семье в ситуациях тяжелых, хронических заболеваний. Медикаментозное лечение рака молочной железы приводит у женщин к изменению образа телесного Я и ставит сложные психологические задачи, в том числе связанные с аутоадаптацией. Была изучена специфика индивидуальных и групповых ресурсов женщин, перенесших онкозаболевание молочной железы. Данные тестовых методик и феноменологического интервью показали, что 80 % женщин, перенесших онкозаболевание МЖ, указывают на то, что семья для них *главный* ресурс жизни, а 20 % указывают на то, что семейные отношения второй (после дружеских отношений) по значимости ресурс. Респонденты данной группы говорят о том, что *уверены* в поддержке членов семьи, но стараются обращаться за ней как можно реже, чтобы *«лишний раз не беспокоить и не травмировать родных»* (из интервью *жен. 51 год*). Важно отметить, что женщины этой группы, говоря о семейных отношениях, *чаще указывают на отношения со своими уже взрослыми детьми*.

Эти факты указывают на то, что семейные отношения в данной ситуации являются *воспринимаемой поддержкой*, которая функционирует главным образом в вертикали «взрослый ребенок – мать». Иными словами отношения со взрослыми детьми в период реабилитации после онкозаболевания являются важнейшим ресурсом для женщин.

Таким образом, поддержка в структуре межпоколенного копинга выступает в качестве и реальной, и воспринимаемой поддержки. Поддержка здесь имеет двойную направленность – в вертикали от родителя к ребенку (не зависимо от его возраста) и от взрослого

ребенка к родителю. Подводя итог, следует сказать, что изучение межпоколенного копинга в контексте поэтапного, уровневого развития семьи как группы позволяет не только определить его роль в формировании «зрелости» семейной группы и ее жизнеспособности как ее особой групповой характеристики, но раскрывает новые грани данного феномена, дает возможность обозначить его роль в структуре межпоколенных отношений в семье.

Литература

1. *Крюкова Т.Л., Сапоровская М.В., Куфтяк Е.В.* Психология семьи: жизненные трудности и совладание с ними. – СПб: Речь, 2005.
2. *Сапоровская М.В.* Психология межпоколенных отношений в семье – М. : Изд-во «Национальный книжный центр», 2014.
3. *Bodenmann, G., Meuwly, N. Kayser, K.* Two conceptualizations of dyadic coping and their potential for predicting relationship quality and individual wellbeing // *European Psychologist*. 2011. 16. P. 255–266.
4. *Hill, R.* (1958). Generic features of families under stress. *Social Casework*, 49, 139–150.
5. *McCubbin, H. I., & Patterson, J. M.* Family stress and adaptation to crises: A Double ABCX Model of family behavior. In D. H. Olson & R. C. Miller (Eds.), *Family studies review yearbook: Vol. 1* (pp. 87–106). Beverly Hills, CA: Sage, 1983.
6. *Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G.* Posttraumatic growth: Conceptual foundations and empirical evidence. *Psychological Inquiry*, 15, 2004, 1–18, 2004.

Часть 3

Опасности

и ресурсы зрелого возраста

*«Жизнь – вещь грубая.
Ты вышел в долгий путь,
– значит, где-нибудь и
поскользнешься, и полу-
чишь пинок, и упадешь,
и устанешь, и восклик-
нешь «умереть бы!» – и,
стало быть, солжешь»*

Сенека

Л.И. Дементий, В.Е. Купченко

Психологическое насилие в образовательной среде как фактор нарушения здоровья преподавателей³

Образовательная среда (школа, колледж, вуз) является зоной особой ответственности. Являясь микромоделью социума, любое образовательное учреждение требует постоянного внимания в аспекте психологической безопасности всех её участников.

В отечественной психологии большинство работ посвящено проблеме насилия в образовательном учреждении (прежде всего, в школе) с позиции самих учеников. Это объясняется тем, что школа, колледж играют чрезвычайно важную роль в процессе социализации человека, формировании личности учащегося, и наличие любого насилия как источника травматизации, может негативно отразиться на его развитии. При этом не отдается должного значения личности педагога, статус и профессиональная деятельность которого предъявляет повышенные требования и к личности, и к результативности деятельности.

Следует констатировать кардинальное изменение отношения к педагогу в нашем обществе. Если раньше статус учителя был неразрывно связан с авторитетом в глазах общества и не допускал негативных действий в его адрес, то в настоящее время ситуация принципиально иная. Учителя подвергаются нападкам со стороны учеников, которые все чаще переходят грань дозволенного, позволяя себе оскорбительные действия и применение насилия в отношении педагогов, родители и администрация школы также зачастую принимают позицию учеников.

Проблема школьного насилия в отношении педагогов актуальна не только в России, но и в других странах [2].

В связи с радикальными изменениями в современном образовании, которые являются источником трудностей и стресса для всех участников образовательного процесса, особую актуальность приобретают вопросы безопасности образовательной среды и эффективности учебной и учебно-профессиональной деятельности.

По мнению И.А. Баевой, психологически безопасной является такая образовательная среда, которую можно считать свободной от проявлений психологического насилия при взаимодействии её субъектов. Такая среда способствует удовлетворению основных потреб-

³ Работа выполнена при финансовой поддержке Российского гуманитарного научного фонда, проект № 15–16–55011

ностей в личностно-доверительном общении и обеспечивает психическое здоровье всех включенных в нее участников [1, с. 78].

Применительно к педагогам этот тезис звучит особенно остро, так как профессиональная деятельность, осуществляемая в условиях психологического комфорта и безопасности, позволяет педагогу осуществлять индивидуальный подход к каждому ученику и создавать комфортное пространство субъект-субъектного взаимодействия.

Вопрос о психологической безопасности образовательной среды стал в последнее время особенно актуальным. Образовательная среда отличается высоким эмоциональным напряжением, стрессогенностью, что отмечают различные авторы (Н.А. Аминов, И.А. Баева, Э.Ф. Зеер, А.К. Маркова и др.).

Само по себе состояние постоянной тревоги, вызванное ощущением отсутствия безопасности в школе, негативно влияет на любого вовлеченного в образовательный процесс субъекта, в том числе и учителя. Оно приводит к состоянию утомления, снижению работоспособности учителя, вынуждает расходовать внутренние ресурсы, снижается возможность по обнаружению источника опасности и противодействия ему. Неумение действовать в сложной ситуации и возникновение страха вынуждают человека вести себя неправильно, оказываясь в положении жертвы чрезвычайных обстоятельств. Состояние утомления развивается неравномерно, в периоды пика состояния утомления частота несчастных случаев возрастает. Одним из последствий данного состояния является патологическое состояние переутомления, требующее медицинского вмешательства для его устранения.

Мета-анализ исследований, посвященных последствиям насилия в образовательном учреждении, показал, что школьники, испытывающие буллинг в школе, имеют более низкие показатели физического здоровья. Так эти юноши примерно в 2 раза чаще сообщали разнообразные симптомы, такие как головная боль, боли в спине, брюшную боль, проблемы с кожей, рвоту и т.д, чем их ровесники, не имеющие опыта издевательства в школе [3, с. 977]

Особенность позиции учителя, ее уязвимость состоит, по мнению И.А. Баевой, в том, что он может быть объектом негативных воздействий сразу нескольких участников образовательной среды – учеников, коллег, администрации [1, с.31].

Продолжая серию исследования проблем безопасности образовательной среды, в исследовании, результаты которого представляются в данной работе, мы протестировали гипотезу о взаимосвязи степени опасности-безопасности образовательной среды, уровня тревоги и депрессии и состоянием здоровья педагогов.

В исследовании принимали участие 40 преподавателей колледжа (средний возраст 42 года).

В одной экспериментальной сессии испытуемые заполняли анкету-опросник «Психологической безопасности образовательной среды» И.А. Баевой; авторскую анкету на изучение представлений учителей о насилии в образовательной среде, составленной на основе «Шкалы виктимизации сверстников» (Multidimensional Peer-Victimization Scale), шкалу тревоги Ч.Д. Спилбергера в адаптации Ю.Л. Ханина, опросник депрессии Бека, авторскую анкету, направленную на изучение объективных жизненных показателей преподавателей, к которым были отнесены: наличие/отсутствие хронических заболеваний, головных болей, бессонницы, артериального давления.

Результаты оценки безопасности образовательной среды преподавателями. Из оценки удовлетворенности преподавателями образовательной средой следует, что 72 % преподавателей колледжа имеют низкую удовлетворенность образовательной средой. 28 % преподавателей указали на свою удовлетворенность образовательной средой на уровне выше среднего. 65 % преподавателей отмечают на то, что при советской системе образования их труд и профессию уважали больше, чем в настоящее время. Более позитивная оценка прошлого по сравнению с настоящим говорит об изменении системы образования и позиции в ней преподавателя. В таблице 1 указаны аспекты защищенности/незащищенности современного преподавателя.

Таблица 1.

Психологическая безопасность образовательной среды (баллы)

Параметр	Среднее значение	Стандартное отклонение	Уровень
Степень защищенности от обучающихся	1,95	0,21	Низкий
Степень защищенности от коллег	3,01	0,57	Выше среднего
Степень защищенности от администрации	2,0	0,32	Ниже среднего

Преподаватели колледжа в наименьшей степени защищены от проявления насилия со стороны обучающихся (1,95 балла) и со стороны администрации (2 балла). В представлениях преподавателей колледжа о насилии в образовательной среде описываются потенциальные ситуации, связанные с непосредственным причинением физической боли («причиняет небольшую физическую боль (пощечина, щипок, пинок и пр.)», «избивает учителя», «бросается в учителя чем попало, плюется»), намеренной порчи имущества и угрозы его порчи, угрозы жизни, здоровью и благополучию самому преподавателю и его близким («угрожает избить, нанести травмы», «угрожает расправой в отношении семьи или других близких лиц», «угрожает связями своей семьи, обещает оставить учителя без работы», «угрожает оружием»). Что касается ситуаций, связанных с насилием психологического характера, то преподаватели отмечают наличие и неоднократное проявление как в отношении себя, так и в отношении коллег следующих форм поведения со стороны учащихся: «высмеивание преподавателя по какому-либо признаку» (82 %), «съемка учителя на фото/видео» (70 %), «намеренно ставит в неловкое положение» (67,5 %), «нецензурные выражения» (65 %), «настраивание других людей против преподавателя», «обвинения в том, что преподаватель не делал» (62,5 %); «подшучивание над учителями, розыгрыши», «лживые слухи» (60 %), «передразнивание» (52 %),

Большую психологическую защищенность преподаватели чувствуют со стороны своих коллег (3,01 балла), что говорит о том, что в коллективе они чувствуют себя комфортно и уверенно, ощущают поддержку и взаимопомощь.

В целях более глубокой оценки особенностей представлений преподавателей о насилии в образовательной среде и о степени ее безопасности мы также предлагали оценить ряд модифицированных под поставленные задачи утверждений из «Методики экспресс-оценки инструментальных и экспрессивных репрезентаций агрессии» (S.J. Muncer, A. Campbell). Полученные результаты представлены в таблице 2.

Полученные результаты позволяют сделать вывод о том, что уровень насилия в колледже достаточно высокий, о чем свидетельствуют процентные показатели по среднему (40 %) и высокому (47,5 %) уровням. 70 % респондентов отметили наличие ситуаций, в которых

преподавателям приходилось неоднократно сталкиваться лично с насилием со стороны обучающихся.

Таблица 2.

Представления преподавателей о насилии (баллы)

Утверждения	Среднее значение	Стандартное отклонение	Уровень (%)		
			Выс.	Сред.	Низк.
1. Мне приходилось слышать о случаях насилия над учителями в нашем колледже	3,95	1,35	47,5	40	12,5
2. Мне приходилось сталкиваться с насилием со стороны учеников	3,2	1,68	30	40	30

Результаты оценки уровня тревожности и депрессии преподавателей

Высокий уровень личностной тревожности выявлен у 25,5 % преподавателей. Диагностика уровня депрессии показала, что только 22,5 % преподавателей имеют низкий уровень, остальные высокий или средний с тенденцией к высокому уровню депрессии.

Объективные жизненные показатели здоровья преподавателей с различным уровнем удовлетворенности образовательной средой. На втором этапе исследования мы разделили общую выборку на две группы: группа 1—преподаватели с низким уровнем удовлетворенности образовательной средой и группа 2—преподаватели со средней удовлетворенностью образовательной средой и подсчитали значимость различий по личностным особенностям с помощью U-критерия Манна-Уитни.

Разделение общей выборки по уровням защищенности образовательной среды позволило выявить различия в объективных жизненных показателях. Так в группе преподавателей с более низкой защищенностью обнаружены значимые различия по показателям артериального давления ($U=109,5$ при $p \leq 0,05$). Корреляционный анализ показал, что уровень защищенности образовательной среды обратно коррелирует с уровнем артериального давления ($r=-0,33$ $p \leq 0,05$), уровень удовлетворенности образовательной средой обратно коррелирует с наличием головных болей ($r=-0,385$ $p \leq 0,05$). Таким образом, чем напряженнее и опаснее среда, в которой преподавателю приходится выполнять свою профессиональную деятельность, тем хуже состоя-

ние его здоровья, а именно: может наблюдаться повышение артериального давления и увеличение числа хронических заболеваний.

Полученные результаты исследования не только дополняют и расширяют данные о степени негативного влияния психологического насилия в образовательном учреждении на соматическое и психическое здоровье преподавателей. Исследования в области психологического, физического насилия, кибербуллинга в отношении педагогов должны явиться основой для создания широкомасштабных программ обеспечения безопасности всех участников образовательного процесса, в интересах благополучия субъектов образования и общества в целом.

Литература

1. Баева И.А., Волкова Е.Н., Лактионова Е.Б. Психологическая безопасность образовательной среды: Учебное пособие / Под ред. И.А. Баевой. – М.: Экон-Информ, 2009. – 248 с.
2. Насилие и его влияние на здоровье. Доклад о ситуации в мире /Под ред. Круга Э.Г. и др./ Пер. с англ. – М: «Весь Мир», 2003. – 376 с.
3. Gini G., Pozzoli T., Lenzi M., Vieno A. Bullying Victimization at School and Headache: A Meta-Analysis of Observational Studies.// Headache, 2014, Vol. 54. p 976–986

Е.В. Рыжова, Е.В. Филиппова

Субъективное восприятие одиночества и тип привязанности к матери у женщин среднего возраста

Одиночество является одним из самых сложных психических состояний человека. Можно говорить, что риск одиночества есть у каждого человека, однако его индивидуальность делает неповторимым и его одиночество.

Одиночество относится к числу проблем, затрагивающих человечество на протяжении всей его истории. С недавних пор одиночество стало рассматриваться как социальное бедствие. Однако, для некоторых людей одиночество становится своеобразным выбором, основанным на нежелании нарушать удобный ритм жизни и брать на себя ответственность за другого человека.

Западные ученые уже на протяжении многих десятилетий пытаются изучать этот феномен, в отечественной же науке проблема одиночества стала активно исследоваться лишь в последнее десятилетие (И. М. Слободчиков, С.Г. Корчагина, Д. Леонтьев, Е.Н. Осин, Н.Е. Покровский, Г.В. Иванченко, Н.В. Хамитов и др.). В боль-

шинстве исследований одиночество рассматривается в негативном аспекте, его связывают с переживанием человеком его оторванности от сообщества людей, семьи, некой исторической реальности, что впоследствии приводит к личностному кризису, дисгармонии, страданию, кризису собственного «Я».

Осмысление феномена одиночества имеет давние традиции. Во взгляде на генезис одиночества можно выделить две точки зрения.

Согласно первой позиции, одиночество довольно точно обозначает свое появление в XVII–XVIII вв., что связано с процессом урбанизации и возникновением индустриального общества. Человек Нового времени нуждается в обособлении от других и добровольно ищет уединения, вместе с тем он острее переживает одиночество как следствие дефицита значимого общения или неспособность выразить богатство своих переживаний [6].

Согласно второй позиции, одиночество рассматривается как вневременный и универсальный феномен общественного бытия [13]. В такой трактовке одиночество становится экзистенциальным явлением, уходящим корнями в глубинные пласты человеческого сознания и лишь отчасти проявляющим себя в тех или иных формах на поверхности социального бытия.

И хотя одиночество как состояние существовало во все времена, однако именно XX век породил проблему одиночества. В зарубежной психологии существует множество подходов к пониманию одиночества. Это, прежде всего, *психодинамическая модель (неофрейдистская)* (к представителям данного направления принято относить Г. Зилбурга, Э. Фромма, Ф. Фромм-Рейхман, Г. Салливана); *феноменологическое направление (гуманистическая модель)*, к наиболее известным сторонникам этого направления можно отнести *К. Роджерса*; *экзистенциальный подход* (Ж.-П. Сартр, А. Камю, И. Ялом, К. Мустакас); *социологический подход* (его основные представители: К. Боумен, Д. Рисмен, П. Слейтер) [11] и др.

Мы не можем останавливаться на анализе этих подходов, отметим лишь два момента. В частности, согласно утверждениям Г. Салливана, потребность в человеческой близости впервые прослеживается у ребенка, когда он начинает стремиться к контакту. У подростков, как следствие неправильных взаимоотношений с родителями в детстве, возникает нехватка социальных навыков, что впоследствии

ведет к трудностям при установлении приятельских отношений со сверстниками. В своём анализе проблемы представители этого направления обычно рассматривают одиночество как патологию, исходят при этом из клинической практики [14].

В интеракционистском подходе С. Вейса одиночество рассматривается как продукт комбинированного влияния фактора личности и фактора ситуации. Р. Вейс описывал одиночество, имея в виду такие социальные отношения как оценка, привязанность и руководство. Он выделяет два типа одиночества: эмоциональное (результат отсутствия привязанности, такой как любовная или супружеская, то есть как результат отсутствия привязанности к конкретному человеку) и социальное (отсутствие значимых для индивида дружеских связей или чувства общности, то есть отсутствие доступного круга социального общения) [4].

Даже в жизни одного индивида одиночество может оборачиваться своими разными гранями: от младенческого состояния покинутости к чувству отверженности у подростка и до состояний творческой самоизоляции у художника. Говоря об одиночестве как психологическом состоянии, следует отметить, что болезненным это переживание становится в том случае, когда человек начинает воспринимать свою отдалённость от других людей как отсутствие любви, человеческого тепла, связей с миром.

Переживание человеком чувства одиночества в каждый период жизни может носить особый характер. К наименее психологически защищенным группам можно отнести подростков, поскольку ведущей деятельностью подросткового возраста становится интимное общение со сверстниками (Д.Б. Эльконин). Именно в начале подросткового возраста деятельность общения выделяется в относительно самостоятельную область жизни, главная потребность этого периода – найти свое место в обществе, быть «значимым» – реализуется в обществе сверстников. Именно поэтому одиночество, воспринимаемое как отсутствие социальных связей, переживается так остро. В то же время, подростничество – это тот возраст, когда зарождается чувство неповторимости и одиночества, возникает страх быть непохожим на других и страх быть как все.

В юности одиночество проявляется, прежде всего, в стремлении к уединению, пробуждающему чувство самопознания и позволяющему ста-

новиться взрослым, можно сказать, что юность – это эпоха естественного одиночества. По мнению Н.В. Хамитова [15] мечтания юного мужчины всегда требуют одиночества, они направлены на представления о своей исключительности, о неповторимом воздействии на человеческий мир. Эти мечтания в юности есть форма реального самопознания. Именно мечтания делают подростка юношей. Если мечтания подростка слишком стадны, по сути дела, это *желания* (как правило, сексуальные и танатические), которые не могут быть удовлетворены, то мечтания юноши направлены на раскрытие себя и своей воли *за пределами фантазии*, они возникают на почве более фундаментального одиночества.

Как отмечают социологи, в последние годы одиночество становится тенденцией в российском обществе. Анализ результатов социологического исследования, проведенного ВЦИОМом в 2010 году, позволяет говорить о том, что тенденция эта будет расти в связи с ростом технологий, приводящим к обособлению людей. Целью исследования являлось выяснение того, чего же больше в жизни россиян среднего возраста – любви или одиночества. По мнению 70 % опрошенных, сегодня непросто найти себе пару, причем женщины настроены более пессимистично. Данные исследования показали, что причинами одиночества людей среднего возраста (приблизительно 25–45 лет) чаще всего являются определенная неудовлетворенность своим социальным положением, в том числе опустошенность, связанная с отсутствием спутника жизни [10].

Переживанию одиночества подвержены как мужчины, так и женщины различных возрастов. При этом женщины часто преувеличивают свои опасения, страх одиночества у них создает ощущение не востребованности, печали и тревоги.

Однако, за последние годы женское отношение к одиночеству несколько изменилось. Если раньше оно было только негативным, то сейчас стало приобретать и позитивные черты. Женщины перестают бояться одиночества, экономическая независимость делает современную женщину более свободной, она получает возможность сравнивать и выбирать жизнь, которая кажется ей лучше и удобнее, и она начинает принимать свое одиночество.

В исследовании Pearl A. Dykstra и Tineke Fokkema, посвященном выявлению различий в переживании чувства одиночества среди разведенных и женатых мужчин и женщин, было показано, что муж-

чины придают большее значение наличию партнера, чем женщины. Они, как правило, в меньшей степени ощущают на себе поддержку общества, и уровень их социального одиночества выше, чем у женщин. Среди разведенных, мужчины более склонны страдать от эмоционального одиночества, чем женщины [20].

В дипломной работе А.А. Поляковой [11а], проведенной под нашим руководством (Е.В. Филиппова), исследовалась связь характера переживаний одиночества и социального интеллекта в молодом и зрелом возрасте. В исследовании обнаружена отрицательная связь между уровнем социального интеллекта и степенью переживания одиночества – чем выше уровень социального интеллекта, тем ниже степень переживания одиночества. В то же время были получены интересные данные, показывающие отличия в переживании одиночества мужчинами и женщинами. Оказалось, что чем выше развита способность понимать смысл слов собеседника, характер и оттенки человеческих взаимоотношений, тем выше уровень одиночества у женщин. У мужчин, напротив, чем лучше развита способность понимать смысл вербального и невербального поведения собеседника, тем ниже степень одиночества. Субъективное ощущение одиночества связано с семейным положением у мужчин. Женатые мужчины менее склонны чувствовать себя одинокими, чем холостые. Женатые мужчины положительно относятся к одиночеству и не видят угрозы в этом состоянии, в отличие от неженатых мужчин, которые воспринимают одиночество менее позитивно и более угрожающе.

В работе Boris Blai Jr, посвященной обсуждению проблем со здоровьем, вызванных переживанием чувства одиночества, рассматривается трехмерная модель одиночества и предлагается следующая её категоризация [17]: 1) повседневное одиночество (краткие состояния, капризы, мимолетные переживания чувства одиночества, не подразумевающие под собой состояние глубокого беспокойства); 2) ситуативное одиночество (возникает у людей, имеющих удовлетворительные общественные связи, нарушаемые определенными изменениями, связанными с разводом, смертью кого-то из близких и т. п. Данный вид одиночества может привести к сильному стрессу); 3) хроническое одиночество (возникает в том случае, когда у человека на протяжении длительного времени отсутствуют продолжительные социальные связи). Авторы полагают, что с точки зрения вмешательства, самое большое внимание должно быть

направлено на предотвращение ситуативного одиночества, которое впоследствии может приобретать хроническую форму.

Говоря о преклонном возрасте, можно утверждать, что одиночество среди пожилых людей – это определенный тип одиночества, заставляющий чувствовать себя ненужным и непонятым другими. Умирают старые друзья, взрослые дети отдаляются от родителей физически и зачастую эмоционально. Однако это не означает, что все пожилые люди, живущие одни, испытывают одиночество. Случается, что старики, проживающие с родственниками, ощущают себя более одинокими, чем проживающие самостоятельно, то есть большее влияние на психологическое благополучие оказывают контакты с друзьями и соседями, дающие ощущение, что другие испытывают к тебе уважение.

Как известно, основа многих человеческих установок, предпочтений и переживаний закладывается еще в раннем детстве. Можно предположить, что и характер переживания одиночества как наиболее распространенного человеческого состояния является следствием сформированного в детстве мироощущения, складывающегося прежде всего в рамках отношений ребенка с близким для него окружением.

В своей статье «Способность к одиночеству» Д. В. Винникотт писал «Способность к одиночеству представляет собой исключительно сложное явление и состоит из множества факторов. Она тесным образом связана с эмоциональной зрелостью. Основой этой способности является опыт одиночества в присутствии другого человека...» [5, С. 6]. По мнению Винникотта, способность к одиночеству является одним из важнейших признаков эмоциональной зрелости, способность быть в одиночестве развивается только в присутствии другого, когда ребенок находится в переходном, безопасном пространстве. Именно такой опыт позволяет ему в будущем комфортно находиться наедине с собой. Винникотт пишет, что способность спокойно переносить одиночество возникает только при условии, что индивид имеет представление о себе как о «целостном блоке» и о матери – как надежном объекте. Именно пребывание в одиночестве в присутствии матери позволяет ребенку «приобрести опыт, который будет восприниматься им как реальный» [5].

Исследования Дж. Боулби, М. Эйнсворт и их последователей показали, что в основе способности к установлению отношений с другими людьми, способности завязывать дружеские и интимные отношения лежит сфор-

мированная в младенчестве и раннем детстве привязанность ребенка к значимому лицу, чаще всего этим лицом является мать. Это положение было в дальнейшем подтверждено многими исследованиями [1, 2, 16].

Как известно, М. Эйнсворт исследовала поведение ребенка в экспериментальной ситуации и выделила в результате анализа основные типы привязанности (надежная, безопасная; избегающая, небезопасная; тревожно сопротивляющаяся и дезорганизованная). Основываясь на предположении, что сформированный в детстве тип привязанности сохраняется всю жизнь и проецируется на все последующие отношения с близкими, а также вообще на отношение к миру Мэри Мэйн было разработано «Интервью привязанности взрослых» [18, 19, 3], содержащее вопросы, касающиеся ранних воспоминаний взрослых людей об отношениях привязанности с собственными родителями в детстве. Согласно взглядам М. Мэйн, можно говорить об определенном постоянстве между моделью привязанности матери к своим родителям и типом привязанности, который формируется у её ребенка, то есть можно говорить о трансгенерационной передаче внутренних рабочих моделей привязанности. Работы М. Мэйн показывают, что рабочие модели привязанности, понимаемые как психические репрезентации аспектов мира, себя, другого и их отношений с другими имеют особую значимость для любого индивида. В то же время, как отмечает С. Лебовиси, согласно исследованиям Брезентона, существуют события, которые препятствуют трансгенерационной передаче рабочих моделей привязанности [9].

Мэри Мэйн выделяет следующие типы привязанности взрослых [18, 19]⁴:

Автономная (уверенная, самостоятельная). В ходе интервью с человеком, у которого сформировался такой тип привязанности, становится очевидным, что респондент способен говорить о своем раннем опыте открыто и свободно. Обычно рассказчик убедительно излагает историю эмоционально поддерживающих отношений в детстве или говорит о принятии факта того, что их не было. Такие респонденты обычно уверены в своих силах, объективны и не испытывают потребности обороняться. В случае, если люди с устойчивым типом привязанности и были чего-то лишены в детском возрасте, в интервью они упоминают о том, что близкие и теплые отношения играют большую роль в их жизни. Даже если они не были привязаны к мате-

⁴ Описание типов привязанности дано в переводе М.Е. Сисневой

ри, они обязательно упоминают других людей (родственников, друзей), к которым питали чувство теплой устойчивой привязанности.

Отклоненная (отрицающая). Рассказчики, у которых сформировался такой тип привязанности, несколько обесценивают свой опыт привязанности и подчеркивают его незначительность. Их родители, как правило, отвергают собственный опыт привязанности, а также стремление своих младенцев к близости, воспитывая неуверенных, избегающих детей. Выделены два основных стиля рассказа в случае отклоненной привязанности. В первом случае критерии отклоненной привязанности в ходе интервью включают много аффективно нагруженных воспоминаний об отвержении в детстве, так что респонденты остаются очень критичны к воспитанию, которое они получили от родителей, но при этом могут восстановить незначительное число аффективно окрашенных воспоминаний детства. В другом варианте многие из интервьюируемых либо излишне идеализируют своих родителей, либо говорят, что мало что о них помнят, так как родители были постоянно заняты решением каких-либо проблем или преодолением жизненных трудностей. Идеализированная картина родителей не соответствует специфическим деталям воспоминаний. Для рассказчиков характерны короткие безликие фразы типа «У меня было хорошее детство». Эти рассказчики не ценят близость и привязанность, в своих интервью демонстрируют отсутствие терминов, описывающих привязанность и ее место в жизни. Респонденты затрудняются назвать 5 прилагательных для описания своих отношений с матерью и отцом. Свои взаимоотношения даже с любящими родителями они описывают сухо и коротко.

Озабоченная. В ходе интервью с людьми, у которых сформировался такой тип привязанности, становится очевидным, что они по-прежнему стараются, скрыто или явно, завоевать любовь и одобрение своих родителей. Рассказчики все еще поглощены событиями в детстве и говорят о детском опыте сбивчиво, бессвязно и не объективно. Таким людям сложно двигаться дальше, их гнев на родителей остался невысказанным. У таких респондентов явно заметна тенденция к формированию сложных, длинных, эмоционально отягощенных предложений. Женщины, чьи дети демонстрировали тревожно-амбивалентное или неустойчивое поведение, чаще всего сами имеют травматический опыт в своем собственном детстве.

