

НАЦІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ ПЕДАГОГІЧНИХ НАУК УКРАЇНИ
ІНСТИТУТ СОЦІАЛЬНОЇ ТА ПОЛІТИЧНОЇ ПСИХОЛОГІЇ

**ЯК БУДУВАТИ
ВЛАСНЕ МАЙБУТНЄ:
ЖИТТЄВІ ЗАВДАННЯ
ОСОБИСТОСТІ**

МОНОГРАФІЯ

*За науковою редакцією
члена-кореспондента НАПН України,
доктора психологічних наук, професора
Т. М. ТИТАРЕНКО*

Київ – 2012

УДК 159.923+316.628

ББК 88.37

Я 44

Рекомендовано до друку вченою радою
Інституту соціальної та політичної психології НАПН України,
протокол № 5/11 від 26 квітня 2011 р.

Рецензенти:

*Н. В. Чепелева, доктор психологічних наук, професор,
дійсний член НАПН України;*

О. А. Донченко, доктор соціологічних наук, професор

Я 44 Як будувати власне майбутнє: життєві завдання особистості :
[наук. моногр.] / [Т. М. Титаренко, О. Г. Злобіна, Л. А. Лепіхова
та ін.] ; за наук. ред. Т. М. Титаренко ; Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. –
Кіровоград : Імекс-ЛТД, 2012. – 512 с.

ISBN

Книгу присвячено дослідженню вибудовування особистістю власного життя шляхом постановки життєвих завдань. Життєві завдання представлено як спосіб, завдяки якому особистість моделює власне майбутнє, досягаючи самоздійснення. Особистість розглянуто в контексті сучасного нестабільного соціуму, на перетині соціального та індивідуального світів. Розроблено методiku діагностики життєвих завдань і визначено специфіку постановки завдань благополучною і проблемною молоддю. Показано, яким чином життєві завдання можуть ставати чинником самореалізації в сімейній, професійній та інших сферах життя. Особливу увагу приділено завданневим технологіям оптимізації особистісного самоздійснення.

Монографія може становити інтерес для психологів-дослідників, викладачів психологічних дисциплін та практичних працівників психологічних служб, соціальних педагогів, соціальних працівників, аспірантів, студентів та всіх, хто цікавиться особистісним зростанням.

ISBN

ББК 88.37

Видано державним коштом. Продаж заборонено

© Інститут соціальної та політичної психології
НАПН України, 2012

ЗМІСТ

ПЕРЕДМОВА (Т. М. Титаренко).....	5
---	---

Частина перша. **ЖИТТЄВІ ЗАВДАННЯ ЯК СПОСІБ МОДЕЛЮВАННЯ МАЙБУТНЬОГО**

1.1. Впливи сучасності на особистісну побудову майбутнього (Т. М. Титаренко).....	37
1.2. Пошук шляху: майбутнє у мріях, цілях, домаганнях, завданнях (Т. М. Титаренко).....	47
1.3. Соціально-психологічна природа життєвих завдань та їхні властивості (Т. М. Титаренко).....	58
1.4. Завданнєві наративні практики самоконституювання особистості (Т. М. Титаренко).....	67
1.5. Моделі завданнєвого структурування майбутнього (К. О. Черемних).....	75
1.6. Життя як завдання пошуку: діалогічне моделювання майбутнього (К. О. Черемних).....	89
1.7. Автентична особистість: особливості постановки життєвих завдань (О. М. Кочубейник).....	108

Частина друга. **ЕМПІРИЧНІ АСПЕКТИ ДОСЛІДЖЕННЯ ЖИТТЄВИХ ЗАВДАНЬ ОСОБИСТОСТІ**

2.1. Особистість: на перетині соціального та індивідуального світів (О. Г. Злобіна).....	131
2.2. Траєкторії індивідуального життєздійснення в соціальних координатах (О. Г. Злобіна).....	142
2.3. Вплив соціальної ситуації на перспективи планування майбутнього (Л. А. Леніхова).....	159
2.4. Соціально-психологічні відмінності людей у ставленні до планування майбутнього (Л. А. Леніхова).....	165
2.5. Роль соціально-психологічних властивостей особистості у плануванні майбутнього (Л. А. Леніхова).....	173
2.6. Емпіричне дослідження соціально-психологічних особливостей постановки життєвих завдань у молодшому юнацькому віці (Л. А. Леніхова).....	186
2.7. Соціокультурні передумови формування життєвих завдань особистості (Ю. Д. Гундєртайло).....	216

2.8. Суб'єкт-суб'єктне та суб'єкт-об'єктне соціально-психологічне самонастановлення в просторі життєвих завдань особистості (<i>В. А. Крайчинська</i>)	233
2.9. Життєві завдання особистості як чинник самоздійснення в сімейній сфері (<i>О. Я. Кляпець</i>)	253
2.10. Життєстійкість як передумова постановки життєвих завдань (<i>Т. О. Ларіна</i>)	287
2.11. Життєві завдання як форми моделювання майбутнього проблемною молоддю (<i>Б. П. Лазоренко</i>)	322
2.12. Особливості самозадачування проблемної молоді в порівнянні з благополучною молоддю (<i>Б. П. Лазоренко</i>)	335

Частина третя. **ЗАВДАННЄВІ ТЕХНОЛОГІЇ ОПТИМІЗАЦІЇ ОСОБИСТІСНОГО САМОЗДІЙСНЕННЯ**

3.1. Характеристики особистості, що сприяють самоздійсненню (<i>Т. М. Титаренко</i>)	357
3.2. Оптимізація способу моделювання життєвого шляху (<i>Т. М. Титаренко</i>)	368
3.3. Вплив життєвих завдань на моделювання майбутнього (<i>Т. М. Титаренко</i>)	379
3.4. Оптимізація самоздійснення особистості в сімейній сфері (<i>О. Я. Кляпець</i>)	386
3.5. Перспективи оптимізації особистісного самоздійснення молоді шляхом підвищення її життєстійкості (<i>Т. О. Ларіна</i>)	419
3.6. Усвідомлена психічна саморегуляція як шлях до оптимізації життєвого самоконструювання (<i>Л. А. Леніхова</i>)	422
3.7. Соціально-психологічні передумови і засоби індивідуальної та групової моделей оптимізації самонастановлення особистості (<i>В. А. Крайчинська</i>)	430
3.8. Засоби оптимізації постановки життєвих завдань проблемною молоддю в контексті її самореалізації в соціумі (<i>Б. П. Лазоренко</i>)	440

