

**ИЗМЕНЕНИЕ СМЫСЛОЖИЗНЕННЫХ ОРИЕНТАЦИИ ПОДРОСТКОВ
ПОД ВЛИЯНИЕМ ЛИЧНОСТНОГО КРИЗИСА**

*Работа представлена кафедрой психологии развития личности
Института специальной педагогики и психологии.*

Научный руководитель - доктор психологических наук, профессор С. Т. Посохова

В статье представлены результаты теоретического и эмпирического исследования изменения смысла жизни под влиянием личностного кризиса у подростков мужского и женского пола. Анализируются способы выхода из кризиса и концепции понимания смысла. Описываются авторские методики для изучения смысла жизни и особенностей переживания кризисов.

The article presents the results of theoretical and empirical research of life meaning changing under the influence of a personal crisis among teenagers. Ways of surmounting the crisis and concepts of understanding of the life meaning are analysed. The author's techniques for investigating the life meaning and features of crisis experience are described.

В психологии кризис рассматривается как источник изменения в структуре личности. Эти изменения отражают две взаимосвязанные тенденции. Первая включает в себя позитивные последствия: кризис является шагом в новое качество, способствует духовному и личностному росту. Известны случаи, когда страдания и лишения шли на пользу человеку, на долю которого они выпали. Например, в критической ситуации, перед лицом смерти человеку часто открывается смысл его жизни. Недостаток успеха никогда не означает утрату смысла. В. Франкл говорит, что если вспомнить периоды своей влюбленности, то нет, наверно, человека, согласившегося вычеркнуть из своей прошлой жизни несчастную любовь, со всеми ее страданиями. Человек может совершенствоваться и развиваться в результате страданий; несчастная любовь приносит больше, чем могло бы дать множество любовных побед¹. И. Ялом знакомит нас со случаями позитивного выхода из кризисной ситуации: многие из супругов, переживших утрату, пошли дальше простого восстановления и возвращения на пре-

жний уровень жизни, они достигли нового уровня зрелости и мудрости².

Мы видим, что положительный выход из кризиса приводит к переосмыслению жизни. Можно предположить, что личностный кризис в первую очередь является нарушением именно смысловой сферы. Так, и М. Ш. Магомед-Эминов утверждает, что посттравматическое стрессовое расстройство является расстройством смысла и смыслообразования.

Вторая тенденция включает в себя негативные последствия, приводящие к деструктивным изменениям. На основе научно-психологических изысканий можно выделить разные нарушения, к которым приводят кризисные ситуации: трансформация смысловой сферы личности: утрата или отсутствие смысла деятельности, формирование ощущения бессмысленности, образование антисмыслов³; психопатологические последствия: стрессовое расстройство, социально-приемлемые варианты психопатологического развития личности (невротические, психические и психосоматические расстройства), социально-негативные вари-

анты психопатологического развития личности (алкоголизм, наркомания, токсикомания)⁴; изменения в структуре личности: появляются помехи в проявлении ценных сторон личности, в самореализации, построении адекватных самооценок; изменение взаимодействия с окружающими людьми: изменение роли человека в группе, семье и обществе, прерывание отношений между людьми, ощущение увеличения эмоциональной дистанции, отделяющей человека от других людей, появляется тенденция разговаривать с людьми с раздражением и злостью; соматические заболевания; нарушения в эмоциональной сфере.

Отношение к кризисной ситуации как к возможности роста связано с более гармоничным образом «Я», стремлением к самоактуализации, принятием своей жизни и себя. Восприятие критической ситуации как опасности характерно для людей, ориентированных в кризисе лишь на его негативные стороны, потери и страдания⁵. При этом выход из кризиса неразрывно связан со смыслом.

В понимании смысла жизни можно выделить две противоположные концепции. Приверженцы первой пытаются осмыслить жизнь через поиск объективной истины, при которой существует общее условие осмысленности. В религии в роли объективной истины выступает Бог как вечная твердыня, вечная жизнь, абсолютное благо и всеобъемлющий свет разума. Религиозная вера ценна тем, что, как бы плохо в жизни ни приходилось, цель жизни у верующего находится за ее пределами в царствии Божием. И сколько трудностей ни выпало бы на долю человека, смысл жизни не утрачивается. В случае трудностей и невзгод вера защищает человека от переживаний бессмысленности существования, которые бывают у живущих ради самой жизни или успеха⁶.