Неразрешившаяся/дезорганизованная. Данный тип привязанности формируется у взрослых в результате утраты или психотравмы. По рассказу таких респондентов сложно составить цельную картину их детства, высказывания отличаются странным отсутствием логики. Обсуждения потенциально травмирующих событий сопровождаются огрехами при объяснениях и рассуждениях, которые указывают на диссоциацию систем памяти или аномальную погруженность в травмирующие воспоминания. Часто такие люди вообще не хотят рассказывать о своем детстве. Они походят на детей с дезорганизованной привязанностью. Так, в ходе эксперимента «Незнакомая ситуация» матери дезорганизованных детей часто сами вели себя и говорили, как их собственные дети. Это происходит из-за того, что неразрешенное психическое состояние матери обычно ведет к формированию дезорганизованной привязанности у ребенка.

Важно заметить, что в ходе данного интервью оценивается не столько наличие дисфункциональных факторов в рассказе, сколько манера рассказа о происшедшем, и та эмоциональная и когнитивная оценка, которую дает рассказчик своему негативному детскому опыту. В интервью «Привязанности взрослых» систематически, с помощью контент-анализа, исследуются критерии когерентности в изложении личного опыта привязанности. Затем (шаг второй) эксперт должен проверить, какие признаки специфических стратегий привязанности имеются в наличии, и ответить на вопросы предлагаемого опросника, составленного по прототипам привязанности.

Поскольку исследования М. Эйнсворт и других показывают, что тип привязанности к матери определяет дальнейшую способность к установлению отношений с другими людьми, можно предположить, что у людей, ощущающих себя одинокими, т. е. испытывающих сложности в установлении отношений, не была сформирована надежная привязанность к матери.

Настоящее исследование и ставило целью выяснить, существует ли связь между отношением к одиночеству и его субъективным восприятием и типом сформированной привязанности к матери и к отцу у женщин среднего возраста. (Мы избрали этот возраст, поскольку женщины среднего возраста особенно подвержены острому переживанию чувства одиночества, являющегося неотъемлемой составляющей жизни любого человека).

На первом этапе эмпирического исследования 53 женщинам в возрасте от 25 до 45 лет было предложено пройти тестирование по «Модифицированной шкале измерения одиночества UCLA» (Дж. Рассел) [12, 21], показывающей уровень переживания одиночества, и диагностическому опроснику «Одиночество» С.Г. Корчагиной [7,8], предназначенному для диагностики глубины переживания одиночества. В дальнейшем участники исследования были поделены на две группы: группа А (женщины, неглубоко переживающие одиночество) и группа Б (женщины, глубоко переживающие одиночество). Проведенный коррекционный анализ показал значимую положительную корреляцию методики UCLA и методики Корчагиной.

На втором этапе исследования было проведено интервью «Привязанности взрослых» М. Мэйн [18, 19], предназначенное для выявления сформировавшегося типа привязанности испытуемых к родителям. Исследовалась привязанность и к матери, и к отцу. Всего были опрошены 16 женщин. Затем интервью были подвергнуты анализу с целью определить тип привязанности к матери и к отцу у проинтервьюированных женщин, а именно – автономную привязанность, отрицающую привязанность, озабоченную привязанность, дезорганизованную привязанность.

Анализ и определение типа привязанности осуществлялось по следующим параметрам.

- Количество слов; скорость речи; наиболее часто встречающиеся существительные; количество прилагательных; эмоциональная модальность вспоминаемых событий; содержание травматического события; эмоциональный тон ответа.

По результатам первого этапа исследования были выделены следующие группы.

- 18 женщин – не воспринимающие себя одинокими и не глубоко переживающие одиночество.
- 11 женщин – воспринимающие себя одинокими и глубоко переживающие одиночество.
- 24 женщины – обнаружили средний уровень переживания одиночества и среднюю глубину переживания одиночества.

В результате анализа имеющихся данных были получены следующие результаты.

В группе А по типам привязанностей к матери женщины распределились следующим образом.

Автономная привязанность – 6 женщин.

Озабоченная привязанность – 2 женщины.

Отрицающая привязанность – 1 женщина.

Таким образом, из 9 женщин с невысоким уровнем переживания одиночества 6 имеют надежную привязанность.

В группе Б было получено следующее распределение по типам привязанностей к матери.

Дезорганизованная привязанность – 2 женщины.

Озабоченная привязанность – 4 женщины.

Отрицающая привязанность – 1 женщина.

Таким образом, ни у одной женщины из группы Б не было обнаружено автономной надежной привязанности.

Следовательно, на нашей выборке можно проследить некоторую связь между типом взрослой привязанности к матери и субъективным восприятием одиночества (восприятием себя как одинокой).

На следующем этапе мы попытались выявить тип привязанности испытуемых к отцу.

В группе А было получено следующее распределение по типам привязанностей к отцу.

Автономная привязанность – 7 женщин.

Озабоченная привязанность – 1 женщина.

Отрицающая привязанность – 1 женщина.

В группе Б было получено следующее распределение по типам привязанностей к отцу.

Автономная привязанность – 1 женщина.

Дезорганизованная привязанность – 2 женщины.

Озабоченная привязанность – 3 женщины.

Отрицающая привязанность – 1 женщина.

Как мы видим, существует определенная связь между ощущением одиночества и типом сформированной привязанности к отцу.

Далее женщины были распределены на следующие группы.

- I. Надежная привязанность к матери и надежная привязанность к отцу – 5 женщин.
- II. Надежная привязанность к матери и ненадежная привязанность к отцу – 1 женщина.
- III. Ненадежная привязанность к матери и надежная привязанность к отцу – 3 женщины.

IV. Ненадежная привязанность и к матери и к отцу – 7 женщин.

Сопоставление этих групп с характером переживания одиночества показало:

в группе I (обе привязанности надежные) 5 женщин – не одинокие и 0 женщин одинокие.

В группе II (надежная привязанность к матери и ненадежная привязанность к отцу) 1 женщина не одинокая и 0 женщин одиноких.

В группе III (ненадежная привязанность к матери и надежная привязанность к отцу) 2 женщины не одиноких и 1 женщина одинокая.

В группе IV (ненадежная привязанность и к матери и к отцу) 1 женщина не одинокая и 6 женщин одиноких.

Таким образом, мы можем предположить, что фактором, влияющим на восприятие женщиной себя как одинокой, является тип привязанности к родителям.

Также необходимо отметить, что женщины, не чувствующие себя одинокими, чаще всего описывают взаимоотношения с матерью в детстве с помощью прилагательных: дружеские, поддерживающие, теплые, хорошие, частые.

Взаимоотношения с отцом женщины, не чувствующие себя одинокими, чаще всего описывают с помощью прилагательных: добрые, веселые, дружеские, хорошие, заботливые, спокойные.

Женщины, чувствующие себя одинокими, чаще всего описывают отношения с матерью в детстве с помощью прилагательных: сложные, тяжелые, близкие.

Отношения с отцом, женщины, чувствующие себя одинокими, чаще всего описывают с помощью следующих прилагательных: отдаленные, хорошие, заботливые.

Напомним, что в соответствии с подходом М. Мэйн к анализу интервью важным является не столько содержание ответов, сколько отношение респондента к раннему опыту, ранним отношениям с матерью. В последующей неофициальной беседе большинство участниц проведенного исследования подтвердили, что отношения с родителями, сформированные в детстве, остались практически неизменными во взрослом возрасте. Все обиды на родителей, а также глубокие чувства любви и благодарности, по словам женщин, усугубились с годами. Некоторые испытуемые винили своих родителей в недостаточном внимании с их стороны, некоторые испытуемые в своих рассказах от-

носились с пониманием к позиции родителей и их манере воспитания. С уверенностью можно сделать один общий вывод – родительские фигуры являются очень важными и значимыми для ребенка, формируя его характер, отношение к миру и к другим людям, вне зависимости от того, какую оценку дает человек отношениям с родителями. Тип привязанности, формирующийся у человека, накладывает отпечаток на всю его жизнь. Складывается впечатление, что эмоциональная близость, опыт эмоционально поддерживающих отношений в детстве со значимым взрослым позволяют человеку сохранять ощущение близости и собственной нужности на протяжении всей жизни.

Результаты, полученные на нашей выборке, позволяют предположить, что существует определенная связь между субъективным восприятием одиночества и типом привязанности к родителям у женщин среднего возраста.

Для женщин, неглубоко переживающих одиночество (не одиноких), характерен автономный, безопасный тип привязанности к матери.

У женщин, глубоко переживающих одиночество (одиноких), обнаружен небезопасный тип привязанности к матери.

Некоторые женщины с ненадежным типом привязанности не ощущают себя одинокими, видимо, им удалось осмыслить и переработать свой детский опыт.

Переживание женщиной себя как одинокой связано с типом привязанности к матери и к отцу приблизительно в равной степени.

На нашей выборке оказалось, что тип привязанности к матери и к отцу совпадает у 75 % женщин. К сожалению, в рамках данного исследования невозможно было установить тип привязанности к каждому из родителей в период детства. Можно предположить, что детский опыт имеет свойство преобразовываться и тип привязанности к матери и к отцу интерферирует, сближается с возрастом.

Таким образом, данные нашего пилотного исследования дают основания говорить о существовании связи между отношением к одиночеству у женщин среднего возраста и типом сформированной у них привязанности к родителям.

Литература

1. Боулби Джон. Привязанность. – М.: Гардарики, 2003. – 477 с.
2. Боулби Джон. Создание и разрушение эмоциональных связей. – М.: Академический проект, 2004. – 232с.
3. Бриши К.Х. Терапия нарушений привязанности. М., Когито-Центр, 2012.

4. Вейс Р.С. Вопросы изучения одиночества //«Лабиринты одиночества» / М.: Прогресс, 1989. С. 114–126.
5. Винникотт Д. Способность к одиночеству. //Антология современного психоанализа// М., 2000. С. 254–260.
6. Кон И. С. Многоликое одиночество // Знание – сила. 1986. № 12.
7. Корчагина С. Г. Психология одиночества : учебное пособие. – М.: Московский психолого-социальный институт, 2008. -228 с.
8. Корчагина С. Г. Генезис, виды и проявления одиночества. – М., 2005
9. Лебовиси С. Теория привязанности и современный психоанализ//Уроки французского психоанализа. М., Когито-Центр, 2007, с.458–491.
10. Луганская Д.А. «Сто причин одиночества». (Время новостей: №24, 12 февраля 2010 г.).
11. Перлман Д., Пепло Л.Э. Теоретические подходы к одиночеству //«Лабиринты одиночества» / М.: Прогресс, 1989. С. 152–168.
- 11а. Полякова А.А. Характер переживания одиночества и социальный интеллект в молодом и зрелом возрасте (дипломная работа, МГППУ, 2011 г., рукопись).
12. Рассел Д. Измерение одиночества//«Лабиринты одиночества» / М.: Прогресс, 1989. С. 192–226.
13. «Универсум одиночества: социологические и психологические очерки» / Н.Е. Покровский, Г.В. Иванченко. – М.: Университетская книга, Логос, 2008, с. 63–75, 189–192
14. Фрейджер Р., Фэйдимен Д. Теории личности и личностный рост / Роберт Фрейджер, Джеймс Фэйдимен, – СПб.: «Питер», 2002. – 690 с.
15. Хамитов Н. В. Одиночество женское и мужское. Опыт вживания в проблему. – М.: АСТ, Харьков: Торсинг, 2004.
16. Эйнсворт М. Привязанности за порогом младенчества (перевод С.Б. Чернобай) // Детство идеальное и настоящее: сборник работ современных западных ученых: Пер с англ./Под ред. Е.Р. Слободской.- Новосибирск: «Сибирский хронограф, 1994 266с.
17. Boris Blai Jr EdD (1989): Health Consequences of Loneliness: A Review of the Literature, Journal of American College Health, 37:4, 162–167
18. Main M., Kaplan & Cassidy J. (1985). Security in infancy, childhood and adulthood: A move to the level of representation. In: Bretherton I., Waters E. (eds) Growing points of attachment theory and research. (Monographs of the Society for Research in child Development, 209, v. 50, № 1–2). Chicago: The University of Chicago Press, 66–106.
19. Main M. Recent studies in attachment. In: Goldberg S., Muir R., Kerr J. (eds) Attachment theory: Social, developmental, and clinical perspectives. Hillsdale, N.J., Analytic Press, 1995, pp.407–474.
20. Pearl A. Dykstra & Tineke Fokkema (2007): Social and Emotional Loneliness Among Divorced and Married Men and Women: Comparing the Deficit and Cognitive Perspectives, Basic and Applied Social Psychology, 29:1, 1–12
21. Russell, D. (1996). The UCLA Loneliness Scale (Version 3): Reliability, validity, and factor structure. Journal of Personality Assessment, 66, 20–40.

**Эффекты положительной и отрицательной
значимости в виктимном поведении взрослых**

В исследованиях психологов и виктимологов выявлено, что скрытой причиной виктимной активности является эмоциональное удовлетворение от демонстрации позиции «обиженного», несчастного для привлечения внимания ближайшего окружения и общества в целом (А. Адлер, Э. Берн, Л.В. Франк, и др.). Не случайно в виктимологии немалая часть исследований посвящена изучению провокационного поведения жертвы. Например, С.Н. Радачинским показано, что провоцирующий тип жертвы является наиболее распространенным типом жертв всех преступлений, и только незначительную часть (11,4 %) составляют нейтральные жертвы, поведение которых носит практически безупречный характер [4]. Наши исследования демонстративности взрослых (демонстрации своих несчастий с целью привлечения внимания) в структуре виктимного поведения (N=133, возраст от 30 до 58 лет) показали сильные положительные взаимосвязи данного качества с игровой ролью жертвы ($r=0,65$, $p<0,001$), с социальной ролью жертвы ($r=0,32$, $p<0,05$), и с общей ролевой виктимностью ($r=0,57$, $p<0,01$) [2]. Это говорит о том, что демонстративность являясь одной из доминирующих форм виктимной активности, одновременно может быть и причиной виктимного поведения.

В психологии одним из ведущих компонентов активности личности рассматривают ее притязания. Считается, что если мотивация выражает побудительную, динамическую сторону потребностей, то притязания – ценностную характеристику самого субъекта и его жизни. Притязания – это личностное выражение потребностей, это аспект самовыражения (К.А. Абульханова-Славская) [1]. Уровень притязаний не соответствующий самооценке, возможностям, стремлениям, желаниям, упорству, порождает серьезный конфликт между реальным и идеальным образами себя. Социально приемлемым способом разрешения данного конфликта, и выражения себя в сегодняшней действительности вполне может стать образ жертвы. Проведенный анализ побудительных причин виктимной активности, отраженных в научной литературе, сходится в одном: виктимная личность стремится как-то обозначить себя, приобрести значимость в мире человеческих отношений, отсюда сильнейшее стремление к статусно-престижной мотивации, демонстративность, неосознанные или осознанные провокации.

Более глубокое и разностороннее понимание некоторых тонкостей в поведении жертвы дает нам трехфакторная модель «значимого другого» А.В. Петровского, в которой выделена особая категория анализа: значимость. А.В. Петровский в качестве факторов данной модели обозначил: авторитет, аттракцию и властные полномочия, которые могут быть проанализированы через позитивные (+) и негативные (–) критерии значимости. При анализе активности лиц, относящихся к группе социальных ролей жертвы (условное наименование «аутсайдер» или социально-приемлемый тип жертвы), целесообразно остановиться на негативных критериях значимости, в которых находят место характеристики, связанные с «антипатией», «антиреферентностью» и антистатусностью» (А.В. Петровский) [3].

«Антиреферентность» рассматривается А.В. Петровским как отрицание всего, даже довольно разумного, что исходит от негативно значимого другого. Например, негативно значимым другим может быть постоянно унижаемый человек (антиреферентность по А.В. Петровскому), утративший авторитет и ставший покорным бесхребетным исполнителем чужой воли. Проявление негативной личностной значимости можно проследить и в ярко выраженной антипатии, полном эмоциональном отвержении другого (аттракция со знаком минус). Например «гадкий утенок» из одноименной сказки Г. Андерсена абсолютно не симпатичен птичьему двору: «ужасный урод!» Гадкого утенка не принимают в силу выраженных, но недобряемых большинством особенностей, он является объектом насмешек и откровенной травли. Достаточно узнаваемая ситуация, которая характерна и для человеческого сообщества, ярким примером чего является моббинг в коллективах.

Примеры обратного знака властных полномочий (власть со знаком минус или «подчинение» по А.В. Петровскому) отражены в мировой истории, где показано, что практически все носители символа высшей власти рано или поздно становились «козлами отпущения». «Козел отпущения», испытывая дискомфорт, одновременно получает удовольствие от якобы великой миссии, которая заключается в том, что он как никто другой призван быть целительным средством, впитывая агрессию, накопившуюся в коллективе. Драматизм страданий «козла отпущения» – это единственное, что придает ему значительность, делает его особенным и неповторимым.

Таким образом, исследование некоторых метафоричных позиций в пространстве негативных значений выделенных критериев значимости, позволяет выделить то, что объединяет вышеперечисленных героев. Основное – это наличие, ярлыка, по которому можно определить тот или иной тип социальной роли жертвы. Если ярлык принимается, индивид начинает сам себя стигматизировать, что препятствует развитию личности и может ее деформировать. Стигматизация и самостигматизация вызывают крайне неприятные переживания, при которых человек испытывает физический и эмоциональный дискомфорт, но неосознанный страх быть обезличенным еще сильнее. Ведь «индивида, обделенного личностными характеристиками, можно уподобить нейтринно, гипотетической частице, которая бесследно пронизывает плотную среду, не производя в ней никаких изменений» – пишет А.В. Петровский [там же, с. 112]. Поэтому виктимная личность делает выбор в пользу негативной значимости. Лучше быть плохим, чем никаким.

Подтверждение своей значимости необходимо и взрослым людям с игровой ролью жертвы (социально одобряемый тип жертвы). В качестве факторов, определяющих значимость данного типа жертв, выступают характеристики с условным знаком плюс: авторитет, аттракция и властные полномочия. Это то, чего при помощи манипуляций легко добивается индивид с игровой ролью жертвы, стремясь привлечь внимание и стать значимым для других. Одной из форм самовыражения – представление о себе, как о беспомощной жертве какого-нибудь недуга. Слабость, болезнь, беспомощность способны разбудить роль Спасителя у каждого нормального человека. Симптомы «комплекса болезни» весьма распространены среди людей, которые чувствуют, что их власть растет, и пользуются своими болезнями, чтобы привлечь к себе внимание окружения. Данный феномен хорошо описан в работах А. Адлера, Э. Берна, З. Фрейда, К. Хорни, и др. и отражает все три критерия значимости, которые были выделены А.В. Петровским.

Человеку, находящемуся в позиции жертвы, свойственно «ненасытное» стремление к вниманию со стороны. Эгоистическая направленность на себя, демонстративность, умения манипулировать, «инаковость», депрессивность, рентные и кверулянтские установки, и т.п. характеристики отличают людей данного типа. Формой самовыражения может быть «бедный художник», «непризнанный гений», «нищий», «шут», и другие виктимные личностные типы. В данном случае мы

наблюдаем динамичную и противоречивую модель значимости, основанную на референтности-антиреферентности, симпатии-антипатии, власти-подчинении. Так, например, непризнанный гений является значимой фигурой для ближайшего окружения, так как занимается созданием, якобы, «гениального продукта». Когда продукт так и не получен, непризнанный гений становится антиреферентным лицом для разочаровавшегося в нем окружения. В психологии хорошо известен феномен амбивалентных чувств как внутренне противоречивого эмоционального состояния или переживания, связанного с двойственным отношением к человеку, характеризующимся его одновременным принятием и отвержением. Подобный сгусток противоречивых эмоций возникает, например, и на фигуру нищего: нищий притягивает своим жалким видом и одновременно отталкивает своей убогостью.

Такая форма самовыражения как «шут» дает неограниченную власть над людьми, однако, будучи жертвой обстоятельств, «шут» вынужден подчиняться собственной «маске без лица», скрывая слезы печали от невозможности реализации своих истинных жизненных предназначений. «Ведь я не шут у трона короля, Я Гамлета безумие страстей» – фраза, которая точнее всего подчеркивает серьезный конфликт между разными жизненными предназначениями взрослого человека, находящегося в позиции жертвы.

В проведенных нами эмпирических исследованиях со взрослыми [2] выявлено конфликтное соотношение идеальных и реальных жизненных предназначений виктимной личности. Обнаружены серьезные противоречия между разными жизненными предназначениями; между жизненными предназначениями и смысложизненными ориентациями у лиц, которые придерживаются позиции жертвы. Например, стремление быть руководителем вступает в резкое противоречие с жизненным предназначением быть подчиненным, стремление быть творцом – в противоречие с жизненным предназначением быть исполнителем. В структуре смысловой сферы виктимной личности был получен фактор отказа от своих истинных жизненных предназначений в силу убежденности в своей физической слабости и бесполезности собственных усилий [2]. Завышенный уровень притязаний виктимной личности не соответствующий самооценке своих возможностей, ведет к беспокойству, проблемам с психологическим здоровьем, к еще большей ориента-

ции на внешние ценности (материальное благополучие, роскошь, престиж, статус) и «зависанию» в позиции жертвы.

Таким образом, все взаимодействие виктимных лиц является взаимовыгодным процессом поддержания как позитивной, так и негативной значимости друг друга. Быть значимым, привлечь внимание – едва ли не главная («причинность причины»), но скрытая как от других, так и от самого себя причина поведения жертвы. Системообразующим мотивационный фактором виктимного поведения выступает потребность виктимной личности в значимости, которая реализуется через негативные (антипатию, антиреферентность, антистатусность) и позитивные (симпатия, референтность, властные полномочия) критерии значимости. Межличностное ролевое взаимодействие взрослых виктимных лиц является взаимовыгодным процессом поддержания как позитивной, так и негативной значимости друг друга.

Литература

1. *Абульханова-Славская К.А.* Стратегии жизни. М. Изд-во Мысль, 1991.
2. *Одинцова М.А. Чернобровкина Н.Ю.* Смысложизненные ориентации виктимной личности // *European Social Science Journal*. 2012. № 8 (24). С. 254–261.
3. *Петровский А.В.* Психология и время. СПб., 2007.
4. *Радачинский С.Н.* О понятии провокации преступления // *Научные труды ученых юристов Северо-Кавказского региона*. Краснодар, 2008. Вып. 18. С. 21–25.

М.А. Кони́на, А.Б. Холмогорова

**Половозрастные аспекты неограниченного
сексуального поведения в современной культуре**

Неограниченное сексуальное поведение (то есть раннее начало половой жизни, беспорядочные половые связи, частая смена сексуальных партнеров) является феноменом современной культуры и обращает на себя внимание отечественных и зарубежных исследователей [Seal, 1994; Wright at al., 1997; Schmitt, 2005, 2007; Penke, 2008; Westerlund at al., 2010; Owuamanam, 2013; Эйзлер, 2011; Кони́на, Холмогорова, 2014, 2015 и др.], отмечают и исследуют связи этого феномена с психопатологией [Foster at al., 2006; Jonason at al., 2009; Кони́на, Холмогорова, Сорокова, 2014 и др.] и с другими социальными феноменами, такими как разрушение институтов семьи и брака [Эйзлер, 2011], ухудшение здоровья в масштабах популяций

[Lancet, 2013], асоциальное поведение [Перин, 2009; Уэльбек, 2011; Максимов, Холмогорова, 2009] и др. Феномен неограниченного сексуального поведения последние годы также находится в фокусе современного искусства (разные жанры литературы, публицистики, кино) [Кони́на, Холмогорова, 2014]. В современной науке и в современном искусстве звучит идея, что сексуальная неограниченность ведет к ряду специфических характеристик сексуальной культуры современного человека, таких как «отчуждение» (чувственного от аспекта отношений от сексуального); «проектность» (априори предполагаемый финал – завершение связи); разрушение социальных институтов, регулирующих половую жизнь; нормализация проституции и включение сексуальных отношений в «товарообмен»; виртуализация и множественность (не только последовательных, но и) параллельных сексуальных связей, противоречивость ментальных конструктов, связанных с сексуальным поведением. Современная культура снимает запреты и ограничения с сексуальной сферы, в ней явно преобладают типы сексуального поведения и предпочтений на полюсе неограниченности (промискуинности).

Исследование стратегий сексуального поведения в российской популяции показало, что неограниченное сексуальное поведение среди пользователей российского интернета распространено: 16,7 % общего числа опрошенных (N=492) склонны к промискуитету, то есть вступают в сексуальные связи с пятью и более партнерами в течение года. 63,5 % из числа тех, кто имеет постоянные сексуальные отношения, имеют контакты с другими партнерами, эти данные позволяют предположить, что выбор неограниченных стратегий не связан с отсутствием постоянных близких отношений [Кони́на, Холмогорова, Сорокова, 2014; Кони́на, Холмогорова, 2015].

Распространенность промискуитета в современной культуре ставит задачи исследования половозрастных особенностей такого поведения. Выявленные закономерности устанавливают тенденции в современной сексуальной культуре, в том числе принципиально новые, опровергающие ранее существующие представления об особенностях сексуального поведения в возрастных группах.

Характеристика обследованных групп и методов исследования

В исследовании приняли участие всего 542 человека. *Испытуемые первой группы, 492 пользователя интернета* (среди них 235 мужчин и

257 женщин в возрасте от 18 до 55 лет, средний возраст 29 лет), были обследованы с помощью специально запрограммированного интернет-сайта (sexpsycho.ru). Среди участников опроса преобладали образованные люди, имеющие в основном высшее (64 %) или неполное высшее (29 %) образование. Семейное положение участников: 57 % холосты/не замужем, 15,5 % состоят в гражданском, 14,5 % – в официальном браке, 13 % не ответили на вопрос о своем семейном статусе.

Во второй части исследования приняли участие 50 мужчин. Отбор испытуемых проходил по признаку наличия 5 сексуальных партнеров за последний год. Обследование прошли мужчины в возрасте от 22 до 57 лет (средний возраст 33,8 лет). Среди участников опроса преобладали образованные люди (84 % обследованных с высшим, несколькими высшими и неполным высшим образованиями; среднее образование у 16 % опрошенных). На момент обследования 72 % респондентов не имели постоянных отношений, 8 % в отношениях, 4 % в гражданском и 16 % в официальном браке.

Для изучения закономерностей сексуального поведения был применен **опросник оценки социально-сексуальных стратегий SOI-R** (The revised Sociosexual Orientation Inventory), разработанный Л. Пенке и Дж. Асендорфом [Penke, Asendorpf, 2008] на основе опросника SOI [Simpson, Gangestad, 1991], переведенный на русский язык, дополненной тремя шкалами, и подтвердивший свою факторную валидность в выборке говорящих на русском языке мужчин и женщин (N=492) [Кони́на, Холмогорова, 2014, 2015]. Подтвержденная на российской выборке трехфакторная структура опросника позволила получить данные о сексуальном поведении (SB), сексуальных убеждениях (SA) и сексуальных фантазиях (SD) испытуемых (применялась девятиинтервальная версия субшкал). В опросник также были введены три дополнительных пункта, которые образовали субшкалу, отражающую сексуальное поведение человека на полюсе постоянства (SC). Опросник с дополнительной шкалой получил название SOI-R/New.

Результаты исследования

Средние баллы по субшкалам опросника SOI-R/New для мужчин и женщин представлены в табл. 1. Показатели по субшкалам SB, SA, SD («сексуальное поведение», «сексуальные убеждения» и «фантазирование»), а также интегральные показатели для мужчин выше, чем для женщин (критерий Манна-Уитни, на уровне значимости $p < 0,001$). Иными словами, мужчины более активны в сексуальном

поведении и менее ограничены в своих сексуальных установках и фантазиях. При этом мужчины и женщины одинаково стабильны в отношениях со своим постоянным сексуальным партнером (по субшкале «Сексуальное постоянство» нет статистически значимой разницы между средними баллами для мужчин и женщин).

Таблица 1.

Показатели сексуального поведения, убеждений, предпочтений, постоянства и общей сексуальной активности у мужчин и женщин (обновленная версия опросника Л. Пенке SOI-R/New)

Показатели социально-сексуальных стратегий	Мужчины (N=235)		Женщины (N=257)	
	M	SD	M	SD
SB: Сексуальное поведение	4,50*	2,15	3,55*	1,89
SA: Сексуальные убеждения	6,48*	2,311	4,59*	2,13
SD: Фантазирование	4,13*	2,03	3,11*	1,67
SC: Сексуальное постоянство	5,33	1,54	5,17	1,43
SOI-R: Индекс социально-сексуальных стратегий	4,49*	1,33	3,59*	1,09
SOI-R/New: Индекс социально-сексуальных стратегий	4,70*	1,11	3,99*	0,88

M – среднее значение

SD – стандартное отклонение

* – есть тенденция к различиям между испытуемыми ($p < 0,001$).

Сексуальная активность (общий индекс социально-сексуальных стратегий SOI-R/New, повышение индекса свидетельствует о росте неограниченности как в поведении, так и в убеждениях о приемлемости неограниченного сексуального поведения и интенсивности фантазирования о сексе с разными партнерами) в разных возрастных интервалах представлена в табл. 2. С помощью критериев Краскела-Уоллиса (о наличии тенденции изменения сексуальной активности в зависимости от возраста) и Джонкхиера-Терпстра (о возрастании сексуальной активности с возрастом) было установлено (уровень значимости $p < 0,1$), что наблюдается повышение сексуальной активности у обследованных респондентов – от возрастной группы 1 (18–25 лет), к группам 2 (26–35 лет), 3 (36–40 лет), и 4 (41–55 лет).