ПІСЛЯМОВА (<i>Т. М. Титаренко</i>)	461
---	-----

ЛІТЕРАТУРА	463
-------------------------	-----

ДОДАТКИ

Додаток 1. Опитувальник “Життєві завдання особистості”	493
Додаток 2. Опитувальник “Самооцінка життєстійкості”	500
Додаток 3. Соціально-психологічний тренінг “Моє життя і Я”	503

ПЕРЕДМОВА

Розгляд людського життя як творчого процесу побудови себе і свого життєвого світу з його простором значущих взаємин і часом самоздійснення передбачає вивчення процесів прогнозування майбутнього, тісно пов'язаних з інтерпретаціями набутого досвіду, який дає змогу все адекватніше втілювати власні задуми. Людина навчається реалістично зважувати свої актуальні потреби і запити з боку соціуму, конструюючи життєві завдання, що мають забезпечити відповідний рівень самоздійснення, самоповагу і визнання оточення.

Усе актуальнішим сьогодні стає феномен темпоральності, що знаменує собою парадигмальний поворот сучасної науки від того, що існує, до того, що виникає. Отже, своєчасність дослідження того, якою мірою бажане майбутнє залежить від самої людини, не викликає сумнівів. Важливо зрозуміти, яким чином людські бажання, домагання, плани чи завдання позначаються на способі проживання сьогоднішнього дня, формах самоздійснення, що сприймаються як невідкладні. Розкриття соціально-психологічної природи життєвих завдань особистості дає змогу побудувати дієву модель особистісного самоздійснення.

У першій частині “Життєві завдання як спосіб моделювання майбутнього” розроблено понятійний апарат дослідження життєвих завдань особистості. Визначено, що постановка життєвих завдань передбачає випробування нових форматів життєконструювання з урахуванням змінної, плинної повсякденності, трансформаційної специфіки сучасного життя, особливостей життєвого етапу і власних можливостей особистості. Визначено соціально-психологічні чин-

ники, що обумовлюють постановку життєвих завдань: соціокультурної контекстуальності, діалогічної комунікації, множинної ідентифікації, аксіологічної своєрідності та соціальної семантики.

Показано, що завдання орієнтують життєдіяльність людини на цілий окремий період життя, який розгортається між певними знаковими подіями, і активність особистості саме в завданнях набуває цілеспрямованості і, водночас, певної фазності, регулярності. Завдання розглянуто як спосіб самопобудови через конструювання нових життєвих сенсів, модель бажаної трансформації життєвої траєкторії та набуття особистістю оновленої ідентичності. Завдання проаналізовано як форму реалізації найважливіших форм самоконструювання, що задовольняє потребу особистості в подоланні невизначеності та структуванні майбутнього.

Серед основних властивостей життєвих завдань виділено процесуальність, оскільки для життєвих завдань не таким важливим є досягнення конкретного результату, як процес руху до нього; несукцесивність, що передбачає певну непослідовність, коли завдання не вишиковуються в чергу одне за одним і наступне не формулюється лише тоді, коли було вичерпано, реалізовано чи спростовано попереднє; відкритість, невичерпність, нефінальність; наратизованість, тобто схильність до осюжетнення, наративного оформлення задуму. До переліку характеристик життєвих завдань включено також змістову наповненість, результативність, новизну, адекватність та енергетичну наповненість.

Встановлено, що нефінальні, відкриті, наративні завданнєві практики життєконструювання в міру їх переосмислення, що запускається відразу після виникнення перших задумів, починають змінювати їхніх виконавців. Готовність людини постійно переосмислювати власні життєві завдання, коригувати, переформулювати їх, осюжетнюючи власний досвід, сприяє динаміці її життєконструювання.

Завдання можуть мати різний масштаб, значущість для особистісного зростання, бути певною мірою ризикованими чи виваженими. Сформульовано положення, згідно з яким життєві завдання синтезують часову і смислову перспективи,

експлікуючи найголовніші, найглобальніші життєві домагання особистості. Вони є своєрідним персонологічним хроно-топом, оскільки об'єднують у собі як психологічний час, так і простір.

Обґрунтовано доцільність наративного дослідження завданневого структурування майбутнього. Наратив розглянуто як текстову практику життєконструювання, спосіб осмислення набутого досвіду, індивідуалізовану і водночас канонічну розповідь про себе і власне життя, художній переказ пережитого із змінними смисловими наголосами.

Життєві завдання визначено як енергоємні, цілеспрямовані футурологічні наративи, які складаються під час завершення чергового життєвого етапу з метою випереджальної адаптації до етапу наступного, що передбачає пошуки нового сенсу, нового якісного наповнення процесу життєздійснення. Показано, що структурування майбутнього шляхом вибору головної теми автобіографічного наративу відбувається з урахуванням таких конститутивних площин життя, як часово-просторова та фабульно-сюжетно-жанрова. Сформульовано гіпотезу про необхідність певного рівня наративної компетентності особистості для забезпечення адекватної постановки життєвих завдань.