Вторая концепция - это наполнение жизни субъективными личными смыслами. Э. Фромм говорил, что существует единственный смысл, который человек сам при-

дает своей жизни, используя силы и творя благо⁷. В произведении А. де Сент-Экзюпери содержится мысль: смысл жизни составляют простые вещи - посадить дерево, построить дом, вырастить детей, прожить жизнь порядочным человеком, внести свой вклад в общее дело улучшения мира*. А. Адлер говорил, что не существует абсолютного смысла жизни, смыслов может быть столько же, сколько людей, и ни один из них нельзя признать ложным. Истинные смыслы жизни по А. Адлеру - смыслы, которые могут разделять и принимать для себя другие люди⁹.

С целью изучения влияния кризисных ситуаций на смысловую сферу подростков нами было проведено эмпирическое исследование. Для изучения кризисных ситуаций, переживаемых подростками, проводилось пилотное исследование. По его результатам был создан опросник для выявления типов ситуаций, оцениваемых как кризисные. В исследовании участвовали старшеклассники и студенты первых курсов высших учебных заведений. Выборка составила 76 человек, из них 40 мужского и 36 женского пола. Участникам предоставлялся список из 64 ситуаций, предположительно определяемых как кризисные. Перечень был составлен на основании анализа литературы, психологических исследований и собственного практического опыта. Задача участников исследования состояла в том, чтобы отметить те кризисные ситуации, которые им приходилось переживать.

Полученные нами результаты обрабатывались с помощью кластерного анализа, который позволил выделить 25 кластеров. Ситуации, оцениваемые как кризисные, редко исключались из списка. Все полученные кластеры можно условно разделить на пять групп. В первую группу вошли шесть кластеров, отражающих утрату: смерть родственника или друга; насилие (военные конфликты в мире, терроризм, сексуальное насилие); проживание с алкоголезависимым родственником; ограбление, потеря имущества, стихийное бедствие; развод ро-

датель ей; смерть или потеря любимого животного. Вторую группу составили восемь кластеров, включающих ситуации взаимодействия с окружающими: разрыв отношений с другом или любимым человеком; одиночество; социальное отчуждение; конфликты с одноклассниками; коммуникативные барьеры; конфликтность (частые ссоры между родственниками, издевательство со стороны сверстников, конфликт с учителями); переживание неловкости; страх не соответствовать ожиданиям окружающих (ощущение себя «белой вороной», страх перед будущим, нарушение закона). Четыре кластера из третьей группы включают в себя описания кризисов, связанных со здоровьем: физические травмы; хронические заболевания; болезни; страх смерти, изменение здоровья члена семьи, хирургическая операция. В четвертую группу вошли два кластера, связанные с нарушением экологии: загрязнение и разрушение окружающей среды; нарушение социальной экологии. В пятую группу вошли пять кластеров, включающих личностные кризисы: снижение самооценности; разрушение стереотипов; чувство вины по отношению к прошлым поступкам; плохая успеваемость, трудности при выборе профессии, опасность не получить выбранного образования, смена учебного учреждения; возможность оказаться безработным.

Для исследования смысла жизни старшеклассников нами была проведена работа по созданию специальной методики. Было найдено около трехсот пословиц, поговорок и афоризмов, которые, на наш взгляд, отражали смысл жизни человека. Отобранные пословицы были предложены экспертам, имеющим высшее образование. Задача экспертов заключалась в том, чтобы отметить те из них, которые действительно могут отражать смысл жизни любого человека. Из общего списка было отобрано 88 изречений. Изречения были проверены на валидность с помощью теста смысложизненных ориентации (СЖО) Д. А. Леонтьева и

надежность с помощью проведения исследования интервалом в две недели. Факторный анализ полученных данных позволил выделить 11 факторов, распределивших между собой 22 высказывания и включающих в себя от одного до четырех изречений. Каждый фактор отражал определенную сторону смысла жизни и был назван следующим образом: «добродетельность», «здоровье», «ценность знания», «желание оставить след после себя», «устойчивый и счастливый брак», «счастье», «знание и учение», «жизнь здесь и сейчас», «деньги», «реальный взгляд на вещи», «принятие конечности жизни».

