

*Л. Ф. Обухова,
М. В. Попова*

Варианты жизненной позиции российских подростков

Сегодня взрослеющий человек особенно уязвим в плане поисков варианта жизненной позиции, что связано с особенностями современной социокультурной ситуации в России. Подросток, у которого только кристаллизуется образ мира, особенно чувствителен к кризисам социального устройства общества, основное угрожающее проявление которых – диффузия и размывание ценностей. Дефицит или неопределенность этих идеальных и осуществимых прототипов является источником кризиса в формировании личной жизненной позиции. Новый экзистенциальный кризис молодежи, прежде всего, связан с неопределенностью духовной опоры для самоопределения, что проявляется в многообразии вариантов самоопределения на пороге взросления.

В статье представлен фрагмент исследования, проведенного на базе Волжской академии водного транспорта, нижегородского педагогического лица и психологического центра «Эмпатия», где работает «Школа социальной зрелости» для подростков. В исследовании приняли участие 410 человек в возрасте от 13 до 21 года.

Одной из задач исследования было определение уровня развития и динамики жизненной позиции современных подростков, которая проявляется в общем показателе осмысленности жизни и включает в себя такие компоненты, как осмысленность жизненных целей, эмоциональная насыщенность настоящего и будущего, удовлетворенность самореализацией, оценка своей продуктивности, самоуправление.

Исследование проводилось с помощью комплекса диагностических процедур, основной особенностью которых была опора на качественные методы оценки и анализа полученного материала. В ходе исследования жизненной позиции взрослеющей личности были использованы следующие методики: «Подростковый триптих на тему окна» М. Бетенски; «Золотой возраст» Б. Заззо; образно-символическая методика «Коллаж личности» Х. Ландгартен.

Триптих на тему окна позволяет выявить отношение подростка к своему личному прошлому, настоящему и будущему. Каждому испытуемому дается три листа белой бумаги, которые символизируют три рамы одного окна. Экспериментатор говорит: «Представьте, что Вы смотрите через каждое стекло и видите себя в разные периоды жизни. Начинайте с прошлого. Максимально детально представьте себе какой-то запомнившийся значимый эпизод или картину из Вашего прошлого. Может быть, это будет то событие, которое до сих пор осталось с Вами. Опишите то, что Вы видели. Что нового Вы можете увидеть и сказать о

себе в Вашем прошлом? Как вы видите сейчас эту ситуацию или событие. Начинайте описание со слов: “Я вижу...”». Тот же способ применяется для воспроизведения настоящего и будущего [1].

Следуя инструкции, подросток обнаруживает специфические особенности восприятия своего возраста и переживания «Я» во временной перспективе.

По мысли Б. Заззо, степень реализованности личности, насыщенность психологического времени действиями, планами, событиями, переживаниями является ключевым фактором оценки возраста. В методике Б. Заззо испытуемому предлагается шкала, на ней нужно отметить тот жизненный возраст, который, по мнению подростков, является наилучшим и в котором они предпочли бы сейчас оказаться. Этот возраст можно назвать «золотым» для конкретного человека. Испытуемого просят в нескольких предложениях дать объяснение своему выбору. В дополнение к этой теме, в нашем исследовании было использовано понятие «трудный возраст», т. е. время наибольшего внутреннего напряжения, дискомфорта, негативных переживаний.

Выбор детства как наилучшего возраста может свидетельствовать об эмоциональном неблагополучии в настоящем, защитной позиции к возрастающим социальным требованиям и задачам взросления. По мнению Б. Заззо, установка на продление детства возникает в результате трудностей целеполагания, соотнесения ближней и дальней временной перспективы. Такая психовозрастная позиция может быть признаком отсроченного взросления, когда ключевые задачи возраста еще не осознаны и не приняты подростком. Принятие настоящего – важный показатель личностной зрелости, признак осмысленной временной перспективы и смысловой насыщенности будущего. Чем более актуально настоящее, тем более осмысленным является будущее, чем ближе «золотой возраст» к настоящему моменту, тем выше сформированность, осознанность и интеграция личности [2].

Образно-символическая методика «Коллаж личности» Х. Ландгартен представляет собой свободный ассоциативный выбор тем, образов и символов, которые в настоящий момент отвечают на вопрос: «Кто я в этом мире?». Используя картинки, фразы и символические фрагменты из различных журналов, подобранных под темы самоопределения, подросток создает коллаж на большом листе бумаги, дорисовывая недостающие символы. Затем каждой теме и символу испытуемый дает свое название, выражающее связь с актуальным самоощущением. С ориентацией на значимые сферы самоопределения взрослеющей личности (профессиональный выбор, брак и семья, карьера, политические взгляды и религиозные убеждения, гендерные роли) были отобраны журналы по те-

мам: «Профессия и карьерные достижения», «Принятие женских и мужских ролей», «Дружба и юношеская группа», «Семья и родительские отношения», «Политика и религия», «Хобби и путешествия», «Здоровье».