Доведено, що життєві завдання конструюються на основі осмислення, переробки набутого досвіду з огляду на тезаурусне його пакування. До тезауруса магістральних сюжетів віднесено сюжети завоювання з їх героїчними і любовними відгалуженнями, пригодницькі та кримінальні історії, сюжети спасіння, збереження, споглядання, недіяння. Серед мотивів, що окреслюють дискурс магістральних сюжетів, проаналізовано альтруїстичний мотив, мотив самоствердження, афіліативний, креативний та екологічний мотиви (Титаренко Т. М., глави 1.1, 1.2, 1.3, 1.4).

Розроблено діалогічну модель життєвого завдання як складової цілісної системи життєструктурування особистості. Показано, що структурування особистістю свого життя в умовах сучасної соціокультурної ситуації визначається її готовністю до життєвої невизначеності та реалізується як множинність автонаративів, завдяки діалогічній природі яких

людина актуалізує життєві смисли. Діалогічність наративу розкрито у двох вимірах – у діалозі розповідача зі світом та в автодіалозі. Структурування життя, таким чином, проінтерпретовано як єдність екстеріоризаційних та інтеріоризаційних процесів – як послідовність контекстуального застосування та переосмислення його ціннісно-сміслових меж.

Життєві завдання в цій системі визначено як екстеріоризаційний механізм життєструктурування, що вказує на спрямованість творчої активності особистості на ті події майбутнього, які є маркерами домагального обрїю самоздійснення в межах кожного з його актуальних векторів. На відміну від домагання як подієвої одиниці структурування майбутнього, що постійно реконструюється, відсувається, відкриваючи людині новий простір для самоздійснення, завдання виконує функцію просторово-часової фіксації, що уможливорює усвідомлення майбутньої життєвої ситуації та активні дії по відношенню до неї, забезпечує рефлексію життєвого руху та орієнтацію в ньому.

Професійний контекст життєструктурування за допомогою життєвих завдань проаналізовано за критеріями соціального масштабу значущого Іншого, який визначає просторово-часові межі утворення (чи не утворення) ним окремого виміру самоздійснення через постановку власне професійних завдань та співвідношення його з іншими сферами життя.

Самоздійснення розглянуто як послідовність конфігурування та переконфігурування особистістю меж інтерпретації свого життя, як реконструювання нею життєвого наративу, де одиницею життєструктурування є подія. Життєве завдання проінтерпретовано як суб'єктивну проєкцію життєвого руху в бік “обрїєвої” події одного з життєвих контекстів або життя в цілому. Сформульовано припущення, що самоздійснення особистості характеризується інтегральними моделями подієвого життєструктурування, в межах яких будь-який життєвий контекст (у тому числі і професійний) може займати певні позиції.

Розроблено емпіричну модель дослідження життєвих завдань як механізму професійного самоздійснення молодшої людини. Виявлено, що завданнєве структурування майбут-

нього як механізм самоздійснення характеризується здатністю особистості до динамічного подієвого життєструктурування. Показано, що критерієм виокремлення способів життєвого самозадачування і відповідних моделей самоздійснення є те, якою мірою бажані події маркують просторово-часові межі ситуації майбутнього та стримують розгортання екстеріоризаційних та інтеріоризаційних процесів.

З'ясовано, що завданнєве структурування молоддю власного майбутнього реалізується в сім основних способів. Відповідно запропоновано такі моделі самоздійснення: самоконструювальна, творча, неперервна, замісна, інфантильна, скептична, примітивна. Виокремлено чотири функціональні позиції професійного контексту в життєструктуруванні: формальний контекст, або ілюзія контексту (професія використовується як формальний простір для розгортання життєвої мрії в межах інфантильної моделі – атрибути професійного самоздійснення використовуються як матеріал для надання грі ознак реальності); замісний контекст (гіперцінність замісної моделі локалізується в професійній сфері життя – ілюзія життєвого руху досягається через динаміку кар'єрного зростання або через соціально бажаний зміст діяльності і відповідний статус); інструментальний контекст (професія є інструментом здобуття ресурсу добробуту і комфорту в примітивній моделі на рівні заробітку або ресурсу забезпечення інших гіперцінностей замісної моделі, коли гіперцінність локалізується не в професійній сфері життя, а наприклад, у сімейній); умовний контекст самоконституювання (один із множини не так строго диференційованих контекстів) або контекст професійного вчинку (особистісно осмисленої професійної діяльності) у випадку динамічних моделей.

Розкрито зміст діалогічності автонаративу як визначальної умови динамічного життєструктурування, у зв'язку з чим постановку життєвих завдань як механізм самоздійснення (у тому числі професійного) проаналізовано відповідно до нових ресурсів її оптимізації. Побудовано моделі життєструктурування в термінах відкритого, закритого і запозиченого Я-тексту. Узагальнено чинники готовності особистості до побудови відкритого Я-тексту, серед яких досвід переживан-

ня стрибкоподібного розширення життєвого простору, багатство інтерпретативних кодів, якими володіє наратор, готовність до зусиль задля утримання актуальної множини інтерпретативних кодів у “вільному” (оперативному) стані. Визначено форми постановки життєвих завдань у межах відкритого, закритого і запозиченого автонаративу.

Побудовано проєкцію відкритих і закритих життєвих завдань на площину професійного контексту життя молодшої людини, запропоновано диференціацію професійного самоздійснення за критерієм діалогічності професійного самоозадачування, проблематизовано питання про змістову і формальну сторону професійної діяльності молодшої людини.

Узагальнено чинники готовності особистості до побудови відкритого Я-тексту, серед яких досвід переживання стрибкоподібного розширення життєвого простору, багатство інтерпретативних кодів, якими володіє наратор, готовність до зусиль задля утримання актуальної множини інтерпретативних кодів у “вільному” (оперативному) стані.