В основном исследовании участвовали 246 учащихся старших классов, из них 122 человека женского пола и 126 испытуемых мужского. На первом этапе мы разделили испытуемых по половому признаку и сравнили эти группы между собой. Анализ средних значений по результатам исследования кризисных ситуаций показал, что девушки по сравнению с юношами в большей степени переживают такие кризисные ситуации, как разрыв отношений (с другом, любимым человеком), одиночество, смерть (потеря любимого животного, коммуникативные барьеры, разрушение стереотипов (повторный брак одного из родителей, разрушение религиозных идеалов, появление нового члена семьи). При этом количество пережитых кризисных ситуаций в среднем в обеих группах было одинаковым, однако у девушек общий показатель силы переживания кризисных ситуаций более высокий по сравнению с юношами.

Анализ средних значений по результатам методики для изучения смыслов по группам девушек и юношей показал, что группы имеют статистически значимые отличия по некоторым показателям. У девушек по сравнению с юношами выше ориентация на добродетельность и счастье, а у юношей выше ориентация на принятие конечности жизни.

Для выявления структуры взаимосвязей между смыслом жизни и кризисом по дан-

ным, полученным в группах девушек и юношей, был проведен корреляционный анализ. В группе девушек выявлено двадцать шесть корреляций между переживаемыми кризисами и смыслами жизни, которые можно объяснить, учитывая социальные и тендерные роли. Принято считать, что женщины более эмоционально чувствительные, мечтательные, испытывают большую потребность в общении и больше боятся одиночества в отличие от мужчин. Наиболее интегрированными показателями являются «здоровье», «счастье» и «деньги». У девушек выявлена взаимосвязь между ориентацией на деньги и кризисными ситуациями «одиночество», «коммуникативные барьеры», «конфликтность» и «чувство вины из-за сделанных ранее поступков». Чем сильнее переживаются эти кризисные ситуации, тем ниже ориентация на деньги, и чем они слабее переживаются, тем выше ориентация на деньги. Деньги в некоторой степени являются противоположностью доброго взаимоотношения с людьми, а девушкам, пережившим перечисленные кризисы, важнее наладить отношения с окружающими.

Смысложизненная ориентация на здоровье имеет корреляцию с кризисными ситуациями «развод родителей», «физические травмы», «хронические заболевания» и «болезни»: чем сильнее переживаются эти кризисы, тем меньше ориентация на здоровье, и чем выше ориентация на здоровье, тем слабее переживаются данные кризисные ситуации. Выявленную взаимосвязь можно объяснить тем, что снижение ресурса мешает ориентироваться на него, как на смысл жизни. Кризисная ситуация «развод родителей», вероятно, воспринимается как нарушение здоровья семьи.

Смысложизненная ориентация на счастье имеет корреляцию с кризисными ситуациями «проживание с алкоголезависимым родственником», «социальное отчуждение» и «конфликтность». Чем сильнее переживаются перечисленные кризисы, тем ниже ориентация на счастье, и чем выше девуш-

ки ориентированы на «счастье», тем слабее они переживают этот кризис. Перечисленные кризисы, с одной стороны, затрагивают семью, как основную сферу реализации женщины, с другой – коммуникативную сферу, имеющую большую важность для женщин. Вероятно, реализация этих сфер является важным составляющим понятия «счастье» у женщин, поэтому переживание кризисов, относящихся к данным сферам, вызывает ощущение беспомощности и мешает ориентации на счастье.

Смысл жизни «брак» и «жизнь здесь и сейчас» не имеют у девушек корреляций с кризисами. Возможно, «брак» является для девушек базовой ориентацией, которая не меняется под воздействием кризиса. Ориентация на «жизнь здесь и сейчас» противостоит девушкам, потому что они нацелены на будущее, находятся в состоянии ожидания, и поэтому данная смысложизненная ориентация не имеет взаимосвязей с кризисами.

В результате исследования было выявлено, что в группе девушек кризисные ситуации «смерть близкого человека», «разрыв отношений», «смерть или потеря любимого животного» не имеют взаимосвязей со смысложизненными ориентациями. Данный факт можно объяснить тем, что эти кризисы вызывают мощное экзистенциальное переживание, приводящее к серьезным психологическим последствиям, не отраженным в данном исследовании.

В группе юношей выявлено двадцать пять корреляций между переживаемыми кризисами и смыслами жизни. Наиболее интегрированными показателями являются «знания», «реалистичность», «принятие конечности жизни» и «здоровье».