Реализация методики включала в себя несколько последовательных шагов:

- свободная творческая активность – эмоциональное вовлечение, создание настроения;
- воссоздание – разработка темы коллажа с помощью изобразительных приемов и материалов, создание образа;
- интеграция – реконструкция эмоционального опыта, осознание выраженных личностных смыслов, феноменологическое описание образа, исследование структуры, установление связей между элементами коллажа и опытом.

Работа с коллажами состоит в том, чтобы найти путь от символического самовыражения и фантазий к реальным собственным переживаниям и их жизненному смыслу. Анализ смыслового поля коллажей включает в себя как выявление их образно-символического содержания, так и обобщение «я-высказываний» подростков в процессе самоанализа по окончании работы.

Данные, полученные с помощью методик «Подросткового триптиха на тему окна» М. Бетенски и «Золотой возраст» Б. Заззо, позволили выявить несколько значимых возрастных периодов, которые расценивались испытуемыми как «золотой возраст»: детство (3–7 лет), начало школьной жизни, недавнее прошлое (13–15 лет), настоящий момент (16–18 лет), ближайшая временная перспектива (18–21 год), дальняя временная перспектива (28–30 лет). На рисунке представлено число предпочтений (%), характеризующих выбор того или иного возрастного периода, как «золотого», так и «трудного». Из рисунка видно, что более четверти опрошенных подростков и юношей (16–18 лет) золотым периодом жизни считают настоящее, что свидетельствует о принятии собственной жизни, о положительном отношении к возрасту. Обращает на себя внимание и то, что 17 % опрошенных считают наилучшим для себя периодом «детство». Такой выбор может быть связан с инфантильной установкой подростка по отношению к жизни в целом, личностной незрелостью.

1 – «золотой возраст»;

2 – «трудный возраст»

Более половины опрошенных воспринимают «недавнее прошлое» (13–15 лет) как субъективно трудный, негативный период. Более четверти опрошенных подростков считают наиболее трудным момент настоящего. Ни один человек не назвал «ближайшую временную перспек

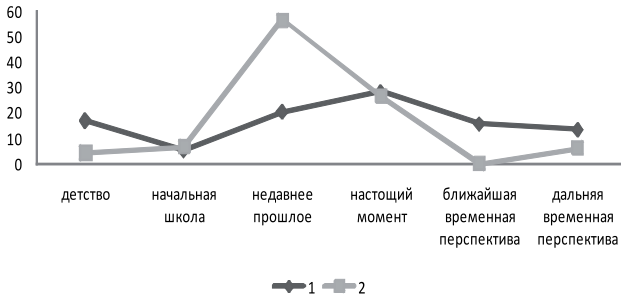


Рис. 1. Количество выборов (%) «золотого» и «трудного» возраста

титу» как ожидаемо тревожный и трудный период. Вера и надежда на лучшее пусть незначительно, но преобладают в высказываниях подростков.

Интересны мотивировки выбора подростками как «золотого», так и «трудного» возраста. В таблице представлены высказывания подростков в пользу того или иного возраста.

Особые отношения с родителями, которые характеризуются привязанностью, близостью, вниманием, пониманием, делают детство «золотым возрастом» в восприятии подростка.

Начало школьной жизни положительно эмоционально окрашено благодаря расширению социальных связей и событийной насыщенности жизни. В этом возрасте негативные моменты связаны с внешними объективно действующими силами – перемена места жительства и школы, развод родителей, смерть близких людей.

Начало подросткового возраста сопровождается ощущением свободы и независимости, первой влюбленностью, позитивным идеалистическим восприятием окружающего мира, зарождением дружбы. Однако этот возраст большинство подростков оценивают как наиболее трудный и насыщенный противоречивыми субъективными переживаниями, эмоциональными кризисами. Причиной кризисов служат конфликты с родителями, критика и безразличие с их стороны, трудности управления своим поведением, неопределенность целей, неясность будущих перспектив, ощущение пустоты.

