

## Психология жизненного пути

### Жизненный путь личности

Жизненный путь - "это история формирования и развития личности в определенном обществе, современника определенной эпохи, сверстника определенного поколения". Историческая природа личности требует от психолога изучения или хотя бы учета исторических обстоятельств ее жизни. В психологии биография человека всегда служила богатым источником знаний о личности, но, что еще важнее, она сама является предметом психологического изучения.

"Положение о том, что развитие - основной способ существования личности на всех этапах ее индивидуального пути, выдвигает перед психологией в качестве одной из наиболее актуальных и наименее исследованных задачу психологического исследования целостного жизненного пути личности". Соотношение биографических событий и моментов естественного жизненного цикла индивида; фазы, периодизация жизни; кризисы развития личности; типы биографий; возрастные особенности внутреннего мира человека; роль духовных факторов в регуляции социальной жизнедеятельности; возрастная динамика творческой продуктивности; общая производительность жизненного пути; удовлетворенность жизнью и т.д. - вот тот далеко не полный перечень вопросов, касающийся самой природы жизненного пути.

Психологическая перспектива личности, включающая определенные аспекты и протяженность прошлого, настоящего и будущего, представляет собой то феноменальное поле, в котором в конкретный период своей жизни личность на основании актуального опыта делает прогнозы, строит планы, осуществляет реальное поведение. Тем самым, психологическая перспектива личности является субъективной репрезентацией направления жизни на ее определенном этапе и в этом отношении она, как правило, уже субъективной картины жизненного пути. Исследователи проблемы жизненного пути нередко касаются и проблемы жизненной или психологической перспективы, но, тем не менее, не разводят эти понятия.

Особое место в этом ряду занимает концепция, разработанная Куртом Левиным. Согласно ему, временная перспектива определяется характеристиками психологического поля в данный момент времени. При этом в поле объединяются только события и представления, актуализированные в связи с наличной ситуацией; этот факт приводит к утрате "фундаментальных временных отношений - отношений последовательности событий", что в свою очередь способствует затруднению их точного соотнесения с хронологическим временем, обнаруживая актуальные для субъекта свойства и процессы. К. Левин выделял в протяженности временной перспективы зоны настоящего и отдаленных прошлого и будущего, а в пространстве - уровни реального и ирреального.

Краткосрочность временного горизонта, по мнению К. Левина, характеризует "примитивность" поведения. Эксперименты А. Лебланка, сравнивавшего временную перспективу у разных возрастных групп, подтвердили эти наблюдения: самая короткая перспектива обнаружена у детей 9-12 лет, юноши 14-17 лет ее существенно удлиняют, но самый большой масштаб временной перспективы наблюдается в возрасте 18-24 лет, В последующем - до возраста 65-90 лет, сформированная перспектива, как правило, сохраняется. Увеличение временной перспективы в онтогенетическом развитии сопровождается ее заполнением достойными целями и смыслами: "позитивная временная перспектива, создаваемая достойными целями, - это один из основных элементов высокой морали.

В то же время - это реципрокный (взаимный) процесс: высокая мораль сама создает длительную временную перспективу и устанавливает достойные цели". Временная перспектива, в которую отдельные индивиды и социальные группы помещают свои жизненные цели и средства, серьезно влияет на повседневное поведение. По наблюдениям

Л. Франка, бережливость, умеренность, предусмотрительность, как качества конкретного социального класса, могут быть следствием короткой временной перспективы, когда предметом заботы оказываются только ближайшие события.

Нередко в понятии временной перспективы акцентируется направленность человека на будущее, в этих случаях принято говорить о перспективном целеполагании, планировании, построении модели будущего, смыслостроительстве, принятии и реализации намерений деятельности.

В той мере, в какой человек сам организует и направляет события жизненного пути, строит собственную среду развития, избирательно относится к тем событиям, которые не зависят от его воли (например, общественно-исторические макрособытия современности), он является субъектом жизнедеятельности.

В понятии жизнедеятельности отражается активная роль человека в собственной судьбе. Степень этой активности может быть различной в зависимости от зрелости характера, его самобытности. По этому основанию можно различать уровни жизнедеятельности и связанные с ними типы личности. (При этом, однако, нельзя абстрагироваться от общественно-исторического смысла ценностей, ради которых живет и борется личность.)

На одном полюсе - жизнь, подчиненная обстоятельствам, шаблонное выполнение социальных ролей, так сказать, жизнь-автоматизм. На другом полюсе - житнетворчество, когда жизнедеятельность, воплощенная в конкретных формах социального поведения и деятельности, направляется субъектом в соответствии с коренными отношениями, установками, когда жизнедеятельность адекватна характеру и является самовыражением. Истинно творческое самовыражение должно основываться на правильном отражении обстоятельств и последствий собственного поведения, на отражении объективных законов действительности.

Житнетворчество происходит в социальном поведении (поступках), в общении, труде и познании. Жизненный путь творческой личности насыщен событиями - событиями среды, поведения, внутренней жизни. Эта событийность сказывается на характере и полноте воспоминаний. По воспоминаниям можно судить о типе личности.