Эта же закономерность на уровне тенденции была установлена в группе мужчин с неограниченным сексуальным поведением (N=50). Выявлена статистически достоверная положительная корреляционная тенденция возраста мужчин с выраженностью у них неограниченного сексуального поведения (табл. 3). Это означает, что чем выше возраст мужчин с неограниченным сексуальным поведением,

тем в большей степени у них выражено неограниченное сексуальное поведение. Таким образом, промискуинные стратегии закрепляются с возрастом. Эта закономерность получена как в большой популяционной выборке (N=492), так и в выборке мужчин (N=50), отобранных по критерию неограниченного сексуального поведения (наличие более 5 сексуальных партнерш в год) на уровне тенденции.

Таблица 2.

Средние баллы индекса социально-сексуальных стратегий (SOI-R/New) для разных возрастов, N=492

Выборка по возрасту, N	SOI-R/New
18–25 лет, N=153	3,73*
26–35 лет, N=245	4,51*
36–40 лет, N=49	4,74*
41–55 лет, N=45	4,85*

* – есть тенденция к различиям между испытуемыми ($p < 0,1$).

В той же таблице представлена еще одна связь сексуального развития мужчин с промискуинными стратегиями, полученная в выборке 50 человек. Чем в более раннем возрасте у мужчин произошел первый сексуальный опыт, тем в большей степени у них выражено неограниченное сексуальное поведение.

Таблица 3.

Связь выраженности неограниченного сексуального поведения (число сексуальных партнерш за год) у мужчин с возрастом, возрастом первого сексуального опыта

Коэффициент корреляции Спирмена	
Мужчины	Выраженность неограниченного сексуального поведения
Возраст (лет)	0,210t
Первый сексуальный опыт (лет)	-0,310*

Примечания: 1) * – Корреляция значима на уровне 0,05; ** – Корреляция значима на уровне 0,01; t – корреляционная тенденция; 2) значение выборки – 50.

Обсуждение результатов

Вопреки существующему мнению, что неограниченное сексуальное поведение связано с периодом начала сексуальной жизни, результаты применения критерия Джонкхиера-Терпстра в группе N=492 (данные собраны посредством интернет-опроса) и критерия Спирмена в группе N=50 (данные собраны очно) показывают, что стратегии неограниченного сексуального поведения с возрастом закрепляются как в смешанной половой группе – 235 мужчин и 257 женщин (см. табл. 1), так и в

группе из 50 мужчин, отобранных по критерию сексуальной неограниченности. Эта закономерность, подтвержденная в разных, не связанных друг с другом выборках, опровергает гипотезу, что неограниченное сексуальное поведение может быть соотнесено этапом становления сексуальности и нуждается в дальнейшем исследовании.

Большая часть данных (N=492) была собрана с помощью интернет-опроса. Эта форма сбора данных была оправдана по нескольким причинам: 1) тематика опроса предполагала, что анонимное обследование окажется безопаснее для респондентов: отвечать правдиво на вопросы, связанные с сексуальной жизнью, через интернет проще; 2) методика исследования компактна и по своему объему подходила для применения в интернете. Выбор интернет-ресурсов для проведения исследования позволил также увеличить выборку и широту охвата респондентов. Очевидно, что интернет-опрос накладывает некоторые ограничения, связанные с 1) репрезентативностью выборки (смещение в сторону более образованных, обеспеченных, жителей больших городов, пользователей интернета); 2) вероятной неправильной интерпретацией вопросов респондентами; 3) возможной дезинформацией и намеренным искажением данных (последнее ограничение преодолевалось с помощью отсева анкет, в которых пользователи предоставляли неполные (ответили на предложенные вопросы выборочно) или ложные (заведомо невозможные) сведения). Тем не менее подтверждение некоторых тенденций (о поступательном росте неограниченного сексуального поведения с возрастом), полученных в выборке, опрошенных с помощью сайта, с тенденциями, полученными в выборке, обследованных очно, дает возможность полагать, что данные обеих выборок исследования валидны.

Статистические расчеты позволяют предположить путь, по которому происходит формирование сексуальной неограниченности (табл. 1): сначала (наибольшие процентные показатели) человек принимает установки о нормальности промискуитета, присваивает их через нормы современной культуры, затем происходит фантазирование на тему неограниченного секса (средние процентные показатели от числа общей выборки), после чего промискуитет может быть принят как поведенческий паттерн. Закрепление такой формы сексуального поведения с возрастом, возможно, связано с постепенным ослаблением регуляции сексуальной сферы современного чело-

века в течение жизни. Времена «сексуальной революции» принесли резкие изменения в культурном осмыслении вопросов сексуальности – на смену почти полному отсутствию информации о сексе пришло резкое снятие всех границ и норм в половом вопросе. Навыки эффективной регуляции сексуального поведения в нашей стране до сих пор остаются актуальным вопросом.

Связь раннего сексуального опыта с неограниченным сексуальным поведением поднимает проблему раннего социального опыта, благополучия среды и влияния культуры. Ранний сексуальный опыт может быть как следствием сексуального или эмоционального насилия, так и отсутствия сформированных в семье и обществе навыков половой регуляции.

Выводы

Высокая распространенность неограниченного сексуального поведения (16,7 % среди пользователей российского интернета, N=492) поставила задачу исследования половозрастных аспектов такого поведения. В результате обследования двух групп респондентов (всего 542 человек) были установлены закономерности: 1) мужчины более неограниченны в своем сексуальном поведении, в убеждениях о приемлемости такого поведения и в фантазиях о сексе без ограничений, нежели женщины; при этом в постоянных сексуальных связях мужчины и женщины одинаково стабильны; 2) с возрастом выбор неограниченного сексуального поведения закрепляется, число сексуальных партнеров растет (закономерность получена в двух, не связанных друг с другом выборках, данные собраны разными способами). Полученные результаты объясняют необходимость формирования навыков регуляции сексуального поведения с учетом половых и возрастных различий, а также дальнейших исследований разных аспектов сексуального поведения в современной культуре.

Литература

1. Кони́на М.А., Холмогорова А.Б. Стратегии сексуального поведения в современной культуре // Культурно-историческая психология. 2015. С. 61–70.
2. Кони́на М.А., Холмогорова А.Б., Сорокова М.Г. Феномен неограниченного сексуального поведения в современном обществе: патологические тенденции культуры или патология личности? // Консультативная психология и психотерапия. 2014. № 2. С. 88–118.
3. Кони́на М.А., Холмогорова А.Б. Феномен неограниченного сексуального поведения в историческом контексте разных типов сексуальной культуры // Консультативная психология и психотерапия. 2014. № 3. С. 119–140.

4. *Максимов А.М., Холмогорова А.Б.* Социальные и психологические аспекты феномена мужской проституции в современной культуре // Культурно-историческая психология. 2011. № 1. С. 80–89
5. *Foster J.D., Shrira L., Campbell W.K.* Theoretical models of narcissism, sexuality, and relationship commitment. // *Journal of Social and Personal Relationships*, 2006. No 23. P. 367–386.
6. *Jonason P.K., Li N.P., Webster G.W., Schmitt D.P.* The Dark Triad: Facilitating short-term mating in men // *European Journal of Personality*, 2009. No 23. P. 5–18.
7. *Owuamanam D.O., Bankole M.O.* Family type and attitude sexual promiscuity of adolescent students in Ekiti State, Nigeria // *European Scientific Journal*, 2013 June. Vol. 9. P. 171–177.
8. *Penke L., Asendorpf J. B.* Beyond global sociosexual orientations: A more differentiated look at sociosexuality and its effects on courtship and romantic relationships // *Journal of Personality and Social Psychology*, 2008, Vol. 95. P. 1113–1135.
9. *Seal D.W., Agostinelli G.* Individual differences associated with high-risk sexual behavior: implications for intervention programmes // *Aids care*, 1994. Vol. 6. No 4. P. 393–397.
10. *Simpson J. A., Gangestad S.W.* Individual differences in sociosexuality: Evidence for convergent and discriminant validity // *Journal of Personality and Social Psychology*, 1991. No 60. P. 870–883.
11. *Schmitt D.P.* Sexual strategies across sexual orientations: How personality traits and culture relate to sociosexuality among gays, lesbians, bisexuals, and heterosexuals // *Journal of Psychology and Human Sexuality*, 2007. No 18. P. 183–214.
12. *Schmitt D.P.* Sociosexuality from Argentina to Zimbabwe: A 48-nation study of sex, culture, and strategies of human mating // *Behavioral and Brain Sciences*, 2005. No 28. P. 247–275.
13. *The Lancet*, 2013, November. Vol. 382. No 9907, P. 1795–1844
14. *Westerlund M., Santtila P., Johansson A., Varjonen M., Witting K., Jern P., Alanlo K., Sandnabba K.* Does unrestricted sociosexual behavior have a shared genetic basis with sexual coercion? // *Psychology, Crime & Law*, 2010 January-February. Vol. 16. P. 5–23.
15. *Wright T.M., Reise S.P.* Personality and Unrestricted Sexual Behavior: Correlations of Sociosexuality in Caucasian and Asian College Students // *Journal of Research in Personality*, 1997 June. Vol. 31. No 2. P. 166–192.

Е.Ю. Пряжникова

Профессиональное развитие и саморазвитие психологов-профконсультантов

Проблема профессионального развития и саморазвития психолога-профконсультанта, на наш взгляд, еще недостаточно освещена в психолого-педагогической литературе, хотя определенный интерес у исследователей эта тема вызывает. Каждый человек должен найти для

себя «свой путь» личностного саморазвития и профессионального самосовершенствования. Но чтобы как-то облегчить такой «поиск», полезно выделить в самом общем плане возможные варианты этих путей:

1. Можно выделить формальные и неформальные пути профессионального развития и саморазвития. Формальные пути больше связаны с существующими в вузе правилами и традициями работы со студентами, с «заботой» о студенте со стороны его научных руководителей, которые даже формально несут за своих учеников определенную ответственность. Неформальные пути предполагают обращение студента за помощью к своим сокурсникам или даже к тем преподавателям, с которыми у него сложились добрые взаимоотношения.

2. Можно выделить пути, связанные с работой. Поскольку в современных условиях многие студенты где-то подрабатывают, то реально основная помощь в профессиональном развитии может осуществляться не преподавателями вуза, а коллегами в других организациях. Заметим, что в нынешних условиях, помощь со стороны коллег по месту его работы (совмещаемой с обучением) для студента оказывается своеобразной компенсацией и, кроме того, если это коллеги-психологи, то они могут передать студенту реальный опыт практического использования психологических знаний на практике.

3. Пути, связанные с узкой специализацией будущего психолога студента или пути, предполагающие подготовку широкообразованного специалиста. С одной стороны, специализация в ходе обучения неизбежна и даже по-своему полезна. Например, студента включают в разработку какого-то проекта или исследования и тогда студент получает важный практический или исследовательский опыт применения своих знаний при решении важных психологических проблем. Но с другой стороны, у такого студента несколько «сужается профессиональный кругозор» и он упускает возможность получить в вузе широкую ориентировку в науке (и особенно, в университете, где и дается «универсальное» образование), приобщиться к разнообразным знаниям, приобщиться к культуре во всей ее сложности, многоплановости и противоречивости. В частности, Б.Ливехуд, анализируя особенности развития личности в период второго десятилетия жизни, пишет: «Молодой взрослый человек хотел бы проявить себя в различных ситуациях, чтобы таким образом изучить себя и свои способности... Худшее, что может случиться с человеком в этой фазе его жизни, это необхо-

димось в течение десяти лет выполнять одну и ту же работу, не имея возможности изучить при этом что-то новое. Сильные избегают этой лямки, строя сами свою карьеру и оставаясь всюду до тех пор, пока не изучат всего. Большая же часть, оглядевшись, приспособляется и учится не проявлять инициативы всю оставшуюся жизнь» (1).

4. Пути, выстраиваемые самостоятельно и пути, специально организованные кем-то. Реально трудно обойтись совсем без посторонней помощи. Идея «друга» и «учителя» по-настоящему волнует многих студентов. Но в действительности, далеко не просто обрести друга и помощника подлинного, который не только хотел бы помочь, но и готов это сделать. Поэтому важным условием дальнейшего профессионального и личностного развития является самостоятельный поиск таких путей. Заметим, что для полноценного личностного развития специалиста такие самостоятельные усилия все-равно когда-то придется сделать. Более того, настоящий друг и учитель специально должны были бы обеспечить условия для такой самостоятельности, ведь самой страшной услугой со стороны друга-учителя было бы формирование у молодого человека чувства иждивенчества и «полной защищенности» от каких бы то ни было сложностей судьбы. Какая уж здесь ответственность за собственную жизнь и профессиональную карьеру.

5. Пути, выстраиваемые с желанием, с жизненным азартом и пути, выстраиваемые без желания, как что-то «вынужденное». Естественно, лучше для полноценного личностного развития студента иметь такое жизненное желание. А для этого у студента-психолога все-таки должна быть какая-то значимая идея, цель, смысл и тогда даже многие «скучные занятия» в вузе воспринимаются совсем иначе, они становятся «облагорожены» этими смыслами и целями. Заметим даже, что нередко конкретные пути личностного и профессионального роста выстраиваются как бы «сами собой», как только студент или молодой специалист наконец-то осознает, чего же он хочет в этой жизни. В конце концов, путь – это всего лишь средство, способ, методика для решения каких-то более важных жизненных задач.

В реальной студенческой жизни «неформальные» пути профессионального и личностного развития имеют особый смысл. Именно они позволяют студенту почувствовать себя творческой личностью, подлинным «субъектом» учебно-профессиональной деятельности. По большому счету, настоящие студенты сами должны организовыв-

вать для себя интересные мероприятия и свой неповторимый досуг. Сам образ «настоящего студента» часто ассоциируется с выдумкой, неординарностью, остроумием и оптимизмом.

Условно можно выделить следующие варианты неформальных путей профессионального и личностного самосовершенствования как для студентов-психологов и для специалистов психологов-профконсультантов (2):

1. Учиться у клиентов, среди которых встречаются очень проницательные и тонко чувствующие ситуацию люди. Совсем не обязательно демонстрировать свое «тотальное» превосходство над клиентом. В хороших консультациях важно так организовать работу, чтобы все способности и таланты психолога были как бы объединены с талантами клиента, когда клиент чему-то учится в совместной работе у психолога, а психолог – у клиента.

2. «Учиться» у своих преподавателей и внимательно выделять особенности взаимодействия с аудиторией, особенно когда читается «скучная или очень сложная дисциплина». В реальной психологической практике часто возникают ситуации, когда клиент чем-то не интересен психологу. И тогда важнейшим показателем профессионализма психолога является его способность самому заинтересоваться проблемой доверившегося ему человека. В учебной аудитории такая практика наблюдения за преподавателем может выражаться в том, что студент просто «упражняется» в использовании невербальных средств (поза внимательного слушателя, доброжелательный, но не насмешливый взгляд и т.п.). Кроме чисто невербальных средств могут быть использованы и другие приемы, например, тактично заданный вопрос, а может даже и провокационный вопрос, касающийся некоторых спорных проблем психологии.

3. Учиться в совместной деятельности с коллегами-психологами. Речь даже не идет о так называемых «стажировках» (это уже формальная, специально организованная форма повышения квалификации специалиста). Психолог может просто понаблюдать за работой своего коллеги, или даже просто послушать о том, как он рассказывает о своих успехах и неудачах.

4. Самообразование студента-психолога. Для этого требуется научиться планировать свое свободное время, составить определенный план и программу своих основных действий и т.п. Но реально довольно сложно жить и учиться по «заранее составленному плану», хотя в жизни взрослого специалиста делать это все равно приходится. Гораздо

важнее иметь общую цель, идею, выделить для себя ключевые проблемы, которые должны волновать будущего специалиста в самых разных ситуациях. Поскольку психолог – профессия творческая, то невозможно такое творчество полностью «алгоритмизировать» с помощью четко исполняемых «программ». Но если у творческого человека имеется волнующая его идея, то в самых разных жизненных ситуациях он будет сознательно искать ответы на волнующие его вопросы.

5. Самостоятельное написание статей, докладов может очень сильно мобилизовать молодого человека. Само написание научного текста – это уже некоторая идея, но хорошо было бы, если эти тексты отражали какие-то научные идеи, а не просто являлись формальным условием для построения «успешной карьеры».

6. Участие в научных конференциях, психологических «школах» и т.п. Это также сильно мобилизует молодого психолога, повышает в нем чувство ответственности за свой профессиональный уровень, особенно, когда приходится делать доклады и выступления в присутствии своих сокурсников и известных психологов.

7. Наконец, горячие споры со своими сокурсниками, а может, и с теми преподавателями, с которыми сложились отношения открытости и сотрудничества. Сам спор не только вселяет уверенность в своих силах, но также обнажает и слабость Ваших аргументов, и другие недостатки (например, излишнюю агрессивность, неспособность слышать собеседника и т.п.)

В самом общем плане можно выделить **два основных направления профессионального самосовершенствования психолога-профконсультанта**:

1. Постоянное улучшение своей работы, что в свою очередь, предполагает:

- решение проблем клиентов (в идеале – формирование у клиентов готовности к самостоятельному решению своих проблем);
- разработку новых методов работы;
- формирование в самом себе готовности к решению все более сложных психологических проблем, т.е. развитие себя как профессионала и т.п.

2. Развитие и саморазвитие себя в профессии как личности. Напомним, что сама профессиональная деятельность понимается нами как одно из важных условий реализации и развития лучших творче-

ских возможностей человека. При этом профессия «психолог» дает для этого особые возможности и перспективы и не использовать их – это высшее проявление непрофессионализма.

В высших уровнях своего проявления и профессиональная, и жизненная, и личностная линии развития взаимопроникают и взаимодополняют друг друга.

Как уже отмечалось ранее, развитие субъекта профессионального самоопределения, в данном случае, психолога-профконсультанта неизбежно проходит через кризисы, которые еще предстоит осознать, чтобы контролировать и корректировать процесс их протекания. Поскольку кризисы профессионального становления неизбежны, то на первый план выдвигается такое важное условие полноценного формирования субъекта профессионального самоопределения как готовность преодолеть эти кризисные ситуации. И здесь важнейшим становится не столько интеллект, а морально-волевая основа самоопределения. При этом сама воля имеет смысл лишь при осознанном выборе жизненной и профессиональной цели, а также при стремлении к этой цели.

В связи с этим возникают даже несколько парадоксальные ситуации. Первая такая ситуация связана с часто возникающей необходимостью субъекта профессионального самоопределения сознательно отказываться от тех своих целей, которые уже не соответствуют его изменившимся представлениям о успехе в профессии или в жизни. Здесь приходится ставить под сомнение традиционно выделяемое в профессиональном самоопределении (и в психологии карьеры) требование всегда учитывать желания самоопределяющегося человека (его «хочу»).

Другая ситуация связана с необходимостью отказываться от учета имеющихся способностей и возможностей для достижения профессиональных и жизненных целей. Поскольку способности не только меняются сами в ходе развития самоопределяющегося человека, но и изменяются им самим произвольно, то традиционное «могу» также ставится под сомнение. Если мы основываемся в своих рассуждениях на «морально-волевою» составляющую субъектности, то должны ориентироваться на неизбежное изменение имеющихся способностей («могу») в результате волевых усилий развивающегося субъекта профессионального самоопределения.

Наконец, сомнения вызывает и традиционно выделяемое в профессиональном самоопределении «надо», т.е. учет потребности общества и рынка труда в данной профессии в том, какой она «должна быть». Мы

можем предположить, что развитый субъект самоопределения должен самостоятельно определять, что является «должным» и «сущностным» как для своего собственного развития, так для развития общества, а не просто подстраиваться под конъюнктуру «рынка труда». Это так же предполагает у психолога-профконсультанта развитую волю, т.е. его готовность самостоятельно ориентироваться в общественных процессах, преодолевая стереотипы общественного сознания.

При этом важно еще на первых этапах подготовки воодушевить обучающихся студентов-психологов на перспективу дальнейшего самостоятельного профессионального развития. Для этого важно не только сформировать у них чувство уверенности в своих силах и возможностях (создать мотивационную основу самосовершенствования), но и вооружить их доступными внутренними средствами для такой работы над собой (создать операциональную основу саморазвития). Наконец, важно побудить студентов (или молодых специалистов психологов-профконсультантов) сделать первые шаги к самостоятельному развитию себя как профессионала.

Поэтому перед большинством студентов и молодых, начинающих психологов-профконсультантов реально стоит проблема самостоятельного приобретения опыта профессионального саморазвития. И здесь ***полезным может оказаться известный и очень эффективный психолого-педагогический прием:*** чтобы развиваться самому, следует поскорее начать помогать в профессиональном и личностном становлении кому-то другому.

Литература

1. *Ливехуд Б.* Кризисы жизни – шансы жизни. Развитие человека между детством и старостью. – Калуга: Духовное познание, 1994.
2. *Пряжникова Е.Ю.* Психологические основы развития профессионального самосознания профконсультантов. Монография. – Брянск.: Брянский областной центр профориентации и психологической поддержки населения, 2001.

И.А. Баева, Л.А. Гаязова

Ресурсы безопасности пожилого человека, защищающие от психологического насилия

При увеличении продолжительности жизни отмечается неоднородность ситуации, касающейся качества жизни пожилых людей. В российских исследованиях отмечается, что качество жизни пожилых

людей имеет ряд отрицательных характеристик, среди которых: восприятие пожилого поколения, как обузы для общества, отсутствие у пожилых собственных интересов, проблемы со здоровьем, низкий уровень социальной гигиены; маленькие пенсии, отсутствие сбережений; связанное с выходом на пенсию ограничение в общении, замыкание на семье [2]. Негативные стереотипы относительно лиц пожилого возраста имеют широкое распространение. Эйджизм проявляется почти во всех сферах жизнедеятельности пожилого человека, особенно в профессиональной деятельности. Однако в настоящее время обращает на себя внимание другая проблема, связанная с распространенностью проявления жестокого обращения и пренебрежения в отношении пожилых людей в ближайшем социальном окружении.

Статистические данные свидетельствуют, что насилие является достаточно распространенным явлением, например, согласно данным Американской психологической ассоциации, приблизительно 2,1 миллиона пожилых американцев подвергаются различным видам насилия каждый год [3]. Насилие в семье отличается высокой степенью латентности в связи с тем, что пострадавшие не всегда обращаются в правоохранительные органы, кроме того, некоторые члены семьи не способны самостоятельно обратиться за помощью извне. По мнению специалистов почти 40,0 % от общего числа насильственных преступлений происходит в семье. В силу индивидуальных различий не все люди в одинаковой степени восприимчивы к психологическому насилию. Некоторые имеют в личностной структуре элементы, которые активизируются под воздействием ситуации риска и являются психологическими предпосылками превращения личности в жертву. Вместе с тем, широкое распространение получило изучение феномена психики человека, состоящего в способности личности сохранять психологическое благополучие и в некоторых случаях, используя полученный негативный опыт, развиваться в сторону укрепления психологического ресурса сопротивляемости трудным жизненным ситуациям. Сопротивляемость человека является сложным психическим феноменом, отражающим свойство личности противостоять деструктивным воздействиям окружающего мира и успешно преодолевать их, сохраняя собственное здоровье и используя полученный опыт как основу для позитивных личностных изменений. Сопротивляемость негативным воздействиям окружающей среды мы называем психо-

логической безопасностью личности, характеристики которой определяются, с одной стороны, особенностями социальной ситуации, с другой – внутренним психологическим ресурсом человека.

Спротивляемость имеет эмпирические референты, которые могут меняться в зависимости от характеристик ситуации, требующей повышенного вовлечения ресурсов личности для сохранения ее целостности. В ситуации психологического насилия в ежедневном межличностном взаимодействии пожилого человека с ближайшим социальным окружением сопротивляемость будет проявляться в защищенности как положительном эмоциональном переживании и осознании возможности удовлетворения своих потребностей, иногда вопреки ситуации.

Проведенный анализ показал, что в качестве ресурсов, обеспечивающих психологическую безопасность и защищенность личности пожилого человека от психологического насилия в ближайшем социальном окружении, могут быть рассмотрены:

жизненный опыт и способность продолжать планировать будущее;
социально-психологические особенности личности;

особенности доминирующего психического состояния и способов его саморегуляции.

В проведенном эмпирическом исследовании, целью которого было подтверждение результатов теоретического анализа, приняли участие психически здоровые пожилые люди, всего 192 человека, из них 56 мужчин и 136 женщин в возрасте от 60 до 84 лет. Реализация цели достигалась за счет использования следующих методик исследования. Для изучения уровня и структуры защищенности личности пожилого человека от психологического насилия в ближайшем социальном окружении использовалась адаптированная шкала «Защищенность личности от психологического насилия» методики «Психологическая диагностика безопасности образовательной среды» И.А. Баевой. Для выявления личностных особенностей пожилого человека, обеспечивающих его защищенность от психологического насилия, были использованы Гиссенский личностный опросник для выявления социально-психологических особенностей личности пожилого человека; методика «Доминирующее состояние» Л.В. Куликова для выявления особенностей преобладающего психического состояния; опросник А.О. Прохорова для изучения представления пожи-

лых людей о наиболее часто испытываемых состояниях и способах их саморегуляции; «Психологическая автобиография» Е.Ю. Коржовой для изучения особенностей восприятия событий жизненного пути. Также использовалась анкета для сбора социально-демографических данных испытуемых и неструктурированное интервью для выявления представлений пожилых людей о психологических ресурсах сопротивляемости трудным жизненным ситуациям.

Выборка испытуемых была поделена на группы пожилых людей с высоким уровнем защищенности от психологического насилия и не защищенных от психологического насилия в семье, были изучены их личностные характеристики и осуществлён сравнительный анализ полученных результатов. Математическая обработка результатов проводилась при помощи методов описательной статистики, методов статистического вывода (t -критерий Стьюдента для независимых выборок), критерия Фишера для сопоставления выборок по качественно определяемому признаку, корреляционного (коэффициент линейной корреляции Пирсона), однофакторного дисперсионного, кластерного и факторного анализов.

Проведенное исследование позволило получить эмпирические доказательства следующих положений.

- Установлено, что защищенность личности от психологического насилия является проявлением сопротивляемости в конкретных жизненных ситуациях. Структурные компоненты защищенности раскрываются в соответствии с формами психологического насилия и включают в себя защищенность от недоброжелательного и неуважительного отношения, игнорирования, принуждения, обидного обзывания, угроз, высмеивания, оскорбления и публичного унижения.
- Выявлено, что уровень защищенности пожилого человека от психологического насилия в ближайшем социальном окружении не зависит от возраста, уровня образования, совместного проживания с супругом, детьми и другими родственниками. Пол оказывает влияние на такие структурные компоненты защищенности от психологического насилия, как защищенность от недоброжелательного отношения и защищенность от публичного унижения, но не оказывает значимого влияния на общий индекс защищенности.
- Доказано, что структура защищенности пожилого человека меняется в зависимости от общего уровня защищенности личности

пожилого человека от психологического насилия в ближайшем социальном окружении. При низком уровне защищенности все структурные компоненты делятся на две группы в соответствии с явным и неявным видами психологического насилия. При высоком уровне защищенности остальным формам психологического насилия противопоставляется игнорирование.

- Установлено, что пожилые люди, независимо от общего уровня защищенности от психологического насилия, наиболее уязвимы к игнорированию со стороны ближайшего социального окружения. Это доказывает, что данная форма психологического насилия наиболее травматична для пожилого человека.
- Обнаружено, что картина жизни пожилых людей с высоким уровнем защищенности является более полной, в ней присутствуют события будущего, которые связаны с ожиданием радостных ситуаций, а радостные события прошлого в большей степени реализованы. Тип событий относящихся к изменениям социальной среды более значим для людей с высоким уровнем защищенности.
- Для пожилых людей с высоким уровнем защищенности ресурсами сопротивляемости являются поддерживающие взаимоотношения с родными людьми (детьми и внуками, мужем/женой), тогда как пожилые люди с низким уровнем защищенности в большей степени надеются на собственные силы.
- Защищенность обеспечивается такими факторами, как принятие себя и жизни, устойчивость положительного эмоционального фона и активная жизненная позиция, более развитые социально-психологические умения, оптимизм. Сравнение выявленных факторов с данными, полученными в результате анализа теоретической литературы о ресурсах сопротивляемости детей и более молодых людей, позволило сделать вывод об универсальности данных факторов [1].

Перспективы дальнейших исследований психологической безопасности личности в трудных жизненных ситуациях и ее защищенности от психологического насилия мы видим, во-первых, в поиске проявлений сопротивляемости в зависимости от конкретных жизненных условий и проблемных ситуаций разного типа. Во-вторых, в выявлении возрастных особенностей сопротивляемости на протяжении всей жизни человека, установлении специфических ресурсов, обеспечива-

ющих состояние психологической безопасности, для каждого этапа психического развития. В-третьих, в использовании выявленных закономерностей на практике, в работе с людьми, имеющими затруднения в реализации личностного потенциала в преодолении проблемных ситуаций, а также для создания превентивных мер для обеспечения успешного совладания человека с жизненными трудностями.