Визначено форми постановки життєвих завдань у межах закритого, запозиченого і відкритого автонаративу та обґрунтовано тезу про те, що в найширшому вигляді можна сформулювати два інтегральних життєвих завдання: відкрите (діалогічне) завдання пошуку та закрите (недіалогічне) завдання фіксації. Було показано, що будь-яка подія майбутнього, незалежно від того, у чому передбачається її фактичний зміст, може бути артикульована наратором як атрибут наявного Я-проєкту і, відповідно, бути втіленням завдання фіксації власної присутності, а може поставати як умовний орієнтир при вирішенні завдання пошуку та інструмент розширення життєвого простору, у зв'язку з чим питання про життєві завдання повністю переміщується з площини “змісту” в площину “способу”.

Побудовано проєкцію відкритих і закритих життєвих завдань на площину професійного контексту життя молодшої людини, запропоновано диференціацію професійного самоздійснення за критерієм діалогічності професійного самоозадачування, проблематизовано питання про змістову і форма-

льну сторони професійної діяльності молоді людини (Черемних К. О., глави 1.5, 1.6).

Проаналізовано способи постановки життєвих завдань у контексті конструювання автентичності особистості. Показано, що ієрархічна структура модерної особистості з її поступально-еволюціативними трансформаціями змісту поступається місцем аструктурному ризоморфу особистості постмодерної з його вибуховою емерджентністю та зміщенням уваги з особливостей, якими конститується “центровість” “Я”, на його процесуальність. Особливий наголос робиться на тому, що процес формування “Я” слід тлумачити як такий, що не має кінцевого стану і не може завершитися остаточним самовизначенням, а тому становлення особистості постійно відбувається у всіх можливих напрямках, і магістральний (або осьовий) при цьому як такий не виділяється. Зазначено також, що представлене розуміння особистості потребує іншого уявлення про світ, у якому відтепер сталість, центрованість, стабільність втрачають сенс і продуктивність, не узгоджуючись більше з характеристиками суспільства, де повсякчас посилюється фрагментація культури, зростає різноплановість цінностей, спостерігається витіснення реальності, перехід у віртуальність, театралізація повсякденності, існування в режимі “надлишку вибірковості”.

Автентичність особистості висвітлено як узгоджене функціонування диспаратних і/або конфліктуючих активностей, як неперервний, нерозривний, але не завжди послідовний процес, що відбувається в різних ситуаціях і стосунках, триває поза часом і є запобіжним щодо деформувальних тисків зовні. Зазначено, що успішність реалізації цього процесу позначається на способах постановки життєвих завдань.

Визначено, що ці способи описуються за допомогою двох осей-вимірів: “продуктовий – описовий” та “імпульсивний – інтуїтивний – рефлексивний” – і показано, що, будучи проекцією основного протиріччя між визначеністю і невизначеністю, вони накладаються на якісні параметри життєвих завдань.

Перша вісь віддзеркалює *міру орієнтованості особистості у своєму внутрішньому світі*, градієнт його визначе-

ності (а саме: полюс *описовості* означає локальність, парціальність, нетривалість, нестійкість, полюс *продуктовості* означає континуальність, генералізованість, тривалість, стабільність). Показано, що описовий спосіб означає формулювання завдання за допомогою ключових слів типу “отримати”, “придбати”, “виконати”, чим маркуються певні дії, а не ті “продукти”, які особистість розцінює як бажані з точки зору її саморозвитку та самоздійснення, а продуктивний спосіб передбачає вироблення особистісної стратегії, яка дасть змогу орієнтуватися у віддаленому майбутньому, потужно використовувати наявний ресурс, бути “відкритою” до зовнішніх та внутрішніх викликів (і подальших трансформацій), адекватно реагувати на появу “зон невизначеності” й ризиків, пов’язаних з різноманітними змінами.

Друга вісь є проекцією міри орієнтованості особистості в зовнішньому світі, який рухається в напрямі зростання невизначеності (від імпульсивності як відсутності варіантів до рефлексивності як поліваріантності, невизначеності). Її континуум дає підставу говорити про кілька способів постановки життєвих завдань: рефлексивний, коли весь процес постановки завдання націлений на максимальний особистісний результат; імпульсивний, коли в рамках наявної ситуації приймається завдання, що відповідає мінімальним (миттєвим) вимогам, розраховане на блискавично швидкий результат; інтуїтивний, коли при постановці завдань опорою є аналогії, асоціації, неусвідомлені “відчущання” (Кочубейник О. М., глава 1.7).

Другу частину монографії присвячено емпіричним аспектам дослідження життєвих завдань особистості.

Процес побудови та реалізації життєвих завдань розглянуто на перетині внутрішньоособистісного та зовнішнього соціального просторів. Застосовано інтеграційний підхід, що об’єднує психологічний, соціально-психологічний і соціологічний підходи до осмислення особливостей постановки та вирішення особистістю життєвих завдань у мінливому соціальному просторі. Соціальну реальність розглянуто як таку,

що має суб'єктивну природу і створюється людьми, котрі переживають її і надають їй певного змісту.

Виходячи з того, що соціальна реальність – це постійна взаємодія об'єктивних і суб'єктивних процесів, досягнути яку можна, лише аналізуючи компоненти реальності, які тісно пов'язані з об'єктивністю і водночас є складовими суб'єктивної картини світу, в дослідженні акцентується проблема взаємовпливу суб'єктивних оцінок свого становища у соціальному світі з процесами самопрогнозування та самоздійснення. Суспільна реальність існує для окремого індивіда як реальність у психологічному сенсі, утворюючи “особистісний світ уявлень”, у якому синтезовані часова і смислова перспективи життєздійснення.

Визначено, що перетворення в соціальному просторі неминуче приводять до істотних змін у життєвому світі особистості, який формується на перетині психологічних і соціологічних феноменів. З'ясовано, яким чином макро- і мікросоціальні чинники перетинаються впродовж усього життя людини. Показано, що індивідуальна траєкторія життя є частиною траєкторії соціальної, а кризові явища в житті особистості, як і в житті суспільства загалом, пов'язані з місцями розривів індивідуальних і соціальних траєкторій. Ці розриви характеризують індивідуальне життя людини в порівнянні зі стабільною траєкторією суспільного розвитку, фіксуючи як вияви девіантної поведінки, так і всілякі “злети” або “падіння” на життєвому шляху.

