

Чурило Наталья Вячеславовна, кандидат психологических наук, доцент

Психологическое сопровождение молодежи на этапе выбора и построения жизненной стратегии

Работа посвящена определению основных этапов, задач и направлений психологического сопровождения юношей и девушек на этапе выбора и построения жизненной стратегии. Жизненная стратегия - это искусство ведения собственной жизни, главной целью которой является поиск и осуществление своего уникального смысла. У современных юношей и девушек выделяются три основных типа жизненной стратегии: «Материального благополучия», «Социального престижа» и «Самореализации». Наиболее распространенной в молодежной среде является стратегия жизни, основанная на ценностях материального достатка и комфорта. Основными задачами программы психологического сопровождения юношей и девушек на этапе выбора жизненной стратегии являются: обновление жизненной стратегии, построение жизненной стратегии, социальная презентация и согласование жизненной стратегии с другими участниками жизненного процесса.

Ключевые слова: юношеский возраст, жизненная стратегия, ценности, самоотношение, отношение к другим, интернальность, субъективное благополучие.

В условиях глобальных социальных перемен, интенсивных социально-экономических и психологических изменений, происходящих в обществе, проблема выбора молодым человеком определенной жизненной стратегии приобретает особую актуальность. В юношеском возрасте молодой человек оказывается перед объективной необходимостью выбора своего жизненного пути, идеалов, способов самоопределения и самореализации. На основе соотнесения своих ценностей и отношений к окружающему миру с личностной активностью и жизненными требованиями молодой человек выбирает индивидуальный закон самоосуществления в различных сферах жизни, который в психологии определяется как «жизненная стратегия». Вместе с тем, по мнению российских и белорусских исследователей (Ю.Р. Вишневецкий, С.Г. Климова, В.Т. Лисовский, К.Т. Мяло, Т.И. Яковук), нестабильность общества, изменяющиеся во времени ситуации и условия существования приводят к тому, что молодой человек перестает ощущать себя субъектом своего жизненного пути, теряет смысл своей жизни, приходит к ощущению разочарованности и неудовлетворенности собой и своей жизнью [1; 2].

Анализ научной литературы по проблеме жизненного ориентирования позволяет понимать стратегию жизни как сознательный способ конструирования человеком собственной жизни в соответствии на основе присущих ему ценностей и отношений. Жизненная стратегия является основным регулятором социального поведения личности, организует целостность жизнедеятельности, определяет способ бытия, выступает важнейшим критерием зрелости и психологического благополучия [1]. В самом общем виде, выбор жизненной стратегии проявляется, по мнению Э. Фромма, в ориентации на обладание «Иметь» или бытие «Быть», как «два основных способа существования, два разных вида самоориентации в

мире..., преобладание одной из которых является определяющим для всего, что человек думает, чувствует, делает» [2, с.203].

Таким образом, анализ феномена жизненной стратегии включает в себя решение задач, связанных с выявлением структурных и типологических особенностей жизненных стратегий в юношеском возрасте и определением доминирующих тенденций распространенности основных типов жизненных стратегий в молодежной среде. Контингент исследования составили юноши и девушки в возрасте 16-18 лет, учащиеся 10-11 классов средних школ г. Минска, учащиеся 2 курса индустриально-педагогического колледжа г. Минска (всего 242 человека). В качестве психологического инструментария использовались методики: «Выявления перспективной жизненной стратегии» (К.А. Абульханова-Славская), «Определение основных жизненных ценностей» (П.Н. Иванов, Е.Ф. Колобов); «Морфологический тест жизненных ценностей» (В.Ф. Сопов, Л.В. Карпушина), «Уровень субъективного контроля» (Е.Г.Ксенофонтова); МИС; ОМО (В. Шульц), «Шкала субъективного благополучия» (М.В. Соколова).

На первом этапе исследования была выявлена структурная организация жизненной стратегии в юношеском возрасте, которая включает три основных блока. Первый блок составляют 4 взаимосвязанных компонента, которые являются основными характеристиками жизненной стратегии и определяют ее содержательное своеобразие: система ценностей личности, интернальность, самоотношение и отношение к другим. Второй блок структурной организации – блок эффективности жизненной стратегии – составляют факторы, характеризующие субъективное благополучие личности: открытость, самопринятие, потребность в совместной деятельности, ответственность, удовлетворенность своей жизнью, продуктивная жизнь, жизнерадостность, стремление к личностному и духовному росту, духовное удовлетворение, здоровье, познание, любовь. В третий выделенный блок – блок реализации жизненной стратегии – вошли факторы, характеризующие самореализацию и творчество личности. Все три выделенных блока взаимосвязаны между собой.

