

УДК 159.925-055

ОТНОШЕНИЕ К ЦЕННОСТИ ЖИЗНИ У ЮНОШЕЙ И ДЕВУШЕК
С РАЗНЫМИ БАЗОВЫМИ УБЕЖДЕНИЯМИ
ATTITUDE TO THE VALUE OF LIFE AMONG BOYS AND GIRLS
WITH DIFFERENT BASIC BELIEFS

Сугрובה О.А.

БГПУ (г. Минск, Беларусь)

Sugrobova O.A.

BSPU (Minsk, Belarus)

Аннотация: в статье представлены результаты исследования отношения к ценности жизни в юношеском возрасте.

Resume: The article presents the results of a study of the attitude to the value of life in a childish age.

Ключевые слова: ценность жизни, базовые убеждения, юношеский возраст, экзистенциальная исполненность, кризисные события жизненного пути, ресурсы.

Key words: the value of life, basic beliefs, adolescence, existential fulfillment, crisis events of the life path, resources.

В условиях социальных, экономических и политических преобразований, происходящих в последние десятилетия, существенно возросло влияние неопределенности и риска на жизнь и здоровье человека. Увеличился объем затрат государства на проведение профилактических мероприятий и реабилитацию людей, пострадавших в кризисных ситуациях. Однако стоит заметить, что успешность жизнедеятельности современного человека во многом обусловлена его собственной готовностью противостоять воздействию кризисных событий жизненного пути и способностью к самопомощи. Особенно важным это является для юношей и девушек XXI века, которые, в отличие от юношей и девушек XX века, характеризуются сознательным отношением к себе как к члену общества (Л.И. Божович, Д.И. Фельдштейн), ориентированы на самоутверждение (В.С. Собкин, Ю.Г. Черняк, В.И. Чупров, В.В. Шарок, Д.В. Ярцев, L. Steinberg, N. Weinstein).

В XXI веке границы личности перестают совпадать с границами человеческого Я, а совпадают с границами ответственности. Повседневная жизнь ставит перед человеком много вопросов: кто он, как живет и как хотел бы жить, что представляет собой его жизнь в

настоящее время и каким он видит свое будущее. Особенно актуальны перечисленные вопросы для юношей и девушек, поскольку они находятся в начале своего жизненного пути.

Современные юноши и девушки постоянно оказываются в ситуации выбора одной из двух альтернатив: «мужества быть вопреки» (П. Тиллих), «преобладать над самим собой» (М. Мамардашвили) или приспосабливаться к имеющимся обстоятельствам. Соответственно, они делают выбор между индивидуализацией, самопознанием, с одной стороны, и зависимостью от референтной группы, с другой стороны. Юноши и девушки стоят перед выбором: ограничить свою жизнь выполнением общепринятых норм, смыслов и ценностей или добавить ко всему перечисленному возможность быть самим собой, искать и обрести себя. В данном контексте возникает проблема познания жизненного мира современных юношей и девушек

Философский аспект актуальности рассматриваемой проблемы состоит в необходимости определения отношения современных юношей и девушек повседневной жизни, ее полноценному проживанию, осуществлению выбора в пользу жизни (Д.А. Леонтьев). Данный аспект актуальности реализуется в исследовании при выявлении экзистенциальных категорий («жизнь», «воля», «смерть», «ответственность», «изоляция», «бессмысленность», «свобода») в структуре жизненного мира, а также при определении полноты и осмысленности проживания повседневной жизни современными юношами и девушками с разными базовыми убеждениями.

А. Лэнгле отмечает, что человеку необходимо найти твердую опору и пространство для жизни – это то, что дает ощущение «я могу быть в этом мире» и помогает быть истинно самим собой, реализовать то, что заложено именно в нем, прожить жизнь осмысленно [2]. Следовательно, современные юноши и девушки могут реализовать жизненный потенциал, если у них будет своя собственная позиция по отношению к жизни – рефлексивная и произвольная, которая является отличительным признаком экзистенциального взгляда на жизнь (Д.А. Леонтьев), экзистенциальной наполненности жизненного мира (А. Лэнгле).

Понятие «ценность жизни» в исследовании понимается как субъективная оценка событий жизненного пути по критериям соответствия/несоответствия достигнутых результатов первоначальным намерениям, понимание человеком содержания и направленности своей жизни, своего места в мире и наличие ресурсов, обеспечивающих совладание с трудными жизненными ситуациями («способность жить не благодаря, а вопреки»).