Литература

1. *Баева И.А.* Ресурсы психологической защищенности и факторы сопротивляемости насилию в онтогенезе // Известия Российского государственного педагогического университета имени А.И. Герцена. № 155. – СПб., 2013. – с. 5–16.
2. *Бахметова Г.М., Иванникова Л.В.* Современные проблемы старения в России и Европейских странах. – Ростов-на-Дону: Научное издание РГЭУ (РИНХ), 2000. – 54с.
3. *Elder Abuse and Neglect: In Search of Solutions* // Journal of abuse and neglect / <http://www.apa.org/pi/aging/eldabuse.html>

В.А. Наумова

**Модель оптимизации личностных ресурсов
на этапе поздней зрелости**

В последние годы в русле новых подходов к развитию личности на этапе позднего онтогенеза всё чаще возникает необходимость изучения ресурсных возможностей стареющего человека. Интерес к проблеме ресурсов в период позднего онтогенеза обусловлен двумя группами причин. Во-первых, на протяжении жизни человек исчерпывает не все свои личностные ресурсы в силу их не востребованности, тем самым образуя «пространство возможного» [8, с. 22]. Реализация данного ресурса как потенциально латентного, происходит только через самодетерминированный выбор личности. Это позволяет актуализировать личностную субъектность и обеспечить конструктивные изменения жизнедеятельности у пожилых и старых людей. Вторая группа причин связана с потребностью развития толерантности современного социума к старости, формирования отношения к периоду поздней зрелости с позиции уважения и восхищения, сохранения диалога поколений [2; 11].

Исходной посылкой моделирования оптимизации личностных ресурсов в период поздней зрелости послужили идеи Л.И. Анцыферовой о том, что в старости «любая порождающая деятельность»

способствует актуализации новых смыслов и значений предметного и социального мира и тем самым устраняет состояние неопределённости этапа позднего онтогенеза. Важно, что решение таких задач, по мнению автора, требует напряжения психических сил, которые побуждают личность использовать свой не только актуальный, но и потенциальный жизненный опыт, образуя «зону ближайшего развития пожилого человека» [2].

Под понятием «личностные ресурсы» мы понимаем прижизненно сформированную совокупность индивидуальных особенностей личности к периоду поздней зрелости как опыт самопознания и саморегуляции, который может характеризоваться как латентный и при наличии определённых факторов актуализируется в целях изменения организации жизнедеятельности личности [1; 2; 5].

Интегральная «системная организация индивидуально-психологических особенностей личности, лежащая в основе способности личности исходить из устойчивых внутренних критериев и ориентиров в своей жизнедеятельности и сохранять стабильность смысловых ориентаций и эффективность деятельности на фоне давлений и изменяющихся внешних условий», рассматривается как личностный потенциал [8, с. 9].

Модель основана на представлениях о сохранении самодетерминирующих возможностей личности в период поздней зрелости путем опосредствованного осознания и принятия себя на данном возрастном этапе как субъекта собственной жизнеорганизации, способного выступать автономным саморегулируемым субъектом активности [1;8].

В качестве внешнего катализирующего фактора активации личностного ресурса мы использовали психологическую интервенцию методами системной арт-терапии А.И. Копытина, что предполагает актуализацию латентного ресурса личности, опосредствованного творческой активностью [7]. Специально организованная среда, обеспечивающая процесс целенаправленной творческой деятельности, а также наличие творческой безопасности, адекватного межличностного взаимодействия в тематической арт-группе, выступает детерминирующим фактором оптимизации личностного ресурса [10].

Модель предусматривает три этапа оптимизации личностных ресурсов: мобилизацию латентных ресурсов личности; разрешение противоречий и несоответствий в жизнедеятельности; самопрезентацию и самореализацию жизненной компетентности (рисунок).



Рисунок. Механизмы и этапы оптимизации личного ресурса на этапе поздней зрелости

Задача *первого этапа* заключается в стимулировании психологических ресурсов саморегуляции. В качестве теоретического обоснования данного шага мы использовали положения исследований В.О. Татенко, о том, что в период поздней зрелости происходит «выключение» отдельных структурно-функциональных блоков, где первым снижает функционирование блок потребности и способности к целеполаганию своего психического развития, а последним – потребности к закреплению в индивидуальном опыте результатов и способностей психической самоактивности [12, с. 33]. Актуализация психологических ресурсов саморегулирующих способностей субъекта на этапе поздней зрелости инициирует переструктурирование системных связей во взаимодействиях с объективной реальностью [1; 8; 10].

Продуктивное функционирование процесса мобилизации латентного ресурса приводит к возникновению разрыва между «я могу» и неблагоприятными условиями негативного восприятия старости, что составляет сущность *второго этапа* оптимизации личного ресурса в период поздней зрелости.

Завершающий этап включает в себя процессуальные аспекты результата разрешения противоречий и несоответствий в жизнедеятельности личности в период поздней зрелости. Это проявляется в само-

презентации и самореализации жизненной компетентности личности как субъекта собственной жизни. Понятие «самопрезентация» и «самореализация» рассматриваются в контексте акмеологического развития личности [3]. Г. Хойфтом при описании специфики деятельности личности в период поздней зрелости вводится понятие «жизненной компетентности», трактуемой как личностная позиция, позволяющая конструктивно использовать опыт проживания предыдущих этапов жизни в условиях современной действительности. Исходя из этого, мы предположили, что на этапе позднего онтогенеза самопрезентация выражается в сложном личностном механизме демонстрации жизненной компетентности личности с одновременным принятием себя как субъекта, обладающего данной компетентностью. Применительно к периоду поздней зрелости, на наш взгляд, целесообразно констатировать наличие самопрезентации жизненной компетентности как условия и одновременно как фактора благополучного старения [13]. Учитывая тесную взаимообусловленность самопрезентации и самореализации, мы предприняли попытку рассмотреть самореализацию жизненной компетентности как процесс реализации творческой деятельности либо как результат этой деятельности, либо как их единство.

Каждый из обозначенных этапов обладает собственным механизмом реализации. Наиболее продуктивным при рассмотрении механизмов *актуализации психологических ресурсов саморегуляции* в период поздней зрелости, нам представляется подход Д.А. Леонтьева, анализирующий их как устойчивые регуляционные стратегии или способы построения динамического взаимодействия с обстоятельствами жизни [8]. Мы опирались на основные переменные этой группы: жизнестойкость, рефлексивность, толерантность к неопределённости и копинг-стратегии. *Жизнестойкость* является базовой характеристикой личности, которая опосредствует воздействие на сознание и поведение человека объективных обстоятельств путем изменения оценки ситуации, создания мотивации к трансформационному совладанию, поиска активной социальной поддержки и развития здоровьесберегающих практик. *Рефлексивность* – индивидуальное свойство личности, обладающее трансформационной и генеративной функцией. Использование переменной *толерантности к неопределённости* опирается на взаимосвязи характера неопределённых стимулов и причин возникновения неопределённой

ситуации. Включение в модель *копинг-стратегий* основывается на представлениях о вероятной динамике «устойчивых способов поведения» и возможном трансформационном совладании как активном преодолении ситуации, в рамках которого старый человек экспериментирует с новыми формами поведения [9, с. 54–62].

Таким образом, актуализация латентного личностного ресурса путем смещения акцента с внешней, повседневной деятельности на механизм принятия и осознания ценности собственной жизни приводит к необходимости реализации второго этапа оптимизации личностного ресурса в период поздней зрелости.

В основе механизма реализации этапа «разрешение противоречий и несоответствий в жизнедеятельности» была использована точка зрения С.Д. Ryff, В.Н. Singer, согласно которой крайне важно усиление позитивных характеристик личности, как реальная возможность быстрой адаптации и благополучного функционирования человека [14]. Анализ результатов ряда исследований психологического благополучия в пожилом и старческом возрасте свидетельствует о сохранения на прежнем уровне показателей автономии, управления средой, самопринятия, целей в жизни – которые можно рассматривать как сильные и позитивные стороны личности на данном этапе жизни человека [4; 6]. Мы предприняли попытку рассмотреть благополучие личности в период поздней зрелости, определяемое нами в термине функциональное благополучие, с позиции ресурсных возможностей личностного роста и «психологического преодоления, возрастных потерь и трудностей» позволяющих сохранять и развивать позитивную личностную идентичность, а также активно функционировать стареющему человеку как субъекту собственной жизнедеятельности [14, с. 78]. Результатом усиления позитивных характеристик личности, можно считать осознания новых смысложизненных ориентаций, самопринятие, позитивное отношение к другим, самодетерминацию, открытость новому опыту и, как следствие, благополучное функционирование. Это позволяет субъекту на этапе поздней зрелости сохранять и развивать позитивную идентичность, что и способствует адекватному разрешению противоречий и несоответствий в жизнедеятельности личности в период поздней зрелости [1; 7].

Наиболее сложным в теоретическом осмыслении является переход от реализации второго этапа к механизмам осуществления

третьего этапа оптимизации личностных ресурсов – «самопрезентации и самореализации жизненной компетентности» в период поздней зрелости. В ситуации позитивного функционирования создается возможность *конструктивного принятия социальной ситуации развития* на этапе поздней зрелости как интеграция результатов позитивных решений задачи «принятия себя в новом статусе», функционирования соответствующих жизненных стратегий, а также использования социальной связности. Эффективный вариант данного сочетания стимулирует личностную и творческую активность старого человека, определяет содержание самопрезентации и возможности самореализации жизненной компетентности, как субъекта собственного жизненного пути и жизнедеятельности [10].

Предложенная модель оптимизации личностных ресурсов может выступать условием новой организации жизнедеятельности личности на этапе поздней зрелости.

Литература

1. *Александрова Н.Х.* Особенности субъектности человека на поздних этапах онтогенеза. Дисс... д-ра психол. наук: 19.00.13 – М., 2000. – 212 с.
2. *Анцыферова Л. И.* Психология старости: особенности развития психологии личности в период поздней зрелости // Психологический журнал. – 2001. – Т. 22. № 3. – С.86–99.
3. *Деркач А.А., Сайко Э.В.* Самость – базовый конструкт становления и развёртывания процесса самореализации как содержание акмеологического развития // Мир психологии. – 2008. – № 4 – С. 225–237.
4. *Дубовик Ю.Б.* Исследование психологического благополучия в пожилом и старческом возрасте // Психологические исследования: электрон. науч. журн. 2011. N 1(15). URL: <http://psystudy.ru>
5. *Ермолаева М.В.* Жизненный опыт как критерий личностного развития в старости // Мир психологии. – 2007. – № 3 – С. 145–152.
6. *Ковалёва Е.А.* Психологические трансформации личности в пенсионном возрасте. Дисс. ... канд. психол. наук: 19.00.01. – Сочи, 2010. – 185 с.
7. *Копытин А.И.* Системная арт-терапия: теоретическое обоснование, методология применения, лечебно-реабилитационные и дестигматизирующие эффекты. Дисс... докт. мед. наук: 19.00.04. – СПб., 2010. – 311 с.
8. *Личностный потенциал: структура и диагностика* /под ред. Д.А. Леонтьева. – М.: Смысл, 2011. – 680 с.
9. *Наумова В.А., Глоzman Ж.М.* Арт-терапия и успешное старение. – Verlag: LAP LAMBERT Academic Publishing, 2013. – 168 с.
10. *Наумова В.А.* Оптимизация личностных ресурсов на этапе поздней зрелости. Монография / – П-Камчатский: КамГУ им. Витуса Беринга, 2015–194 с.
11. *Подольский, А.И., Шмит, Э., Хиннер, Й.* Образы старости и идентичность в диалоге поколений // Психология зрелости и старения. – 2010. – № 3. – С. 65–84.

12. *Татенко, В.О.* Субъект психической активности: поиск новой парадигмы // Психологический журнал. – 1995. – Т. 16, № 3. – С. 23–34.
13. *Хойфт, Г., Крузе, А., Радебольд, Г.* Геронтопсихосоматика и возрастная психотерапия. – М.: Издательский центр «Академия», 2003. – 370 с.
14. *Ryff, C.D., Singer, B.* Interpersonal flourishing: a positive health agenda for the new millennium // Journal of Personality and Social Psychology. 2000. Vol. 4. – P. 12–27.

Раздел III
Старение и старость

*«Как басня, так и жизнь
ценится не за длину, но за
содержание»*

Сенека

М.К. Павлова**Образы старения и старости и их значение для психологической адаптации и здоровья в пожилом возрасте****Краткий обзор зарубежных исследований**

Прогрессирующее старение населения во многих странах мира привело к тому, что проблемой старения и старости все больше интересуются исследователи из самых разных дисциплин, в том числе и психологи. Несмотря на огромное многообразие психологических исследований старения, все они стремятся найти ответы на несколько фундаментальных вопросов: какие факторы определяют, будет ли пожилой человек счастлив или несчастлив, социально интегрирован или изолирован, активен или пассивен? Каковы психологические механизмы благополучного и неблагополучного старения и можно ли на них воздействовать? Другими словами, можно ли добиться повышения качества жизни в пожилом возрасте психологическими методами?

Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) ставит перед организациями всех уровней задачу обеспечить пожилым людям во всем мире возможность *активного старения*. Под активным старением подразумевается создание оптимальных условий для поддержания здоровья в пожилом возрасте, для участия пожилых людей в социальной жизни и для обеспечения их безопасности; конечной целью является улучшение качества жизни в процессе старения (World Health Organization, 2002). Активное старение противопоставляется менее благополучной его форме, которая, однако, угрожает многим пожилым людям, а именно: номинальное удлинение продолжительности жизни при значительном ухудшении ее качества в силу распространения возрастных заболеваний, инвалидности и социальной изоляции в пожилом возрасте. Эта опасность особенно актуальна для тех, кто живет в менее экономически развитых странах или принадлежит к менее образованным и обеспеченным слоям населения. В числе препятствий для активного старения, с которыми необходимо бороться, ВОЗ перечисляет не только экономические или медицинские, но также и социально-психологические факторы, включая так называемые *возрастные стереотипы*.

Понятие возрастных стереотипов. Стереотипы в отношении старения и старости отражают представления о пожилых людях в целом, вообще [7]. Например, распространенным негативным сте-

реотипом является представление, что старение – это процесс неуклонного ухудшения здоровья. Напротив, представление о пожилых людях как о мудрых и опытных – пример позитивного стереотипа. Поскольку возрастные стереотипы рассматривают пожилых людей как некую однородную социальную группу, эти стереотипы сродни гендерным или этническим. Впрочем, важное отличие первых заключается в том, что большинство людей рано или поздно стареют и таким образом становятся членами той самой группы, в отношении которых у них есть сложившиеся стереотипы [1].

Подходы к изучению и распространенность. Возрастные стереотипы активно изучаются в рамках социальной психологии (как часть классического направления исследований межличностного восприятия и межгрупповых отношений), психологии развития и геронтопсихологии (здесь упор делается на индивидуальные последствия, а также механизмы становления), организационной психологии (особый интерес здесь представляет возрастная дискриминация на рынке труда и в трудовых коллективах и ее причины, в том числе возрастные стереотипы) и других психологических дисциплин. Субъектом возрастных стереотипов (т. е. у кого они измеряются) в психологических исследованиях могут быть люди разных возрастов, начиная от детей и подростков и заканчивая самими пожилыми людьми. Для измерения возрастных стереотипов и изучения их влияния на социально-психологическую адаптацию и здоровье в пожилом возрасте используются самые разные методологические подходы: поперечно-срезовые и лонгитюдные опросы, лабораторные эксперименты, кросс-культурные исследования (как корреляционные, так и экспериментальные), а также анализ средств массовой информации. В соответствии с рекомендовавшими себя в социальной психологии методами изучения социальных стереотипов возрастные стереотипы могут измеряться как на уровне сознательного самоотчета, когда испытуемых просят оценить людей разного возраста по ряду характеристик (например, бодрость, здоровье, мудрость, жизнерадостность), так и на досознательном уровне (например, тест имплицитных ассоциаций и подповерховый прайминг). На русском языке замечательный обзор большого числа социально-психологических исследований возрастных стереотипов (причем в отношении не только пожилых, но и молодых людей) можно найти в работе А.В. Микляевой (2009).

Накопленный массив эмпирических данных показывает, что по двум фундаментальным измерениям, характеризующим любые социальные стереотипы, а именно компетентность (например, способный, умелый, независимый, уверенный) и душевность (например, добродушный, дружелюбный, искренний), пожилые люди (наряду с умственно отсталыми и инвалидами) единодушно воспринимаются как некомпетентные, но душевные [1]. Особый интерес представляет тот факт, что сами пожилые люди придерживаются того же мнения в отношении собственной возрастной группы [7], что является фундаментальным исключением в исследованиях социальных стереотипов (обычно представители собственной группы воспринимаются как и компетентные, и душевные [1]. При этом для пожилых людей, которые, естественно, лучше молодых знают, что такое старение и старость, все же характерны более позитивные, а также когнитивно более сложные возрастные стереотипы [3]. Наконец, кросс-культурные исследования показали, что возрастные стереотипы более позитивны в азиатских, чем в европейских культурах [7].

Приведем пример одного из последних исследований распространенности возрастных стереотипов, в котором с помощью контент-анализа изучалось содержимое социальной сети Фейсбук [9]. Это исследование было проведено под руководством одного из ведущих экспертов в данной области – Бекки Леви. Авторы проанализировали описания 84 групп англоязычного Фейсбука (что-то вроде «визитной карточки» группы, представленной ее создателями на заглавной странице), которые отвечали следующим критериям: не преследует коммерческих целей; относится к людям 60 лет и старше; членство открыто для всех пользователей Фейсбука. Результаты ошеломляют: в 74 % всех описаний содержалась резкая критика пожилых людей; в 41 % обсуждалась их физическая немощь, в 27 % – их умственное истощение, еще в 13 % – как физическая, так и умственная немощь (т. е. 81 % описаний содержали отсылку на ту или иную форму неполноценности); в 37 % групп их создатели ратовали за исключение пожилых людей из различных форм общественной жизни (в частности, предлагалось лишить их водительских прав и возможности самостоятельно ходить в магазин); в 26 % описаний пожилые люди представляли как беспомощные дети, которые нуждаются в защите и не могут принимать самостоятельных решений; наконец, в 10 % описаний упоминались

дома престарелых. Авторы выяснили, что средний возраст создателей этих групп 20–29 лет, и все они были моложе 60 лет; 65 % из них были мужчины; половина жили в Северной Америке, треть в Европе, остальные с других континентов. Впрочем, эти демографические характеристики оказались статистически не связаны с тенденцией описывать пожилых людей в вышеописанных негативных категориях. Хотя авторы исследования и допускают, что негативные описания пожилых людей в Фейсбуке демонстративно преувеличены (в силу анонимности, чтобы привлечь внимание других пользователей и т. п.), все же они считают полученные результаты весьма тревожными.

Связь с психосоциальной адаптацией и физическим здоровьем. Многочисленные исследования (в частности, лонгитюдные и экспериментальные) показали, что негативные возрастные стереотипы могут снижать субъективное благополучие, субъективные и объективные показатели физического здоровья, когнитивное функционирование (память, внимание) и физическую активность пожилых людей [7]. Это относится как к стереотипам, исходящим от других (как другие люди воспринимают людей моего возраста?), так и к стереотипам, усвоенным самими пожилыми людьми (как я воспринимаю людей моего возраста?). Интересно, что многие из этих данных были получены методом подпорогового прайминга, когда пожилым людям предъявлялись слова, связанные с негативными возрастными стереотипами («дряхлый», «болезнь Альцгеймера»), причем настолько быстро, что испытуемые не успевали сознательно зафиксировать, что за слово они увидели, замечая только мерцание экрана. Тем не менее, этого оказывалось достаточно, чтобы ухудшить ряд показателей физического и когнитивного функционирования, а также вызвать стрессовые реакции на физиологическом уровне [там же].

Напротив, позитивные возрастные стереотипы (в частности, позитивные ожидания людей среднего возраста относительно того, какой будет их собственная старость) имеют благотворные эффекты на здоровье и долголетие, а также на показатели субъективного благополучия и когнитивного функционирования [7; 16]. Важным доказательством является недавнее исследование, проведенное опять-таки Беккой Леви с соавт. [10]. Они провели экспериментальную интервенцию, в которой участвовали 100 испытуемых в возрасте от 61 до 99 лет (средний возраст – 81 год). Испытуемые были случайным

образом разделены на четыре группы, с каждой из которых были проведены четыре сессии с интервалом в одну неделю. Испытуемые первой группы получали подпороговый прайминг позитивными возрастными стереотипами (например, «бодрый»); испытуемые второй группы должны были сочинять эссе о физически и психически здоровых пожилых людях (таким способом у них пытались активировать позитивные стереотипы на сознательном уровне); испытуемые третьей группы делали и то и другое; наконец, испытуемые четвертой группы получали подпороговый прайминг бессмысленными словами и писали эссе на нейтральные темы. Чтобы сделать экспериментальные процедуры максимально сходными, первую группу также просили написать эссе на нейтральные темы, а вторая группа также получала подпороговый прайминг бессмысленными словами.

Наиболее эффективной оказалась методика подпорогового прайминга. После интервенции испытуемые первой группы демонстрировали значительно более позитивные возрастные стереотипы, более позитивные представления о самих себе как пожилых людях и лучшие показатели физического функционирования, замеренные наблюдателем (например, скорость приседаний), чем испытуемые четвертой группы. Эти эффекты сохранялись и через три недели после интервенции. Авторы предположили, что подпороговый прайминг более эффективен, чем попытки изменить стереотипы на сознательном уровне, потому что последние могут вызывать защитные реакции испытуемых, обусловленные потребностью сохранить свои устоявшиеся представления о старости и старении.

Происхождение возрастных стереотипов и предполагаемые механизмы их действия. Общепринятой является точка зрения, что возрастные стереотипы, как и другие социальные стереотипы, усваиваются еще в детстве и закрепляются в юности и ранней взрослости [7; 8; 11]. В обществе, исповедующем культ молодости, легко и даже выгодно смеяться над пожилыми людьми и противопоставлять себя им [8]. Опасность такого стереотипного восприятия обнаруживает себя только тогда, когда человек стареет сам. Возрастные стереотипы, прежде направленные против других, обращаются тогда на самого себя как представителя пожилой части населения [7]. Эмоциональный дискомфорт, связанный с таким переходом, демонстрирует тот факт, что люди пожилого возраста с ярко выраженными негативными воз-

растными стереотипами зачастую отказываются отнести самих себя к категории пожилых (Levy, 2003). Тем не менее, рано или поздно идентификация с данной возрастной группой происходит у всех стареющих людей, чему способствуют сигналы из социального окружения: первый опыт возрастной дискриминации на рынке труда или на приеме у врача, снисходительный тон молодых людей в разговоре и т. п. [8].

Для объяснения механизмов действия возрастных стереотипов чаще всего применяются теория стереотипной угрозы [14] и теория воплощения стереотипа [8]. Первая теория описывает действие любых социальных стереотипов, не только возрастных, и утверждает, что в ситуациях, имеющих прямое отношение к содержанию стереотипа (скажем, тестирование памяти), представители стереотипизируемой социальной группы (пожилые люди) испытывают тревогу, что своими действиями (плохим результатом в тесте) они подтвердят негативный стереотип («у пожилых людей плохая память»). Тревога, естественно, ухудшает их функционирование, что подтверждает стереотип.

Вторая теория была разработана Беккой Леви и относится непосредственно к возрастным стереотипам. Воплощение стереотипа означает, что в процессе старения люди подтверждают собственные ожидания относительно старения и старости (т. е. ранее усвоенные возрастные стереотипы). Например, пожилые люди с негативными возрастными стереотипами менее физически активны, потому что они не видят смысла в физических нагрузках («все равно состарюсь и умру»). Поскольку на деле физическая активность может замедлить возрастное ухудшение как физического, так и психического здоровья, эти пожилые люди в конечном итоге демонстрируют худшие показатели здоровья, чем их сверстники с более позитивными взглядами на старение. Теория воплощения стереотипа также утверждает, что люди испытывают бессознательную потребность соответствовать стереотипам, особенно своим собственным, и что это касается как позитивных, так и негативных стереотипов (в отличие от теории стереотипной угрозы, которая относится только к негативным стереотипам). Наконец, теория воплощения стереотипа расширяет трактовку понятия угрозы, допуская, что пожилые люди испытывают стресс всегда, когда они сталкиваются с негативными возрастными стереотипами, а не только в ситуациях, имеющих прямое отношение к содержанию этих стереотипов. Каждый из этих те-

зисов подкрепляется соответствующими эмпирическими данными [8], что говорит о жизнеспособности этой теории.

За пределами возрастных стереотипов: Исследования образов старости и старения в университете Йены. Понятие возрастных стереотипов является полезной эвристикой для изучения различий между потенциальным и реальным уровнем функционирования в пожилом возрасте, межкультурных различий в здоровье, субъективном благополучии и социальном статусе пожилых людей, а также некоторых индивидуальных различий в процессе старения, обусловленных позитивными или негативными установками. Тем не менее, исследования возрастных стереотипов несколько упрощают действительность, приписывая предельно обобщенным представлениям о пожилых людях как социальной группе решающую роль в определении характера старения отдельного индивида. В связи с этим в последние годы зародился интерес к более индивидуализированным подходам в геронтопсихологии, которые, в частности, различают отдельные сферы старения и вырабатывают новые конструкты, лучше отражающие индивидуальные различия в социальных, мотивационных, когнитивных и поведенческих аспектах старения. В оставшейся части статьи приведем примеры таких подходов, параллельно разрабатываемых двумя научными коллективами в институте психологии университета Йены, Германия. Один из них специализируется непосредственно на психологических проблемах старости и старения, в то время как второй, в котором работаю я сама, обращается к этой проблематике в рамках исследования роли глобальных социальных изменений (в частности, демографического старения) для жизни отдельных людей, и особенно для их психосоциальной адаптации и возрастного развития.

Образы старости и старения: дифференциация и индивидуализация. Кафедрой общей психологии университета Йены была предложена новая парадигма исследований образов старости и старения, которая существенно видоизменяет и дополняет классические исследования возрастных стереотипов. Анна Корнайт и Клаус Ротермунд, во-первых, указывают на то, что старение не является однородным и линейным процессом и может по-разному протекать в разных сферах жизни, таких как работа, семья, друзья и знакомые, досуг и общественная жизнь, религия и духовность, личность и образ жизни, финансы и материальное благополучие и, наконец, фи-

зическое и психическое здоровье [3]. Соответственно, и возрастные стереотипы должны измеряться не абстрактно, а конкретно, применительно к отдельным сферам старения. Как только этот подход был применен на практике с использованием данных немецкой выборки, выяснилось, что даже молодые люди в возрасте около 35 лет обладали весьма дифференцированными представлениями о пожилых, оценивая их наиболее положительно в сфере религии и духовности и наименее положительно в сфере здоровья; весьма положительными были и их оценки пожилых людей в сферах работы, досуга, и общественной жизни. Любопытно, что в сфере религии и духовности молодые люди придерживались даже более высокого мнения о пожилых, чем эти последние о своей собственной возрастной группе.

Во-вторых, применив основополагающий принцип психологии жизненного пути, что развитие происходит на протяжении всей жизни и что то, каким будет старость, зачастую определяется еще в молодости, Анна Корнадт и Клаус Ротермунд ввели понятие подготовки к возрастным изменениям в разных сферах жизни [5]. В силу увеличения продолжительности жизни, старость в экономически развитых странах может длиться долгие годы, и предвосхищение возрастных изменений, равно как и подготовка к ним, становятся важным фактором благополучного старения. Авторы разработали опросник, охватывающий разные формы такой подготовки в каждой сфере старения (напр. физическое и психическое здоровье), как-то: сбор информации (напр. о пользе физических упражнений), обдумывание и планирование (например, намерение заняться спортом), активные действия (напр. спорт и интеллектуальная активность) и тревожные мысли о старении в этой сфере жизни (например, страх деменции).

Факторный анализ показал, что тревожные мысли о старении в любой сфере были мало связаны с другими аспектами подготовки к старению в данной сфере и практически не связаны с возрастом; скорее, они отражали тревожность как личностную черту. Далее, сбор информации, планирование и активные подготовительные действия в сферах досуга, работы, внешнего вида, физической формы и социальной жизни были взаимосвязаны и отражали подготовку к начальному этапу старения («третьему возрасту», примерно от 60 до 75 лет), в то время как те же аспекты подготовки в сферах здоровья, критических ситуаций и жилищного и финансового положения относились к

поздней фазе старения («четвертому возрасту», около 76 лет и старше). Соответственно, более молодые испытуемые чаще готовились к «третьему возрасту», а более пожилые – к «четвертому возрасту».

В-третьих, в лонгитюдном исследовании [6] было показано, что подготовка к старению зависит от ожиданий относительно старения (каким я буду в данной сфере жизни, когда состарюсь?), а именно, чем позитивнее ожидания, тем больше возрастает интенсивность подготовки к старению в данной сфере, если она актуальна для собственной возрастной группы. Эти данные дополняют результаты предыдущих исследований возрастных стереотипов, в которых негативные стереотипы предсказывали, скажем, меньшую физическую активность и ухудшение здоровья в пожилом возрасте [7]. Более того, они служат прямым подтверждением теории воплощения стереотипа [9].

В-четвертых, эти авторы привлекли внимание исследователей к мотивационным аспектам старения, а именно, они выделили две мотивационных установки, на основе которых люди могут выстраивать свой образ жизни в пожилом возрасте [4]. Первая, «удовольствия и досуг», отражает стремление освободиться от социальных ограничений, накладываемых прежде всего профессиональной ролью, и (заслуженно) позволить себе то, что было по разным причинам недоступно в более молодом возрасте. Вторая, «активное участие», показывает желание оставаться значимым членом общества – работать, передавать свой опыт молодым, учиться и участвовать в общественной жизни, включая политику. Последняя установка в большей степени соответствует представлениям об активном старении, пропагандируемом ВОЗ [15]. Эмпирический анализ, однако, показал, что большая часть как молодых, так и пожилых людей хотят прожить свою старость скорее как период удовольствий и досуга, нежели как период активного участия в жизни общества. При этом определенную роль, опять-таки, сыграли возрастные стереотипы: чем они позитивнее, тем более выражена мотивация активного участия [4].

