

ИССЛЕДОВАНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ОСОБЕННОСТЕЙ ОТНОШЕНИЯ ЮНОШЕЙ И ДЕВУШЕК К ЖИЗНЕННОМУ ПУТИ И ВРЕМЕНИ

*Работа представлена кафедрой психологии развития и акмеологии
Астраханского государственного университета.*

Научный руководитель – кандидат психологических наук, доцент И. А. Еремицкая

В статье раскрывается понятие жизненного пути личности и его важнейшие характеристики. Автором представлены особенности отношения к жизненному пути и времени в юношеском возрасте, изученные в ходе эмпирического исследования.

Ключевые слова: жизненный путь, время жизни, юношеский возраст.

The article discloses the identity of the notion «life course» and its major features. The author presents particular qualities of the attitude to life and time in the youthful age explored in the course of the empirical research.

Key words: course of life, time of life, youthful age.

Понятие жизненного пути, активно разрабатываемое в отечественной и зарубежной психологии, стало довольно популярным и часто используемым в ряде наук, таких как социология, культурология, философия и др. Изучение различных концепций жизненного пути (Ш. Бюллер, П. Жане, А. Адлера, В. Франкла, С. Л. Рубинштейна, К. А. Абульхановой-Славской, Л. И. Анцыферовой, Б. Г. Ананьева, Е. И. Головахи, А. А. Кроника и др.) позволило нам сформулировать следующее его определение. Жизненный путь – это индивидуальная история развития личности во времени жизни, содержащая все факты, поступки, события, изменения, происходившие с личностью, и характеризующаяся сознательным и целенаправленным формированием через формулирование и реализацию жизненных планов.

Жизненный путь личности обладает рядом важных характеристик, определяющих особенности отношения к нему личности. Это целостность жизненного пути, степень удовлетворенности собственной жизнью, убежденность в возможности контролировать события своей жизни, способность к прогнозированию.

Целостность жизненного пути определяется взаимосвязью и неразрывностью для личности прошлого, настоящего и будущего.

Удовлетворенность жизнью предполагает состояние общего психологического комфорта, социально-психологическую адаптированность, положительное отношение к событиям собственного жизненного пути. Под адекватным отношением к жизни мы будем понимать такое отношение, при котором личность в целом удовлетворена своим жизненным путем.

Убежденность в возможности контролировать свою жизнь придает личности уверенность, так как при такой постановке вопроса жизнь становится управляемой. В обратном случае человек уверен, что все, что с ним происходит, – дело случая или судьба.

Способность к прогнозированию можно рассматривать как одну из характеристик жизненного пути и одновременно особенностью отношения ко времени. Как характеристика жизненного пути, прогнозирование играет важнейшую роль в построении жизненных планов и постановке жизненных задач.

Развитая способность к прогнозированию позволяет личности лучше ориентироваться в событиях жизненного пути, тщательнее выбирать те жизненные приоритеты, которые составляют основу жизненной позиции личности.

Отношение ко времени предполагает некую самоактуализацию во времени, т. е. способность ощущать и воспринимать неразрывность прошлого, настоящего и будущего, но вместе с тем жить настоящим. Самоактуализация во времени дополняется временной направленностью человека, которая может быть выражена преимущественной ориентацией на какой-либо один временной отрезок (прошлое, настоящее или будущее).

Особенности переживания времени заключаются преимущественно в его восприятии как медленно или быстро текущего, плавного или скачкообразного, сжатого или растянутого и т. д.

Способность к прогнозированию как особенность отношения ко времени представляет собой способность решать прогностические задачи, является важной составляющей ориентации во времени.

Ценностный аспект понятия «время» определяется тем смыслом и содержанием, которое личность в него вкладывает.

Анализ научной литературы показал, что на сегодняшний день в психологической науке довольно подробно и многосторонне исследованы проблемы жизненного пути и их связь с возрастными особенностями личности (С. Л. Рубинштейн, К. А. Абульханова-Славская, Б. Г. Ананьев, Е. И. Головаха, А. А. Кроник, Т. Н. Березина). Также изучены и проанализированы вопросы, касающиеся времени жизни личности, восприятия времени человеком, организации и рационального использования времени как ресурса (А. К. Болотова, К. А. Абульханова-Славская, Т. Н. Березина, Н. А. Логи-

нова, Л. А. Регуш, Г. А. Архангельский и др.).