Единство сознания и деятельности - это в биографическом плане единство внутренней и внешней жизни. В широком смысле слова понятие внутренней жизни охватывает все феномены психической деятельности.

Внутреннюю жизнь следует рассматривать как психологическую составляющую жизненного пути. Она не только отражает реальные события, но и сама является субъективной реальностью - жизнью. Действительно, духовная биография может быть не менее содержательной и значительной, чем объективная картина жизни. Иногда и в жизнеописании она выдвигается на первый план.

“Клеточкой” внутренней жизни является переживание. В “Основах общей психологии” С.Л. Рубинштейн отмечал всеобщий характер этого явления, считал его личностным, субъективным аспектом сознания в целом. “Переживание, - отмечает С.Л. Рубинштейн, - это первично прежде всего психический факт, кусок собственной жизни индивида в плоти и крови его, специфическое проявление его индивидуальной жизни. Переживанием в более узком, специфическом смысле слова оно становится по мере того, как индивид становится личностью и его переживание приобретает личностный характер... Переживания человека - это субъективная сторона его реальной жизни, субъективный аспект жизненного пути личности”. В этом, втором смысле слова переживания можно назвать биографическими переживаниями. В самом деле, их предметом являются события биографии, отраженные в процессах памяти, мышления, воображения. Посредством их осуществляется регуляция жизнедеятельности, и, наконец, сами они могут стать событиями жизни.

Переживания существуют в форме эмоционально насыщенных процессов, которые в личностно-биографическом плане выступают как процессы исторической памяти - воспоминания. Как всякое биографическое переживание, воспоминание включено в

жизнедеятельность личности. В связи с жизнедеятельностью память изучена гораздо меньше, чем в связи с более частными видами деятельности, скажем с учением. Законы запечатления, сохранения, забывания и воспроизведения в системе исторической памяти имеют свою специфику, определяемую жизненной значимостью запечатленных событий. Так, в отличие от простых форм памяти в воспоминаниях есть такие образы, которые обладают сверхдолговременностью, сверхпрочностью вследствие неповторимости событий. Причем важна не столько эмоциональная окраска образа, сколько его содержание, жизненная значимость. “Неприятное сохраняется особенно долго и прочно потому, что оно постоянно переживается не как известное страдание, но как известный “урок жизни”. Приятное сохраняется как известный момент продвижения жизни вперед”. Это давнее предположение Б.Г. Ананьева подтвердилось в экспериментах П.В. Симонова. “Воспоминания о лицах, встречах, жизненных эпизодах, отнюдь не связанных в анамнезе с какими-либо из ряда вон выходящими переживаниями, подчас вызывали исключительно сильные и стойкие, не поддающиеся гашению при повторном воспроизведении, объективно регистрируемые сдвиги. Более тщательный анализ этой категории случаев показал, что эмоциональная окраска воспоминаний зависит не от силы эмоций, пережитых в момент самого события, а от актуальности этих воспоминаний для субъекта в данный момент”.

Не только сохранение, но и забывание биографических фактов определяется их жизненным значением, на что обратил внимание еще З. Фрейд. Забывание как произвольное вытеснение образа из сознания реально. Но реально и другое, когда человек хранит событие в памяти, но намеренно избегает воспроизводить его, не желая причинить себе душевную боль, потревожить совесть. Воспоминания порой требуют мужества.

Воспоминания, воплощенные в эмоционально окрашенных представлениях, входят в состав актуальной структуры личности, образуют психическую “ткань” ее самосознания. Путем обобщения воспоминаний формируется жизненный опыт личности. “Благодаря памяти в единстве нашего сознания отражается единство нашей личности, проходящее через весь процесс ее развития и перестройки. С памятью связано единство личного самосознания. Всякое расстройство личности, доходящее в крайних своих формах до ее распада, всегда поэтому связано с амнезией, расстройством памяти, и притом именно этого, “исторического” ее аспекта”. Воспоминания имеют решающее значение для осознания человеком собственной жизни овладения своим опытом, для регуляции на этой основе жизнедеятельности.

Внутренняя жизнь может также осуществляться в процессах воображения. Для разных людей воображаемая жизнь - в мечтах, надеждах, предвидениях - имеет неодинаковое значение. Иногда она чуть ли не полностью замещает жизнь действительную. Уход от действительности в область воспоминаний или мечты имеет смысл “защиты”. Однако такой стиль внутренней жизни демобилизует человека, снижает уровень его социальной активности. Оптимально, когда насыщенная внутренняя жизнь соразмерна жизни действительной, иначе она сама, в конце концов, истощается. “Для того, чтобы пережить, нужно, прежде всего, жить. От полноты и силы жизни, от общественного бытия человека зависит характер человеческих переживаний, их глубина и правдивость - соответствие жизни”.