Настоящий момент переживается как наиболее благоприятный для развития личности по следующим, субъективно воспринимаемым причинам, – принадлежность к семье и группе сверстников, двойной стандарт отношения взрослых (и взрослый, и ребенок), рост самоуважения, осмысленная перспектива будущего, чувство нужности. Кризисные переживания связаны с негативными отношениями в семье; страхом оценки окружающих; отсутствием любви и постоянной привязанности; не

**Мотивирующие высказывания подростков
(по материалам методики Б. Заззо)**

Возрастной период	«Золотой возраст»	«Трудный возраст»
Детство, 3–7 лет	«Родители были рядом», «розовые очки», «была золотым ребенком», «в центре внимания», «ощущала заботу и ласку», «не было проблем с родителями», «не было забот, все хвалили»	«Перемена места жительства»
Начало школьной жизни, 7–10 лет	«Появились друзья», «была любовь окружающих», «было интересно», «общение с учителями», «ни о чем не думала», «простая жизнь», «не думал о будущем», «жила в своем мире», «ждала школы», «играли, валялись в снегу»	«Пережил смерть близких людей», «перешла в другую школу»
Недавнее прошлое, 13–15 лет	«Первая любовь», «свобода», «жизнь пока розовая», «ушла от своих родителей к бабушке», «родители были вместе», «много друзей»	«Конфликты с родителями», «негативное отношение близких ко мне, постоянная критика», «непонятность», «не могла влиять на мир вокруг меня и плохо понимала его», «мучался вопросом: зачем жить?», «потеряла себя и жила по течению», «не знала во что верить», «трудный характер», «устал от того, что все из меня лезло наружу и плохое, и хорошее», «я какая-то не настоящая – бездействующая и ненаправленная», «не было мне места», «побой мог повлиять на меня», «школа», «унижена одноклассниками»
Настоящее, 16–17 лет	«Есть друзья», «больше понимания родителей», «успешна во всем», «интересно жить», «жить стало легче», «я и ребенок, и взрослый», «весело», «возможность добиться цели», «нет пока ответственности», «появилась личная жизнь», «интересные люди вокруг», «стал понимать, кто я есть и чего хочу», «все впереди», «надежды на будущее», «чувствую нежность», «более открыта миру», «меньше обижаюсь», «стала лучше»	«Дискомфорт в семье», «боюсь экзаменов», «развод родителей», «мое будущее неясно», «постоянно тревожусь о поступлении», «нет любимого человека», «я рухнула в реальный мир», «мечты развеялись», «я замкнулась»

Возрастной период	«Золотой возраст»	«Трудный возраст»
Ближайшая временная перспектива, 18–21 год	«Избавлюсь от внутренних проблем», «вступают в действие мои права», «уже не такой ненужный, как сейчас», «все главное в моей жизни», «полагаться только на себя», «определюсь со всем в отношении себя», «мир открыт», «не даю другим отчета», «студенческая, веселая жизнь», «получу все, что хочу», «независимость», «больше буду понимать о жизни»	
Дальняя временная перспектива, 28–30 лет	«Реальные результаты», «деньги», «уже определился и встал на ноги», «изменю весь мир», «период больших возможностей», «свобода от родителей», «свое творчество», «наконец не буду учиться»	«Старость», «все лучшее позади», «изменится внешность»

определенностью будущего, связанного с плохим пониманием своих возможностей и желаний; негативным образом мира и потерей мечты. Почти треть опрошенных подростков 16–18 лет считают, что время серьезных выборов и периода ответственности за свои решения еще впереди, словно в настоящий момент жизнь «пишется» как пробный вариант, «черновик», а все «настоящее» впереди.

Выбирая будущее как «золотой возраст», подростки связывают его со временем собственной зрелости как личности. Зрелость или взросление для них ассоциируется с принятием ответственности, ростом независимости от родителей и адекватным пониманием своих желаний и возможностей.

«Подростковый триптих на тему окна» М. Бетенски позволил выделить несколько особенностей жизненной позиции подростков.

Окно «Настоящее» – подростки отмечают резкие изменения своего базового отношения к миру в течение последнего года жизни (еще раз напомним, что возраст опрошенных 16–18 лет); появляется целостное переживание своей жизни, ее смысловых измерений. Палитра чувств очень разнообразна: от самоотрицания («Я никому не нужна») до пиковых переживаний («Моя жизнь яркая и нереальная»), от смутного переживания ее как «запутанной нити» до поиска определенности и значения («Я не пойму, я муравей или Наполеон?»).

Окно «Будущее» – у подростков прагматические, рациональные проекты «я» в будущем сочетаются с иррациональными. Причем эти два плана между собой могут не иметь никакой связи. Если первое – резуль-

тат родительского наставления «как устроиться в жизни», то второе отражает мечту, идеальное «я».