Меняющиеся общественные ожидания и старение. Так хотят или не хотят современные пожилые люди стареть «активно»? В наших собственных работах [13], проводимых на кафедре психологии развития университета Йены, мы начали исследовать, как пожилые люди воспринимают меняющиеся социальные ожидания в отношении старения и старости и какое значение это может иметь для пси-

хосоциальной адаптации в пожилом возрасте. На основании анализа высказываний политиков (и реальных изменений в политике, прежде всего повышения пенсионного возраста в ряде стран), некоторых СМИ и публичной статистики можно сделать вывод, что в настоящее время предпринимаются попытки сформировать новый образ старения и новые ожидания от представителей старшего поколения. По крайней мере в западных странах и по крайней мере от людей «третьего возраста» все больше ждут сохранения продуктивности в форме оплачиваемой или неоплачиваемой работы (последняя может выражаться, к примеру, через волонтерство), освоения новых технологий (как минимум основных пользовательских компьютерных программ и интернета), поддержания хорошей физической формы и даже молодежь вида, и в целом как можно более длительного сохранения финансовой, социальной и физической независимости [12]. Другими словами, не только различные социальные институты должны, в духе ВОЗ, обеспечить людям возможность активного старения, но и сами пожилые люди должны прилагать усилия, чтобы стареть «активно».

Хотя большая часть экспертов сходятся в том, что призывы к активному старению идут только на пользу и обществу, и самим пожилым людям, некоторые геронтологи возражают, что подобным образом ответственность переносится с социальных институтов на отдельных людей, что не совсем справедливо [2]. Например, можно ли здоровый образ жизни считать личным выбором и личной ответственностью каждого, если известно, что люди более образованные и обеспеченные в среднем ведут более здоровый образ жизни? И если некоторые люди просто не могут стареть «активно», какую реакцию могут вызвать у них пропаганда активного старения?

В нашей рабочей группе была разработана шкала, измеряющая воспринимаемые пожилыми людьми ожидания, что они должны стареть «активно», а точнее, восприятие усиления подобных ожиданий за последние пять лет [12]. Конкретные сферы ожиданий включали, как описано выше, принесение пользы обществу, поддержание физического и психического здоровья, освоение технологических новинок и некоторые другие. Помимо того, испытуемые должны были указать, оценивают ли они всю совокупность подобных ожиданий скорее позитивно (как вызов) или скорее негативно (как угрозу лично для них). Ключевой интерес для нас представляли индивидуальные различия в

восприятию и оценке вышеописанных ожиданий. На данных выборки испытуемых в возрасте от 56 до 75 лет мы показали, что:

(1) в среднем немцы данного возраста воспринимают умеренный рост ожиданий общества относительно активного старения и оценивают их скорее как вызов нежели как угрозу, т. е. скорее позитивно, чем негативно;

(2) наблюдаются систематические индивидуальные различия в воспринимаемом росте ожиданий и их оценке.

Например, что касается уровня ожиданий, то наименее затронутыми оказались пенсионеры и вдовцы, т. е. пожилые люди, утратившие ключевые социальные роли, которые интегрируют их в общество с его ожиданиями. Далее, группы населения, которые можно назвать наименее защищенными, как-то: жители бывшей ГДР, лица с низким уровнем образования и люди, испытывавшие проблемы со здоровьем, чаще оценивали подобные социальные ожидания как представляющие угрозу лично для них. Мы предположили, что неспособность соответствовать ожиданиям – в данном случае, стареть «активно» – может вызывать фрустрацию, отсюда субъективное ощущение угрозы.

Чтобы развить это предположение, а также с более общей целью понять, оказывают ли такие воспринимаемые ожидания общества влияние на реальную жизнь пожилых людей и на их субъективное благополучие, мы провели дополнительное исследование с использованием уже лонгитюдных данных той же самой выборки [13]. Для нас представляло интерес, во-первых, будут ли испытуемые, воспринимающие значительный рост ожиданий, что они должны стареть «активно», пытаться соответствовать этим ожиданиям – например, откладывая выход на пенсию или занимаясь волонтерством? Мы выяснили, что в основном нет: воспринимаемый рост общественных ожиданий почти не оказывал влияния на то, будет ли пожилой человек через год работать – за плату или как волонтер. Упрощенно этот результат можно трактовать так: ожидания ожиданиями, а люди продолжают жить своей жизнью и двигаться по накатанной колее.

Во-вторых, мы хотели понять, как влияет восприятие роста этих социальных ожиданий на субъективное благополучие пожилых людей, которые соответствуют этим ожиданиям, и тех, которые им не вполне соответствуют. Как критерий соответствия мы приняли, опять-таки, формальную продуктивность в виде оплачиваемого тру-

да или волонтерства. Результаты не подтвердили наше предыдущее предположение, что несоответствие ожиданиям может вызывать фрустрацию. А именно, оказалось, что воспринимаемые пожилыми людьми социальные ожидания, что они должны стареть «активно», способствуют росту (в течение года) их субъективного благополучия, в том числе субъективной оценки состояния здоровья, но только испытуемых, которые не работали и не были волонтерами! Данный эффект можно было трактовать скорее как компенсаторный: неработающие пожилые люди могут расценивать призывы к активному старению как подтверждение их важности и нужности в обществе, что оказывает положительное влияние на их самооценку и общее субъективное благополучие, в то время как работающие люди в таком дополнительном подтверждении (пока) не нуждаются. Таким образом, субъективно воспринимаемые пожилым человеком социальные ожидания, что он должен стареть «активно», по своему влиянию на психосоциальную адаптацию оказались сродни позитивным возрастным стереотипам. Возможно, меняющиеся социальные ожидания как раз и сигнализируют смену стереотипов по отношению к пожилой части населения – от негативных к более позитивным.

Заключение. Исследования образов старения и старости имеют как фундаментальный, так и прикладной аспект. Как фундаментальные исследования, они продолжают традицию изучения базовых психологических процессов, таких как интернализация, или интериоризация, и рассматривают такие процессы как связующее звено между социокультурным контекстом, в котором происходит психосоциальное развитие отдельного индивида (а ведь старение – это часть процесса развития), и тем, насколько благополучным оказывается это развитие в пожилом возрасте. Наиболее ярким примером является интернализация бытующих в обществе возрастных стереотипов в «образ я» пожилых людей. Эти стереотипы функционируют как самосбывающееся пророчество, влияя на образ жизни и субъективное благополучие пожилых [8].

Как прикладные, исследования образов старости и старения призваны составить предельно приближенную к реальности картину, какими являются эти образы в конкретном обществе, на что они влияют и каким образом их можно изменить, чтобы улучшить условия для старения в этом обществе. Продолжающаяся дифференциация поня-

тийного аппарата в данной сфере исследований служит прежде всего этой цели, поскольку реальность многомерна и не может быть отражена с помощью одного простого конструкта, такого как возрастные стереотипы, хотя бы и доказавшего свою научную состоятельность.

Актуальность данному направлению исследований придает острое противоречие между растущим в силу демографического старения населения объективным значением пожилых людей в экономически развитых странах и их сравнительно низким социальным статусом, во многом определяемым сложившимися коллективными представлениями о старении как процессе неуклонного упадка во всех сферах жизни. Старение населения затрагивает и Россию, правда, в большей степени в связи с низким уровнем рождаемости, нежели в связи с увеличением ожидаемой продолжительности жизни. Многие пожилые россияне при этом оказываются в парадоксальном положении. Из-за недостаточности пенсионных выплат они вынуждены продолжать работать после выхода на пенсию; они помогают молодым семьям, ухаживая за внуками; они самостоятельно себя обслуживают, присматривают за квартирой и дачным участком – иными словами, ведут весьма активный и продуктивный образ жизни. При этом со стороны политиков, работодателей и врачей, а также более молодых людей в целом пожилые люди подвергаются негативной стереотипизации (например, как отсталые от жизни и живущие в маразме [17] ничуть не в меньшей степени, чем это наблюдается в западных странах). Изменение образа пожилого человека в массовом сознании и формирование более позитивных ожиданий у молодежи в отношении собственного старения могут быть достигнуты путем распространения объективной научной информации о множественности вариантов и сфер старения и о том влиянии, которое наши субъективные установки могут оказывать на вполне объективные показатели здоровья, благополучия и даже продолжительности жизни в пожилом возрасте.

Литература

1. *Cuddy, A.J.C., & Fiske, S.T.* (2002). Doddering but dear: Process, content, and function in stereotyping of older persons. In T. D. Nelson (Ed.), *Ageism: Stereotyping and prejudice against older persons* (P. 3–26). Cambridge, MA: The MIT Press.
2. *Holstein, M.B., & Minkler, M.* (2003). Self, society, and the “new gerontology”. *The Gerontologist*, 43. P. 787–796.
3. *Kornadt, A.E., & Rothermund, K.* (2011a). Contexts of aging: Assessing evaluative age stereotypes in different life domains. *The Journals of*

- Gerontology, Series B: Psychological Sciences and Social Sciences, 66. P. 547–556.
4. Kornadt, A.E., & Rothermund, K. (2011b). Dimensionen und Deutungsmuster des Alterns. Vorstellungen vom Altern, Altsein und der Lebensgestaltung im Alter [Dimensions and interpretative patterns of aging. Attitudes about aging, being old and ways of living in old age]. *Zeitschrift für Gerontologie und Geriatrie*, 44. P. 291–298.
 5. Kornadt, A.E., & Rothermund, K. (2014). Preparation for old age in different life domains: Dimensions and age differences. *International Journal of Behavioral Development*, 38. P. 228–238.
 6. Kornadt, A.E., Voss, P., & Rothermund, K. (in press). Hope for the best, prepare for the worst? Future self-views and preparation for age-related changes. *Psychology and Aging*.
 7. Levy, B.R. (2003). Mind matters: Cognitive and physical effects of aging self-stereotypes. *Journal of Gerontology: Psychological Sciences*, 58B, P. 203–211.
 8. Levy, B.R. (2009). Stereotype embodiment: A psychosocial approach to aging. *Current Directions in Psychological Science*, 18. P. 332–336.
 9. Levy, B.R., Chung, P.H., Bedford, T., & Navrazhina, K. (2013). Facebook as a site for negative age stereotypes. *The Gerontologist*, 54, 172–176.
 10. Levy, B.R., Pilver, C., Chung, P.H., & Slade, M.D. (2014). Subliminal strengthening: Improving older individuals' physical function over time with an implicit-age-stereotype intervention. *Psychological Science*, 25, P. 2127–2135.
 11. Montepare, J.M., & Zebrowitz, L.A. (2002). A social-developmental view of ageism. In T.D. Nelson (Ed.), *Ageism: Stereotyping and prejudice against older persons* (P. 77–125). Cambridge, MA: The MIT Press.
 12. Pavlova, M.K., & Silbereisen, R.K. (2012). Perceived level and appraisal of the growing expectations for active ageing among the young-old in Germany. *Research on Aging*, 34. P. 80–99.
 13. Pavlova, M.K., & Silbereisen, R.K. (in press). Perceived expectations for active aging, formal productive roles, and psychological adjustment among the young-old. *Research on Aging*.
 14. Steele, C.M., & Aronson, J. (1995). Stereotype threat and the intellectual test performance of African Americans. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69. P. 797–811.
 15. World Health Organization. (2002). Active ageing: A policy framework. Retrieved from http://whqlibdoc.who.int/hq/2002/WHO_NMH_NPH_02.8.pdf
 16. Wurm, S., Tomasik, M.J., & Tesch-Römer, C. (2010). On the importance of a positive view on ageing for physical exercise among middle-aged and older adults: Cross-sectional and longitudinal findings. *Psychology and Health*, 25, P. 25–42.
 17. Микляева А.В. Возрастная дискриминация как социально-психологический феномен. СПб.: Речь, 2009.

*Н.А. Шеманова***Воспоминания в переживании идентичности
во второй половине жизни**

В настоящее время продлевается время активной жизни человека и ее вторая половина привлекает все больше внимания психологов. Часть исследований посвящается изменениям идентичности, происходящим с человеком. По мнению Э. Эриксона, в старости возникает иная идентичность, выражающаяся в принятии своего жизненного цикла и совпадении ее с единственным сегментом истории, а также в восприятии жизни в целом как личной ответственности. Темой идентичности во второй половине жизни занимались отечественные психологи Л.И. Анциферова, А.Г. Лидерс, О.В. Краснова и др.

В данной статье описаны изменения идентичности человека, происходящие во второй половине жизни на материале художественных образов и свидетельств различных людей.

Во второй половине зрелости для человека важное значение имеют воспоминания. По мнению В. Красикова, «старость, погружение в прошлое имеет свою высшую форму общечеловеческого проявления – в богатейшем переживании, именуемом ностальгия. Это переживание – воспоминание, идеализирующее выборки из прошлого – моментов, состояний радости, легкости, беззаботности, успешности, понимания, торжественности, веры в себя и в лучшее в людях. Ностальгия – это тоска по дому, невозможность возвращения домой. Но дом – это не только место, где мы росли, где нам было хорошо хотя бы моментами, когда мы были молоды, глупы и счастливы именно по своей молодости и глупости. Дом – это проективное состояние души, когда она себя перемещает, в пространстве и времени, туда, где она себя чувствует свободно и легко, торжественно» [1].

Во второй половине жизни человеку начинает вспоминаться детство. К 50 годам у людей возникает потребность быть в тех местах, где они были ранее, встретиться с теми, кто в детстве, отрочестве или юности, помог найти себя, кто давал образцы поведения в обществе, кто помог найти будущую профессию.

Человек может хотеть поехать в места, где родился он, его родители, частью которых он чувствует себя. Кто-то стремится встретиться со своим наставником и одноклассниками, которые в пору поиска себя оказали влияние на формирование идентичности, и с

теми, кто помог ответить на вопросы, задаваемые тогда жизнью. Музыкант Андрей Макаревич, например, в зрелости ездил в Ливерпуль, где зародилась группа «Битлз», оказавшая на него в юности сильное влияние. Андрей Макаревич говорил о поездке в Ливерпуль: «Хорошо, что я не попал сюда раньше, а то умер бы от разрыва сердца ...».

У человека возникает потребность осознать, что все, кто на него повлиял, являются частью его, и, соответственно, он является частью их, продолжением их. И что все эти части являются гранями его личности. Человек осознает, что его идентичность включает в себя множество граней, и благодаря воспоминаниям начинает реконструировать тот период, когда его личность создавалась.

Ближе к шестидесятилетию воспоминания подвергаются переоценке. Людям в этом возрасте свойственно судить себя. Они начинают понимать, что в юности что-то делали неправильно. Это отображено в пословице: «Чем молодой похвается, тем старый остужается». Или, как написано в псалме 24, «грехов юности моей и преступлений моих не вспоминай». У людей появляется шанс принять и простить себя. О пересмотрах своих взглядов писали М. Лютер, Бл. Августин, режисер И. Бергман, поэты П. Мамонов и Б. Окуджава и многие другие.

Ж.Ж. Руссо в «Исповеди», написанной в 60-летнем возрасте, со стыдом вспоминает некоторые события своего прошлого, когда он обвинил знакомую девушку в краже, притом что вором был он сам. «В данном случае я чистосердечно признался в своем преступлении, и, наверно, никто не скажет, что я стараюсь смягчить свою страшную вину. ...Надо принять в расчет и мои годы, ведь я только что вышел из детского возраста, вернее – еще пребывал в нем. <...> При воспоминании о нем меня не столько мучает то дурное, что заключалось в самом поступке, сколько те печальные последствия, которые он должен был повлечь за собой».

К 80 годам у людей появляются воспоминания юношеского максимализма, когда они еще видели мир «черным» и «белым». Лунгина в своем интервью О. Дорману вспоминает о событии, произошедшем в ее отрочестве и вызывающем у нее чувство вины. «И до сих пор, хотя прошло уже шестьдесят лет, без жгучего стыда не могу вспомнить, например, что в день, когда я праздновала свои семнадцать лет и ко мне должны были прийти ребята, мамы почему-то не

было, а был папа, и он собирался уйти, но я чувствовала, что ему хотелось бы ненадолго остаться и сесть с нами за стол. Но я ему этого не предложила. И он ушел. И вот то, что я ему не предложила побыть немножко с нами, – одно из самых мучительных моих воспоминаний. Тем более что он потом так скоро умер».

Через воспоминания и анализ прошлого возникает новая идентичность, которая приводит к формированию личности, видящей мир по – иному. Стареющие люди начинают осознавать мир более широко. Человек может начать видеть себя, как часть мира и это проявляется в разных областях.

Во-первых, жизнь человека начинает вплетаться в историю общества. В 60 летнем возрасте возникает возможность увидеть более долгий период жизни и соотнести его с историей своей страны и общества в целом. Воспоминания детства, юности и зрелости, воспоминания матерей и отцов, воспоминания бабушек и дедушек, которые человек мог слышать в своем детстве, помогают ему охватить очень большой период времени, соразмерный с тысячелетием.

О подобном видении собственной истории относительно истории страны говорил историк Ю.С. Пивоваров в своем интервью программе «Цена победы» на радио «Эхо Москвы»: «Я к истории отношусь очень эмоционально. У меня нет прошлого. Мне в некотором смысле все равно. Потому что начало 50-х годов, когда мы были с Вами детьми, это тоже глубокая история. Особенно для 20 летних ребят. Для меня сегодняшний день. Меня воспитала бабушка 1885 года рождения. Она дворянка была. Дворянский быт конца 19 века для меня такой же абсолютно свой, как мой городской быт начала 21 века. <...> Для меня история домашнее дело».

Т. Уайлдер в романе «День восьмой» также пишет о том, как личная история, жизнь человека соотносится с всеобщей историей: «История – цельнотканый гобелен. Напрасны попытки выхватить из него взглядом кусок шириною больше ладони. <...> Немало споров идет о рисунке, который выткан на гобелене. Иным кажется, будто они видят его. Иные видят лишь то, что им велят увидеть. Иным помнится, что когда-то они видели этот рисунок, но потом позабыли. <...> Иные черпают силу в убеждении, что рисунка вообще никакого нет».

Старый восьмидесятилетний человек, взгляд которого повернут назад, имеет возможность чувствовать мир с его сотворения. Такие пере-

живания описывает в очерке «Счастье» писатель Чеслов Милош в восьмидесятилетнем возрасте, когда он приехал в места своей молодости, где все было уже разрушено революцией, войной, временем. «Я не чувствовал ни гнева, ни сожаления, ни даже печали. Я стоял перед лицом не столько истории моего столетия, сколько самого времени. Всех людей, когда-то гулявших здесь, уже нет в живых, как и большинства тех, кто родился в том же году, что и я, где бы в мире им ни пришлось жить».

Для человека, который стоит у истоков истории, у истоков мира, его жизнь уменьшается по отношению к вечности и растворяется в истории и ему становится близко только то время и место, где он сейчас находится. Его мир сужается. Уже перевалив через восьмидесятилетие, Л.Н. Толстой, отрицающий свое предшествующее творчество, говорил о пьесах, которые писал для крестьян: «А я бы хотел писать пьесы только для Ясенков, Телятинок и Ясной Поляны».

К другому изменению пожилого возраста относится сближение понятий добра и зла. Более молодой человек резко отделяет зло от мира и считает, что зло является проявлением греха человека и борется со злом. К 60 годам, человек, царящее зло включает в мир, считая зло частью мира. Здесь уместно вспомнить творчество художников и писателей. Художник Иероним Босх в юности считал, что зло существует, потому что человек грешный. Зло он представлял в виде грехов, которые необходимо отсекают, с которыми надо бороться. В поздних работах Босха пессимистические и радостные мироощущения приходят к относительному равновесию, что приводит в его последних работах к гармонической целостности картины мира. На картине «Сады Эдема», помимо привычного позитивного пейзажа, Босх вводит и иные элементы: появляется сова в «фонтане жизни», кошка преследует мелкого зверька. Таким образом, «зло» он начинает включать в мир как неотъемлемую часть.

Схожая динамика происходит с творчеством К. Льюиса. В молодости 35-ти летний Льюис написал цикл повестей «Хроники Нарнии», где нарисовал картину борьбы добра со злом. А в возрасте 58 лет в своем романе «Пока мы лиц не обрели» проявляются иные взгляды. На протяжении всего романа большинство действующих лиц предстают с разных сторон. Многие герои не воспринимаются однозначно.

Во второй половине жизни происходят изменения в отношении к своему и противоположному полу. Дж. Холлис пишет, что в сорока-

летнем возрасте происходят изменения в переживании своего пола. Дж. Холлис считает, что в юности, когда формируется идентичность, в подсознание уходят те черты, которые были воспитаны в человеке противоположным полом. Так, у женщин в подсознание уходят черты, воспитанные мужчинами, окружавшими ее, а у мужчин – черты, воспитанные женщинами. В середине жизни эти скрытые черты выходят из подсознания. Поэтому во второй половине мужчины и женщины обретают свои скрытые стороны. При этом женщины становятся более мужественными, а мужчины – более женственными [3].

Пересмотр социальных представлений о половых ролях приводит к расширению взгляда человека на свою полоролевою идентичность. Некоторые мужчины во второй половине жизни могут, пересматривая свою роль, начать ощущать себя женщинами. Так, Э. Эриксон описывает одного вождя племени, который в пятидесятилетнем возрасте объявил, что во сне ему явились духи, которые сказали, что теперь он стал женщиной. После этого вождь надел женские одежды и стал жить с женщинами. Схожие явления описывает психиатр Белкин в своей книге «Третий пол».

Шестидесятилетние мужчины обращают внимание, что женщины совершенно самостоятельная часть общества и не зависима от них. В фильме «Город женщин» Ф. Феллини попадает в место, где живут одни феминистки, а М. Антониони ставит фильм «Идентификация женщины» про лесбиянок. Фактически речь идет о принятии противоположного женского пола равным мужскому. Молодые мужчины идеализируют женщин, но при переходе в зрелость мужчины начинают более критически относиться к женщинам, а в шестидесятилетнем возрасте женщина становится в глазах мужчин независимой от мужчины частью человечества. Фактически человечество состоит из равных самодостаточных групп – мужчин и женщин, которые составляют общество. Происходит понимание разности и равности их в мире. Женщины тоже начинают чувствовать равность с мужчинами. Молодые женщины, испытывающие раздражение, конкуренцию и зависть к мужчинам, начинают сочувствовать мужчинам и видеть в мужчинах их достоинства, которые они прежде не замечали и не ценили.

Различия между ценностью и значимостью полов еще более сглаживаются для старого человека. Так, в фильме восьмидесятилетнего А. Вайды «Настасья» по роману «Идиот» Ф.М. Достоевского на роли

Настасья Филипповна и Мышкина был взят актер-японец, который играет в театре и женские и мужские роли. А. Вайда попытался показать, что в одном лице присутствуют два пола как две равноценных части, и в обществе два пола являются двумя равноценными составляющими его.

Эти примеры являются демонстрацией мнения, в частности, П. Массена и соавторов, что на место сексуальности и конкуренции, приходит взаимопонимание, гибкость в общении и товарищеские отношения [2].

Человек в 60 лет иначе начинает относиться к себе другому, обществу и миру. Выше перечисленные переживания, возникающие в возрасте поздней зрелости, можно подытожить словами героя Льюиса: «Мы все – члены и органы единого целого, значит, мы – как одно тело, одно существо: боги, люди, все живое. Трудно сказать, где кончается одно бытие и начинается другое». Такое виденье мира и соотношения добра и зла помогает человеку принять свои ошибки и простить себя.

Как видно из вышеперечисленных примеров литературы и свидетельств людей, представленных в статье, во второй половине жизни формируется идентичность, которая воспринимает себя частью целого – мира, истории и т.п.

Литература

1. Красиков В.И. Синдром существования. Томск, 2002.
2. Массен П., Конгер Дж., Каган Дж., Гивитц Дж. Развитие личности в среднем возрасте // сб. Психология личности: Тексты, под ред. Ю.Б. Гиппенрейтер – М., 1982.
3. Холлис Дж. Перевал в середине пути. М., 2002.
4. Лубовский Д.В. Внутренняя позиция личности в зрелом возрасте.
5. Шнейдер Л.Б. Личность и кризис: анализ описаний взрослыми людьми кризисных ситуаций.

Л.А. Головей

Характеристики развития личности женщин в пожилом возрасте⁵

Современное общество заинтересовано в сохранении активности и трудоспособности пожилого человека. Эти задачи обусловлены не просто увеличением продолжительности жизни, но и необходимостью сохранения качества жизни пожилых людей. В связи с этим все больше исследований в современной психологии посвящается изучению позд-

⁵ Исследование выполнено при финансовой поддержке РГНФ, № проекта 14–26–18006

них периодов развития. Вместе с тем, периоды поздней зрелости и старения редко рассматриваются с позиций личностного развития, возможностей самоактуализации, скорее этот период рассматривают как период, в котором доминируют процессы инволюционного характера. Так, с точки зрения Havinghurst R. [18] основная задача *периода поздней зрелости* – адаптироваться к снижению физической силы и здоровья, организовать удовлетворительное проживание. С этим, безусловно, можно согласиться. Однако думается, что задачи развития в поздней зрелости выходят за рамки только лишь адаптации. Ряд современных авторов подчеркивают, что периоды поздней зрелости и старения несут в себе еще не реализованный потенциал саморазвития, самоактуализации и творчества. Появилось определение успешного старения, которое предложили Baltes M.M., Carstensen L.L. [17]. С их точки зрения, успешное старение – это максимальное использование имеющихся у человека ресурсов. Принципиальным отличием этого подхода является то, что авторы уходят от рассмотрения преимущественно физических и физиологических составляющих старения и делают акцент на возможностях и потенциалах личности человека. В современных работах отечественных ученых психологов подчеркивается увеличивающаяся с возрастом роль в процессах старения субъектных качеств личности, ее собственной активности. М.Д. Александрова, одна из создателей отечественной школы психогеронтологии, ученица С.Л. Рубинштейна и коллега Б.Г. Ананьева, чей столетний юбилей отмечался в 2014 году, подчеркивала, что процесс старения – это процесс *становления* старости, для которого характерна высокая вариативность, а также специфический индивидуальный почерк старения [1, 2]. Б.Г. Ананьев обратил внимание на то, что старение может протекать по-разному, и выделил типы старения: дивергентный и конвергентный [3]. Эти ученые писали о том, что пожилой человек обладает уникальным и специфическим ресурсом – собственным жизненным опытом. Этот ресурс накладывает отпечаток на самые разные стороны его психической деятельности и создает «почерк старения», а также обуславливает несравнимо более высокую вариативность развития по сравнению с другими периодами жизни. Эти идеи перекликаются с идеями Г. Томэ [14] о конструировании стилей жизни, о том, что личность постоянно находится в диалоге с внешними условиями жизнедеятельности. Л.И. Анцыферова [4] указывает на то, что лич-

ность разрушается в тех условиях, когда теряет высокозначимые и достойные цели, когда не имеет возможности реализовать свои способности и умения, в ситуациях, когда человек чувствует себя приниженным, незначительным. Идеи этих ученых о старении послужили основой для исследований в области психогеронтологии, проводимых в последние годы на кафедре психологии развития и дифференциальной психологии СПбГУ и в, известной степени, являющихся продолжением исследований Б.Г. Ананьева и М.Д. Александровой. В своих исследованиях мы ставили перед собой ряд задач: эмпирически изучить те изменения, которые происходят в личности пожилого человека; попытаться проследить возможности продолжения профессиональной деятельности и те ресурсы, которые помогают человеку сохранять потенциал профессиональной деятельности; выявить особенности картины мира пожилого человека и соотношение в картине мира разных сфер жизнедеятельности. Хотелось бы кратко остановиться на результатах некоторых из проведенных исследований. Данная статья посвящена анализу результатов нескольких циклов исследований, проведенных на выборках женщин пожилого возраста, как работающих, так и неработающих пенсионерах. Прежде всего, обратимся к анализу особенностей личности пожилого человека.

В период поздней зрелости и старения происходят кардинальные изменения во всех сферах человеческой жизни. Наибольшие изменения происходят в профессиональной сфере, так как он связан с уходом из профессии, что вызывает необходимость перестройки образа жизни, обретения новых социальных ролей, адаптации к новым семейным ролям. В том, как происходит перестройка, и адаптация к этим новым ролям немаловажная роль принадлежит личности пожилого человека. Вопрос об устойчивости-изменчивости свойств личности в процессе индивидуального развития до сих пор остается дискуссионным, и на него по-разному отвечают исследователи: от полного отрицания возможностей изменения базовых свойств личности до признания того, что в процессе развития в разные возрастные периоды личность, стремясь к достижению самости, постоянно изменяется. Г. Олпорт, основоположник теории черт, пишет о том, что в процессе развития имеют место как устойчивость, так и изменчивость черт личности. Современные исследователи Мак-Крае Коста полагают, что базовые черты личности стабилизируются после достижения

человеком взрослости. Имеются данные о продолжающемся развитии и перестройке в поздние периоды мотивационно-ценностной сферы, Я-концепции, черт психологической зрелости личности. В работе [9] выявлено изменение доминирующих способов самоосуществления личности от преимущественно самовыражения в период ранней взрослости, к преобладанию стремления к самореализации в средней взрослости, и к доминированию в структуре самоосуществления стремления к самотрансценденции, выходу за пределы своего Я в поздней взрослости. Ряд авторов указывают на возрастающую роль автономии и компетентности в повседневной жизни пожилого человека [19]. Вместе с тем, существует относительно мало исследований, в которых был бы проведен анализ того, какие личностные изменения происходят в пожилом возрасте и какие свойства личности выступают в качестве ведущих в поздних возрастах. Такая задача была поставлена в исследовании Е.А. Туренко [15], которое охватило возрастной период от 20 до 70 лет. В исследовании приняли участие 174 работающих педагога, равномерно разделенных на 7 возрастных групп. В качестве методики использовался личностный опросник Р.Кеттелла (форма С). Исследование показателей развития личностных свойств с помощью дисперсионного анализа и парного сравнения групп, различающихся по возрасту, выявили статистически значимые и, близкие к значимым, различия в зависимости от возраста по ряду личностных факторов: А, С, Е, G, H, O, Q1, Q2, Q4 (табл. 1).