Переживания, несомненно, имеют и мыслительный компонент. Процессы мышления участвуют в решении жизненных, нравственных задач, предполагающих совершение выбора, построение стратегии поведения. Точка зрения на жизнь человека как на цепь задач, типичных для определенного возраста или возникающих при столкновении с различными обстоятельствами, предполагает включение интеллекта в структуру личности. Определение линии поведения или даже линии всей жизни - творческая задача, адресованная в большой мере интеллекту.

Можно видеть, что функционирование мышления при решении жизненных задач во многом аналогично умственной деятельности в проблемной ситуации, вовсе не имеющей биографического значения. В том и другом случае есть своя подготовительная фаза, момент озарения и последующее всестороннее обоснование решения. Причем роль “подсказки” может сыграть даже случайное впечатление. Яркость, незабываемость моментов озарения, когда происходит открытие истины в ее нравственном, жизненном значении, свидетельствует о том, что эти моменты вошли в духовную биографию человека, стали событиями.

Психологам предстоит изучить и понять особые качества всех психических процессов как переживаний. В потоке внутренней жизни память становится воспоминанием, воображение - мечтанием, мышление - средством постижения сути жизненных задач, внутренняя речь - голосом совести (на эту этическую функцию речи настойчиво обращал внимание Б.Г. Ананьев еще в 40-е гг.). В этом, биографическом значении ум человека приобретает новое качество: “Способность, вырабатываемая в ходе жизни у некоторых людей, осмыслить жизнь в большом плане и распознать то, что в ней подлинно значимо, умение не только изыскать средства для решения случайно всплывших задач, но и определить самые задачи и цель жизни так, чтобы по-настоящему знать, куда в жизни идти и зачем,- это нечто бесконечно превосходящее всякую ученость, хотя бы и располагающую большим запасом специальных знаний, это драгоценное и редкое свойство - мудростью.

Переживания - динамический эффект всей структуры личности, которая наиболее интегрально представлена в характере и таланте (Б.Г. Ананьев). Динамика внутренней жизни в ее биографическом значении пронизана идейными мотивами, на ней лежит печать мировоззрения, жизненной философии личности. В переживаниях выявляется ценностный аспект самосознания, актуализируются отношения личности, в том числе к себе, обобщенные в рефлексивных чертах характера - самолюбии, чувстве собственного достоинства, чести. Рефлексивные свойства, “хотя... и являются наиболее поздними и зависимыми от всех остальных, завершают структуру характера и обеспечивают его целостность. Они наиболее интимно связаны с целями жизни и деятельности, ценностными ориентациями, установками, выполняя функцию саморегулирования и контроля развития, способствуя образованию и стабилизации единства личности”.

Рефлексивные черты характера - это устойчивые свойства самосознания, которое в личностно-биографическом плане выступает как осознание себя субъектом жизненного пути, ответственного за свою судьбу - уникальную, неповторимую, единственную. В самосознании соотносятся, с одной стороны, жизненные планы и потенциалы личности, с другой - реальные достижения в творчестве, в карьере, личной жизни. Зрелый человек понимает закономерный характер своего пути, строит концепцию жизни, увязывая прошлое с настоящим и будущим. Самосознание невозможно без познания собственного бытия, случайного и необходимого в нем, актуального и потенциального, действительного и возможного. Глубина и адекватность этого познания во многом определяются интеллектуальностью и, если угодно, талантливостью человека.

Характер - интеграция свойств личности, генетически связанная с ее тенденциями. Система потенциалов интегрирована в структуре способностей, и более того - в таланте. Психология таланта - нечто большее, чем психология способностей. Дело не только в разном уровне этих потенциалов. Талант - единство способностей на основе мировоззрения, жизненной направленности личности. Талант - эффект индивидуализации способностей, сплав их с характером. В понятии “талант” важен не столько уровень способностей, его составляющих, сколько их самобытность, соответствие склонностям, осознанность и саморегуляция. Характер и талант по отношению к жизненному пути выступают как субъективные его факторы, регуляторы жизненного процесса, социальной жизнедеятельности. Однако первично они сами являются продуктом биографического развития. Судьба талантливой личности, возможность ее расцвета, индивидуальные

особенности структуры таланта, область приложения творческих сил зависят от исторического времени, от классовой принадлежности личности, от обстоятельств социальной среды развития. История творческой деятельности неотделима от гражданской и личной судьбы человека. Вот почему психологические исследования таланта и исследования по характерологии непременно обращаются к биографическому материалу.

Будучи зависимым от биографии, талант в свою очередь накладывает отпечаток на судьбу личности. Осознание своего дарования подкрепляет чувство собственного достоинства, способствует ответственности за его реализацию и развитие, побуждает человека жить в соответствии с призванием. Таким образом, талант выступает своего рода императивом жизни. Более того, человек осознает социальную функцию своего таланта, свою обязанность решать назревшие задачи общественной жизни и тем самым отвечать на запросы современности. Иначе говоря, человек осознает не только свои потенциалы и призвание, но и свою общественную, историческую миссию - предназначение. Так бывает не у одних только великих людей, но у каждого сознательного субъекта с чувством социальной ответственности и чувством истории. Свой вклад в исторический процесс вносит каждый, и каждый в какой-то мере незаменим.