Содержательно иррациональный план самоопределения проявляется в грандиозных мечтах о спасении всех людей («найду лекарство от рака»); в особом значении своих открытий для всего человечества («изобрету то, что до меня не было нигде»); в чувстве своей важной миссии в жизни («на свет я рождена не просто так», «я буду проповедником»); в желании преобразовать мир («мечтаю сделать мир светлее и чище»); в ощущении своего предназначения («мечтаю проповедовать добро и справедливость для людей на каком-нибудь маленьком острове»); в потребности быть воплощением чего-то идеального («хочу быть всесторонне развитой личностью, которая имеет вес среди людей», «у меня будет идеальная семья», «моя жизнь будет воплощением полного счастья и успеха») и т. п. Подростки описывают все, что будет с ними происходить в будущем, как нечто грандиозное, необычное и потрясающее окружающих.

Эти «окрыленные полеты» почти никак не связаны в реальности с конкретными выборами в настоящем и, самое главное, с количеством усилий и волевых решений, принятых здесь и теперь. Иррациональная установка на будущее нередко сочетается с прямо противоположным ощущением себя в настоящем («как в темной комнате, когда все шторы задвинуты»).

Наряду с категорией подростков, для которых проблема самоопределения актуальна, есть значительная часть тех, которые действуют стихийно, по обстоятельствам. Для них характерны следующие описания: «будущее розовое и темное», «смутное», «вообще не привык загадывать на будущее», «все само собой образуется», «постоянно меняю свои решения». У этих подростков успех и достижение чего-то связываются с деньгами, помощью родителей, везением и другими внешними силами («будущее больше зависит от возможностей родителей – есть у них деньги или нет», «папа считает, что мне следует заниматься в жизни...»).

Качество жизни в будущем, по мнению большинства подростков, включает в себя уверенность в «завтрашнем дне», уважение и востребованность в обществе, большие деньги, душевное спокойствие и счастье, достойное место среди людей, семья, любовь.

По данным исследования будущее – это самое насыщенное окно. Его описание занимает больше места и по содержанию оно раскрыто более подробно. Как отмечено в литературе, в юности удельный вес будущего втрое больше по сравнению с прошлым и настоящим. В зрелом возрасте это соотношение уравнивается. Если в прошлом подростки чаще всего описывают конкретные события и ситуации, то в будущем описания «я» обобщены и абстрактны.

Опыт применения образно-символической методики «Коллаж личности» (Х. Ландгартен) дал возможность на основе анализа символического самовыражения открыть несколько распространенных вариантов жизненной позиции подростков.

В коллажах подростков можно было выделить следующие категории образов.

- 1. Образы людей.** Люди чаще всего изображаются как идеальная модель для идентификации («таким хочу быть») и для обозначения своего реального «я» в настоящем. В первом случае моделями становятся фигуры людей, как правило, старше по возрасту. Можно выделить несколько видов этих идеальных прототипов: «человек успешный» (имеющий карьеру, деньги и «красивую жизнь»); «не такой, как все» (особенный, выделяющийся из толпы, поп-герой); ролевые прототипы (будущая счастливая мама, любимая и единственная, глава семьи, студент); «человек наслаждающийся» (расслабленный, благополучный, довольный); «добившийся успеха своими силами» (свободный и независимый); «что-то сделавший для человечества (имеющий миссию, путь, предназначение).
- 2. Символы человеческих отношений.** В этой категории отображены группы людей, объединенных в семейные, дружеские, студенческие сообщества, которые имеют три содержательных аспекта: то, к чему я принадлежу, частью чего являюсь в настоящем («моя семья», «компания», «моя тусовка»); идеальные прототипы привязанностей в настоящем и будущем («это мой муж и дети», «так будет выглядеть мой любимый человек»); референтный источник оценок в настоящем («мама мне говорит...»).
- 3. Природные явления.** Образы природы в коллажах присутствуют как: выражение состояний релаксации, стабильности, ухода в мир грез и мечты (море, небо, горный пейзаж); как символы приключений или идеальной среды обитания; стихии, природные катаклизмы, как символы динамики собственных чувств (вулканы, водопады, бурлящее море, лианы), как символы борьбы, агрессии и энергии внутренних конфликтов.
- 4. Динамические образы.** Особое место в коллажах занимают энергетические символы. Они, как правило, не имеют четких смыслов, но передают состояние напряжения, драйва, риска, борьбы, развития, внутреннего движения. К наиболее распространенным символам этой категории относятся большие, летящие, скачущие животные, машины, символы экстремальных видов спорта.
- 5. Животные и птицы.** Животные в коллажах присутствуют как символы агрессии и защиты (клыки тигра, лев и др.), а также для выра-

жения потребности к свободе и независимости (летающая птица, птица в клетке, парящий орел).