Результаты дисперсионного анализа личностных характеристик в зависимости от возраста. (ANOVA)

Таблица 1.

	F	Значимость.
Общительность – замкнутость А	2,368	0,032
Нормативное поведение G	2,787	0,012
Робость – смелость H	2,301	0,035
Спокойствие – тревожность O	2,257	0,040
Консерватизм – радикализм Q1	2,745	0,013
Конформизм – независимость Q2	2,664	0,016

Если кратко обозначить общие направления изменений качеств личности от 20 до 70 летнего возраста, то можно говорить о постепенно возрастающей социальной смелости, нормативности, добросовестности, чувстве долга, стремлении следовать традициям, ориентации на конкретную практическую деятельность, увеличивающейся

ориентации на других людей к возрастному периоду 56–70 лет. Это согласуется с представлениями о постепенном процессе формирования психологической зрелости личности в онтогенезе [12].

При этом возрастная группа 56–70 лет оказалась достоверно отличающейся ($p < 0,05$) от более молодых по следующим факторам личности: эмоциональная устойчивость (С-), социальная нормативность (G+), тревожность (O+), радикализм (Q1-). Выраженность этих факторов позволяет охарактеризовать представителей группы пожилых, как людей, имеющих выраженные тенденции к эмоциональной неустойчивости, утомляемости, беспокойству, повышенной ранимости, высокой чувствительности к одобрению окружающих. Наряду с этим представитель этой группы характеризует добросовестность, ответственность, совестливость, развитое чувство долга, стремление следовать традициям, ориентация на конкретную практическую деятельность.

Эти результаты нашли свое подтверждение в другом исследовании [7], в котором проведен анализ показателей личности, с использованием Пятифакторного опросника МакКрэе – Коста («Big-5») в адаптации А.Б. Хромова [16], в котором в качестве испытуемых выступили 121 неработающая женщина в возрасте 51–80 лет. Все они принимали участие в программах Школы третьего возраста. В этом исследовании были выявлены существенные отличия от средних нормативных показателей почти по всем пяти факторам личности. Так, итоговый показатель по фактору Привязанность-обособленность выше средненормативного (M-57,41, ст.откл.8,7), при этом наблюдается повышение, и почти по всем первичным показателям этого фактора: теплоте, стремлению к сотрудничеству, пониманию, уважению к другим. Высокие значения обнаружены по фактору Самоконтроль – импульсивность (M-57,95, ст.откл.8,1), при высоких значениях и первичных факторов этого блока: аккуратности, настойчивости, ответственности, предусмотрительности. Показательно, что и в этой выборке высокий самоконтроль сочетается с низкими показателями Эмоциональной устойчивости (M – 52,7, ст.откл. 10,7), при выраженной тревожности. В то же время Экстраверсия как базовая черта, находится в пределах средних значений (M – 44,7, ст.откл. 8,7). Таким образом, мы видим, что для периода поздней зрелости и старения характерно противоречие в структуре черт личности, заключающееся в сочетании высокого контроля поведе-

ния, с одной стороны, и повышенной эмоциональной чувствительности, с другой. При ярко выраженном стремлении к взаимодействию и теплотой в отношении к людям. Что касается показателей самоактуализации, то возрастная группа пожилых людей по сравнению с группами младшего возраста имеет значимо более низкие показатели по основной шкале самоактуализации «ориентация во времени», а также по шкалам гибкость поведения, сензитивность, спонтанность, самопринятие (при $p < 0,019-0,029$). В возрасте 56–70 лет наиболее низко оцениваются «Жизненные перспективы» в целом (при $p=0,037$; $p=0,044$). Подобный результат объясним с точки зрения особенностей и задач данного возраста, связан с уменьшением временной перспективы будущего, и соответствует задачам интеграции и осмысления прошлого опыта. Вероятно, этим объясняется большая обращенность к прошлому [15].

Можно ли рассматривать выявленные особенности личности пожилых людей с позиций их дальнейшего развития и адаптации к изменяющимся условиям жизни и профессиональной деятельности? Несколько циклов исследований было посвящено анализу характеристик профессиональной деятельности пожилых. В частности, в работах М.Д. Петраш [11] и Л.А. Головей, М.Д. Петраш [6] были проанализированы результаты исследования 150 медицинских работников в возрасте от 20 до 60 лет, разделенных на 5 групп в соответствии с возрастом (по 50 человек в каждой). Для измерения показателей профессионального функционирования использовался специально разработанный и факторизованный М.Д. Петраш опросник «Факторы профессионального развития». Исследование показало, что в возрастной группе 50–60 лет наблюдается самый высокий уровень удовлетворенности профессиональной деятельностью (87,6 %) по сравнению с предшествующими возрастными периодами от 20–28 до 39–49 лет, в которых удовлетворенность профессиональной деятельностью составляла лишь 71,7–77 % (различия достоверны при $p < 0,05$). При этом способность к восстановлению психофизиологического потенциала работники старшей возрастной группы оценивают на таком же уровне, как люди в возрасте 29–38 и 39–49 лет (70 %). Заметно отличает возрастную группу пожилых от более молодых стремление к межличностному общению и высокая оценка фактора общения в профессиональной деятельности (79 %

против 72 % в предшествующем возрастном периоде). Стремление к профессиональной самореализации находится на уровне возраста 39–49 лет (76 %), но несколько ниже, чем в возрасте 20–38 лет, где этот показатель составляет 80–86 %. Наряду с этим, в старшей возрастной группе отмечаются более низкие показатели профессионального выгорания, значимые различия по сравнению с младшими возрастами выявлены по параметру «редукция личных достижений» ($p < 0,001$), что свидетельствует об адекватной профессиональной самооценке, и, по-видимому, отражает высокий уровень профессионализма, мастерства. Какими личностными ресурсами удастся достичь высоких профессиональных результатов, избегая профессионального выгорания, сохранив адекватную профессиональную самооценку? Сравнительный анализ факторов личности, проведенный в выделенных возрастных группах, с использованием методики Кеттелла, подтвердил описанный выше факт повышения в поздние периоды взрослости параметров самоконтроля, ответственности (фактор Q3, $p < 0,000$); стремления к соблюдению моральных требований (фактор G, $p < 0,001$). Повышение ответственности и нормативности сочетается с повышением конформности и снижении конфликтности в общении (фактор Q2, $p < 0,001$), выявленными в этой возрастной группе. Одним из важных показателей профессионального функционирования является устойчивость к профессиональным стрессорам. В работе Туренко Е.А. было проведено сравнительное изучение устойчивости к профессиональным и непрофессиональным стрессорам в группах работающих педагогов в возрасте от 20 до 70 лет при помощи опросников «Уровень социально-психологической адаптации педагогов» (Р.Х. Исмаилов, Р.Х. Дмитриева) и «Уровень психоэмоционального напряжения (ПЭН) и его источников» (О.С. Копина, Е.А. Сулова, Е.В. Заикин) [15]. Сравнение старшей возрастной группы 56–70 лет с более молодыми, выявило меньшую чувствительность ко всем профессиональным стрессорам, особенно – к стрессору «отношения в коллективе» в старшей возрастной группе. Показательно, что в структуре мотивации представителей пожилых людей наименее выражена направленность на комфорт и общежитейская направленность, а наиболее всего выражена рабочая направленность. Меньшую представленность в структуре мотивации мотива на достижение комфорта можно рассматривать

как фактор, способствующий снижению уровня профессионального стресса. В то же время доминирование рабочей мотивации в этой группе определяет переживание профессионального стресса как операциональной, а не эмоциональной напряженности, отличительной особенностью которой является слитность мотивов и цели деятельности, сдвиг мотива на цель, наибольшее сближение объективного и субъективного содержания деятельности. Обладая большей побудительной силой, рабочая мотивация определяет активное отношение к рабочей задаче. Включенность в рабочий процесс, поглощенность работой, интерес к самому результату – одно из важнейших условий успешного выполнения деятельности. Сформированность рабочей, процессуальной мотивации выступает в качестве одного из факторов, препятствующих развитию профессионального стресса. Таким образом, старшая возрастная группа отличается от других большей включенностью в рабочий процесс, тщательностью и добросовестностью его выполнения, результативностью деятельности. Для этой группы характерны и меньшие показатели профессионального выгорания. Так по параметру деперсонализации выявлено значимое различие по Т-критерию Стьюдента по сравнению со всеми предшествующими возрастными группами (при $p=0,05$; $p=0,037$; $p=0,00$), т.е. у учителей старшей возрастной группы в наименьшей степени выражена дистанцированность от учеников и дегуманизация отношений с ними. Эти показатели профессионального развития педагогов старшей возрастной группы вполне сопоставимы с аналогичными показателями медицинских работников, которые были описаны выше. Таким образом, мы видим, что показатели профессионального развития, профессиональной мотивации, удовлетворенность профессиональной деятельностью, устойчивость к профессиональным стрессорам сохраняются в периоде поздней зрелости и старения на довольно высоком уровне, а по некоторым параметрам профессионального функционирования они оказываются даже выше, чем в младших возрастных группах. Можно предположить, что в качестве ресурса личности, позволяющего достигать удовлетворенности трудом, передавать свой опыт молодым выступают самоконтроль, ответственность, стремление к нормативности поведения и направленность личности на интересы группы. Вместе с тем, в этом возрасте отмечается снижение стремления к самореализации в целом и

самореализации в профессии, реально снижается уровень значимости профессиональной сферы, возможно, это также является одним из факторов, снижающих уровень профессионального стресса. Происходит перестройка всех жизненных сфер человека, изменяется система ценностей и направленности личности.

У пожилых людей возрастает роль сферы семейного и непрофессионального общения, и именно жизненные события ближайшего окружения могут выступать в этот период в качестве наиболее сильных стрессоров. Пожилые люди оказались более чувствительны к таким социальным стрессорам, как «медицинское обслуживание» ($p=0,05$; $p=0,036$ по сравнению с 40–45 и 46–50 – летними), «социальная и правовая защищенность» ($p=0,032$; $p=0,029$ по сравнению с 34–39 с 40–45 – летними), что связано, с одной стороны, с большей потребностью этой возрастной группы в медицинской, правовой и социальной защищенности, а с другой, с объективно низким качеством данных социальных услуг. Старшая возрастная группа в большей степени подвержена действию стрессоров «отношения в семье», которые оцениваются как наименее удовлетворительные по сравнению со всеми предыдущими возрастами (при $p=0,009$; $0,030$), неудовлетворенной оказалась «потребность в любви и сексуальных чувствах» (различия значимы при $p=0,006$; $0,023$) [15]. Высокая значимость семейной сферы была подтверждена в исследовании картины мира пожилого человека, проведенного с использованием модифицированной нами методики И.Л. Соломина «Цветосемантический дифференциал» [13]. В исследовании приняли участие 121 женщина в возрасте 50–80 лет, неработающие пенсионеры. Все они принимали участие в программах Школы третьего возраста. В картине мира этих женщин, по результатам цветосемантического анализа, наиболее представленными и эмоционально принимаемыми являются сфера здоровья, сфера Я и семейная сфера (дети, внуки, семья). Сфера Я (Я-реальное, Я-идеальное, каким Я хочу быть, самоуважение) занимает центральное место в системе взаимосвязей различных составляющих картины мира, что подчеркивает значение Я-концепции как фактора интеграции личности в поздних возрастах. Понятия, связанные с семьей: дети, внуки, семья также оказались в числе эмоционально предпочитаемых и занимающих большую долю в картине мира. В то же время, понятия, связанные с профес-

сиональной деятельностью (труд, моя работа, профессия), относятся к числу эмоционально нейтральных, а такие понятия, как « карьера» «перемены» и «уход на пенсию» вошли в число отвергаемых и изолированных понятий. Такое соотношение семейной и профессиональной сфер, практически вытеснение и отвержение профессиональной сферы свидетельствует об утрате ее значения и повышении роли в картине мира у пожилых людей, оставивших работу, семейной сферы. Необходимо отметить, что профессиональная сфера, тем не менее, начинает играть роль интегратора прошлого опыта и продолжает выступать источником позитивной Я-концепции и самоуважения, о чем свидетельствуют корреляционные взаимосвязи удовлетворенности профессиональной деятельностью и показателями позитивности Я-концепции и самоуважения. Притом, что семейная сфера показала свою высокую значимость в картине мира пожилого человека, степень удовлетворенности семейными отношениями довольно низка, как по средним значениям, так и по индивидуальным показателям (более чем у 50 % женщин выявлен низкий уровень удовлетворенности) [8]. Высокий уровень чувствительности к семейным и социальным стрессорам в сочетании с высоким уровнем принятия семьи указывает на высокую значимость и низкую удовлетворенность пожилого человека сферой непрофессионального семейного общения. По-видимому, в силу этого, данная сфера оказывается основным источником стрессовых переживаний и неудовлетворенности пожилой женщины.

Каким образом личность пожилого человека совладает с трудными жизненными ситуациями? Как указывает Л.И. Анцыферова «личность со своим особым жизненным миром, в котором «в осадке» содержится ее индивидуальная история, выступает как медиатор событий, подвергающий их психической переработке, прежде чем выбрать соответствующий тип стратегий совладания с ними» [5, с. 334]. Г. Томе указывает, что все способы преодоления объединены в единую общую, и ситуационно-специфическую систему, образующую репертуар, из которого личность черпает необходимые техники в трудных ситуациях в разные периоды жизненного пути [14]. В процессе развития формируется и закрепляется устойчивый репертуар стратегий совладания с трудными жизненными ситуациями, который может варьировать в зависимости от особенностей личности и жизненных задач, актуальных в данный период развития. Эм-

психические исследования, направленные на изучение соотношения возраста и совладающего поведения, показывают, что на протяжении жизненного пути используется широкий спектр копинг-стратегий, меняющийся в соответствии с теми задачами и требованиями, которые встают перед человеком на разных этапах взрослости. По данным Е.Р. Исаевой, с возрастом на фоне преимущественного использования активных проблемно-ориентированных стратегий совладания постепенно усиливается тенденция к дистанцированию и избеганию проблем, наблюдается переход от «активного» к «пассивному» преодолению [10]. Это объясняется тем, что с накоплением жизненного опыта личность стремится к использованию упреждающих методов совладания, предвосхищению проблем. Формируется модель «экономии энергии» в поведении. Л.И. Анцыферова полагает, что совладание – это процесс, в котором на разных этапах субъект использует различные стратегии, совмещая их [5]. Данные наших исследований свидетельствуют о том, что, в совладающем поведении пожилых работающих женщин сочетаются разные стратегии, но преобладающими по сравнению с предшествующими возрастными периодами, являются социально ориентированные копинги: вступление в социальный контакт и поиск социальной поддержки, а также прямая стратегия – импульсивные действия. Преобладание этих стратегий обусловлено в большей мере особенностями личности пожилого человека: выраженной привязанностью, теплотой к людям, стремлением к межличностному взаимодействию, конформностью, с одной стороны, и снижением эмоциональной устойчивости, повышением тревожности, с другой.

Таким образом, проведенные исследования позволяют сделать выводы о специфическом симптомокомплексе личностных черт, характерном для периода поздней взрослости и старения. Этот симптомокомплекс включает в себя развитый самоконтроль поведения, стремление следовать социальным нормам, конформность, стремление к межличностному взаимодействию при снижении эмоциональной устойчивости и повышении тревожности. Исследование выявило возможности пожилых людей с точки зрения продолжения ими профессиональной деятельности.

Работающие женщины демонстрируют высокие показатели профессионального функционирования: удовлетворенность профессиональной деятельностью, стремление к межличностным профессио-

нальным контактам, успешное противодействие профессиональным стрессорам и выгоранию.

В качестве личностных ресурсов, позволяющих сохранять высокую профессиональную активность, выступают свойства личности: ответственность, высокий самоконтроль, направленность на межличностное взаимодействие, теплота по отношению к людям, а также социально ориентированные стратегии совладающего поведения. Наряду с этим, значимость профессиональной сферы в пожилом возрасте снижается, что проявляется в снижении стремления к самореализации, в уменьшении доли профессиональной сферы в картине мира.

Ведущую роль в жизни пожилой женщины, как работающей, так и неработающей, занимает социальная сфера и сфера семейных отношений. Именно с этой сферой связаны основные стрессовые переживания и неудовлетворенность. Если думать о направлениях психологической помощи пожилой женщине, то, безусловно, следует обратить внимание на необходимость оптимизации взаимоотношений в сфере семьи, на создание условий для несемейной самореализации женщины пожилого возраста, что позволило бы сохранить позитивность самоотношения, уменьшить эмоциональную напряженность. В качестве источника стресса выступает также социальная сфера и такие ее аспекты, как социальное и материальное положение, медицинское обслуживание.

Учитывая, что наши респонденты это женщины, проживающие в мегаполисе, результаты исследования, конечно, не охватывают всех возможных условий и вариантов развития в поздние периоды жизни. Анализируя результаты исследований, необходимо учитывать также, что в исследованных нами группах были женщины, ведущие активный образ жизни: продолжающие профессиональную деятельность, либо обучающиеся в Школе третьего возраста. Вид их профессиональной деятельности, требует высокого уровня когнитивного развития, активного взаимодействия с людьми (педагогические и медицинские специальности). Показатели их развития, в том числе, профессионального, их социальная направленность дают основания предположить, что мы имеем дело, с так называемым, успешным старением, по терминологии П. Балтеса, или с дивергентным типом старения, согласно терминологии Б.Г. Ананьева. Эти результаты согласуются также с представлениями Rowe, Khan [20], которые описывали успешное старение, как комбинацию высоких показателей физического, когнитивного функционирования и социальной включенности личности.

Безусловно, мы описали лишь среднестатистические тенденции. Учитывая увеличение индивидуальной вариативности в поздних возрастах, продолжение исследований должно предполагать поиски различных индивидуальных типов старения с учетом как индивидуально-личностных особенностей, так и характеристик жизненного пути личности. На почерк старения накладывает отпечаток и предшествующая профессиональная деятельность и социальные условия жизни. Исходя из этого необходимо расширение выборки за счет включения в нее людей с разными профессиональными биографиями, проживающими в разных регионах и, конечно, включение в нее пожилых мужчин.

Литература

1. Александрова М.Д. Очерки психофизиологии старения. – Л., ЛГУ, 1965.
2. Александрова М.Д. Геронтогенез и критика теории «обратного развития»/ Проблемы теоретической и прикладной психологии. – Л., ЛГУ, 1969.
3. Ананьев Б.Г. Человек как предмет познания – СПб.: Питер, 2010. – 288с.
4. Анцыферова Л.И. Эпигенетическая концепция развития личности Эрика Г. Эриксона // Принцип развития в психологии/ под ред.Л.И. Анцыферовой. – М.: Наука, 1978 – С. 231–256.
5. Анцыферова Л.И. Развитие личности и проблемы геронтопсихологии. – М: «Институт психологии РАН», 2006. – 512 с.
6. Головей Л.А., Петраш М.Д. К проблеме развития субъекта деятельности/ Психологические проблемы самореализации личности. Вып.11 / Под ред Л.А. Коростелевой. – СПб, СПбГУ, 2007. – с. 29–40.
7. Головей Л.А., Стрижицкая О.Ю., Криулина А.В. Позитивное функционирование личности в пожилом возрасте: комплексный подход // Психологические исследования. 2014. Т. 7, № 36. С. 9. URL: <http://psystudy.ru> (дата обращения: 18.06.2015).
8. Головей Л.А., Криулина А.В. К вопросу о характеристиках субъективного мира личности в период поздней зрелости. Вестник Санкт-Петербургского университета. Сер. 16, 2014, №. 2. – С. 41–50.
9. Дерманова И.Б., Лукина Е.А. Возрастные предпочтения способов самоосуществления./Психологические проблемы самореализации личности. Вып. 9. / Под ред. Л.А. Коростелевой. – СПб.: Изд-во С.-Петерб. ун-та, 2005. – С. 40–48.
10. Исаева Е.Р. Совладающее со стрессом и защитное поведение личности при расстройствах психической адаптации различного генеза. Дис. ... док. психол. наук. – СПб, 2010. – 356 с.
11. Петраш М.Д. Кризисы профессиональной жизни в контексте развития взрослых. Автореф. ... дисс. канд. псих. наук. – СПб, СПбГУ, 2004.
12. Психологическая зрелость личности /Под общ. ред Л.А. Головей. – СПб, СПбГУ, 2014. – с. 240.
13. Соломин И.Л. Современные методы психологической экспресс-диагностики и профессионального консультирования. – СПб: Изд-во «Речь», 2006.
14. Томе Г. Теоретические и эмпирические основы психологии развития человеческой жизни //Принцип развития в психологии / под ред. Л.И. Анцыферовой. – М.: Наука, 1978. – С.173–196.

15. Туренко Е.А. Возрастные аспекты профессионального стресса педагогов. Автореф. ... дисс. канд. псих. наук. – СПб, СПбГУ, 2011.
16. Храмов А.Б. Пятифакторный опросник личности: Учебно-методическое пособие. Курган: Изд-во Курганского государственного университета, 2000.
17. Baltes M.M., Carstensen L.L. The process of successful ageing. *Ageing & Society*, 1996, 16(4), 397.
18. Havighurst R. Developmental tasks and education (3rd ed.). – NY: McKay, 1972. – P. 25–37.
19. Reis, H.T., Sheldon, K.M., Gable, S. L., Roscoe, J., & Ryan, R.M. (2000). Daily well-being: The role of autonomy, competence, and relatedness. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 26. – P. 419–435.
20. Rowe J.W., Khan R.L. Human aging: usual and successful. *Science*, 1987, 237. – P. 143–149.

Б.С. Братусь

Тема смерти в самосознании личности

Важнейшим проявлением, маркером возрастных кризисов личности является изменение отношения ко времени и пространству своей жизни, которое особо фокусируется, концентрируется в проблеме *смерти*. Поначалу первый осмысленный вопрос о ней появляется в промежутке от трех до пяти лет. У С.Я. Маршака есть стихотворение «Четыре года бессмертия» – о рубеже, с которого в детское сознание входит представление (детское, разумеется) о смерти. Один мой друг вспоминал, как примерно в этом возрасте его вдруг проняло, что смерть может относиться не только к другим, но и к нему самому. Это была ещё гипотеза, предположение, нежели утверждение, и за разъяснением он отправился к соседям по коммунальной квартире (дело было в начале пятидесятых прошлого века). Те ответили, что волноваться нечего – он наверняка проживет целых сто лет. «Ну, а потом?» – спросил малыш. Соседи успокоили: «Ты даже проживешь тысячу лет». Малыш легко принял это обещание, задумался и вновь залился слезами: «А потом?». Соседи включились в игру, стали говорить, что он проживет миллион лет, десять миллионов лет... Малыш понимал, что это какие-то очень большие сроки, но каждый раз, приняв их к себе, осушив на время слезы, задавал все тот же вопрос «А потом?». На самом деле, ответ которого мальчик ждал и на который так надеялся, – он не умрет вовсе. Как это возможно – было для его детского сознания уже не существенной деталью, так же как возможность жить тысячу или миллион лет.

У Корнея Чуковского в замечательной книге наблюдений «От трех до пяти» целый отдел посвящен высказываниям детей о смерти. Приведем три отрывка этой книги.

«Если вы вздумаете рассказать ребенку всю правду о смерти, он из вечного детского стремления к счастью немедленно примет все меры, чтобы заменить эту правду соответствующим мифом».

«Вся Катанян, четырех лет, недоверчиво спросил свою маму:

– Мама, все люди умирают?

– Да.

– А мы?

– Мы тоже умрем.

– Это неправда. Скажи, что ты шутишь.

Он плакал так энергично и жалостно, что мать, испугавшись, стала уверять его, что она пошутила.

Он успокоился сразу:

– Конечно, пошутила, я же знал. Сначала мы будем старенькие, а потом опять станем молоденькими».

«Оптимизм нужен ребенку как воздух. Казалось бы, мысли о смерти должны нанести этому оптимизму сильнейший удар. Но... в его душевном арсенале есть достаточно средств для защиты необходимого ему оптимизма. Едва только, на исходе четвертого года, ребенок убеждается в неотвратимости смерти для всего существующего, он торопится тотчас же уверить себя, что сам он вовеки пребудет бессмертен.

В автобусе круглоглазый мальчишка лет четырех с половиною глядит на похоронную процессию и говорит с удовольствием:

– Все умрут, а я останусь».

Серьезное столкновение с фигурой смерти подразумевает кризис подросткового возраста. Здесь уже могут появиться (да, минует) первые осознанные попытки самоубийства, а иногда даже их эпидемии. Отношение меняется в юности, когда человек «пьян жизнью».

В «Фаусте» Гёте юный бакалавр без тени сомнения возглашает:

Вот назначенье жизни молодой:

Мир не был до меня и создан мной.

Я вывел солнце из морского лона,

Пустил луну кружить по небосклону,

День разгорелся на моём пути,

Земля пошла вся в зелени цвести,

И первую же ночь все звезды сразу

Зажглись вверху по моему приказу.

<...>

*Куда хочу, протоптываю след,
В пути мой светоч – внутренний мой свет.
Им все озарено передо мною,
А то, что позади, объято тьмою.*

Мефистофель надменно и мрачно комментирует этот спич:

*Ступай, чудак, про гений свой трубя!
Что б стало с важностью твоей бахвальской,
Когда б ты знал: нет мысли мало-мальской,
Которой бы не знали до тебя!
Разлившиеся реки входят в русло.
Тебе перебеситься суждено.
В конце концов, как не бродило б сусло,
В итоге получается вино.*

Затем ранняя взрослость, направленная на завоёвывание мира, своего в нем места, когда все хочется видеть возможным и достижимым. Надо ли говорить, что эти движения на деле никогда не бывают всегда гладкими, и фигура смерти играет здесь роль важнейшего контрапункта душевных кризисов и поворотов.

Примерно с тридцати пяти лет жизнь начинает представлять уже не бесконечной, сроки будущего увядания и конца становятся все более представимыми, и вопросы о том, чем занять это ограниченное (суживающееся) пространство возможностей и времени, становятся все более острыми («Неужели впереди до конца все то же самое без изменений?», «То ли я делаю, к чему действительно предназначен?» и т. п.). Как разрешение кризиса – выход на другой уровень служения и ответственности, внутренний переход к другим ценностям и целям, другому устройству смысловых предпочтений.

В возрасте за сорок лет и далее под вопрос подпадают (могут падать) не только отдельные формы и уровни служения, но глобальный смысл самого существования человеческой жизни, и не в абстрактно-философской, а в конкретно-психологической форме, как личное переживание и открытие. И это уже не «страх и трепет», что до этого сопровождал (и не мог не сопровождать) предыдущие кризисы. Там кризис был связан с желанием полноты жизни, счастья, пользы близким и миру и т.п. Здесь под вопросом оказывается вся жизнь, любая жизнь – с её возможными успехами, счастьем, служением, покоем и т. п.⁶

⁶ Под вопросом, в круг (свет) напряженно судящего (кризисного) сознания личности входит (может войти) сам человек, даже в основе именованного понятия о котором нередко заложена смерть: распространенный раньше в русском языке синоним «человека» –

Появляется затмевающая фигура «ничто» или – образным языком Г.Р. Державина – «жерла вечности», что «все пожрёт» и чему, собственно, нечего противопоставить смертному человеку. Осознание этого потрясает (может потрясать) до глубины всего существа, вызывая (в психологическом плане) уже даже не страх, но *ужас* (для перевода в философский ранг надо предпослать прилагательное «онтологический»). Естественная реакция – его как-то угасить, перевести хотя бы в страх (снизить от онтологического к житейскому), защититься, одомашнить, сделать по возможности ручным, управляемым. Пусть и зверем, но в клетке, ограждении, дремлющим и ждущим на расстоянии своего выхода, который, конечно, настанет, однако не сейчас, а когда-то, не со мной, пожалуйста, а с другим. Смерть уводится из ясной презентации сознанию (личности) в плохо освещенные темницы бессознательного. Даже умирание другого как свершающийся наглядный факт не извлекает её из области затемнения. Более того – «Ведь видят же нередко в умирании других публичное неприличие, если не прямо бестактность, от которой публичность должна быть охранена», – замечает Мартин Хайдеггер, ссылаясь при этом в качестве иллюстрации на повесть Л.Н. Толстого «Смерть Ивана Ильича» [5, с. 254].