Талант, будучи императивом жизнедеятельности, служит и орудием ее. В литературоведении высказана верная мысль о том, что талант в житнетворчестве не менее ценен, чем в специальных видах деятельности.

Итак, многосторонние связи структуры личности, представленной талантом и характером, и жизненного пути определяют место этих интегральных образований в кругу биографических проблем: они результат жизненного пути и его регуляторы, более того - основа житнетворчества.

Изучение биографических явлений имеет не только теоретическое, но и практическое значение. Уясняя закономерности жизнедеятельности и жизненного пути, человек может лучше представить себе оптимальный вариант собственного развития, определить свой жизненный путь. Понимание роли личности в планировании и осуществлении жизненного пути способствует более ответственному отношению к нему, стремлению ставить серьезные жизненные цели и достигать их осуществления.

Структурным воплощением жизненного процесса и его позитивной части - жизненной перспективы - становится жизненный план, который представляет собой стратегию жизни. Совокупность жизненных тактик образует жизненный сценарий. Существуют, по крайней мере, два подхода к объяснению процесса структурирования жизненного пути с помощью ее планирования и сценарного воплощения.

Согласно первому подходу, представленному работами отечественных авторов (С.Л. Рубинштейн, Б.Г. Ананьев и др.), личность осознанно выбирает и регулирует процесс жизни. Подчеркивается роль родителей в формировании представлений ребенка о целях и структуре жизненного пути. В конечном итоге, по выражению С.Л. Рубинштейна, человек сам определяет свое отношение к жизни, гармонично или дисгармонично связывая между собой трагедию, драму и комедию. Он полагает, что только определенные соотношения этих мировоззренческих чувств этически оправданы, приемлемы, закономерны как выражение отношения человека к типичным ситуациям жизни.

Второй подход (Альфред Адлер (1870-1937), Карл Рэнсом Роджерс (1902-1987), Эрик Берн (1902-1970) и др.) построен на уверенности в преимущественно бессознательном выборе жизненного плана и жизненного сценария, который осуществляется на ранних стадиях развития ребенка. Согласно этим концепциям, жизненный план рассматривается как прогнозирование собственной жизни и ее реализация в представлениях и чувствах, а сценарий жизни - как постепенно разворачивающийся жизненный план, ограничивающий и структурирующий жизненное пространство личности.

На выбор жизненного сценария влияет целый ряд факторов, которые обсуждаются в рамках этого подхода. Такими факторами являются порядок рождения ребенка в семье,

влияние родителей (их действий, оценок, эмоциональной поддержки или депривации (лишение, ограничение) и др.), влияние дедушек и бабушек, принятие ребенком своего имени и фамилии, случайные экстремальные события и др.

Жизненный план формируется на основе ранних жизненных событий, впечатлений, которые соотносятся с каким-либо знакомым ребенку сценарием, заимствованным из сказки, рассказа, истории, мифа, легенды, картины. Сценарий запускается в детском возрасте. В подростковый период он проходит стадию доработки, приобретает определенную структуру. Позднее он используется взрослым человеком для структурирования жизненного пространства, оптимального взаимодействия с окружающим миром и прогнозирования ближайшего и отдаленного будущего.

Основными составляющими сценария являются:

- \* герой, с которым идентифицирует себя ребенок;
- \* антигерой, который воплощает отвергаемые ребенком черты;
- \* идеальный герой, черты характера которого пока отсутствуют у ребенка, именно он определяет направление личностного роста;
- \* сюжет - модель событий;
- \* другие персонажи, участвующие в жизненном процессе;
- \* свод нравственных правил.

Личность способна выбирать разные сценарии или модели поведения. Одни из них могут способствовать успеху, другие - приводить к неудаче, но все они позволяют ребенку и взрослому структурировать жизнь, задавать ей определенное направление, которое обеспечивает возможность достижения жизненной цели.

В соответствии с теоретическими и эмпирическими исследованиями жизненных планов разрабатываются психотерапевтические приемы, направленные на диагностику, а в случае необходимости - и на изменение "сценария неудачника".

### **Событие и классификация событий**

Событие - это однократное происшествие, психологически значимое для отдельной личности. Жизненные события поддаются классификации и могут быть описаны в процессуальных или структурных терминах.

В зависимости от того, к какой сфере жизни они относятся, говорят о физических, биологических, социальных и психологических событиях. В зависимости от того, происходят ли они вокруг индивида, с ним самим или внутри него, различают внешние (средовые), поведенческие (поступки) и внутренние (духовные) события. События, происходящие в собственной жизни индивида, называют индивидуальными, а те, в которых он выступает как объект исторических обстоятельств, - социокультурными. По степени их массовости, повторяемости и предсказуемости различают обычные (нормативные) и случайные (исключительные) события.