В определении понятия «базисные убеждения» основной акцент был сделан на работах R. Janoff-Bulman, М.А. Падун, А.В. Котельниковой, Н.В. Тарабриной которые предлагали рассматривать базисные убеждения как схемы, подкрепляя это личными исследованиями влияния травматического опыта на картину мира. Также R. Janoff-Bulman подчеркивала тот факт, что сопротивление изменению фундаментальных схем влечет сопротивление изменениям в базовых убеждениях, в нашей глубоко укоренившейся концептуальной системе о мире и о себе. Изменение базисных убеждений в свою очередь является причиной переживания жизненных событий как травматических [3;5].

Базовые убеждения – это имплицитные, глобальные, устойчивые представления человека о мире и о себе, оказывающие влияние на мышление, эмоциональные состояния, сквозь призму которых воспринимаются события окружающего мира и в соответствии с которыми формируется поведение.

Последние четверть века принесли огромный прогресс в нашем понимании личностных черт: характерных паттернов мышления, чувств и поведения человека. Появились ключевые точки консенсуса относительно того, как специфические поведенческие тенденции организуются в более широкие паттерны (структура личности), как личностные черты меняются с течением времени (развитие личности) и как личностные черты влияют на важные жизненные результаты.

Традиционно выделяют следующие основные особенности юношеского возраста: способность к самоопределению – личностному и профессиональному, полоролевая идентификация, становление системы мотивов и ценностей личности, потребность в утверждении и подтверждении собственной ценности (нужности, полезности) для мира и людей.

Цель исследования заключалась в изучении отношения к ценности жизни у юношей и девушек с разными базовыми убеждениями и разработке программы психологической помощи по преодолению кризисных событий жизненного пути.

В исследовании участвовал 105 респондент из них 55 девушек и 50 юношей в возрасте от 18 до 21 года. Все респонденты являются студентами Института психологии БГПУ.

На первом этапе проводилось пилотажное исследование. Его участникам предлагалось продолжить фразу «Жизнь для меня это» и ответить на вопрос «В чём для Вас заключается ценность жизни?». Для исследования отношения к ценности жизни была

использована Шкала Лайкерта, которая позволяет выявить отношение через установку (аттитюд) респондента. Применение шкалы Лайкерта предоставило возможность получить данные о том, как юноши и девушки представляют жизнь, а также как их представления соотносятся с ценностями жизни, которые они видят в ней.

На втором этапе исследования использовалась методика «Шкала экзистенции» разработанная в 1989 году К. Орглер на основе экзистенциально-аналитической теории А. Лэнгле, перевод С.В. Кривцовой, её назначение состоит в измерении экзистенциальной исполненности и того, как она субъективно ощущается индивидом. Иными словами, тест отображает субъективную оценку человеком собственной жизни» [2].

Затем использовалась Шкала базисных убеждений (WAS – World Assumptions Scale) R. Janoff – Bulman в адаптации М. А. Падун и А. В. Котельниковой для изучения базисных убеждений респондентов. Теоретическим основанием является теория психической травмы Janoff-Bulman.

Шкала Лайкерта позволила выявить несколько групп представлений о жизни: жизнь как временная перспектива (42,1%). Молодые люди пишут о жизни как о «черере событий», ситуаций, моментов. Жизнь представляется как путь, отрезок времени, проводится разграничение между «существованием» и «жизнью». Часть респондентов подчеркивает то, что жизнь определяется конечностью («борьба со смертью», «движение из точки А в точку В (смерть)», «стремление к смерти», «быстро проходит»), пишут о желании «оставить имя в истории», «найти продолжение в детях». Также молодые люди определяют жизнь как «развитие», возможность для самосовершенствования, самореализации, шанс стремиться к достижению различных целей (в личной, профессиональной сфере).

Жизнь как спектр переживаний (39,5%). В эту группу собраны высказывания респондентов описывающие жизнь как «счастье», «радость», «успехи», «любовь», «удовольствие» / «проблемы», «препятствия», «падения», «разочарование», «неудачи»), позитивно окрашенные переживания упоминаются чаще, чем негативно окрашенные (72,7% и 27,3%).

Следующая группа представлений – жизнь как поиск ответов, познание себя, своего места в мире, смысла и предназначения, изучение и проба нового (9,74%). Частые ответы: «смысл жизни его поиск» («зачем я живу»), «поиск себя и своего места в мире», «изучение нового»).