Не подобные ли строки имел в виду в своей отсылке Хайдеггер: «Главное мучение Ивана Ильича была ложь, – та, всеми почему-то признаваемая ложь, что он только болен, а не умирает, и что ему надо только быть спокойным и лечиться, и тогда что-то выйдет очень хорошее. Его мучило то, что не хотели признаться в том, что все знали, и он знал, и хотели лгать над ним по случаю ужасного его положения. Ложь, ложь эта, совершаемая над ним накануне его смерти, ложь, долженствующая низвести этот страшный торжественный акт

«смертный», греческое «anthropos» так же означает «смертный», латинское «homo» – «земной (прах)». Образы соприсутствия смерти разбросаны во множестве памятников культуры и религии, в частности, и в строках средневекового псалма: *media vita in morte sumus* – «мы живем, а смерть нас сторожит», что может быть понято в двух, по крайней мере, оттенках смысла: подстереживает, *подглядывает*, наблюдает, чтобы не пропустить своего вступления и часа (у А.С. Пушкина: «И всех вас гроб, зевая, ждет»). И собственно, сторожит, контролирует, *приглядывает* за нами, не просто ожидая (боясь проспать) конца нашей жизни и своего начала, но оценивая, взвешивая относительно своей весомости нашу текущую легковесную жизнь, осознание чего может не только вводить в уныние, тоску и апатию, но – напротив – стимулировать, поднимать, переводить на другой уровень ответственности и бытия. Словом, как ни прозвучит парадоксально, помогать оживлять нашу жизнь и наполнять до краев, делая нас куда более человечными, живыми и сострадательными, нежели в отсутствие грозного сторожа.

его смерти до уровня их визитов, гардин, осетрины к обеду... была ужасно мучительна для Ивана Ильича.. Он видел, что никто не пожалеет его, потому что никто не хочет даже понимать его положение».

Но возможно (хотя, к сожалению, куда более редко) и другое. Митрополит Антоний Сурожский приводит рассказ о своем друге – тоже, как и толстовский Иван Ильич (прототипом которого, как известно, был крупный судебный чиновник, брат великого физиолога Ильи Ильича Мечникова), энергичного и успешного деятеля.

«В какой-то момент он заболел желтухой, очутился в госпитале, где врачи его обследовали и обнаружили не подлежащую операции опухоль, которая распространилась на печень. Ему ничего не сказали, но сказали мне и его сестре, и я пошел его навестить. Он лежал на койке сильный, высокий, красивый человек, и сетовал: «Как нехстати! Столько дел и вот: я в постели и мне даже не могут сказать, как долго это продлится!» Я сказал: «Сколько раз Вы мне говорили: как бы хотелось остановить время, чтобы ничего не надо было *делать*, а только *быть*. Вы никогда этого не осуществили». Он ответил: «Нет». Что же, Бог сделал это за Вас. *Делать* Вы ничего не можете. Научитесь *быть*». Он посмотрел на меня и сказал: «Да, действительно, но как? *Быть* означает как бы пребывать в вечности. Нельзя «просто быть» в пустоте между небом и землей». Я сказал: «Это очень просто. Во-первых, нужно примириться со всем, что произошло в Вашей жизни, с собственной совестью, с окружающими Вас людьми, со всеми теми, кого приходилось встречать, со всеми обстоятельствами жизни, со всеми словами и поступками, и с Богом. Давайте займемся этим. Подумайте о своем непосредственном окружении: о родственниках, друзьях, знакомых – и поставьте перед собой вопрос: примирился ли я с каждым из них. Если нет – ищите примирения».

... Так мы перебрали все его окружение.

Это была борьба, это было не просто, но у него в сердце водворялся мир, и мы продолжали двигаться дальше, вскрывая слой за слоем...

Этим мы и занимались. Мы занимались этим три месяца, в течение которых он постепенно угасал. И когда он уже умирал, недели за две до смерти, когда от него уже ничего не оставалось, кроме больших сияющих глаз, слишком слабый, чтобы держать ложку, он мне сказал: «Знаете, мое тело почти умерло, но я никогда не ощущал себя таким интенсивно живым, как сейчас». И поскольку он обнару-

жил, что жизнь зависит не от физического состояния, а от цельности, которую приобрел, от жизни преизбыточествующей, в которую погружился, он смог взглянуть в лицо смерти так, как не смог бы взглянуть, если бы предстал перед ней со всем грузом своего прошлого, со всей горечью, болью, неудовлетворенностью и отчуждением» [1].

Вернемся к цитированию Хайдеггера: «прячущее уклонение от смерти господствует над повседневностью так упрямо, что в бытии-друг-с-другом «ближние» именно «умирающему» часто еще втолковывают, что он избежит смерти и тогда сразу снова вернется в успокоенную повседневность своего устраиваемого озабочением мира» [5, с. 253].

Но, казалось бы, как иначе? Разве не так должны поступать близкие, вообще «утешающие», разве не того ждут от врача, психолога, священника, психотерапевта?

Но в результате «успокоение на счет смерти» становится на пути к полноте бытия – того, что Хайдеггер обозначает словом «Dasein», что переводится с немецкого как «быть (налицо)», «существование», «присутствие» (В.В. Бибихин в своем замечательном переводе «Бытия и времени», здесь цитируемом, предпочитает последнее значение). Именно осознание смерти (о чем, в частности, говорил С.Л. Рубинштейн) переводит существование в срочное (имеющее срок) обязательство, врученное нашей ответственности, что подразумевает необходимость полного «присутствия». И тогда не об избавлении от смерти, как таковой, мы можем просить (молить), а об избавлении от «преждевременной смерти» – до срока выполнения наших обязательств, до исполнения всей полноты замысла о нас (для верующих – спасения души).

Но для такого рода осознания, а главное – соответствия ему нашей жизни (существования, присутствия, бытийствования), смерть должна предстать не только «отложенным фактом», который надо иногда краем сознания «иметь в виду», но принятой как «способ быть, который присутствие берет на себя, едва оно есть», – пишет Хайдеггер, прибавляя замечание одного средневекового автора, что «едва человек приходит в жизнь, он сразу же достаточно стар, чтобы умереть» [там же, с. 245]. В этом контексте уместен и ответ Конфуция на вопрос: «Как служить духам и что такое смерть?». Мудрец ответил: «Когда не умеют служить людям, то где же уметь служить

духам. Когда еще не знают, что такое жизнь, то где же знать, что такое смерть» (цит. по: [4, с.183]).

Хайдеггер специально подчеркивает, что с присутщим, как мы уже знаем, всем возрастным ступеням, начиная с 3–5 лет, «страхом перед уходом из жизни ужас перед смертью смешивать нельзя. Он никак не прихотливое и случайное «упадочное» настроение единицы, но, как основорасположение присутствия, разомкнутость того, что присутствие, как брошенное бытие, экзистировать к своему концу. Тем самым проясняется экзистенциальное понятие умирания как брошенного бытия к наиболее своей, безотносительной и не-обходимой способности быть. Отграничение от чистого исчезновения, но так же и от лишь-околеваания и наконец от «переживания» ухода из жизни возрастает в отчетливости» [там же, с. 251].

Чтобы не отпугнуть сложностью хайдеггеровского текста⁷ от проникновения в важнейшую тему, вернемся к феноменологии, исходя из которой, удерживая её в виду, можно было бы оправдать эту сложность как специфику инструмента, необходимого для понимания такого предмета. Обратимся к «Исповеди» Толстого, к строкам: «Так я жил, но пять лет назад со мной стало случаться что-то очень странное». Под «странным» Толстой имел среди прочего в виду пережитый им «арзамасский ужас». Его мы и изберем, чтобы феноменологически ощутить, подступиться к пониманию того, что хочет сказать немецкий философ о разнице между «страхом смерти», «ужасом перед смертью», «умиранием», «околеванием», «уходом из жизни» и о том, почему «присутствие никогда не околеваает. Уйти из жизни оно может лишь пока умирает».

Толстому 39–40 лет. По словам биографа, «в общей гамме переживаний мрачные мотивы носили случайный характер, они быстро растворились в основной радостной теме, но все же эти зародыши, грозные предвестники грядущего душевного кризиса, почти всегда отражались на семейных отношениях. Они ненадолго перебивали их, равновесие быстро восстанавливалось, и по-прежнему спокойно

⁷ Понятия, присутствующие в тексте, Хайдеггер вводит в той же (не для легкого чтения) манере: «Конец живого мы назвали околеванием» (сравните у В.И. Слободчикова – «дряхление»), «...присутствие может кончиться собственно и не умерев, а с другой стороны qua присутствие не просто околеваает, назовем этот промежуточный феномен *уходом из жизни*. *Умирание* будет титулом для *способа быть*, каким присутствие *есть* к своей смерти. Тогда можно сказать: присутствие никогда не околеваает. Уйти же из жизни оно может лишь пока умирает» [там же, с. 247].

протекала нормальная жизнь мыслителя-художника, помещика и доброго семьянина» [7, с. 92].

На этом фоне Толстой предпринимает деловую хозяйственную поездку в Пензенскую губернию для покупки нового имения. И здесь, в пути, ночью (обратим внимание на эту нередкую субъективную внезапность посещения – словно «тать в ночи») с ним и происходит «странное» – застигающее врасплох, пугающее и обескураживающее, выбивающее из колеи. Он сообщает об этом в письме (сентябрь 1869 г.) жене: «Третьего дня в ночь я ночевал в Арзамасе, и со мной было что-то необыкновенное. Было 2 часа ночи, я устал страшно, хотелось спать, и ничего не болело. Но вдруг на меня нашла тоска, страх, ужас, такие, каких я никогда не испытывал... Никому не дай Бог – испытать. Я вскочил, велел закладывать. Пока закладывали, я заснул и проснулся здоровым. Вчера это чувство в гораздо меньшей степени возвратилось во время езды, но я был подготовлен и не поддался ему, тем более что оно было слабее. Нынче чувствую себя здоровым и веселым, насколько могу быть без семьи. В эту поездку я в первый раз почувствовал, до какой степени я сросся с тобой и детьми».

Фрагмент этот, конечно, не есть обещанная феноменология: «было что-то необыкновенное», что ранее «никогда не испытывал», «потом прошло», «нынче чувствую себя здоровым и веселым». И это – Лев Толстой. Наши же рассказы о произошедших с нами даже чрезвычайных обстоятельствах и вовсе бывают крайне односложными, сводясь чуть ли не к двум-трем экспрессивным восклицаниям. И действительно – поди разберись сразу в существе и нюансах сильной эмоции, по свежим следам которой («третьего дня») ты пишешь письмо домой. Надобно расстояние, срок для переживания и раздумий, пронзительный взгляд опытного наблюдателя и жизнеописателя. Вот как стал выглядеть этот эпизод в автобиографической повести Л.Н. Толстого (весь курсив в приведенном тексте мой. – Б.Б.).

«Имень с большими лесами продавалось в Пензенской губернии... Я собрался и поехал.

Ехали мы сначала по железной дороге (я ехал с слугою), потом поехали на почтовых перекладных. *Поездка была для меня очень веселая.* Слуга, молодой, добродушный человек [Сергей], был так же весел, как и я. Новые места, новые люди; мы ехали, *веселились...*

Наступила ночь, мы всё ехали. Стали дремать. Я задремал, но *вдруг* проснулся. Мне стало чего-то *страшно...* «Зачем я еду? Куда я еду?» –

пришло мне вдруг в голову. Не то чтобы не нравилась мысль купить дешево имение, но вдруг представилось, что мне не нужно, незачем в эту даль ехать, что я умру тут в чужом месте. И мне стало *жутко*. Сергей, слуга, проснулся, я воспользовался этим, чтоб поговорить с ним. Я заговорил о здешнем крае, он отвечал, шутил, но мне было *скучно*. Заговорили о домашних, о том, как мы купим. И мне *удивительно* было, как он весело отвечал. Всё ему было хорошо и весело, а мне всё было *постыло*. Но все-таки, пока я говорил с ним, мне было легче. Но, кроме того, что мне скучно, жутко было, я стал чувствовать усталость, желание остановиться. Мне казалось, что войти в дом, увидеть людей, выпить чаю, а главное, заснуть – легче будет.

Мы подъезжали к городу Арзамасу... Показались в темноте домишки, зазвучал колокольчик и лошадиный топот, особенно отражаясь, как это бывает, около домов. Дома пошли кое-где большие, белые. И все это *невесело было*. Я ждал станции, самовара и отдыха – лечь.

Вот подъехали, наконец, к какому-то домику с столбом. Домик был белый, но ужасно мне показался *грустный*. Так что *жутко* даже стало. Я вылез потихоньку.

Сергей бойко, живо вытаскивал что нужно, бегая и стуча по крыльцу. И звуки его ног наводили на меня *тоску*. Я вошел, был коридорчик; заспанный человек с пятном на щеке, пятно это мне показалось *ужасным*, показал комнату. *Мрачная* была комната. Я вошел, еще *жутче* мне стало.

– Нет ли комнатки, отдохнуть бы?

– Есть номерок. Он самый.

Чисто выбеленная квадратная комнатка. Как, я помню, *мучительно* мне было, что комнатка эта была именно квадратная. Окно было одно, с гардинкой красной...

Мы вошли. Сергей устроил самовар, залил чай. А я взял подушку и лег на диван... Стал задремывать. Верно, и задремал, потому что когда я очнулся, никого в комнате не было и было темно. Я был опять так же пробужден, как на телеге. Заснуть, я чувствовал, не было никакой возможности. Зачем я сюда заехал. Куда я везу себя. От чего, куда я убегаю? Я убегаю от чего-то страшного и не могу убежать. Я всегда с собою, и я-то и мучителен себе. Я – вот он, я весь тут. Ни пензенское, ни какое именье ничего не прибавит и не убавит мне. А я-то, я-то надоел себе, несносен, мучителен себе. Я хочу заснуть, забиться и не могу. Не могу уйти от себя.

...Я вышел в коридор, думая уйти от того, что мучило меня. Но оно вышло за мной и омрачало все. Мне так же, еще больше страшно было. «Да что это за глупость, – сказал я себе, – Чего я тоскую, чего боюсь?». – «Меня, – неслышно отвечал голос смерти. – Я тут». Мороз подрал меня по коже. Да, смерти. Она придет, она вот она, а ее не должно быть. *Если*

бы мне предстояла действительно смерть, я не мог испытывать того, что испытывал. Тогда бы я боялся. А теперь и не боялся, а видел, чувствовал, что смерть наступает, и вместе с тем чувствовал, что ее не должно быть. Все существо мое чувствовало потребность, право на жизнь и вместе с тем совершающуюся смерть. И это внутреннее раздиранье было ужасно. Я попытался стряхнуть этот ужас. Я нашел подсвечник медный с свечой обгоревшей и зажег ее. Красный огонь свечи и размер ее, немного меньше подсвечника, все говорило то же. Ничего нет в жизни, а есть смерть, а ее не должно быть.

Я пробовал думать о том, что занимало меня: о покупке, об жене. Ничего не только веселого не было, но все это стало ничто. Все заслонял ужас за свою погибающую жизнь. Надо заснуть. Я лег было, но только что улегся, вдруг вскочил от ужаса. И тоска, и тоска, – такая же духовная тоска, какая бывает перед рвотой, только духовная. Жутко, страшно. Кажется, что смерти страшно, а вспомнишь, подумаешь о жизни, то умирающей жизни страшно. Как-то жизнь и смерть сливались в одно. Что-то раздирало мою душу на части и не могло разодрать... Еще раз попытался заснуть; все тот же ужас, – красный, белый, квадратный. Рвется что-то, а не разрывается. Мучительно, и мучительно сухо и злобно...».

Итак, попробуем обозначить некоторые вехи случившегося.

Поездка героя навстречу выгодной покупке «очень веселая», ехали и «веселились» с добродушным работником. Ночью, задремав дорогою, «вдруг проснулся» и стало «страшно», затем «жутко». Разговор и шутки слуги, что недавно так располагали, стали (вдруг) «скучны» и «удивительно было, как он весело отвечал. Все ему было хорошо и весело, а мне все было постыло». И дома ночного города, в который они въезжали, и отражение от их стен звука колокольчика и лошадиных копыт – «все это невесело было».

Домик почтовой станции, к которой подъехали в Арзамасе, казался «ужасно грустным. Так что жутко даже стало». Суета расторопного слуги, топот его ног на крыльце «наводили тоску». И пятно на щеке у станционного сторожа «показалось ужасным», и общая комната проезжих была «мрачная», при входе в неё «ещё жутче» стало. И отдельный «номерок», снятый для отдыха – выбеленный и квадратный – мучителен своей квадратностью...

Словом, все видимое начинает символизировать тягость, мрак, что подступают со всех сторон. Это как бы «продром» – ощущение безвыходности, безысходности прежними выходами и исходами (разговорами о том, «как мы купим», «о здешнем крае», мыслями

«о покупке», «о жене» и т.п.). Словно что-то подспудно зревшее, бродившее прорывается и затопляет внутреннее пространство, сметая прежние опоры и тверди. Эта перемена настолько властноубедительна и очевидна, что становятся странными свои ещё недавние (несколько часов тому) веселье и бодрое настроение, равно как простодушие и радость спутника. Особо мучительно дление этого теснения и тупика, ожидание (жажда) разрешения, облегчения и никак не получение их: «раздирает и не может разодрать», «тоска, которая бывает перед рвотой, только духовная»⁸.

Подобное по структуре движение может быть предвестником и аномалий, ведь собственно психологические механизмы в норме и патологии, в целом, едины, но при одних условиях они дают развитие продуктивное, в других аномальное [9;8]. В данном случае это пример пусть острого, могущего быть мучительным и даже опасным (кризис вообще редко бывает милым и приятным) переживания, однако связанного с важнейшим нормативным пунктом духовного становления, с возможным перевалом к духовному уровню и сфере⁹. Умерьте эту муку, «расслабьтесь», отвлекитесь (испокон веков одно и то же – материальные приобретения, деньги, слава, власть и т. п.), – и возможность будет закрыта, высота не взята, новое пространство смыслового обитания не открыто. Следствием этого возвращение

⁸ Много лет назад мой коллега, пытавшийся подобрать слова для описания своего кризиса, повторил, буквально, то же определение – «как бы духовная рвота» – совершенно не будучи знакомым с этим текстом Толстого. Кризис этот, однако, случился с моим знакомым примерно в 25–26 лет и закончился (разрядился) обретением веры. По его словам, тяжесть кризиса была такова, что только память о родных и близких удержала от роковых шагов. Причем это было не стремление к смерти, а ужас, плач о своей жизни. Речь, думается, идет об общих закономерностях (структуре) духовных обретений, рождению которых предшествует теснота (безвыходность, субъективная безысходность). Разработка этой темы в психологии блистательно начата более чем столетие назад Уильямом Джеймсом в его книге «Многообразие религиозного опыта», на этой же книге и как-то приостановилась, не пойдя далее описания феноменов и присваивания новых имен: пиковые переживания, измененные состояния сознания и т. п.

⁹ Сходные продромы, перевалы (каждый в своей драматургии, конечно) можно обнаружить на высоте любого кризиса. Тупик как типическое субъективное ощущение перед разрешением, если посмотреть на это сугубо прагматически, для того, видимо, и нужен, чтобы обрубить, обесценить прежние, ставшие привычными ходы и решения и, тем самым, создать нужный напор, мотивацию, что будет толкать к поиску нового для данного человека (т.е. никак не подразумеваемого ранее) выхода, который единственно даст удовлетворение возникшей жажды. Аналогичный процесс во всех творческих мыслительных задачах: пока не исчерпаны прежние ходы, новый не будет найден [Богоявленская Д.Б., Пономарев Я.А.].

(спуск) к обжитому, истоптанному уже (что не исключает, конечно, поиска, утверждения новых (в рамках старого) аспектов, открытий, оправданий своего выбора и возврата). Такой вариант вполне может принести (на время) успокоение себя и близких, череду новых (обновляемых) социальных успехов и подтверждений, но не насыщение обнаружившейся, явившейся, вышедшей (вдруг наружу) жажды.

Ибо самая исходная природа её иная – *духовная*. И попытки справиться с нею материальными средствами суррогатны, обманны, инородны: её заведомо не удовлетворить вещами, деньгами, заботами, внешними достижениями, словом, всем тем, что обычно заводит на полную пружину повседневную деятельность. Но, согласитесь, осознание этого, а главное, решимость следовать ему – задача не из легких, выполнение которой может привести (да и непременно приведет) к серьёзным испытаниям, грозящим нарушить устоявшееся (хотя и всегда относительное) равновесие и благополучие. И потому совсем не удивительно столь повсеместное упрятывание, маскировка (от самого себя и других), вытеснение сути причин (как мы знаем, в этом случае – духовных) в сферу затемнения, бессознательного. Фрейд, в согласии со своим временем, видел в этой вытесненной из сознания сфере по преимуществу сексуальные источники и запреты. Современный мир, раскрепостив (выпустив наружу) последнее, более того – превратив все связанное с ними в наиболее расхожий и выгодный товар, отнес теперь к «неприличному» высокое и духовное, мешающее, противостоящее засилью, напору материального и чувственного. Потому высокое надо либо занавесить, упрятать (с глаз долой), либо снизить, редуцировать, сделать ручным и удобным, подменить суррогатами (дешёвая мистика, расхожие предрассудки, ритуалы и т.п.).

Личность как единственная (специфически человеческая) инстанция, могущая обнаружить эту подделку, оказывается в ситуации выбора, поступка, риска. И отсюда – либо неуспокоение (бахтинское «не-алиби в бытии»), взгляд в лицо проблемы и поиски причин уже духовного характера. Либо – отступление, снятие осады, подмена, петляние вокруг. Последнее не столь уже редко сопровождается (защищается от возможных внутренних укоров) всяческой дискредитацией, снижением, осмеянием того уровня, на котором обнаружившаяся жажда только и удовлетворяется; чтобы не томиться ею (помните, у Пушкина – «духовной жаждою томим»), не раздражать-

ся теми, кто добрался до «воды живой», надо объявить возвышенное блажью, иллюзией, лицемерием, все более подчиняя, привязывая себя только к проявлениям материального уровня и пространства.

В результате, проблема уходит из поля прямого зрения и взгляда, что не дает, в частности, хоть в первом приближении отделить в личностном сознании смерть, «которой не должно быть» от «умирания как процесса» и последнее от «околевания», «дряхления» как физиолого-медицинского явления. В итоге смерть не становится контрапунктом жизни, условием полноты «присутствия-личности», «бытия-налицо», «бытия-в-мире», «здесь-нахождения» (для верующих – «здесь-я-пред-Лицом-Твоим-есть»).

Отметим ещё раз, что речь все время о внутренних смысловых коллизиях и отношениях, которые по жизни могут совпадать, а могут и не совпадать с кардинальными внешними переменами (человек может продолжать заниматься тем же делом, в том же тесном окружении и внутренне кардинально меняться; равно как кардинально меняться лишь внешне, оставаясь внутренне недвижимым). В целом же приходится признать, что существует много (слишком много) психологически понятных причин, житейских обстоятельств, социальных установлений, которые объясняют (оправдывают), почему в большинстве своем, говоря словами Хайдеггера, *«люди не дают хода мужеству перед ужасом смерти»*. Господство публичной истолкованности среди людей решило уже и о настроении, каким должно определяться отношение к смерти. В ужасе перед смертью присутствие выходит в предстояние самому себе как врученное не-обходимой возможности. Люди озабочиваются превращением этого ужаса в страх перед наступающим событием. Ужас, в качестве страха сделанный двусмысленным, выдается сверх того за слабость, какой не смеет знать уверенное в себе присутствие. Что по безмолвному приговору людей «пристойно», так это равнодушное спокойствие перед тем «обстоятельством», что человек смертен. Формирование такого «возвышенного» равнодушия *отчуждает* присутствие от его наиболее своей, безотносительной бытийной способности» [5, с. 254].

Можно констатировать, что к полноте, широте присутствия, бытийной свободе ведет действительно *узкий*, тесный путь, без личностного выбора, нахождения, прорыва, прохождения которого (при всей к тому объективной сложности и субъективной невозможности), привычно

ища материальных, вещных опор и подчинений, мы с неизбежностью начинаем на них только ориентироваться, обосновываться, надеяться, им подчинять себя и свою жизнь. В результате мы им постепенно уподобляемся, отдаем им (бездушным) свое человеческое лицо, олицетворяем и – в пределе – становимся ими (рискуем стать). В частности, войти, встроить себя в логику процесса материального умирания и дряхления, лишив себя, тем самым, автономии духовного присутствия.

Напомним при этом, что духовность (как переживание) не сводима исключительно к религиозности в её традиционной принадлежности к той или иной конфессии, но правомерна и в светском истолковании («geistlich» и «geistig»). Не исключая при этом существенных и принципиальных отличий [6, 5] и др., подчеркнем здесь психологически общее. Это – несводимость основ человеческой жизни только к материальному, к пользе и выгоде; выход на предельные вопросы бытия; поиск (жажда) смыслов, не уничтожимых фактом физической смерти. Общее есть и в генезе – это и столкновение, переход некоего рубежного состояния, кризиса, суда (себя и мира) или – возможность, моменты острого переживания беспредельного и непостижимого, будь оно явлено в природе или в нас¹⁰. Да и сама семантика слова «религия» (если взять её не только в приложении к конфессиям и догматам, но в отношении к конкретной личности) означает «связь», точнее – «обратную (ре-лига) связь». И действительно, речь в любых видах духовности не об исключительно нашем, обособленном созидании, из-себя-построении, но всегда (осознанно или неосознанно) о подразумевании, опыте, какой-то «обратной связи», протянутых (удерживающих нас) нитях и руках. И уже, конечно, когда вопрос ребром о пределе предельного – о жизни и смерти¹¹.

¹⁰ Возьмем, например, знаменитые слова Иммануила Канта: «Две вещи наполняют душу всегда новым и все более сильным удивлением и благоговением, чем чаще и продолжительнее мы размышляем о них, – это *звездное небо надо мной* и *моральный закон во мне*». Вот уже третье столетие – и верующих, и неверующих слова эти задевают, будят, поднимают, трогают. Хочется (вместо точки) продолжить, что «будят» и «поднимают» ни что иное, как «душу», равно как «задевают» и «трогают» тоже её. Но, тем самым, надо нарушить научно-психологическое табу и преподнести как гипотезу (что, на самом деле, утверждено в сознании тысячелетиями) будто у всех, вне зависимости от наличия или отсутствия религиозной веры, есть некое особое образование, которое, не смотря на все материалистические ухищрения, иным словом как «душа» не назовешь.

¹¹ В самый горький момент, когда, казалось бы, не оставалось уже никакой надежды на выживание в нечеловеческих условиях, Виктор Франкл, собрав свои иссякающие силы, обратился к своим товарищам – заключенным немецкого концентрационного лагеря

Духовная сфера поэтому отнюдь не иллюзия и блажь, как продолжают полагать многие, не продукт социального конструирования или религиозного воспитания. Она бытийно укоренена и психологически явлена в каждом (другое дело – в какой степени, на какой стадии осознания и действия), оставаясь для феномена человека сущностным, онтологическим условием, чья сила и значимость особо являются в кризисные, переломные моменты, когда, в частности, естественно как дыхание может происходить в каждом преодолении, снятие того, по словам Семена Франка, – «рокового раздора между двумя верами – верой в Бога и верой в человека, который столь характерен для европейской духовной жизни последних веков и есть главный источник её смуты и трагизма» [2, с. 5–6].

Итак, вопрос о смерти и ответы на него претерпевают в возрастном развитии существенные изменения, особо остро обнаруживающиеся в периоды кризисов, перевалов от одного этапа к другому. Духовная зрелость, нормативно наступающая (могущая наступить) в результате пережитой «середины жизни», подразумевает новое отношение к смерти, тесно увязанное с новым отношением к жизни, пониманием (переживанием) её как «срочного обязательства», как беловика, а не черновика (который ещё когда-то будет переписан), как возможности наполнения жизни до краев отпущенного срока, её предельно осуществимой полноты. И – как центральное – выход на нематериальные опоры, неуничтожимые фактом физической смерти.

Духовная сфера, тем самым, не эпифеномен или надстройка, не иллюзия или блажь, не фантазия или болезнь, не продукт социального конструирования или религиозного воспитания. Она бытийно укоренена и психологически резонирует в каждом (другое дело – в какой степени, на какой стадии развития и осознания), особо являя себя в переломах и кризисах зрелости, где оказывается единственно могущей дать нешаткую опору для жизни, исполненной смыслом,

смерти: «На каждого из нас в эти часы, которые, может быть, для многих уже становятся последними часами, кто-то смотрит сверху требовательным взглядом – друг или женщина, живой или мертвый. Или – Бог. И ждёт, что мы его не разочаруем, что мы не будем жалкими, что мы сумеем сохранить стойкость и в жизни, и в смерти... [3, с. 114].

И надо ли говорить, что слова (смысл, в них содержащийся) могли дойти и до верующих, и до неверующих, являя, отражая (у каждого по-своему) надежду, облегчение, уверенность в невидимом, в живой духовной связи с ним.

который способен превозмочь (преизбыточествовать) её заведомую ограниченность фактом смерти.

Литература

1. Митрополит Антоний Сурожский. Научитесь быть. М., 2010. С.21–23.
2. Франк С.Л. Реальность и человек: Метафизика человеческого бытия. М.: АСТ Москва: Хранитель, 2007.
3. Франкл В. Сказать жизни «да». Под ред. Д.А. Леонтьева. М.: Смысл, 2004
4. Вересаев В.В. Живая жизнь. М., 1993. С.92.
5. Начала христианской психологии: Учебное пособие / Отв. ред. Б. С. Братусь. М., 1995.
6. Братусь Б.С. Психология, нравственность, культура. М., 1994.
7. Жданов В.А. Любовь в жизни Толстого. М., 1993. С.92.
8. Братусь Б.С. Аномалии личности. М., 1988.
9. Братусь Б.С. Психологический анализ изменений личности при алкоголизме. М., 1974.