Б.Г. Ананьев различал события окружающей среды и события поведения человека в среде. События среды представляют собой существенные перемены в обстоятельствах развития, произошедшие не по инициативе субъекта жизни. Это могут быть, в первую очередь, силы "макросреды", олицетворением которых выступает сама история, являющаяся, по выражению Ананьева, основным партнером в жизненной драме человека. Исторические события человек может воспринимать пассивно, страдательно, а может активно вовлекаться в них. К примеру, военные конфликты, экономические катаклизмы становятся событиями в жизни целых поколений, радикально изменяют образ и ход жизни. Существует ряд внешних событий, связанных с культурными традициями того или иного общества (религиозные праздники, национальные памятные даты, крещение, свадьба и др.). Другой разновидностью этого вида событий выступают перемены в микросреде. Таковы рождение и смерть родственников, происшествия на работе и другие значимые или даже роковые случаи, нарушающие планы человека.

Вторая группа - события поведения человека в окружающей среде, то есть его поступки. Под поступком понимается единица общественного поведения личности. Поступки становятся событиями не только в жизни человека, но влияют на временно-пространственные параметры жизни окружающих, могут приобретать статус "события".

В.И. Слободчиков в определении поступка подчеркивает его сознательность, придает поступку характер акта нравственного самоопределения, в котором человек утверждает себя как личность в своем отношении к другому, себе самому, к обществу и миру. Соответственно классам отношений выделяются классы поступков. Отношение к людям выражается классом коммуникативных поступков, отношение к деятельности - в профессиональных поступках, отношение к обществу - в гражданских. Поступки-события служат не только достижению конкретных целей, но и способствуют формированию новых временных перспектив, утверждают или отрицают определенные ценности.

Поиск и принятие ценностей, оставляющих духовное становление личности во времени, позволили выделить особую группу - события внутренней жизни. В отличие от первых двух групп события внутренней жизни зачастую недоступны прямому наблюдению, поэтому они длительное время оставались "не охваченными и неисследованными, ... хотя занимают центральное место в развитии личности". Прежде всего, это события-впечатления, под влиянием которых происходит скачкообразное изменение временных перспектив. Эти события нередко подготавливаются исподволь, задолго до их наступления; в то же время значительные внешние события зачастую "пробиваются" во внутренний мир человека, становясь одновременно и событиями-впечатлениями. Н.А. Логинова, определяя события, предлагая их классификацию, подчеркивает, что события всегда дискретны, ограничены во времени; эти качества отличают событие от медленно эволюционирующих обстоятельств жизни. В то же время, она не отрицает, что событие может иметь пролог и долго действующие последствия.

События могут быть различены в связи с их способностью вызывать кризисные, высокоэмоциональные переживания и распространяться извне во внутрь и, наоборот; из одной сферы жизни в другую. Такое определение события перекликается с мыслью синергетиков о том, что случай приобретает статус события только в силу его органического тождества природе человека. Так определяемое событие способно либо раскрывать потенциал личности, либо нести разрушительный заряд для идентичности человека, заставляя его искать новые опоры и способы взаимодействия с миром.

Другим основанием классификации событий может выступать их способность провоцировать поведение. Человек не совершает поступка, если для этого у него нет причины, незначительные события, скорее всего, останутся без ответа. Только значимые интенсивные события приводят не только к эмоциональному накалу, но и к поступку, целенаправленному поведению.

Во-вторых, принимая целесообразность традиционного для психологии рассмотрения события как точечного, локализованного во времени и пространстве, следует учитывать, что событие имеет не только содержательную, но и временно-пространственную структуру. Даже если что-то происходит на первый взгляд внезапно, то этот факт свидетельствует лишь о том, что событие готовилось, развивалось "подспудно", по каким-то причинам оставалось без внимания, или просто не осознавалось. Понимание такой природы событий подводит нас к рассмотрению изменений в жизни не как отдельных, дискретных, даже случайных, а как строго упорядоченных, находящихся в системе, поскольку наступление одного события уже означает "рождение" следующего или нескольких, но эти динамические тенденции означаются через события много позже.

### **Личностный уровень организации времени**

Индивидуальная способность к регуляции времени начинает развиваться со способности к планированию, к определению чередования смены активности и пассивности, как

выработки целесообразного ритма деятельности. При анализе способности к регуляции времени следует учитывать все уровни - от простого напряжения физических сил, нервно-психических усилий, включая работу памяти, внимания, мышления, до организации деятельности в ее временной последовательности, скорости. При этом каждый уровень регуляции времени становится средством решения задачи темпоральной организации на следующем уровне.

Так, психическая регуляция выступает средством регуляции деятельности, а последняя является условием превращения личности в субъекта. Высший уровень развития способности к планированию, эффективной реализации разных форм деятельности, их чередования, построению смысловой иерархии способствует становлению личности как субъекта организации жизни, самостоятельно определяющего содержание и длительность жизненных периодов. Одним из реальных критериев организации времени жизни выступает своевременность, которая позволяет соотносить объективные требования хода социального и других внешних времен с различными аспектами внутреннего, субъективного времени.

