

УДК 159.9

КРИЗИСНЫЕ СОБЫТИЯ ЖИЗНЕННОГО ПУТИ В ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ

*Н. С. Данилова
Республика Беларусь, г. Минск,
Белорусский государственный педагогический университет
имени Максима Танка
danilova_n@tut.by*

В статье анализируются результаты изучения событий жизненного пути у юношей и девушек. Описываются основные положения событийного подхода в отечественной психологии. Приводятся результаты эмпирического исследования жизненных событий юношей и девушек, представлена классификация жизненных событий. Анализируются наиболее характерные кризисные события в юношеском возрасте.

Ускорение темпов жизни, обострившиеся социальные, экономические, политические проблемы приводят к увеличению числа сложных жизненных ситуаций, которые должна преодолевать личность. Актуальность исследования специфики кризисных событий, переживаемых молодежью, обусловлена тем фактом, что эти события являются важным фактором, влияющим на формирование личности юношей и девушек.

Анализ научной литературы, посвященный исследованию жизненного пути человека, позволяет выделить три основных подхода в изучении жизненных событий: возрастно-психологический, нарративный и событийный. С точки зрения возрастно-психологического подхода, события жизненного пути являются результатом процесса развития, последовательными изменениями, происходящими по мере переживания личностью различных этапов жизненного цикла. Возраст-психологический подход позволяет прогнозировать возрастные кризисы, определять события внутри отдельной стадии, но антиципация событий, являющихся результатом возрастного нормативного развития, не включает в сферу своего изучения человека как субъекта развития, имеющего собственную волю, свободу выбора, не отражает специфики человеческой жизни как идиографического феномена. Нарративный подход позволяет реконструировать, осмысливать и переосмысливать значимые жизненные события, символизировать жизненный опыт. Нарративный подход является более индивидуализированным, так как изучает не конкретные события, а их отражение в сознании субъекта. Жизненный путь личности рассматривается как процесс упо-

рядочивания личного опыта, человек не просто «порождает свою жизненную историю, а сам является ее «автором» и «редактором» (Бочавер А.А., 2008).

Событийный подход рассматривает взаимодействия человека и среды, жизненный путь понимается как непрерывный процесс переживания внутренних и внешних событий. Данный подход позволяет осмысливать прошлую жизнь и оценивать будущую, психологически готовиться к предстоящим жизненным событиям. Согласно взглядам отечественной психологии, основу структуры временной перспективы определяет содержание переживания события. Событие – основная единица всякого исторического процесса, в том числе и биографии человека, с событиями связаны коренные перестройки характера, изменения направления или темпа развития личности.

Значимые жизненные события и связанные с ними личностные изменения рассматривались в отечественной психологии в структуре жизненного пути личности С.Л. Рубинштейном, который считал, что под влиянием «критических», «поворотных» событий в жизни человека происходят изменения личности, причем эти изменения весьма болезненно переживаются личностью, что связано с особенностями перехода, перестройки образа «Я» после «потери себя» и наступающего вновь «обретения». С.Л. Рубинштейн, представляя два способа существования человека, связывает переход от первого – «существующего» способа ко второму – «нравственному» с мощным притоком рефлексии. С ее помощью человек словно прерывает жизненный путь и выходит мысленно за его пределы. С этого момента, по словам С.Л. Рубинштейна, «начинается либо путь к душевной опустошенности, к нигилизму, к нравственному скептицизму, к цинизму, к моральному разложению, или другой путь – к построению нравственной человеческой жизни на новой сознательной основе» (Рубинштейн С.Л., 2001).

В трудах Б.Г. Ананьева жизненный путь человека рассматривается как «история формирования и развития личности в определенном обществе, современника определенной эпохи и сверстника определенного поколения», все события индивидуального развития располагаются относительно к системе измерения исторического времени и субъективная картина жизненного пути человека стоит всегда соответственно индивидуальному и социальному развитию, которое соизмеряется в биографо-исторических датах (Ананьев Б.Г., 2007).

По мнению Л.С. Выготского, каждый период жизни человека должен рассматриваться как динамическое процессуальное целое, должны учитываться все связи и зависимости между событиями жизни, необходимо видеть то, что объединяет эти события в единый процесс. Таким объединяющим фактором является процесс осознания, переживания и осмысления жизненного события, в основе которого формируется осмысленность жизни. Особенности жизненных планов личности, время их наиболее активного формирования в значительной степени определяется конкретной ситуацией развития данной личности (Выготский Л.С., 19844).