Проаналізовано результати суб'єктивної структуризації соціального простору, що створюють особистісну картину світу. Соціально-психологічний погляд на її побудову сфокусований на тих узагальнювальних конструктах, які людина використовує в цьому процесі. Показано, як загальна траєкторія життєздійснення суб'єкта набуває в картині світу певної цілісності, що її можна виокремити через застосування певних категоріальних конструктів.

Як базовий конструкт особистісної структуризації соціального простору запропоновано поняття “образ бажаного життя”, що поєднує очікування, домагання і наміри, визначаючи той чи інший варіант вибору стратегії життєздійснення.

ня. Показано, що зіставлення ідеального з реальним відбувається при побудові образу бажаного життя як у соціальному просторі, так і в соціальному часі. У різних соціальних умовах ідеальна модель життя може будуватися як у соціально-часових, так і в соціально-просторових координатах.

Пошук єднальних ланок у процесі поєднання індивідуальної та соціальної траєкторій життєздійснення конкретизовано через звернення до проблеми самореалізації. Визначено індикатори, що виступають референтами самореалізації в часовому та просторовому вимірах.

За індикатор можливостей самоздійснення запропоновано взяти життєві шанси. Життєві шанси та життєві результати розглянуто в зовнішньому і внутрішньому вимірах. Міру самоздійснення запропоновано означувати на перетині поєднання “життєвих шансів” і “життєвих результатів”.

Життєві шанси в соціальному просторі визначено об’єктивно – через оцінку доступності зовнішніх можливостей; суб’єктивно – через міру доступу до зовнішніх можливостей. Життєві шанси в суб’єктивному просторі схарактеризовано: об’єктивно – через міру розвитку особистісного потенціалу; суб’єктивно – через очікування, домагання, наміри. Відповідно життєві результати в об’єктивному вимірі проаналізовано з урахуванням оцінки досягнутого іншими суб’єктами (статусні характеристики, повага оточення тощо); у суб’єктивному вимірі – з урахуванням самооцінки досягнутого (задоволеність життям, позитивний емоційний стан).

Життєві шанси розглянуто як свого роду “матриці”, що дають змогу реалізувати такі ціновані принципи вільного вибору для індивіда і врахувати правила гри, сформульовані суспільством.

Розроблено емпіричну модель дослідження індивідуального життєздійснення в соціальних координатах. Запропоновано операціоналізацію механізмів самоздійснення особистості на основі комплексу показників соціального самопочуття як джерела самопозиціонування в соціальному просторі, яке трансформується в специфічну конфігурацію життєвих планів та стратегії самоздійснення.

Визначено показники, що характеризують самооцінку соціального самопочуття: оцінка зовнішніх умов (сприйняття ситуації в країні і часі, у якому людині доводиться жити); оцінка внутрішніх станів (здоров'я, настроїв, почуття щастя, оптимізму); сприйняття власного становища в існуючих соціальних умовах (оцінка позиції в соціальному просторі).

Здійснено верифікацію емпіричної моделі дослідження індивідуального життєздійснення в соціальних координатах. Доведено можливість застосування запропонованих референтів для виявлення зв'язків між об'єктивним та суб'єктивним вимірами життєздійснення. Досліджено вплив соціального позиціонування на оцінку особистістю життєвих шансів. Виявлено, що самооцінка соціальної позиції слабко пов'язана з диспозиціями, водночас показано, що соціальна позиція більшою мірою кореспондує із проблемами, що виникають на етапі прийняття рішень, і меншою мірою – з недостатньою готовністю до їх реалізації. Застосування індикатора самооцінки міри адаптованості дало змогу розвести внесок соціальної та особистісної складових у процес життєздійснення. Виявлено вплив рівня соціальної адаптованості на структуру життєвих намірів, який виявляється у феномені “згортання” майбутнього до теперішнього і є мірою зниження адаптованості. Аналіз даних Європейського соціального дослідження підтвердив, що такий зв'язок має подібне спрямування в різних країнах. Виявилось, що на рівні оцінки внутрішніх шансів самореалізації відмінностей між українцями та населенням інших європейських країн немає, проте на рівні суб'єктивної оцінки українці демонструють вищу незадоволеність, що пов'язано з негативним впливом зовнішніх обставин.

Здійснена перевірка запропонованих показників на матеріалі емпіричних досліджень засвідчила, що теоретичне моделювання процесів самореалізації потребує створення моделей, які б враховували наявність різних перспектив аналізу – спільного чи індивідуального простору життя. Залежно від цього загальне соціальне тло може або наблизитися або віддалятися від особистісних оцінок задоволеності власним життєвим самоздійсненням (Злобіна О. Г., глави 2.1, 2.2).

Доведено, що рівні соціально-психологічної адаптивності безпосередньо впливають на якість планування майбутнього та успішність життєздійснення. Виділено комплекс провідних властивостей особистості, який суттєво впливає на соціально-психологічні відмінності постановки життєвих завдань: це особистісна цілісність, рівень особистісної зрілості, ієрархія цінностей, особистісна ефективність, цілеспрямованість, індивідуальні стилі саморегуляції. Визначено такі детермінанти індивідуальних відмінностей: незалежність, автономність, самостійність, надійність, гнучкість, суб'єктна активність, впевненість. Показано, як на їхньому підґрунті формуються індивідуальні стилі саморегуляції (автономний, оперативний, гармонійний), що впливають на планування, програмування, моделювання життєвих завдань. За соціально-психологічними критеріями виділено особистісні психотипи, індивідуальні відмінності яких впливають на професійні завдання.

Розроблено експериментальну модель дослідження індивідуальних відмінностей, що виявляються в соціально-психологічних рисах старшокласників при постановці життєвих завдань.