К последней группе представлений (8,7%) были определены высказывания относительно важности социального окружения в жизни молодых людей («друзья», «родные и близкие рядом», «помощь родным», «быть любимым», «знакомства», «окружающие люди», «отношения с окружающими людьми и взаимодействие с ними»).

За основу анализа содержания списков ответов на вопрос «В чём для Вас заключается ценность жизни?» были выбраны те же условные категории, что и в задании продолжения фразы.

48,7% от всего числа выделенных ценностей составили группу «переживаний». 30,1% составил группу «временной перспективы». 16,7% ответов респондентов вошли в категорию «социальное окружение», 4,5% в категорию «поиска и познания».

Ответы респондентов о том, что для них представляет жизнь, и ответы о ценности жизни показали разные значения. Молодые люди описывают жизнь в большей степени как череду событий (группа «временная перспектива»), а более приоритетными ценностями жизни считают «переживания». Заметим, что тот же результат был получен при распределении ответов по группам ценностей, которые выделял В. Франкл (ценности переживания 56,5%, ценности творчества 33,3%, ценности отношения 10,2%).

Высокими оценками были отмечены следующие ответы респондентов:

1. «Ценность жизни состоит в получении максимума из неё: множество эмоций, знакомств, событий, впечатлений. И самое главное: в стремлении к счастью, гармонии с самим собой и окружением». 2. «Любить и быть нужным». 3. «Приобретение положительных воспоминаний».

Также заметим, что 6% респондентов испытывают затруднение при ответе на этот вопрос. Экспертная оценка личных ответов респондентов на вопрос «В чём для Вас заключается ценность жизни?» составил 5,45%, что говорит о довольно высоком уровне конгруэнтности.

Таким образом, для юношей и девушек наибольшее значение имеют ценности переживания, также выявлен высокий уровень конгруэнтности личных ценностей.

Эмпирическое исследование экзистенциальной наполненности жизни показало, что для юношей и девушек характерен средний уровень выраженности всех показателей. В жизни молодых людей много осмысленности и способности понимать свои поступки, решения и жизнь в целом, они обладают трезвостью, реалистичностью восприятия ситуаций, встречающихся на жизненном пути (в том числе через отделение себя от другого).

Для них характерна чувствительность к личным ценностям, решительность и смелость совершать необходимые действия, реализовывать собственный выбор. Существенных различий между выборками юношей и девушек по шкале экзистенции не выявлено.

В ходе данного исследования будет уместно обратить внимание, что у юношей и девушек в шкалах «самодистанцирование» (SD) и «самотрансценденция» (ST) результаты стремятся к низким значениям, а из суммы показателей SD и ST формируется показатель Р – «персональность».

Показатель SD ниже у девушек по сравнению с юношами. Можно полагать, что у девушек способность отойти на дистанцию по отношению к себе менее развита, им сложнее выходить из потока активности для установления рефлексивной дистанции, склонны моментально реагировать на раздражители и поэтому есть вероятность зависимости от случайных раздражителей.

Показатель ST немного ниже у юношей в сравнении с девушками. Следовательно, можно сказать, что юноши менее склонны к сопереживанию, чувствовать близость к чему-либо, кому-либо, жить ради чего-то, кого-то (с ориентацией действий на смысл), чувствовать ценности и откликаться эмоционально на них, воспринимать экзистенциальную значимость происходящего по сравнению с девушками. Жизнь юношей более деловита и функциональна, возможна обеднённость чувств, им сложнее понять собственные желания.

Результат показателя Р также близок к низким значениям, но у девушек он несколько выше, чем у юношей. Существует тенденция к когнитивной и аффективной отстраненности от себя и от мира. Это может быть следствием долго продолжающихся душевных нагрузок, проблем и др.

С помощью расчёта парного t-критерия Стьюдента, выявлено, что средние значения выборки юношей действительно отличаются уровнем экзистенциальной исполненности по сравнению с выборкой девушек.

Далее речь пойдёт о результатах, полученных благодаря шкале базисных убеждений (World Assumptions Scale) Р. Янофф-Бульман.

Сравнительный анализ группы юношей и девушек по «Шкале базисных убеждений» показал различия в средних значениях по шкалам: «справедливость» и «убеждения о контроле».