6. **Психоэмоциональные символы.** Для обозначения своего психоэмоционального состояния, настроения, самочувствия подростки используют три вида образов: изображение времени года, цветов и фруктов (опавшие листья осени, подсолнух, лимон, фрукты во льду и др.). Обладая яркой выразительностью, эти образы создают тональность и эмоциональный фон всего коллажа. Выразить эмоциональное состояние и вызвать определенные ассоциации помогают те или иные свойства объектов: сухие листья (энергетическая опустошенность), спелый красный плод (подъем, бодрость), замороженные фрукты (состояние скованности, тоска) и т. д.
7. **Символы времени.** Важным объектом, выражающим восприятие времени, являются часы (наручные, песочные и др.). Часы в коллажах – один из самых частотных символов. Подбирая ассоциации, подростки описывают разные ощущения себя во времени и временной целостности своей жизни: ощущение конечности («я не вечен», «все пройдет»), чувство дефицита времени и его течения («время не ждет», «не упустить время»), проекции смысла и ожидания будущего («придет мой час», «час пик моей жизни»).
8. **Эстетические символы.** Эти символы связаны с чувством удовольствия, переживанием гармонии, своего творческого потенциала и соответствия изображенного эстетическому идеалу («люблю нравиться», «хочу это иметь», «вот бы мне так», «люблю все красивое...»). Субъективные смыслы образов раскрывались в ходе беседы с подростками. В результате были выделены варианты негативных переживаний – ощущение противостояния миру, сопровождающееся чувством одиночества («весь мир против меня»); переживание изоляции и отдаленности от окружающих из-за субъективного восприятия своей «непохожести»; негативные ожидания при оценке личных перспектив, связанные с ощущением жизненной некомпетентности («я ничего не смогу сделать хорошего в этой жизни»); переживание недостатка привязанности, принадлежности и признания окружающих людей («я тень для других людей»), переживание личной неопределенности и самоотрицание («я никто»); переживание ценностного несоответствия («я родилась не в свое время»); переживание личностной нереализованности, отсутствии значимой роли («я не нужен», «я нигде»).

Содержательный анализ символики коллажей и «я-высказываний», а также данных, полученных с помощью двух других методик (Б. Заззо и М. Бетенски), позволил выделить следующие наиболее типичные варианты жизненной позиции современных подростков.

1. Осознание, переживание принадлежности и значимости своей социальной роли («решающими могут быть голоса молодежи», «мы вместе молодежный клуб»).
2. Активность и самостоятельность позиции, стремление к жизненному успеху и достижениям своими собственными силами («все лучшее – своими силами», «только вперед», «я сама!», «место под солнцем»).
3. Гедонистическая ситуативная жизненная установка, связанная с удовлетворением импульсивных желаний («то, что я хочу сейчас – это и есть главное в моей жизни», «жизнь в кайф», «бери от жизни все»).
4. Жизнь как шутка – игровое отношение к своей жизни («я живу по приколу», «все в моей жизни несерьезно»).
5. Осознание своей инфантильной позиции по отношению к жизни – ведомость, отсутствие целей и понимания самого себя («я еще ребенок», «не пойму, где я»).
6. Фиксация на одной жизненной роли, переживаемой как предназначение или «судьба».
7. Потребность в самопознании и саморазвитии («тянусь к лучшему», «стремлюсь понять, кто я и где мое место»).

Становление жизненной позиции в подростковом возрасте, понимаемой как осознание и принятие устойчивых ценностно-смысловых отношений с миром, является необходимым условием саморегуляции поведения и деятельности. Вариативность жизненных установок, сочетание рациональных и иррациональных проектов свидетельствуют о том, что подростковый возраст – время активного поиска своего «истинного я». Однако вопрос о самоопределении стоит перед человеком в течение всей его жизни и не может быть одномоментным решением или выбором. Перед лицом новых жизненных задач и возрастным самоощущением надо на каждом жизненном этапе обретать целостность, самооценку и переоткрывать для себя смысл своей жизни.

Литература

1. *Бетенски М.* Что ты видишь? Новые методы арттерапии. – М.: Изд-во Эксмо-пресс, 2002. – 256 с.
2. *Головаха Е. И., Кроник А. А.* Психологическое время личности. – Киев, 1984. – 207 с.
3. *Попова М. В.* Становление персональной идентичности в юношеском возрасте: Дис... канд. психолог. наук. – М., 2005. – 220 с.
4. *Прихожан А. М.* Проблема подросткового возраста // Психологическая наука и образование. 1997. – № 1. – с. 82–87.
5. *Стюарт В.* Работа с образами и символами в психологическом консультировании. – М.: Класс, 2000. – 384 с.