Однако незаслуженно мало внимания уделено проблемам отношения личности к своей жизни и времени. Особенно интересным в свете озвученной темы нам представляется юношеский возраст, поскольку именно этот период является началом вступления во взрослую жизнь, что предполагает более осознанный, реалистичный взгляд на жизнь, принятие ответственности за свои решения, совершаемые поступки, серьезное обдумывание жизненных планов. Другими словами, юность – это тот этап жизни, когда человек осмысливает, какой он хочет видеть (и сделать) свою жизнь, и обдумывает те решения, выбирает те приоритеты, которые, по его мнению, приведут к достижению поставленных целей.

Нами было проведено эмпирическое исследование, в котором приняли участие 304 студента I–V курсов психолого-педагогического, исторического, физико-математического факультетов Астраханского государственного университета, из них 163 девушки и 141 юноша.

Нами отобраны следующие методики:

- опросник уровня субъективного контроля в модификации Е. Ф. Бажина – для выявления особенностей локуса контроля личности;
- тест самоактуализации во времени (адаптирован А. К. Болотовой), направленный на изучение компетентности во времени;
- тест смысложизненных ориентаций Д. А. Леонтьева – для исследования наличия жизненных целей, особенностей локус-контроля личности, ее удовлетворенности своей жизнью;
- методика «Прогностическая задача» Л. А. Регуш, Н. Л. Сомовой, позволяющая выявить способности к прогнозированию;

- тест «Индекс жизненной удовлетворенности» А. Ньюгартена – для исследования степени психологического комфорта личности, ее социально-психологической адаптированности, выявления общей удовлетворенности жизнью;

- методика «Временные децентрации» А. А. Кроника, Е. И. Головахи – для изучения временной направленности человека;

- методика «Шкалы переживания времени» А. А. Кроника, Е. И. Головахи – для изучения особенностей переживания времени;

- ассоциативный тест К. Г. Юнга – для выявления ценностного аспекта понятия «время».

В ходе изучения особенностей отношения к жизненному пути и времени юношей и девушек было установлено, что практически по всем методикам для молодых людей характерны средние показатели.

По результатам опросника уровня субъективного контроля юноши и девушки не всегда видят связь между своими действиями и значимыми для них событиями, не осознают в полной мере возможность контролировать развитие событий и полагают, что большая часть их является результатом случая или действий других людей. Эти данные подтверждаются средними баллами по шкалам «локус контроля-Я (Я – хозяин жизни)» и «локус контроля-жизнь, или управляемость жизни» теста смысло-жизненных ориентаций, которые свидетельствуют о том, что юноши и девушки не всегда верят в свои силы контролировать события собственной жизни.

Хотя результаты девушек по шкале общей интернальности выше, чем у юношей, значимых различий между показателями юношей и девушек с помощью методов математической статистики (критерий Колмогорова-Смирнова,

непараметрические критерии Манна-Уитни и Краскала-Уоллеса) выявлено не было. Однако существуют различия по шкалам общей интернальности между студентами II и IV курсов ($p = 0,0150$), а также интернальности в области неудач между молодыми людьми I и V курсов ($p = 0,0158$). Обозначенные различия (с учетом среднеарифметических значений по шкалам теста уровня субъективного контроля у I, II, IV, V курсов) свидетельствуют о том, что, становясь старше, юноши и девушки в большей мере берут на себя ответственность за происходящие с ними желательные и нежелательные события, по сравнению с первыми годами обучения в вузе.