Побудовано поляризований профіль соціально-психологічних відмінностей розвитку мотивації та операціоналізації постановки завдань у різних сферах життєдіяльності старшокласників. Продемонстровано, що для юнацтва найбільш актуальною є мотивація прогнозування майбутнього, засобами наближення до якого воно вважає особистісну соціальну активність, збереження здоров'я як потенціалу успішності та ефективності і розуміння цінності особистісного самоствердження.

Виявлено певну невизначеність і недостатню конкретизованість життєвих завдань старшокласників, що свідчить про невисокий рівень їхніх амбіцій, нездатність бачити віддалені життєві перспективи і виробляти стратегії досягнення життєвих завдань. На низькому рівні мотиваційної напруги опинилися бажання "хочу мати", "творчі запити", проблеми життя в сім'ї батьків і побудови власної сім'ї, а також спілкування з дружнім оточенням. Низька адаптивність до швидко-

плинних ситуацій, соціальних змін спричиняє психологічне відчуття дискомфорту, на поведінковому рівні знижує успішність діяльності, а на соціально-психологічному рівні ускладнює міжособистісну взаємодію через нестачу дипломатичності. Виявилося, що завдання саморозвитку учнівська молодь ще майже не ставить.

Визначено три рівні актуальності життєвих завдань старшокласників. Високий рівень посіли мотивація учіння та праці, здобуття сучасної освіти та отримання престижної роботи; збереження здоров'я та реального планування майбутнього; середній – дисгармонійність між високим рівнем домагань і бажань та низьким рівнем суб'єктивної і соціальної активності, конкретністю життєвого планування і структурованості в часі; до нижчого віднесено сфери сімейного життя, творчості і дружнього спілкування.

У результаті зіставлення індивідуальних показників рівня соціально-психологічної адаптованості старшокласників за методикою контент-аналізу проєктивних оцінок індивідуального образу світу трансформаційного періоду в Україні складено психологічні портрети адаптованої і не адаптованої до реального соціуму учнівської молоді, констатовано факт “загального негативного зсуву” (О. Лактіонов) в оцінці поточної політико-економічної ситуації, яка негативно відбивається на плануванні майбутнього та особистісному розвитку старшокласників.

За рівнем розвитку актуальних адаптаційних настановлень продемонстровано наявність двох груп – “адаптованих” і “неадаптованих” юнаків і дівчат. У групі “адаптованих” домінують настановленнями є усвідомленість і осмисленість життєвої ситуації та актуальних цінностей; значущими – активність, інтернальність, позитивні ставлення до референтного оточення, цілепокладання й орієнтація на бажану кваліфіковану життєво успішну роботу. У групі “неадаптованих” домінують соціальними настановленнями виявилися ставлення до сім'ї та референтного оточення як до опори і підтримки в житті; актуальними цінностями визнано спокій, матеріальну та побутову забезпеченість, перспективу хоро-

шої роботи, екстернальну життєву позицію, пасивність у доланні перешкод, брак упевненості в життєвій успішності.

Показано, що рівні розвитку адаптивних настановлень виразно впливають на ставлення молоді до утруднених життєвих ситуацій і долання перешкод. При постановці життєвих завдань адаптованими юнаками і дівчатами соціальні перешкоди та складності не заважають перспективному плануванню через активізацію механізму реалізації поставлених завдань (усвідомлений, зважений аналіз цілей та можливостей, активність, інтернальність, конструктивність і позитивність соціально-психологічних взаємозв'язків та впевненість у собі). Цей прошарок нового покоління є потенційною дієвою, ініціативною силою суспільства, здатною очолити його інноваційні запити.

Визначено, що в групі дезадаптованих старшокласників життєві складності провокують розвиток песимістичних настроїв та соціальної пасивності, настановлень на очікування всебічної підтримки і допомоги сім'ї, друзів або заступництва і протекції з боку владних знайомих. Це потенційно "критична маса" пасивної частини суспільства, яка буде в міру своїх можливостей прилаштовуватися до запитів життя.

Статистично доведено достовірні взаємозв'язки параметрів постановки життєвих завдань ("ставлення до майбутнього", "цілісність життя", "активність") з такими критеріями адаптованості, як "активність", "інтернальність", "осмисленість", "позитивна соціально-психологічна взаємодія". Констатовано, що найбільш вагомим соціально-психологічним механізмом досягнення бажаного майбутнього юнаки і дівчата визнають власний особистісний потенціал упевненості й самодостатності, дієвості та правильності рішень. Підтверджено значення негативної оцінки соціальної ситуації ("загальний негативний зсув"), що впливає на деформацію потреб і мотивів життєдіяльності (низькі факторні навантаження параметрів мотивацій розвитку, комфорту, добробуту, здоров'я, спілкування).

Шляхом кореляційного і компонентного аналізу підтверджено референтність для успішного самоствердження таких індивідуальних відмінностей особистості, як осмисле-

ність, раціональна спрямованість на організацію свого майбутнього через соціально-психологічний механізм дієвості (активності, інтернальності, осмисленості в постановці цілей) (Лепіхова Л. А., глави 2.3, 2.4, 2.5, 2.6).

Показано, що життєві завдання стосуються передусім тактики життєдіяльності особистості і слугують засобами реалізації життєвих смислів. Особливу увагу приділено ініціації як способу постановки життєвих завдань у традиційному суспільстві, де ініціація розглядається як форма роботи особистості над заздалегідь запланованим майбутнім. Відмова від ініціацій у сучасному суспільстві приводить до того, що втрачається значення архетипових матриць, культурних традицій, і постановка життєвих завдань обумовлюється передусім власним досвідом (а не досвідом спільноти), референтною групою та, як це не сумно, медіаісторіями. На матеріалі психотерапевтичних сесій показано, що молодим людям у прогнозуванні майбутнього гостро бракує самостійності, здатності до самоаналізу, розвинутої рефлексії (Гундертайло Ю. Д., глава 2.7).