Последовательность основных жизненных шагов - в профессии, в семье, в творческой жизни - располагается каждым человеком в субъективном ценностно-временном измерении, где они получают временную личностную оценку: "рано", "поздно", "скоро будет поздно". Эти темпоральные оценки выступают важнейшей составляющей жизненной мотивации и регуляции взаимоотношений личности с объективным временем. Так, с одной стороны, люди разделяются на тех, кто слабо включен в социальные процессы, осознает свободное время как ценность, но не всегда присваивает его как таковое, и тех, кто включен в социальную динамику, находится в прямых, жестких связях с социальными условиями. С другой стороны - на тех, чья активность носит стихийный характер, достигает оптимальности случайным подражательным путем, и тех, кто, проявляя активность, учитывает закономерности общественного времени (В.И. Ковалев, 1979) Эти качества - характер регуляции времени и уровень активности - позволили В.И. Ковалеву выделить четыре типа личностной регуляции времени:

- Стихийно-обывденный тип регуляции времени. Личность находится в зависимости от событий, обстоятельств жизни, не успевает за временем, не может организовывать последовательность событий. Этот способ организации жизни характеризуется ситуативностью поведения, отсутствием личностной инициативы.

Функционально-действенный тип регуляции времени. Личность активизирует течение событий, своевременно включается в них.

Созерцательный тип. Проявляется в пассивности; пролонгированные тенденции обнаруживаются только в духовной, интеллектуальной и творческой жизни. Понимание сложности и противоречивости жизни не позволяет проявить собственную активность.

Творчески-преобразующий тип. Представляет оптимальное сочетание активности и пролонгированной регуляции времени.

Эта типология позволяет убедиться в ограниченности событийного подхода к анализу жизненного пути, поскольку для последних двух типов жизненный путь выступает как непрерывная линия, в которой сглаживаются акценты на конкретных событиях.

### **Представления о судьбе, как о жизненном пути**

В современной зарубежной психологической науке проблемой жизненного пути занимались многие авторы, такие как Ш. Бюлер, Г. Олпорт, У. Деннис, Х. Леман, В. Дильтея, Э. Шпрангер, Л. Зонди, Адлер, Эрик Берн. Они предлагали различные идеи в соответствии со своей научной концепцией.

Первое систематическое изучение закономерностей жизненного пути было предпринято Ш. Бюлер и ее сотрудниками в Венском психологическом институте в 20-30-е годы. Она провела аналогию между процессом жизни и процессом истории и объявила жизнь

личности индивидуальной историей. На большом эмпирическом материале было установлено, что, несмотря на индивидуальное своеобразие, существуют закономерности регулярности в сроках наступления оптимумов жизни в зависимости от соотношения духовных, ментальных и биологических витальных тенденций. Так же были обнаружены различные типы жизненного развития личности. Ш. Бюлер пыталась понять жизнь не как цепь случайностей, а через ее закономерные этапы. Жизненным путем личности она называла индивидуальную, или личную, жизнь в ее динамике.

Выделился ряд аспектов, составляющих объективную логику жизни:

1. последовательность внешних событий;
2. смена переживаний, ценностей, как эволюцию внутреннего мира человека, как логику его внутренних событий;
3. результат его деятельности.

Ш. Бюлер, как и многие другие психологи абсолютизировала роль детства в жизненном пути личности. Она считала, что на этой стадии развития закладывается проект всей жизни.

А. Адлер для обозначения понятия жизненного пути использовал понятие жизненный стиль, который ввел в 1926 году.

На его взгляд стиль жизни это значение, которое человек придает миру и самому себе, его цели направленность его устремлений.

А. Адлер считал, что значение жизни постигается впервые четыре или пять лет жизни и подходит к нему человек через ощущения, которые не до конца понимаются. К концу пятого года жизни ребенок достигает единого паттерна поведения, собственного стиля в подходе к проблемам и задачам.

А. Адлер выделил четыре типа жизненных стилей:

- 1 - полезный;
- 2 - правильный;
- 3 - избегающий;
- 4 - получающий.

По мнению А. Адлера, мы самоопределяемся теми знаниями, которые мы придаем происходящему с нами. И все это выражается в ранних воспоминаниях. Так как для запоминания человек выбирает то, что ощущается, хотя и очень смутно им, как связанное с его нынешней жизнью.

Трансакционный анализ показывает как "устроены" психологически люди, как они выражают свою индивидуальность в поведении. Ключевыми его идеями являются понятие о модели эго-состояний и сценарии жизни.

Впервые теория сценария была разработана Э. Берном и его коллегами, особенно Клодом Стайнером, в середине 60-ых годов. С тех пор концепция сценария стала одной из важных частей теории трансакционного анализа и в настоящее время является центральной. Э.Берн в понятие судьбы вкладывал понятие жизненного пути. Он считал, что судьба каждого человека определяется в первую очередь им самим, его умением мыслить и разумно относиться ко всему происходящему в его жизни и окружающем его мире. Каждый человек, еще в детстве, в принципе часто бессознательно думает о своей будущей жизни, прокручивает в голове свои жизненные сценарии. Сценарий – «это постепенно развертывающийся жизненный план, который формируется еще в раннем детстве в основном под влиянием родителей». Э.Берн разграничивает понятия жизненного пути и жизненного сценария человека. Он говорит, что жизненный путь - это то, что происходит в действительности.