На втором этапе исследования были определены основные типы жизненных стратегий современных юношей и девушек. Названия типов определены в связи с доминирующими жизненными ценностями, которые составляют ядро жизненной стратегии: стратегия материального благополучия («Иметь»), стратегия творчества («Быть») и стратегия социального престижа («Подчинять»). Основу стратегии материального благополучия составляют ценности материально обеспеченной жизни и комфорта. Стратегия самореализации и творчества построена на основе ценностей личностного роста, познания, продуктивной деятельности, самосовершенствования и творчества. Основу стратегии социального престижа составляют ценности власти и влияния, известности, привлекательности, служения

людям, профессионализма и компетентности в общении. Содержание основных типов жизненной стратегии представлено на рисунке 2.



Рис. 2. – Содержание основных типов жизненной стратегии

Дальнейший анализ полученных данных позволил установить, что жизненная стратегия «материального благополучия» («Иметь») включает в себя три подтипа: «Иметь против Быть», «Иметь, чтобы Быть», «Не Иметь, не Быть». Вместе с тем, были выявлены основные тенденции распространенности различных типов жизненной стратегии в молодежной среде. Так, 94 респондентов в большей степени нацелены на достижение материального благополучия, а ценности творчества и самореализации не представляют для них значимости и интереса, что позволяет отнести их к представителям жизненной стратегии «Иметь против Быть». 39 респондентов выбирают стратегию материального благополучия не в ущерб стратегии творчества, а скорее, для ее осуществления и являются представителями

жизненной стратегии «Иметь, чтобы Быть». Для 104 человек свойственна диффузная жизненная стратегия, которая характеризуется размытостью жизненных целей и ориентиров, они являются представителями жизненной стратегии «Не Иметь и не Быть». 4 респондента выбирают жизненную стратегию «Быть». Данные, отражающие распространенность основных типов жизненной стратегии в молодежной среде, представлены в таблице 1.

Таблица 1. – Распространенность основных типов жизненной стратегии в молодежной среде.

№ класса	Тип жизненной стратегии	Число респондентов, абс. вел.	Число респондентов, относит. вел., %
1	Стратегия материального благополучия «Иметь»	239	98.35
	«Иметь и не Быть»	94	38.6
	«Иметь, чтобы быть»	39	16.15
	«Не иметь и не быть»	106	43.6
2	Стратегия самореализации и творчества «Быть»	4	1.65
3	Стратегия социального признания «Подчинять»	0	0

Таким образом, данные, полученные в ходе исследования, отражают основные тенденции в распространенности жизненных стратегий в молодежной среде. У современных юношей и девушек наблюдается преобладание стремлений к достижению материальных ценностей, приоритет потребительских ориентаций над творческими и созидательными. Социально-психологические мотивы поведения современной молодежи отвечают целерациональному типу действия, основным критерием которого является материальный успех.

При анализе проблемы формирования жизненных стратегий в юношеском возрасте необходимо учитывать, что индивидуальная стратегия, прежде чем определиться в качестве таковой, неизбежно формируется как часть пересмотренной групповой стратегии. Это особенно характерно для молодежи, так как в молодежной среде групповая идентификация преобладает над индивидуально-личностной. Наблюдаемые в массовом сознании ломка и перестройка ценностной иерархии в значительной мере осложняют выбор жизненной стратегии, предлагая юношам и девушкам определенные массовые системы ценностей.

Выбор и построение жизненной стратегии в юношеском возрасте является важнейшим психологическим процессом – закладываются основы жизненной

стратегии, осуществляется ее внутреннее принятие согласно присущим личности жизненным ценностям и отношениям. Процесс построения жизненной в юношеском возрасте стратегии включает ряд последовательных стадий: преобразование, переосмысливание, переоценивание, нормативная переориентация, целевая переориентация. На каждой стадии формирования жизненной стратегии происходит изменение и преобразование структурных компонентов жизненной стратегии: ценностей, отношений, ответственности.