У юношей смысложизненная ориентация на здоровье имеет взаимосвязь с кризисными ситуациями «физические травмы» и «социальное отчуждение» (публичное унижение, сексуальные проблемы, контакт с ВИЧ инфицированными): чем сильнее переживаются данные кризисы, тем ниже

ориентация на здоровье, и чем выше ориентация на здоровье, тем слабее переживаются перечисленные кризисные ситуации. Выявленная взаимосвязь в некоторой степени копирует корреляцию, представленную у девушек. Вероятно, у подростков, переживших кризисные ситуации, затрагивающие сферу здоровья, формируется установка на патологичность, которая мешает ориентироваться на здоровье, как на смысл жизни.

Смысл жизни «принятие конечности жизни» имеет взаимосвязь с кризисными ситуациями «смерть или потеря любимого животного» и «хронические заболевания»: чем сильнее переживаются перечисленные кризисы, тем ниже ориентация на «принятие конечности жизни», и чем выше юноши ориентированы на конечность, тем слабее они переживают эти кризисы. Вероятно, ориентация на «принятие конечности жизни» способствует формированию готовности к потере, потому что все в этом мире имеет свой конец.

Смысл жизни «жизнь здесь и сейчас» имеет взаимосвязи с кризисными ситуациями «физические травмы» и «болезни». Чем выше ориентация на жизнь здесь и сейчас, тем выше переживаются эти кризисы, и чем ниже ориентация на жизнь здесь и сейчас, тем ниже переживаются перечисленные кризисы. Выявленную взаимосвязь можно объяснить так: юноши имеют бессознательную установку на то, что жить нужно, пока есть здоровье, в настоящем времени. Поэтому переживание кризисных ситуаций, связанных со здоровьем, стимулирует к ориентации на жизнь здесь и сейчас.

Выявлены взаимосвязи, которые трудно интерпретировать в контексте полученных данных: смысл жизни «знания» имеет взаимосвязи с кризисными ситуациями

«смерть любимого животного», «переживание неловкости», «плохая успеваемость» и «страх смерти, изменение здоровья члена семьи, хирургическая операция». Ориентация на «реалистичность» имеет прямые взаимосвязи с кризисными ситуациями «конфликтность», «страх не соответствовать ожиданиям окружающих» и «снижение самооценности».

К базовым смысложизненным ориентациям у юношей можно отнести ориентацию на «учение», которая не имеет взаимосвязей с кризисными ситуациями, поэтому не изменяется под воздействием кризиса. Также в группе юношей выявлены кризисные ситуации, которые не имеют взаимосвязей со смысложизненными ориентациями: «насилие», «проживание с алкоголезависимым родственником», «одиночество», «коммуникативные барьеры» и «нарушение социальной экологии». Вероятно, перечисленные кризисные ситуации переживаются юношами слабо и поэтому не включаются в регуляцию смысловой сферы личности.

Таким образом, нами разработана методика, объективно оценивающая смысл жизни подростка. В сознании молодого человека существует определенное субъективное видение кризиса, которое влияет на смысловую сферу личности. На основе полученных данных можно сделать вывод, что кризисные ситуации по-разному влияют на смысложизненные ориентации подростка в зависимости от пола. Выявленные особенности можно объяснить наличием тендерных различий, в частности большей эмоциональной чувствительностью девушек и их большей потребностью в общении, из-за чего они склонны переживать кризисные ситуации в среднем более сильно по сравнению с юношами.

ПРИМЕЧАНИЯ

¹ Франкл В. Человек в поисках смысла. М., 1990.

² Ялом И. Дар психотерапии / Пер. с англ. Ф. Прокофьева. М.: Эксмо, 2006.

⁵ Магомед-Эминов М. Ш. Трансформация личности. М.: Психологическая Ассоциация, 1998.

ПЕДАГОГИКА И ПСИХОЛОГИЯ, ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ

Туховский Н. Н. Психопатологические последствия чрезвычайных ситуаций. М.: Академический Проект; 2000.

⁵ *Баканова А. А.* Актуальные проблемы становления личности в современном мире: Материалы всероссийской научно-практической конференция 30-31 мая 2001 г. Магнитогорск: МАГУ, 2001. С. 44-46.

⁶ *Колесов Д.* Проблемы бытия личности // Развитие личности 2003. № 1. С. 47-76.

⁷ *Фромм Э.* Человек для себя. Мн.: Харвест, 2003.

⁸ *Чудноецкий В. Э.* Смысл жизни и судьба. М.: Ось-89, 1997.

⁹ *Adler A.* What life should mean to you. London: George Allen and Unwin, 1980.