Продуктом действия различных сил оказываются различные типы жизненного пути, которые могут смешиваться и вести к одному или другому типу судьбы. Типы судьбы: сценарный и несценарный насильственный или независимый.

Леопольд Зонди, швейцарский психолог, психотерапевт и психиатр, автор одного из направлений глубинной психологии - психологии судьбы и оригинальной проективной

методики, сделал понятие "судьбы" центром своей психологии, найдя в нем самое подходящее выражение, которое охватывает все, что касается человеческой жизни.

Что касается психологии судьбы, там человек рассматривается как существо, которое, хотя и подвергалось с самого начала своей жизни определенному принуждению, но по мере возрастания зрелости получает шанс выбирать, исходя из своих возможностей, и тем самым реализовывать свою свободу.

Поэтому судьба может быть навязанной или свободной.

Леопольд Зонди считал, что к навязанной судьбе человека относятся:

1. наследственность, т.е., прежде всего, все то, что было получено им от своих предков;
2. окружающая среда;
3. социальная среда, в которой появляется на свет ребенок.

Зонди была разработана психология человеческой свободы.

Сущность психического заключалась для него в стремлении человека к свободе. Благодаря личностно обусловленным способностям решать и выбирать, человек не является ни рабом своей природы, ни игрушкой окружающего его мира.

Таким образом, можно говорить о том, что многие психологи обращались к проблеме судьбы, как жизненного пути личности и видели как минимум два возможных варианта развития. Судьба может быть объективно-предопределенной, где предопределенность - это когда событие происходит в данном месте и в определенный момент неизбежными и единственно возможным образом. При этом предопределенность зависит от ряда причин, в большинстве своем берущих истоки из раннего детства, значение которого практически у всех абсолютизировалось. Или она есть субъективно - преобразующаяся линия жизни, которая зависит от самого человека, от его осознания того, что с ним происходит, и желания что-либо изменить.

### **Факторы, влияющие на развитие человека**

Духовное богатство личности, ее взгляды, потребности и интересы, направленность и разнообразные способности во многом зависят от того, в каких условиях протекает их формирование в детские и юношеские годы. Родившийся ребенок постепенно становится личностью под воздействием ряда факторов. Выделяются три фактора, влияющие на развитие человека: **наследственность, среда и воспитание**. Их можно объединить в две большие группы: биологические и социальные факторы.

**Наследственность** - это то, что передается от родителей детям, что заложено в генах. Наследственная программа включает постоянную и переменную части. Постоянная часть обеспечивает рождение человека человеком, представителем человеческого рода. Переменная часть - это то, что роднит человека с его родителями.

Родившись, человек еще не является личностью или субъектом над-органической жизни. Его «я» и имя, научные идеи, религиозные взгляды, эстетические вкусы, моральные убеждения, манеры и нравы, занятия, экономическое положение и социальный статус, судьба и жизненный путь - ничто еще не предопределено. Его можно сравнить с фонографом, на котором можно проигрывать любую запись. Хороший фонограф, конечно же, лучше воспроизводит любую запись, чем плохой. Но то, какие записи он будет играть - симфонию Бетховена или джаз, - не зависит от фонографа. Точно так же человек с лучшей физической конституцией может лучше проигрывать «социокультурные записи», чем тот, кто рождается с худшими наследственными данными; но то, какие записи он станет играть, относительно мало зависит от органических или биологических факторов. Роль биологических сил во всех этих отношениях сводится к двум функциям. Во-первых, организм с лучшей наследственностью будет успешнее осуществлять социокультурные функции, предписанные ему надорганической средой. Во-вторых, биологические организмы, родившиеся с определенными характеристиками, обязательно ограничиваются этими характеристиками, например, умственно отсталый человек не может стать ученым,

а человек со слабой конституцией не может стать тяжелоатлетом. Другими словами, как социокультурные индивиды, мы являемся теми, кто мы есть благодаря действию социокультурных сил; и мы ведем себя таким образом, каким нас побуждают действовать эти силы.

Важное значение имеют функциональные особенности коры больших полушарий головного мозга: пластичность, подвижность нервных процессов. Они в значительной степени определяют тип нервной деятельности. Академик И. П. Павлов показал, что в зависимости от силы протекания нервных процессов, их уравновешенности и подвижности люди по-разному реагируют на воздействие внешней среды. Тип нервной системы складывается из природных особенностей ребенка и тех влияний, которые он испытывает на себе в жизни и в процессе воспитания. Чем меньше ребенок, тем более заметно проявление типа нервной системы в его поведении. В результате систематического воспитания ребенок приобретает способность управлять своим поведением, согласовывать его с требованиями окружающих людей. Исследованиями установлено, что типологические особенности хотя и влияют на формирование свойств личности, но не определяют их.

Академики Н.М.Амосов, П.К.Анохин высказываются в пользу наследования нравственных качеств или, во всяком случае, наследственной предрасположенности ребенка к агрессивности, жестокости, лживости.