Психологическая помощь молодым людям на этапе выбора и построения жизненной стратегии направлена на построение целостной системы жизненного ориентирования личности, помощь в осознании и идентификации жизненных смыслов и ценностей, увеличение репертуара социального поведения, развитие субъектной активности, усиление адаптационного потенциала молодежи в современных условиях. Решение данных задач предполагает разработку программы психологического сопровождения юношей и девушек, которая включает четкую последовательность этапов.

1. Постепенное обновление жизненной стратегии – реконструкция жизненной стратегии – путем последовательной «разборки» и «сборки» ее исходных компонентов – жизненных ценностей и отношений.

2. Актуализации социально-психологического опыта личности, изучение личностных особенностей, затрудняющих или ограничивающее процесс реализации жизненных стратегий, а также использование внутреннего личностного потенциала для формирования эффективной жизненной стратегии.

3. Согласование и соотнесение индивидуальной жизненной стратегии с ожиданиями и поведением других участников жизненного процесса, что предполагает развитие навыков позитивного общения и взаимодействия, способствующих эффективной социальной презентации и реализации жизненной стратегии.

Каждый из указанных выше этапов направлен на решение определенных задач развития личности и предполагает разработку определенных приемов, техник и средств. В таблице 3 представлены основные направления и технологии психологической помощи и поддержки юношей и девушек.

Таблица 3 - Основные задачи и направления программы психологического сопровождения молодежи на этапе выбора и построения жизненной стратегии

<i>Стадии формирования жизненных стратегий</i>	<i>Основные задачи</i>		
	<i>Обновление жизненной стратегии</i>	<i>Построение жизненной стратегии</i>	<i>Социальная презентация и согласование жизненной стратегии</i>

1. Преображение	<i>Основные направления психологической помощи</i>		
	<ul style="list-style-type: none"> - Установление исходных образных представлений о жизни; - отбор эмоционально привлекательных картин жизни; - выявление эмоциональных предпочтений 	<ul style="list-style-type: none"> - Построение предполагаемого образа жизни на основе эмоционального отношения к ней 	<ul style="list-style-type: none"> - Формирование позитивного эмоционального отношения к другим участникам жизненного процесса
	<i>Техники</i>		
	<ul style="list-style-type: none"> - Отбор эмоционально привлекательных картин будущего; - выявление эмоциональных предпочтений 	<ul style="list-style-type: none"> - Построение образа будущего; - построение образа «Я» в будущем; - определение позитивного и негативного эмоционального фона будущей жизни 	<ul style="list-style-type: none"> - Восприятие себя как другого; - принятие другого как себя; - анализ ситуаций общения Я-Другой
2. Переосмысление	<i>Основные направления психологической помощи</i>		
	<ul style="list-style-type: none"> - Определение привлекательных жизненных смыслов; - интерпретация определенных значений; - выбор оптимального варианта смысла жизни 	<ul style="list-style-type: none"> - Определение смыслового содержания жизни; - конкретизация основного смысла жизни; - разработка системы смысложизненных ориентаций 	<ul style="list-style-type: none"> - Соотнесение внутренней позиции с позициями других участников взаимодействия; - выработка общего контекста значений для достижения взаимопонимания в ситуациях взаимодействия
	<i>Техники</i>		
	<ul style="list-style-type: none"> - Отбор символических жизненных смыслов; - рефлексивная оценка смыслов будущей жизни 	<ul style="list-style-type: none"> Смыслообразование; - структурирование личностных смыслов; - построение иерархии личностных смыслов; - определение символических значений смысловых образов 	<ul style="list-style-type: none"> - Понимание другого человека в собственном контексте значений; - понимание другого человека в контексте его значений
3. Переоценивание	<i>Основные направления психологической помощи</i>		
	<ul style="list-style-type: none"> - Оценка существующих жизненных стандартов и образцов; - формирование 	<ul style="list-style-type: none"> - Определение ценностных приоритетов жизни; - построение иерархии ценностей; - характеристика 	<ul style="list-style-type: none"> - Обмен ценностными ориентациями между участниками жизненного процесса;