Н.В. Инина

Детство в формировании самосознания зрелой личности¹²

Тема детства более чем детально рассмотрена как в отечественной, так и в зарубежной психологии. Тем не менее, работы, посвященные детству, по-прежнему появляются на страницах популярных и профессиональных журналов. И это не удивительно, ведь у каждого человека есть свой уникальный опыт детства, наша память сохранила его неповторимую радость, но, нередко и его сокрытую боль. Однако, обыденное взрослое сознание довольно быстро превращает детство в навсегда минувший этап жизни. Сознание взрослого человека сфокусировано на «реальных» насущных проблемах – семья, работа, заботы, стрессы, кризисы и так далее и тому подобное. На этом фоне место детства предельно умалывается и почти исчезает из памяти. И действительно, стоит ли рассматривать этот крайне короткий период жизни человека как важную детерминанту взрослого развития? Многие упрекают психоанализ и другие психологические концепции, апеллирующие к детству, в том, что они пытаются раздуть, объяснить человека с точки зрения происходившего с ним в давно минувшие детские годы, вместо того, чтобы помочь ему решать актуальные проблемы его жизни «здесь-и-сейчас». В этой критике есть доля здравого смысла, поскольку человек не может быть детерминирован лишь своим прошлым. Однако никто из психоло-

¹² Статья выполнена при поддержке РГНФ, № проекта 13-06-00590.

гов не станет спорить что определенная причинная связь с детством всегда присутствует в жизни и взрослого человека.

Другое дело – что значит утверждение связи с детством? Является ли это попыткой найти скрытые причины взрослых проблем в прошлом? Или это – тоска по утраченному раю, где еще нет границ между реальностью и мечтой? Что стоит за словами: «будьте как дети...»? Значит ли это возвращение к детской наивности, открытости, целостности? Но где тогда ценность зрелости, мудрости, полноты, обретаемые личностью в горниле испытаний и страданий на извилистых путях судьбы? Кто ближе к подлинной реальности этого Божьего мира – ребенок или взрослый?

Попробуем начать с начала, то есть с самого детства. Ребенок – существо, открытое, искреннее, его психика еще не расщеплена на части. Ребенок предстает миру и другому человеку во всей полноте своей внутренней целостности, его отношения с бытием прозрачны и чисты. Сокрытые в нем потенциальные таланты ожидают возможности развертки и реализации. Но что же происходит дальше? В какой точке происходит слом, и за ликом чистоты и искренности вдруг проступает личина манипулятора, агрессора, ленивца или лжеца? Почему драгоценности и дары детства столь часто трансформируются в инфантильность, эгоцентризм и безответственность взрослого?

Карл Густав Юнг написал в одной из работ: «...во взрослом застрял ребенок, вечный ребенок, нечто все еще становящееся, никогда не завершающееся, нуждающееся в постоянном уходе...» [2]. А Достоевский в «Братьях Карамазовых» вложил в уста «великого инквизитора» и вовсе страшные слова, относимые им к взрослым людям: жалкие дети, требующие своего детского счастья, нуждающиеся в том, чтобы спасти их от самих себя!

Мне как психологу с печалью приходится констатировать, что именно инфантильные потребности слишком во многом продолжают определять жизнь взрослых людей. Эгоцентризм, безответственность, ненадежность, требовательность к окружающим и снисходительность к себе, желание превратить мир в средство для достижения собственных целей и удовольствий. Такое инфантильное, устремленное лишь на самого себя существование трудно назвать взрослым, тем более зрелым.

Но как же разобраться с этим противоречием: с одной стороны, человек должен не расплескать живительную непосредственность

детского восприятия, с другой стороны – преодолеть инфантилизм детства, его беспомощность перед внешними силами и эгоцентризм? Как не выплеснуть с водой ребенка?

Вернемся к точке слома. Вспомним лицо маленького ребенка – оно излучает свет настоящей жизни. Можно сразу понять, что чувствует малыш, взглянув на его физиономию. Препяды между подлинным состоянием и его проявлением практически нет. Если ребенок радуется, его лицо освещает улыбка, если грустит – слезы льются из его глаз, если устал – капризничает, если ему что-то интересно – ручки тянутся к предмету его интереса. Но такая младенческая прозрачность быстро уходит, ведь ребенок стремительно входит в мир людей, и начинается процесс, как говорят психологи, его социокультурного развития. А это значит, что между непосредственным состоянием ребенка и формой его внешнего проявления постепенно формируется целый мир промежуточных, вспомогательных, опосредствующих механизмов. Этот сложный процесс крайне важен для формирования личности, он, собственно, и обеспечивает переход из младенческого, инстинктивного, непосредственного состояния в мир взрослости, встроенный в систему человеческих отношений, культурных норм поведения и сознания.

Однако этот процесс вхождения в культуру далеко не всегда бывает лишь позитивным. Причем опыт показывает, что очень часто наиболее болезненные негативные воздействия могут идти со стороны самого близкого окружения. Это может быть и адресованное малышу раздражение, недовольство, усталость, а могут быть и не связанные с ребенком напрямую обстоятельства жизни взрослых, которые влияют на него с неизбежностью. Ссоры, болезни, разводы, появление брата или сестры и утеря внешнего внимания, длительное расставание с родителями и так далее и тому подобное. Все эти обстоятельства субъективно переживаются маленьким ребенком как боль, страх, тоска, одиночество, покинутость и так далее. Причем надо понимать, что маленькое детское сознание еще недостаточно развито, чтобы справляться и перерабатывать эти тяжелые переживания. То что пустяк для взрослого – тяжелое горе для малыша. Поэтому ребенок часто этот непереносимый для него негатив вытесняет, как говорят психологи, в более глубокие неосознаваемые пласты психики. Чем сильнее и болезненнее переживание, чем больше оно

подавляется, тем сильнее оно хочет вырваться наружу, вернуться в сознание, осуществиться, разрядиться. Однако психика не случайно подавила, вытеснила, внешне забыла то, с чем сознание не могло справиться, охраняя себя от невыносимой на данный момент ситуации. Создается мощный пласт защитных преград и механизмов, которые, образно говоря, держат вытесненные переживания под замком.

Так начинает формироваться тeneвая неосознаваемая часть души, которая наследуется и психикой уже взрослого человека. Отсюда в жизни взрослого могут появляться и разнообразные эгоцентрические, гневливые, капризные, неуправляемые формы поведения. Сами по себе они могут быть достаточно случайными и неотрефлексируемыми. Беда, однако, если эти бессознательные импульсы не ограничиваются эпизодами, а начинают в значительной степени определять жизнь и поведение взрослого, не подозревающего, что его главные мотивы и решения на самом деле продиктованы отнюдь не взрослыми потребностями. Ясно, что при этом человек теряет связь с реальностью своей внутренней и внешней жизни, остается лишь отражение, проекции, бесконечные кривые зеркала, принимаемые за реальность.

Приведу пример. Как-то я ехала в поезде, день был жаркий, все двери в вагоне открыты, оттого слышимость была хорошей. В соседнем купе ехали мать и дочь лет восьми. Мать была крайне раздражена, может быть, она злилась на дочь, может быть, ее разозлило что-то еще, но дочь была под рукой, потому ей и досталась вся мощь материнского раздражения. Она настолько грубо, агрессивно и зло разговаривала с девочкой, что это привлекло мое внимание. «Ну что ты расселась! Я же сказала тебе пять минут назад, чтобы ты разложила свои вещи. Что ты вылупилась на меня! Совсем ничего не соображаешь?», – на-скакивала на свою бедную дочь злобная мамаша. Я не выдержала и встала у окна, надеясь, что мое присутствие как-то уgomонит эту даму и ей станет неудобно при посторонних орать на бедного ребенка. Но я увидела поразившую меня картину – милая девочка совершенно беззаботно сидела на своей полке и рисовала кукол. «Мама, – голосом – колокольчиком сказала она, – посмотри, тебе нравится?», – и протянула разъяренной мамаше свой рисунок. Создавалось такое ощущение, что вопли ее матери были адресованы не ей, а кому-то другому. Думаю, мама часто так разговаривала со своей дочкой, и та просто привыкла, перестала обращать на это внимание. Обычный наблюда-

тель скажет: «И прекрасно! Не стоит реагировать на крики матери. Покричит и успокоится...». Однако любой психолог знает, что психика девочки была вынуждена просто перестроиться, адаптироваться к характеру матери, но это вовсе не значит, что в глубине души ребенок не испытывал боль, страх и тревогу, порожденные материнским поведением. Любой ребенок нуждается в образе доброй и любящей мамы, ему необходимо ощущать пространство своей жизни как безопасное и принимающее. Оттого все, что разрушает эту идиллическую картину, вытесняется психикой в глубину бессознательного, как бы стирается, а на картину реальности накладывается другая, более приятная и комфортная, позволяющая ребенку не просто выживать, отбиваясь от агрессии и раздражения матери, а жить – радоваться, творить, делиться с мамой результатами своего творчества.

Специально подчеркну еще раз, что сам по себе механизм вытеснения, защиты нельзя рассматривать только негативно. Он может играть крайне важную роль в жизни человека, как маленького, так и большого, ведь бывают периоды, когда эта способность психики оказывается буквально спасительной. Достаточно вспомнить ситуацию потери родного человека. Это тяжелейшее переживание часто сопровождается состоянием ступора, бесчувственности. Психика защищает человека от невыносимой боли потери дорогого ему существа, ведь нужно время, чтобы адаптироваться к произошедшему. Но если этот защитный механизм, блокирующий связь с реальностью, становится превалирующим, то в психике, как уже говорилось, формируется устойчивая малопрозрачная конструкция, заслон, мешающие увидеть не только реальность внешнего мира, но и свою собственную глубинную душевную и духовную реальность. Создается некая запруда, затор, засор, если хотите, между сознанием и тем глубинным душевным миром, в котором должны жить и только и могут жить самые прекрасные душевные и духовные чувства и переживания. В психологии это приводит к тому, что называется расщеплением или сциндо-синдромом. Во взрослой жизни мы будем наблюдать последствия этого расщепления, разрыва сознательных и бессознательных структур через разрыв интеллекта и чувства, ума и сердца, ценностей и поведения, духовного и душевного... Этот разрыв нарушает как целостность внутреннего мира, контакт человека с самим собой, так и связи с внешним миром, подменяя реальность бытия бесконечными проекциями, порой крайне далекими от действительности.

Неудивительно, что все психотерапевтические школы мира в той или иной степени обращают на это особое внимание. Задача психолога состоит тогда в том, чтобы соединить поверхность сознания с глубинным миром чувств бессознательного, чтобы преодолеть внутренний разрыв, конфликт, который мешает человеку стать целостным, самим собой, выйти на собственный путь жизни. Детство при этом играет особую роль: если оно не осмыслено, не понято и не принято, то его травмы и коллизии могут стать между человеком и его взрослым ответственным бытием, между личностью и реальностью.

Какова же здесь роль родителей, воспитателей и как избежать или хотя бы минимизировать опасность негативного процесса расщепления целостности, могущего начаться в детстве и сохраниться во взрослом состоянии?

Рассмотрим, как это происходит и как могло бы происходить на примере таких хорошо знакомых русскому человеку феноменов, как *обида* и *вина*. Многие из нас встречали, наверное, людей, которые непрерывно обижаются, да еще делают это так, чтобы другие чувствовали себя перед ними виноватыми. Обратимся к истокам этих чувств.

Один клиент поделился со мной детским воспоминанием – когда он был маленьким, его мама создала вокруг него мир, наполненный «виноватыми» предметами. Когда он задевал ногой стульчик и падал, мама хватала этот стул и била его, приговаривая: «Плохой стульчик, обидел нашего мальчика. Накажем его!». «Плохими» и «виноватыми» оказывались и нож, и вилка, и тарелка, и подоконник.

Этот хорошо знакомый многим воспитательный прием я наблюдала и в своем детстве. Нечто подобное рассказывали и многие мои клиенты. Чем чревато такое «воспитание»? Попробуем описать одну из типичных ситуаций. Малыш неуклюже бежит за мячиком, на его пути стоит злосчастный стул, он видит перед собой только мяч и, конечно, цепляется ногой за стул. Падает, разбивает коленку, испытывает боль, плачет. На его плач приходит мама, она видит его слезы, его расстройство. Он не обижен на стул, ему просто *больно*, но он – совсем маленький ребенок, и объяснить, дифференцировать свои чувства ему очень трудно. Задача мамы – немедленно успокоить его, она не хочет, чтобы он плакал и расстраивался, и она отвлекает его, переключает внимание на стул, «наказывая» этот невинный предмет. Этот исконно русский традиционный метод воспитания кажется ей

эффективным и уместным, ведь ее задача – успокоить ребенка. Малыш завороженно смотрит, как мама со всей силы колотит по стулу, это действительно быстро отвлечет его от своей коленки и он перестанет плакать. Но спустя некоторое время он и сам начнет колотить по стулу, считая именно его виноватым в разбитой ноге. Что происходит в данной ситуации? Ребенок испытывает боль, он расстроен и больше ничего. Эта боль хочет быть увиденной, услышанной и понятой. Однако ее блокируют, предлагая совершенно другое чувство – обиду! В данном случае происходит не просто блокирование боли, но и подмена реальности. «Ах вот, оказывается, как называется то, что я чувствую», – мог бы сказать нам этот удивленный малыш! Это крошечное по своим масштабам вытеснение боли не может вызвать никаких серьезных последствий, однако если представить себе, что боль значительно больше, и она блокируется значительно чаще, срывает именно то, о чем мы говорили раньше.

Рассмотрим этот феномен с другой стороны, со стороны *вины*. Ребенок шалит, если бы он мог анализировать себя, он бы сказал нам: «я не шалю, я просто играю». Но с точки зрения взрослого он именно шалит. Как уговорить его, как заставить слушаться!? Нередко мама «обижается» на ребенка. Она перестает с ним говорить, надувается, может молчать целый день, и всем своим видом показывает, что ребенок должен чувствовать себя виноватым. Что в результате происходит в сознании малыша? Ребенок пока еще не знает про такой способ «воспитания», использующий манипулятивную дубинку, один конец которой называется «обида», а другой – «вина». Он мыслит другими категориями. Он чувствует себя брошенным, покинутым, «плохим», ведь мама отвернулась от него, она не смотрит ему в глаза, она не разговаривает с ним, она холодна и безразлична. «Ты не любишь меня!? Что я должен сделать, чтобы вернуть твою любовь, ведь без нее мне так плохо!», вот что чувствует маленький ребенок. Что же говорит ему мать своим молчанием: «Ты хочешь вернуть мою любовь!? Пока ты не почувствуешь себя виноватым, пока не попросишь прощения, я не приму тебя!» «Если я буду чувствовать себя виноватым и попрошу прощения, ты вернешь мне твою любовь?», – печально спросил бы малыш, если бы мог понимать свои чувства. «Да, я опять буду любить тебя!» – обнадеживает мать.

Одна моя клиентка рассказывала, как в детстве с ней не разговаривали по три, четыре дня, пока она не просила прощения. «Я не

понимала, в чем я виновата. Но если я не произносила одну и ту же фразу: «Простите меня, пожалуйста, я больше так не буду!», – со мной могли не разговаривать неделями! Подобные истории я слышала от многих людей. Что происходит в этой глубоко нездоровой ситуации, да к тому же если она повторяется с завидной регулярностью? Огромный страх ребенка потерять любовь матери – такой пугающий и нестерпимый – вытесняется в бессознательное. А на его место приходит «вина», с помощью которой решается проблема, но настоящее успокоение не наступает.

И мне, как психологу, не раз приходилось видеть следующее. Если взрослому человеку удастся осознать, что за его «виной» или «обидой», к которым он привык с детства, на самом деле скрываются совершенно иные чувства – страх одиночества, покинутости, боль непонимания, желание близких отношений – он обретает значительно более глубокий контакт с самим собой, поскольку в его мир проекций и искажений входит реальность. Этот процесс благотворно влияет не только на самого человека, но и позволяет ему перестать транслировать подобные деструктивные модели в отношении других людей, особенно собственных детей. Это порождает совершенно иное отношение между взрослыми и детьми. Тогда становится возможным диалог, построенный на взаимопонимании, любви и уважении.

Владыка Антоний Сурожский в своих размышлениях о причащении детей вспоминал о семье известного русского философа и богослова Лосского. Лосские были соседями владыки, жили на одной улице, и как-то владыка Антоиний застал их дома, когда те собирались идти в храм на литургию. Он увидел, что Владимир Николаевич и его супруга поклонились в пояс своим детям, попросив у них прощения. Он спросил: «Вы это всегда делаете? — Нет, мы сегодня будем причащаться, – ответили они. – Мы, наверное, в течение этих недель чем-нибудь обидели, ранили своих детей. Мы не можем причаститься без того, чтобы они нас простили...» [3, с. 11].

Что тут добавить, можно лишь сказать, что это глубочайший пример подлинного воспитания, любви и уважения со стороны родителей, который останется в памяти (а главное, в сознании и бессознательном) детей как образец взаимодействия, отношения друг с другом. В каком-то смысле родителей можно уподобить проводникам, которые помогают своим детям дойти до точки собственного разви-

тия, до которой дошли сами, чтобы дети могли опираться на опыт родителей, знать его, понимать, отчасти разделять. Это не просто знание, это возможность отнесения к иному опыту, выработка своей собственной личностной позиции, условие дальнейшего движения вперед. Тогда становится возможной преемственность, снимаются противоречия между детьми и родителями, возникает подлинный диалог поколений. Только в этой уважительной атмосфере, ответственность за которую лежит на плечах родителей, ребенок обретает взрослого и любящего друга, опытного и мудрого спутника, которому можно доверять. Учась доверять родителям, дети учатся доверять самим себе и собственной жизни.

Однако если нам не столь повезло и наши родители не Лосские, а обычные люди, ставшие к тому же жертвой всеобщего невроза и бережно передавшие его нам в наследство, нам придется самостоятельно преодолеть глубинное расщепление, стоящее на пути к внутренней целостности, без которой невозможна встреча с реальностью бытия.

В этом процессе помощь профессионального психолога невозможно переоценить, поскольку именно в терапии возможно наиболее полно, но в то же время безопасно осуществить встречу со своим «внутренним ребенком» – с этой наиболее ранимой и уязвимой частью нашей психики, подвергшейся безжалостному вытеснению. Наш «внутренний взрослый» должен понять, утешить и ободрить малыша, должен стать нашему внутреннему ребенку родителем – надежным, верным, любящим, понимающим. И вследствие этих метаморфоз, о которых легко сказать, но нелегко произвести, внутренний бунтующий, стремящийся быть услышанным ребенок наконец успокаивается и занимает соответствующее место, переставая определять взрослую жизнь и влиять на нее, за исключением опыта спонтанности, живости, творчества, радости, то есть сугубо детских счастливых особенностей и свойств, которые так украшают любую взрослую жизнь.

Итак, когда детство не осознано и не переработано, оно стоит на пути между человеком и его взрослым ответственным бытием. Не прожитое, не интегрированное в сознание детство становится преградой между человеком и реальностью. Но именно ее преодоление позволяет сделать оптику нашей психики более прозрачной, открытой в мир внутренний и внешний. Тогда человек перестает видеть

только свои невротические отражения, а способен видеть реальность себя, мира и людей вокруг такими, какими они есть.

И тогда мы можем вспомнить франкловское «Да» жизни, ведь возникает ТОТ, кто это ДА говорит. Иными словами, работа с детством – это способность сказать сначала «ДА» самому себе [1].

Только интегрировав свое детство в полноте его переживаний, с его радостью и болью, мы обретаем тот уровень целостности, который позволит выдерживать уровень напряжения настоящей зрелой жизни личности. Человек начинает быть способным удерживать полноту бытия, его антиномичность, он может быть открытым и радости и страданию и уже не прятаться и не сбежать от этого.

Итак, зрелость личности невозможна без глубокой интеграции опыта детства в контекст жизни взрослого человека. Этот процесс напрямую связан с психологическим прозрением, освобождением нашей психики от невротических искажений, очищением нашей психологической оптики, той оптики, сквозь которую мы смотрим в мир. Если стекла этой оптики замутнены, мы будем видеть лишь грязные разводы, оставленные нашими невротами и неразрешенными конфликтами. Чтобы порадовать и временно успокоить себя, мы можем поверх этих разводов придумать и нарисовать какую-нибудь красивую картинку. Однако она не будет иметь никакого отношения к той реальности, которая действительно предстоит нам. Поэтому осознаем выбор: или застрять в псевдореальности мутных отражений, или все же набраться мужества и шагнуть вперед, точнее, в себя, чтобы осознать, увидеть и принять себя на глубине. Это позволит овладеть собственной психологией, которая уже без искажений откроет нам мир Божьего присутствия, реальности его любви, света и спасения. Тогда все, что осталось у нас за спиной, наше детство и наш опыт лишь добавят нам сил и энергии, чтобы идти по этому открывшемуся пути до конца. И тогда не мир будет обслуживать нас и наши желания, а мы сами сможем отдать миру тепло нашего сердца и свет нашей души.

Литература

1. Виктор Франкл. Сказать жизни «Да». Москва. Смысл. 2004.
2. Карл Густав Юнг. О становлении личности//Бог и бессознательное. АСТ, Москва. 1998, с. 457.
3. Митрополит Антоний Сурожский. Брак и Семья. 2010.

Сведения об авторах

БАДМАЕВА

Светлана Владимировна – кандидат педагогических наук, доцент кафедры управления человеческими ресурсами, факультета менеджмента Российской экономической академии имени Г.В. Плеханова, Москва, Россия
sbadmaeva@yandex.ru

БАЕВА

Ирина Александровна – доктор психологических наук, профессор, член-корреспондент РАО; зав. Лабораторией ГБОУ ВПО РГПУ им. А.И. Герцена, Санкт-Петербург, Россия
irinabaeva@mail.ru

БУЛЫГИНА

Мария Вячеславовна – кандидат психологических наук, доцент кафедры детской и семейной психотерапии факультета психологического консультирования МГППУ, Москва, Россия
bylyginam@list.ru

БРАТУСЬ

Борис Сергеевич – доктор психологических наук, зав. кафедрой общей психологии факультета психологии МГУ им. М.В. Ломоносова, научный руководитель факультета психологии Российского православного университета, Москва, Россия
kor-msu@mail.ru

ВОРОНИНА

Мария Евгеньевна – аспирант кафедры социальной психологии Костромского государственного университета имени Н.А. Некрасова, Кострома, Россия
mariaantonvoron@mail.ru

ГАЯЗОВА

Лариса Альфисовна – кандидат психологических наук, зам директора по науке ЦЭПП МГППУ, Москва, Россия
gayazova_1@mail.ru

ГОЛОВЕЙ

Лариса Арсеньевна – доктор психологических наук, заведующая кафедрой психологии развития и дифференциальной психологии факультета психологии Санкт-Петербургского государственного университета, Санкт-Петербург, Россия
lgolovey@yandex.ru

ДЕМЕНТИЙ

Людмила Ивановна – доктор психологических наук, профессор, декан факультета Омский госуниверситет им. Ф.М. Достоевского, Омск, Россия
lyudmiladementiy@mail.ru

- ЕРМОЛАЕВА**
Марина Валерьевна – доктор психологических наук, профессор, заведующая кафедрой возрастной психологии НОУ ВПО «Московский психолого-социальный университет», Москва, Россия
mar-erm@mail.ru
- ЗАХАРОВА**
Елена Игоревна – доцент кафедры возрастной психологии МГУ им. Ломоносова, Москва, Россия
E-I-Z@yandex.ru
- ИНИНА**
Наталья Владимировна – кандидат психологических наук, доцент факультета психологии МГУ имени М.В. Ломоносова, преподаватель Российского православного университета святого Иоанна Богослова..., Москва, Россия
inina-n@mail.ru
- КУПЧЕНКО**
Виктория Евгеньевна – кандидат психологических наук, доцент кафедры социальной психологии ФГБОУ ВПО «ОмГУ им. Ф.М. Достоевского», Омск, Россия
kupchenko07@mail.ru
- КОНИНА**
Муза Александровна – редактор журнала «Консультативная психология и психотерапия», Москва, Россия
muza-@list.ru
- ЛЕОНТЬЕВ**
Дмитрий Алексеевич – доктор психологических наук, руководитель международной лаборатории позитивной психологии личности и мотивации НИУ ВШЭ, профессор кафедры психологии личности факультета психологии МГУ, Москва, Россия
dleon@smysl.ru
- ЛУБОВСКИЙ**
Дмитрий Владимирович – кандидат психологических наук, профессор факультета психологии образования, кафедры педагогической психологии Московского городского психолого-педагогического университета, Москва, Россия
lubovsky@yandex.ru
- МАНУКЯН**
Виктория Робертовна – кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии развития и дифференциальной психологии факультета психологии Санкт-Петербургского государственного университета, Санкт-Петербург, Россия
mvr778@yandex.ru

НАУМОВА

Валентина Александровна – кандидат психологических наук, доцент кафедры теоретической и практической психологии, ФГБОУ ВПО «Камчатский государственный университет имени Витуса Беринга», Петропавловск-Камчатский, Россия
naumovavalentina2011@mail.ru

ОБУХОВА

Людмила Флипповна – доктор психологических наук, профессор, заведующая кафедрой возрастной психологии МГППУ, Москва, Россия
mila-38@mail.ru

ОДИНЦОВА

Мария Антоновна – кандидат психологических наук, профессор кафедры психологии и педагогики дистанционного обучения МГППУ, Москва, Россия
Mari505@mail.ru

ПАВЛОВА

Мария Константиновна – научный сотрудник Центра прикладной психологии развития, Института психологии университета Йены, Германия
maria.pavlova@uni-jena.de

ПРЯЖНИКОВА

Елена Юрьевна – доктор психологических наук, профессор кафедры теории и практики управления факультета государственного и муниципального управления МГППУ, Москва, Россия
e-pryazhnikova@yandex.ru

РАДИНА

Надежда Константиновна – доктор политических наук, профессор Национального исследовательского университета «Высшая школа экономики», Нижний Новгород, Россия
gasv@yandex.ru

РЕГУШ

Людмила Александровна – доктор психологических наук, заведующая кафедрой психологии развития и образования РГПУ им. А.И. Герцена, Санкт-Петербург, Россия
schuger@mail.ru

РЫЖОВА

Елена Викторовна – преподаватель психологии кафедры «Юриспруденция, интеллектуальная собственность и судебная экспертиза», МГТУ им. Баумана, Москва, Россия
rishova@yandex.ru

САМОХВАЛОВА
Анна Геннадьевна

- кандидат педагогических наук, доцент кафедры социальной психологии Костромского государственного университета им. Н. А. Некрасова, Кострома, Россия
samohvalova@kmtn.ru

САПОГОВА
Елена Евгеньевна

- доктор психологических наук, профессор кафедры психологии развития МПГУ, Москва, Россия
esapogova@yandex.ru

САПОРОВСКАЯ
Мария Вячеславовна

- кандидат психологических наук, доцент кафедры социальной психологии Костромского государственного университета им. Н.А. Некрасова, Кострома, Россия
saporov35@mail.ru

СУЛИМИНА
Оксана Владимировна

- преподаватель кафедры психологии факультета психологии Тверского филиала Московского гуманитарно-экономического института, Москва, Россия
sulimina_oxana@mail.ru

ФИЛИППОВА
Елена Валентиновна

- кандидат психологических наук, профессор и заведующая кафедрой детской и семейной психотерапии факультета психологического консультирования Московского городского психолого-педагогического университета, Москва, Россия
kafedra-DSP@yandex.ru

ХОЛОДНАЯ
Мария Александровна

- доктор психологических наук, заведующая лабораторией психологии способностей им. В.Н. Дружинина Института психологии Российской Академии наук, Москва, Россия
kholod@psychol.ras.ru

ХОЛМОГорова
Алла Борисовна

- доктор психологических наук, профессор, заведующая кафедрой клинической психологии и психотерапии факультета психологического консультирования МГППУ, Москва, Россия
zar-victor@yandex.ru

ШАПОВАЛЕНКО
Ирина Владимировна

- кандидат психологических наук, доцент кафедры возрастной психологии факультета психологии образования Московского городского психолого-педагогического университета, Москва, Россия
irin_vlad@mail.ru

ШЕМАНОВА**Наталья Алексеевна**

- специалист по УМР, Российский государственный гуманитарный университет, Москва, Россия
autumn57@mail.ru

ШНЕЙДЕР**Лидия Бернгардовна**

- доктор психологических наук, профессор, заведующая кафедрой педагогической психологии Московского психолого-социального университета, Москва, Россия
lidashner@rambler.ru

ЩЕРБАКОВА**Ольга Ивановна**

- доктор психологических наук, профессор кафедры управленческой и экономической психологии РЭУ им. Г.В. Плеханова, Москва, Россия
olga716@rambler.ru

**Горизонты зрелости.
Сборник научных статей**

Редакторы
Л.Ф. Обухова,
И.В. Шаповаленко, М.А. Одинцова

Отпечатано в Отделе оперативной полиграфии ГБОУ ВПО МГППУ

Подписано в печать 16.10.2015.
Формат: 60x88/16. Бумага офсетная.
Гарнитура Times. Печать цифровая.
Усл. печ. л. 12,6. Уч.-изд. л. 15,1.
Тираж 300 экз.