По результатам теста смысло-жизненных ориентаций Д. А. Леонтьева для юношей и девушек характерен средний уровень осмысленности жизни, их цели и планы не всегда имеют реальную опору в настоящем и не всегда подкрепляются личной ответственностью за их реализацию. Довольно высокие показатели (выше среднего) по шкале «процесс жизни, или интерес и эмоциональная насыщенность жизни» теста смысло-жизненных ориентаций свидетельствуют о том, что жизнь воспринимается молодежью как интересная, эмоционально насыщенная и наполненная смыслом. Высокие баллы по шкале «результативность жизни, или удовлетворенность самореализацией» этого же теста говорят о положительном отношении к пройденному этапу жизненного пути, об ощущении продуктивности и осмысленности прожитого отрезка жизни. Нами выявлены значимые различия между юношами и девушками по таким характеристикам, как общая осмысленность ($p = 0,01324$), процесс ($p = 0,05693$), результативность жизни ($p = 0,07626$) и локус контроля-жизнь ($p = 0,00400$). Эти данные свидетельствуют о том, что девушки больше убеждены в том, что человеку дано кон-

тролировать свою жизнь, свободно принимать решения и воплощать их в жизнь, проявляют большую целенаправленность, осмысленность жизни.

В ходе изучения прогностических способностей получены низкие показатели по методике «Прогностическая задача» и у юношей, и у девушек, что указывает на низкие способности к прогнозированию, т. е., на наш взгляд, на недостаточную основу для построения конкретных, осмысленных планов на будущее. Очень низкие (69% результатов испытуемых) и низкие (26%) результаты значительно преобладают над средними (3%) и высокими (2%); «очень высокие» баллы не набрал ни один испытуемый.

Значимые различия в способности к прогнозированию выявлены у студентов I и III курсов ($p = 0,0490$). 19–20-летние третьекурсники показали значимо более высокие результаты, чем остальные студенты. Таким образом, к III курсу у юношей и девушек наблюдается улучшение показателей способности к прогнозированию.

Та же тенденция отмечается при дальнейшем сравнении показателей по курсам (I–V курсы: $p = 0,0490$; II–III курсы: $p = 0,0271$; II–IV курсы: $p = 0,0437$; II–V курсы: $p = 0,0384$; III–IV курсы: $p = 0,0434$; III–V курсы: $p = 0,0371$). Значимых различий по данному критерию между I и IV, а также IV и V курсами не выявлено. То есть условно мы можем разделить студентов на три группы (I, II–III–IV, V курсы), в которых прослеживается динамика изменения изучаемого показателя. Данный факт мы объяснили взаимодействием процессов социализации и индивидуализации, которые выступают как условия развития социальной зрелости молодых людей и выражаются в поуровневом социальном становлении и развитии личности растущего человека (Д. И. Фельдштейн,

Б. В. Кайгородов, И. А. Монахова). На I–III курсе обучения в вузе студенты включаются в деятельность по усвоению норм человеческих взаимоотношений, а на IV–V курсах – в предметно-практическую сторону деятельности. На III курсе происходит насыщение первого ведущего типа деятельности при невозможности дальнейшей реализации его потенциалов, которое ведет к актуализации на нем и появлению на IV курсе тенденций развития другой стороны деятельности. Таким образом, III курс становится переломным периодом в развитии способности к прогнозированию. Наблюдается качественное улучшение показателей этой способности, и хотя она не достигает возрастных норм, имеется положительная тенденция к развитию не только самой способности к прогнозированию, но и к построению жизненных планов, выделению перспектив, формированию жизненных стратегий. Следовательно, этому периоду следует уделить самое пристальное внимание со стороны психологов и педагогов.

Согласно полученным результатам, мы с большой долей уверенности можем утверждать, что девушки в возрасте 17–23 лет гораздо успешнее юношей того же возраста в прогнозировании ($p = 0,0000$). Это говорит в первую очередь о том, что девушкам легче дается построение жизненных планов, а значит, в какой-то степени и контроль над собственной жизнью.

Очевидным является тот факт, что необходимо проводить коррекционную и консультационную работу со студентами, направленную на развитие способности к прогнозированию, поскольку эта способность отражает готовность молодых людей строить полноценные и осознанные планы на будущее и связана с определением жизненной стратегии.

Выявленный нами довольно высокий (выше среднего) индекс жизненной

удовлетворенности свидетельствует об общем комфортном психологическом состоянии студентов, оптимальной степени их социально-психологической адаптированности.