	ценностных предпочтений относительно собственной жизни	ценностного содержания будущей жизни ее различных событий	- организация ценностного взаимодействия; - выработка общих ценностных представлений.
	<i>Техники</i>		
	- Ценностная рефлексия предыдущей жизни; - отбор ценностных образцов; - создание новых ценностных образцов»	- Образование фундаментальных ценностей жизни»; - конкретизация ценностей; - построение ценностной иерархии	- Оценка ценностного содержания общения; - оценка ценностей другого с точки зрения собственных; - оценка своих ценностей с точки зрения другого
4. Нормативная переориентация	<i>Направления социально-психологической помощи</i>		
	- Определение и сравнение жизненных норм и правил; - формирование нормативных предпочтений	- Создание новых жизненных правил, рассчитанных на долговременную перспективу; - выработка новых принципов и правил жизненного поведения для различных ситуаций	- Обмен нормативными ориентациями с другими участниками жизненного процесса; - адаптация выбранных норм к различным ситуациям общения
	<i>Техники</i>		
	- Рефлексия прежних нормативных ориентаций; - оценка нормативных ориентаций референтных людей; - определение доминирующих ожиданий в будущем	- Построение обобщенных жизненных принципов и правил; - построение ситуационных жизненных правил	- Проигрывание роли другого на основе собственных жизненных правил; - проигрывание роли другого на основе его правил и принципов; - проигрывание собственной роли на основе общепринятых правил и принципов
5. Целевая переориентация	<i>Направления социально-психологической помощи</i>		
	- Оценка и сравнение наиболее эффективных целей; - создание предпосылок для создания жизненных целей	- Определение перспективных жизненных целей; - формирование целевых ориентаций как практических жизненных	- Обмен целевыми ориентациями с другими участниками взаимодействия; - выработка общих целей.

	установок.	
<i>Техники</i>		
- Рефлексия целей прошлой жизни; - установление приоритетных жизненных ориентиров	- Стратегическое целеполагание (выработка долговременных жизненных целей); - тактическое целеполагание (выработка целей на ближайшее будущее); - построение «дерева целей»	- Принятие целей другого как своих собственных; - признание своих целей как целей другого; - согласование целевых ориентаций

Таким образом, психологическое сопровождение молодого человека на этапе выбора и построения жизненной стратегии предполагает реализацию трех основных задач: диагностики и анализа социальной ситуации и отношений, в которые включена личность; социально-психологическое содействие выбору, построению и реализации жизненной стратегии; психологическую помощь в решении проблем, связанных с субъективным благополучием.

Актуальность проблемы формирования эффективных жизненных стратегий в юношеском возрасте не вызывает сомнения и связана с проблемой возрождения и утверждения в обществе идей бытия и личностного развития, так как именно в юношеском возрасте очерчиваются отношения молодого человека к собственной жизни, к судьбе своей страны и нации, вырабатываются ценности и идеалы, которые со временем становятся ценностями и идеалами всего общества в целом, и в дальнейшем – транслируются последующим поколениям. Научные и практические разработки в области стратегического жизненного ориентирования молодежи являются важной предпосылкой формирования социальной сплоченности гражданского общества, реализации национальной идеи духовной консолидации, сохранения демократических основ государства и гарантируют для общества в будущем наличие высококвалифицированных творческих кадров, способных обеспечить экономическое, политическое и социальное развитие страны, становление сильной и процветающей Беларуси.

Литература

1. Мяло, К.Т. Время выбора: Молодежь и общество в поисках альтернативы / К.Т.Мяло.- М., 1991.- с.200
2. Яковук, Т.И. Меняющаяся молодежь в меняющемся обществе / Т.И. Яковук // Е.М.Бабосов; под научн. ред. Е.М.Бабосова – Брест: БГТУ, 2003.- 354 с.

3. Абульханова-Славская, К.А. Стратегия жизни / К.А Абульханова-Славская. – Минск: Мысль, 1991. - 299с.

4. Фромм, Э. Человек для себя: Иметь или быть? / Э.Фромм – Мн.: Изд-во «Ильин», 1997. - 415 с.

The study investigates the main stages, tasks and psychological support of youngsters on the stage of selecting and building a life strategy. Vital strategy the art of their own lives, whose main aim is to find and implement their own unique sense. In today's youngsters are three basic types of life strategy: "Material happiness", "Social prestige" and "Creative". The most common among young people is a strategy of life, based on the values of material wealth and comfort. The main objectives of the program of psychological support of youngsters on the stage of choosing the life of the strategy are: updating of life strategy, building a life strategy, social presentation and integration of life strategies with other participants in the life process.

Key words: *juvenile period, lifetime strategy, values, self-attitude, attitude towards other people, inner world, subjective comfort.*

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