В отечественной психологической науке существуют различные классификации событий. Б.Г. Ананьев различал события окружающей среды и события поведения

человека в среде; можно выделить и третью группу – события внутренней жизни. Кроме того, различают «реальные» («объективные») и «субъективные» («когнитивные») события. Согласно Е.И. Головахе и А.А. Кронику, события могут содержать межличностный план и, в этом случае события предполагают существование лица, причастного к данному изменению (встреча, женитьба и замужество, ссора, совместная работа и т. п.) (Головаха Е.И., 2008). Существуют события, которые происходят без участия других людей (изменения в природе, в состоянии собственного здоровья и т. д.).

Анализ научной литературы позволяет сделать вывод, что событие можно назвать кризисным в том случае, если оно наступает внезапно; имеет сверхнормативное для данного человека, для данной ситуации содержание; ведет к возникновению конфликта (внутриличностного, межличностного и т. д.), требующего быстрого разрешения; усложняет процессы жизнедеятельности в связи с появлением новых, не имеющих аналогов в жизненном опыте человека факторов; способствует возникновению ситуации нестабильности; превышает адаптационные ресурсы человека. Индикаторами кризисного события являются состояние эмоционального и умственного стресса, требующее переоценки и переосмысления прошлого, ценностей, изменение целей, жизненных планов за короткий временной промежуток. Как правило, подобный пересмотр влечет изменения в структуре личности.

Цель данного исследования состояла в выявлении наиболее типичных кризисных событий, переживаемых юношами и девушками. В качестве выборки исследования выступили юноши и девушки в возрасте 18-19 лет, учащиеся Минского финансово-экономического колледжа, всего в исследовании приняло участие 60 человек.

Наиболее показательной и информативной методикой с точки зрения детального событийного анализа является методика Е.Ю. Коржовой «Психологическая автобиография». Методика применялась с целью сбора материала о наиболее важных, с точки зрения испытуемых, событий прошедшей и будущей жизни, после чего определялась принадлежность событий к определенному классу. В качестве дополнительного показателя выступала оценка события, фиксирующая отношение к событиям в заданном оценочном интервале (от -5 до +5). По степени влияния на испытуемых выделялись события, оказывающие значительное влияние (4-5 баллов), умеренное (3 балла), слабое (1-2 балла).

Таблица 1 – Событийная насыщенность прошлого и будущего

События	Количество событий	
	абс.	%
Позитивно окрашенные события прошлого	372	84,93
Негативно окрашенные события прошлого	66	15,07
События прошлого Σ	438	100
Позитивно окрашенные события будущего	285	93,14
Негативно окрашенные события будущего	21	6,86
События будущего Σ	306	100

Приведенные данные позволяют сделать заключение, что в юношеском возрасте имеет место достаточно глубокое и детальное осмысление прошлого и планирование будущего. Следует отметить, что у юношей и девушек среди значимых событий прошлого и будущего преобладают события, имеющие положительную эмоциональную оценку, прогнозируя собственное будущее, респонденты, стремятся исключить из жизненных планов негативные события.

В ходе анализа и обработки материалов эмпирического исследования было выделено 11 классов значимых прошлого событий.

Таблица 2 – Оценка событий прошлого

№ п/п	Классы событий	Оценка событий	
		Позитивные события	Негативные события
1.	Факт собственного рождения	+5	-
2.	События в области межличностного взаимодействия	+4,7	-5
3.	События в области интимно-личностных отношений	+4,97	-4,8
4.	Изменения в составе родительской семьи	+4,5	-4,8
5.	Достижениями в области учебы, спорта, творчества	+3,5	-3,25
6.	События рефлексии	+5	-3
7.	Этапы взросления и изменение статуса	+2,46	-2,5
8.	События, затрагивающие состояние здоровья	+5	-4,75
9.	События досуга	+3,14	-
10.	Изменение привычного жизненного уклада	+3,25	-3,25
11.	Материальные приобретения	+3,5	-

Классы событий, имеющие максимальные отрицательные оценки (от 4,7 до 5) с наибольшей вероятностью включают кризисные события. К таким классам относятся события в области межличностного взаимодействия; события в области интимно-личностных отношений; изменения в составе родительской семьи; события, затрагивающие состояние здоровья.

К кризисным событиям в области межличностных отношений юноши и девушки причислили ссоры, конфликты с членами семьи и друзьями, разрыв отношений. Респонденты отмечали, что в этих ситуациях эти ситуации они столкнулись с невозможностью продолжать отношения, либо с необходимостью менять присущие им способы, формы взаимодействия, вырабатывать новые. Кризис в межличностных отношениях воспринимается обычно юношами и девушками не как новый этап отношений, а как конец старых отношений.