По шкале «справедливость» юноши имеют низкий уровень, у девушек выявлен средний. Это свидетельствует о том, что юноши убеждены в следующем: события,

происходящие с людьми, не осуществляются по принципу справедливости, т.е. человек не всегда получает то, чего заслуживает. Следовательно, можно сделать вывод, что картина мира юношей была изменена под воздействием определённого негативного опыта.

По шкале «убеждения о контроле» юноши имеют результат в 7,72, который мы расцениваем как ≈ 8 , что указывает на высокий уровень. У девушек по данной шкале выявлен средний уровень. Таким образом, можно заключить, что юноши убеждены в том, что они могут своими «правильными» действиями контролировать происходящие с ними события.

Анализируя результаты, полученные благодаря методике «WAS» можно сделать вывод, что события, которые встретили юноши и девушки на жизненном пути, больше всего затронули базовые убеждения о справедливости окружающего мира. Тем не менее, они верят в свою «везучесть», а также в то, что в их силах контролировать происходящее.

Расчет непарного t-критерия Стьюдента показал, что средние значения юношей и девушек по шкале базовых убеждений имеют значимые отличия. Это свидетельствует о том, что юноши имеют более адаптивные способы преодоления кризисных событий жизненного пути.

По результатам проведенного исследования составлена программа психологической помощи по преодолению кризисных событий жизненного пути у юношей и девушек с разными базовыми убеждениями. Методологическим основанием для разработки программы стала концепция BASIC Ph М. Лаада [1]. М.Лаад сформулировал многомерную модель, которая базируется на шести измерениях, которые позволяют человеку преодолеть негативное влияние кризисного события на психологическое здоровье и благополучие.

Программа психологической помощи юношам и девушкам по преодолению кризисных событий жизненного пути ориентирована на восстановление непрерывности в их взаимоотношениях с миром и людьми, прежде всего, с родителями, которые сохраняют свою референтность для данной возрастной группы. У юношей и девушек происходит формирование представлений о себе и целостного самоощущения через восстановление физиологической, исторической и эмоциональной непрерывностей, а также формирование чувства принадлежности к определенной социальной группе и ответственности за выполняемую социальную роль через восстановление функциональной и социально-межличностной непрерывностей [1; 4].

Литература

1. Лаад, М. Как справиться с кризисом или бедствием: Теория, практика и способы вмешательства (Шаг за шагом) / М. Лаад, Э. Хадоми [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.silkhighway.org/ru/stepGuide.aspx>. – Дата доступа: 01.03.2011.

2. Лэнгле, А. Экзистенциальный анализ – найти согласие с жизнью: четыре основных условия исполненной экзистенции / А. Лэнгле; пер. с нем. Г. Похмелкиной, О.М. Ларченко// Московский психотерапевтический журнал. – 2001. – № 1 (28). – С. 5–23.

3. Падун, М. А. Психическая травма и картина мира. Теория, эмпирия, практика / М. А. Падун, А. В. Котельникова. – М. : Ин-т психол. РАН, 2012 . – 174 с.

4. Пергаменщик, Л.А. В поисках психологического кода выживания / Л.А. Пергаменщик // Психологія. – 2009. – № 2. – С. 23–27.

5. Франкл, В. Воля к смыслу / В. Франкл: пер. с англ. / В. Франкл; под. ред. К. Чистопольская. – М. : Альпина Нон-фикшн, 2018. С.

6. Janoff-Bulman, R. Assumptive Worlds and the Stress of Traumatic Events: Applications of the Schema Construct / R. Janoff-Bulman // Social Cognition. – 1989. – Vol. 7, iss. 2. – P. 113–136.

УДК 159.9

**ПЕРЕЖИВАНИЯ ЛИЧНОСТНОГО КРИЗИСА У МОЛОДЫХ ЛЮДЕЙ
FEATURES OF EXPERIENCING A PERSONAL CRISIS IN YOUNG PEOPLE**

Ушаков В.Р., студент

ТГМУ (г. Владивосток, Россия)

Ushakov V.R., student

TSMU (Vladivostok, Russia)

Кадыров Р.В., кандидат психологических наук, доцент

ТГМУ (г. Владивосток, Россия)

Kadyrov R.V., PhD in Psychology, associate Professor

TSMU (Vladivostok, Russia)

Аннотация: Проблема переживания личностного кризиса и благополучного выхода из него является актуальной для любого человека. Неоднократно возникая перед личностью