Здійснено теоретичний аналіз взаємозв'язку життєвих завдань особистості та її соціально-психологічних настановлень, а саме суб'єкт-суб'єктної і суб'єкт-об'єктної самонастановленості. Визначено основні підходи до вивчення суб'єкт-суб'єктних і суб'єкт-об'єктних настановлень та особливостей життєвих завдань – у межах психології суб'єкта, психології соціально-психологічних настановлень та психології життєвого світу.

З'ясовано, що соціально-психологічні настановлення особистості характеризують той потенційний смисл, якого набувають для людини окремі сегменти життєвого простору та який може бути втілений через реалізацію життєвого завдання. Життєві завдання розглянуто як одну з форм структурування часу, що спостерігаються на різних рівнях освоєння взаємодії з часом і здійснюються особистістю у формі очікування, мрій, життєвих цілей, життєвих планів, життєвих домагань, життєвих стратегій, життєвих завдань. З'ясовано, що сфери об'єктної самонастановленості навіть у найважливіших для особистості сферах зумовлюють особливості та

труднощі формування власних життєвих завдань, а отже, і труднощі взаємодії з часом у цих сферах через делегування відповідальності, ресурсів, енергії, ініціативи, авторитетності, любові оточенню або середовищу. Запропоновано бачення життєвих завдань особистості в значущих сферах як суб'єктно освоєного простору та певним чином структурованого часу життя. Визначено, що процес формування життєвих завдань полягає у перетворенні когнітивних та емоційно-смыслових побудов у конативні.

Виділено основні показники дослідження особливостей самонастановлення особистості у сферах життєвих завдань – предмет та модус настановлення, ступінь суб'єктності настановлення, етапи формування, критерії сформованості, простір життєвого завдання. Розкрито особливості життєвих сфер особистості як однієї з основних характеристик особистості як суб'єкта життєдіяльності і як такої, що описують різноманітні категорії суб'єкта та його багатомодальність. Встановлено, що особливостями зв'язку суб'єкт-суб'єктних і суб'єкт-об'єктних соціально-психологічних настановлень особистості та її життєвих завдань є такі характеристики: реальність чи потенційність завдань, полісферність чи кардинальність, способи пов'язування життєдіяльності в різних сферах, однорідність чи неоднорідність самонастановлення, способи самоздійснення особистості за сферами – суб'єкт-суб'єктний чи суб'єкт-об'єктний, співвідношення сфер суб'єкт-суб'єктної та суб'єкт-об'єктної настановленості, рівні значущості сфер, їх функціональна навантаженість та функціональна узгодженість.

Виділено етапи формування життєвого завдання: ідентифікація себе як суб'єкта даної сфери; накопичення власного досвіду та його осмислення; усвідомлення масштабу завдання; оцінка власних ресурсів; аналіз обмежень та можливих наслідків розв'язання життєвого завдання. Показано, що критеріями сформованості життєвих завдань особистості є їх усвідомленість, ресурсифікованість, варіантність, структурованість.

З'ясовано, що суб'єктний напрям самоздійснення (у тому числі й у найважливіших сферах – особистій, професій-

ній, дружнього спілкування) зумовлює якість життя людини, її психологічне благополуччя. Зроблено висновок про те, що сфери самоздійснення є однією з основних характеристик особистості як суб'єкта життєдіяльності та виявом самоздійснення особистості, а сфери, в яких особистість настановлена щодо себе самої як щодо об'єкта, не є закритими для неї, оскільки стимулюють її потенційний розвиток і служать особистісним ресурсом.

Окреслено основні сфери, в яких відбувається постановка життєвих завдань: дружба, навчання, кохання, сім'я, робота, гроші. З'ясовано перелік характеристик, що описують сфери особистісного життєздійснення: реальність-потенційність, полісферність-кардинальність, способи взаємозв'язку життєдіяльності в різних сферах, однорідність-неоднорідність самонастановлення, рівні значущості сфер, їх функціональна навантаженість та функціональна узгодженість. За діагностичні ознаки сформованого завдання взято самостійність його постановки, варіантність, ресурсність та процесуальність (Крайчинська В. А., глава 2.8).

Виявлено роль життєвих завдань особистості, пов'язаних зі шлюбом та сім'єю, як соціально-психологічного забезпечення її шлюбно-сімейних домагань, що стають способом структурування особистістю свого майбутнього в сімейній сфері. Показано, що завдання моделюють уявлення людини про майбутню сім'ю, враховуючи соціальний контекст, ставлення оточення, часові вимоги та ситуаційні зміни. Доведено, що ефективне самоздійснення в сімейній сфері можливе за умови усвідомлення особистістю життєвої транспективи та відповідності завдань, що послідовно актуалізуються на різних етапах життя, загальній життєвій меті, глобальному життєвому завданню.

Обґрунтовано тезу щодо значущості раннього дитинства для вибудовування перспективних життєвих завдань особистості, пов'язаних з власною майбутньою сім'єю, та юнацького віку, коли починається свідоме "самоозадачування" і підліткові мрії, фантазії та бажання щодо кохання перетворюються на свідомі сімейні плани і життєві завдання, пов'язані з пошуком шлюбного партнера.

Окреслено два напрями оптимізації самоздійснення особистості в сімейній сфері: по-перше, розвиток здатності особистості до постановки життєвих завдань, що мають здійснюватися за трьома векторами (умови, в яких виникло життєве завдання; мета його вирішення, модель потрібного майбутнього; дії, стратегії, спрямовані на його розв'язання, досягнення мети), і, по-друге, розвиток особистісних властивостей (рефлексивності, відповідальності, автономності, впевненості, терпіння, гнучкості, саморегулятивних здібностей тощо), що позначаються на побудові життєвих завдань.