События в области интимно-личностных отношений имеют огромное значение в юношеском периоде, поскольку полороловое и сексуальное поведение юношей

и девушек становится одним из ведущих в их жизненном сценарии, усиливается субъективная значимость полоролевых стереотипов социальных ролей, сексуального поведения, происходит «смещение доминанты на другом» (Ухтомский А.А., 2002). Потребность в установлении интимных отношений обуславливает у юношей и девушек насыщенность, эмоциональность, ощущение полной реализации жизненных сил, состояние близкого счастья. Разрыв отношений вызывал у респондентов чувство потери, унижения, обесценивание отношений, чувство одиночества, ненужности.

Негативные изменения в составе родительской семьи представлены двумя видами кризисных событий: утратой одного из членов семьи или разводом родителей. Хотя потери и являются неотъемлемой частью жизни, тяжелые утраты нарушают личные границы и разрушают иллюзии контроля и безопасности юношей и девушек. В целом, характеризуя психологические последствия утраты, юноши и девушки говорили о распаде привычной стабильности, невозможности прогнозировать будущее, отсутствии целостности в восприятии кризисной ситуации, «застревании» на определенной стадии переживания горя, тревожных расстройств.

Развод представляет собой ситуацию аналогичную утрате близкого человека и порождает схожую динамику переживаний. Часто развод влечет за собой перемены в личной жизни: необходимость перемены места жительства, учебного заведения, круга общения, перемены в материальном положении. Респонденты отмечали гнев и враждебность, испытываемые ими по отношению к тому из родителей, на которого возлагается вина за развод, или по отношению к обоим, чувство самообвинения.

К кризисным событиям, затрагивающим состояние здоровья респонденты отнесли тяжело протекающие, заболевания, свои и своих близких. Юноши и девушки отметили, что тяжелые болезни надолго выключают человека из привычного для него течения жизни, что ведет к ослаблению или разрыву дружеских и социальных связей, возникновению чувства ненужности, невостребованности, одиночества. Кроме того, тяжелые заболевания создают информационную неопределенность, реакцией на которую являются тревога, страх, отчаяние, подавленность, депрессия.

Следует отметить еще одно событие, вызывающих сильные негативные переживания: факт собственной смерти. В данном случае речь идет о событии рефлексии, об осознании неизбежности собственной смерти, пусть и в отдаленном будущем. И. Ялом отмечал, что «страх смерти имеет огромное значение в нашем внутреннем опыте: он преследует нас как ничто другое, постоянно напоминает о себе неким «подземным грохотом», словно дремлющий вулкан» (Ялом И., 1999). Даже в юности страх смерти побуждает человека создавать защиты, отрицающие смерть, препятствующие осознанию факта своей смертности. Если эти защиты дезадаптивны, то они ведут к росту внутреннего напряжения, тревожности, возникновению психосоматических заболеваний.

В целом, респонденты отмечали, что кризисные состояния насыщены разнообразными негативными эмоциями и переживаниями. Невозможность управления кризисными ситуациями, необходимость осмыслить свой новый опыт в ситуации, когда привычные модели решения проблем неэффективны создает дополнитель-

ную психологическую нагрузку. Многие чувства, которые молодые люди испытывают в кризисных ситуациях, необычны для них и в обществе считаются неприемлемыми. В результате молодой человек чувствует себя в кризисной ситуации изолированным, отвергнутым, непохожим на других.

Информация о наиболее характерных для юношей и девушек кризисных событиях может быть использована при разработке программ психологического содействия в решении важных жизненных ситуаций в юношеском возрасте.



Список литературы

1. Бочавер, А.А. Исследования жизненного пути человека в современной зарубежной психологии / А.А. Бочавер // Психологический журнал. – 2008. – Т. 29. – № 5. – С. 54–62.
2. Рубинштейн, С. Л. Проблемы общей психологии / С.Л. Рубинштейн. – Самара : Бахрах-М, 2001. – 672 с.
3. Ананьев, Б. Г. Избранные психологические труды: в 2 т. / Б.Г. Ананьев. – Санкт-Петербург : Изд-во Санкт-Петербургского ун-та, 2007. – Т. 1. – 409 с.
4. Головаха, Е. И. Психологическое время личности / Е. И. Головаха, А. А, Кроник. – Изд. 2-е. – М. : Смысл, 2008. – 267 с.
5. Ухтомский, А. А. Доминанта / А.А. Ухтомский. – СПб. : Питер, 2002. – 448 с.
6. Ялом, И. Экзистенциальная психотерапия / И. Ялом. Пер. с англ. Т.С. Драбкиной. – М. : Независимая фирма «Класс», 1999. – 576 с.