На развитие ребенка влияет не только наследственность, но и среда. Понятие «среда» может рассматриваться в широком и узком смысле. Среда в широком смысле - это климатические, природные условия, в которых растет ребенок. Это и общественное устройство государства, и условия, которые оно создает для развития детей, а также культура и быт, традиции, обычаи народа. Среда в таком ее понимании влияет на успешность и направленность социализации.

Но существует и узкий подход к пониманию среды и ее влиянию на становление личности человека. Согласно такому подходу среда - это непосредственное предметное окружение. В современной педагогике существует понятие «развивающая среда» (особым образом выстроена, чтобы наиболее эффективно влиять на ребенка). В педагогике, когда речь идет о среде как факторе воспитания, имеются в виду еще и человеческое окружение, принятые в нем нормы взаимоотношений и деятельности. Зачастую выделяется негативное влияние среды (улицы), оно связано с насыщенностью ее отрицательными примерами для подражания.

Среда как фактор развития личности имеет существенное значение: она предоставляет ребенку возможность видеть социальные явления с разных сторон. Ее влияние носит, как правило, стихийный, мало поддающийся педагогическому руководству характер, что, конечно же, приводит ко многим трудностям на пути становления личности. Но изолировать ребенка от среды нельзя. Влияние среды на формирование личности постоянно на протяжении всей жизни человека. Разница лишь в степени восприятия этого влияния.

### **Особенности восприятия болезни пациентами разного возраста Общение с пациентами разных возрастных групп**

Для детей **дошкольного возраста** характерно:

- отсутствие осознания болезни в целом;
- неумение формулировать жалобы;
- сильные эмоциональные реакции на отдельные симптомы болезни;
- восприятие лечебных и диагностических процедур как устрашающих мероприятий;
- усиление дефектов характера, воспитания ребенка в период болезни;
- чувство страха, тоски, одиночества в стенах лечебного учреждения, вдали от родителей.

*Деонтологическая тактика* – эмоциональное теплое отношение, отвлечение от болезни, организация нешумных игр, чтение, проведение процедур с уговорами, профессиональное обращение с родственниками больного ребенка.

Для **подростков** характерно:

- преобладание психологической доминанты возраста – «притязание на взрослость»;
- бравада как форма самозащиты при внутренней психологической ранимости;
- пренебрежительное отношение к болезни, факторам риска.

*Деонтологическая тактика* – общение с учетом возрастных психологических особенностей, опоры на самостоятельность, взрослость подростка.

Для детей и подростков, в общем, свойственен более повышенный фон настроения; тревога выражена меньше. Однако, заболевания вызывающие изменения внешности (эндокринные и др.), могут ими переживаться тяжелее, чем пациентами других возрастных групп. Частые аллергические высыпания, упорный фурункулез могут вызывать у них отчаяние и депрессию. Для подростков характерна «дисморфомания» - убеждение в своей некрасивости и даже уродстве (чрезмерные с их точки зрения полнота, худоба, «уродливая» форма носа, чрезмерно большая или малая грудь и т.д.). Они часто прибегают к самолечению или настойчиво добиваются пластических операций.

При работе с пациентами **работоспособного возраста**.

В зрелом возрасте наибольшую озабоченность вызывают инвалидизирующие заболевания, снижающие работоспособность, препятствующие увлечениям, сказывающиеся на благополучии близких. Ряд заболеваний (венерические, психические, геморрой и др.) часто считаются «постыдными» и вызывают большую тревогу. Люди лечатся при этом самостоятельно и прибегают к диссимуляции, что приводит к хронизации болезни или ее усугублению (особенно душевного расстройства).

Необходимо, прежде всего, познать личность пациента и ее индивидуальность. Выяснить отношение к болезни, медперсоналу, позицию на взаимодействие пациента с медперсоналом.

*Деонтологическая тактика* - ориентация на трудовую и социальную реабилитацию, выбор тактики общения проводить в зависимости от ВКБ, проведение коррекции неадекватных установок, психотерапию тревожно-мнительных пациентов.

Для пациентам **пожилого и старческого возраста** характерно:

- психологическая доминанта возраста – «уходящая жизнь», «приближение смерти»;
- чувства тоски, одиночества, нарастающая беспомощность;
- возрастные изменения: снижение слуха, зрения, памяти, сужение интересов, повышенная обидчивость, ранимость, снижение возможности самообслуживания;
- интерпретация болезни только через возраст, отсутствие мотивации к лечению и выздоровлению.

У пожилых и старых людей наибольшую тревогу вызывают заболевания, угрожающие смертью. Инфаркт, инсульт, злокачественные опухоли страшны для них не тем, что могут приводить к потере трудо- и работоспособности, а тем, что ассоциируются со смертью. У ряда индивидуумов тревога может достигнуть степени психотической.

*Деонтологическая тактика* – поддержание у пациента ощущения собственной значимости; подчеркнута уважительное, тактическое, деликатное отношение, без фамильярности, приказного тона, нравочений; ориентация на двигательную активность; мотивация на выздоровление.