В показателях жизненной удовлетворенности прослеживается схожая с прогнозированием тенденция. Значимые различия выявлены между I и III курсами ($p = 0,0054$), I и IV ($p = 0,0016$), II и III ($p = 0,0333$), II и IV ($p = 0,0212$), III и V ($p = 0,0225$), IV и V ($p = 0,0243$) курсами. Более старшие курсы демонстрируют более высокие показатели индекса жизненной удовлетворенности по сравнению с младшими. Исключение составляет V курс. Показатели самых старших студентов значимо ниже, чем результаты третьекурсников ($p = 0,0225$) и четверокурсников ($p = 0,0243$).

Половых различий по индексу жизненной удовлетворенности обнаружено не было ($p = 0,115037$).

При адекватном в целом отношении студентов ко времени (тесты Е. И. Головахи и А. А. Кроника, направленные на выяснение временных децентраций и особенностей переживания времени) выявлена некоторая дискретность в восприятии ими своего жизненного пути (тест «Самоактуализация во времени»). Обнаруживая средние показатели по тесту самоактуализации, юноши и девушки не всегда могут увидеть причинно-следственные связи событий во времени, их прошлое, настоящее и будущее часто разделены на отдельные отрезки. Такая дискретность в восприятии жизненного пути нарушает ощущение целостности жизни, ее стабильности и комфортности, в связи с чем мы считаем важным проводить психокоррекционную работу со студентами, направленную на повышение адекватности в самоактуализации во времени. Значимых возрастных и половых различий по данному тесту не выявлено.

В среднем около 81% студентов ориентировано на настоящее и настоящее-будущее, что соответствует адекватному восприятию времени жизни.

По методике «Шкалы переживания времени» существенных различий ни по возрастному, ни по гендерному признакам выявлено не было. Для изучаемого возраста характерно переживать время как быстро текущее (67,1%), скачкообразное (75,3%), насыщенное (73,7%), приятное (68,1%), прерывистое (52,3%), растянутое (73,5%), разнообразное (71%), организованное (53%), цельное (57,6%), ограниченное (69,7%). Такие показатели можно интерпретировать как восприятие времени дискретным и напряженным, а значит, у юношей и девушек наблюдается адекватное отношение ко времени.

В полученных в результате проведения теста К. Г. Юнга ассоциациях наблюдается большой разброс, однако мы установили, что в изучаемом возрасте слово «время» ассоциируется с жизнью, движением, атрибутикой часов (стрелки, циферблат, сами часы), с категориями времени (секунды, часы, недели и т. д.), возрастом и имеет положительное наполнение (любовь, счастье, гармония, наслаждение и пр.) – у 20,88% испытуемых и отрицательное (смерть, тревога, ограниченность, пустота и пр.) – у 17,31%.

Таким образом, юноши и девушки, не принимая на себя в полной мере ответственность за собственную жизнь, не всегда верят в свои силы контролировать происходящие с ними события. Для современной молодежи характерен средний уровень осмысленности жизни, низкие способности к прогнозированию, но при этом довольно высокая степень социально-психологической адаптированности и общее комфортное психологическое состояние. Пройденный этап жизненного пути воспринимается юношами и девушками в целом положительно, будущее

вызывает беспокойство. Ориентация большинства студентов на настоящее и будущее свидетельствует об адекватной временной направленности испытуемых.

Мы считаем, что одной из важнейших задач школы и вуза должна стать помощь юношам и девушкам в развитии адекватного отношения к жизненному пути и времени, поскольку способность принять произошедшие события, извлечь новые умения из пройденных трудностей, учесть ошибки и неудачи поможет

юношам и девушкам стать более эффективными во взаимодействии с людьми, встречающимися на жизненном пути, и происходящими на нем событиями. Учет выявленных нами возрастных и половых особенностей отношения юношей и девушек к жизненному пути и времени важен при составлении коррекционно-развивающих программ по проблемам жизненного пути личности, а также при проведении групповых и индивидуальных консультаций.