Виявлено, що динаміка розвитку сім'ї пов'язана з актуалізацією життєвих завдань кожного члена родини, що сприяє профілактиці і розв'язанню сімейних криз. Показано, що особистісний розвиток, який відбувається шляхом моделювання майбутнього через постановку життєвих завдань, пов'язаних із шлюбом та сім'єю, є передумовою успішного самоздійснення людини в сімейній сфері життя.

Зазначено, що поширеність суспільних стереотипів, які пропонують сучасному чоловікові передусім роль годувальника, заважає його ефективній самореалізації в сімейній сфері. Одним з найбільш значущих життєвих завдань чоловіка, пов'язаних із шлюбом та сім'єю, є батьківство. Обґрунтовано положення про значущість самореалізації чоловіка в ролі батька, що великою мірою визначає його суб'єктивне благополуччя та відчуття повноти життя.

Виділено адекватну і неадекватну моделі побудови сімейних життєвих завдань за параметрами структурованості образу майбутнього, суб'єктної активності, наявності стратегії розв'язання та цілісності бачення життя. Встановлено, що студенти, чиї життєві завдання, пов'язані із шлюбом та сім'єю, більш реалістичні, характеризуються високою рефлексивністю, спрямованістю на самоактуалізацію, спонтанністю, орієнтацією на загальнолюдські цінності, а також середнім рівнем гнучкості (Кляпець О. Я., глава 2.9).

Розроблено концепт провідної функції життєстійкості особистості; ця функція полягає в оптимізації постановки життєвих завдань, що дає змогу передбачати, контролювати значущі події та узгоджувати їх з особистісним змістом жит-

тя. Життестійкість визначено як ресурс для пошуку нових життєвих орієнтирів і вибору шляхів реалізації власних бажань та прагнень, розглянуто як психологічну передумову готовності до діяльності в непередбачуваних обставинах та умову оптимальної саморегуляції особистості на шляху її самоздійснення.

Сформульовано положення інструментальної реалізації концепту: 1) життестійкість передбачає використання копінг-стратегій, опанувальної поведінки, що виявляється в постійній турботі про своє психологічне здоров'я, та соціальної підтримки; 2) когнітивні ресурси дають можливість аналізувати, прогнозувати, оцінювати відповідні смисли діяльності подолання; 3) емоційні ресурси “енергетично” забезпечують цю діяльність і виступають як смислове ціннісне її наповнення; 4) особистісними ресурсами подолання є надійність, відповідальність та наявність внутрішніх норм.

З'ясовано, що оптимізувальний вплив життестійкості під час постановки життєвих завдань відображається у зміні характеру взаємин між людьми в процесі самоздійснення, у формуванні відкритості, зацікавленості, готовності до соціальної підтримки, розширенні власного розуміння буття, сприйнятті його більшої диференційованості.

Встановлено, що життестійкість у процесі життєвого моделювання сприяє розгортанню особистісного адаптаційного потенціалу молодої людини, актуалізує її здатність успішно трансформувати різні форми травматичного досвіду в позитивні життєві зміни. Життестійкість як інтегральна особистісна характеристика дає молоді змогу використовувати життєвий ресурс не для формування психологічних захистів та стратегій втечі від реального життя, невирішених проблем, а, навпаки, допомагає зберегти життєво-енергетичний баланс для подальшого ефективного самоздійснення в соціумі, запобігти розвиткові узалежненої поведінки та сприяти актуалізації адаптаційних можливостей особистості щодо умов існування, спроможності самостійно організувати час та вдало планувати своє майбутнє.

Визначено характеристики постановки життєвих завдань, що відбувається на засадах життестійкості: вибір май-

бутнього невідомого; спрямованість на використання ефективних способів структурування часу; спрямованість на досягнення суб'єктивного благополуччя та психологічного здоров'я.

Зазначено, що в процесі постановки життєвих завдань життєстійкість актуалізує процес самопрогнозування особистості та сприяє формуванню позитивного ставлення до якості роботи (задоволеність досягненнями) і якості життя (задоволеність міжособистісними контактами).

Побудовано модель емпіричного дослідження ролі життєстійкості в процесі самопрогнозування. Визначено критерії життєстійкості, що впливають на самопрогнозування: рівень соціальної фрустрованості; рівень соціальної активності, толерантність до невизначеності; мобільність, здатність використовувати опанувальні стратегії, гнучкість у їх застосуванні. Виявлено, що життєстійкість дає змогу підтримувати високий рівень активності, коли планування відбувається в складній життєвій ситуації. Зауважено, що життєстійкість активізує пошук релевантних ситуацій способів подолання труднощів та зумовлює готовність ставити завдання, спрямовані на досягнення матеріального добробуту. З'ясовано, що від розвитку життєстійкості залежить ефективність моделювання бажаного майбутнього, задоволеність якістю життя та власними досягненнями. Також встановлено, що життєстійкість особистості зумовлює творчий пошук, спрямованість на саморозвиток, на подолання перешкод, що заважають особистісному становленню та самовдосконаленню.

На основі емпіричних даних з'ясовано, що життєстійкість впливає на постановку життєвих завдань та визначає характер організації часу життя. Високий рівень життєстійкості дає можливість не використовувати жорсткі схеми планування часу, що передбачають визначення для кожної події конкретного терміну її реалізації. Визначено, що життєстійка людина може планувати майбутнє, враховуючи зміни життєвих обставин, що збільшує довіру до плину подій та власної спонтанної активності. Здатність долучатися, активно переживати якомога більше подій у теперішньому дає змогу позбутися страху майбутнього (Ларіна Т. О., глава 2.10).

Визначено особливості формування життєвих завдань проблемної молоді, встановлено суттєву залежність цього процесу від соціально-психологічних чинників і механізмів взаємодії з близьким оточенням та спонук власної суб'єктності. Виявлено, що досвід залежності зумовлює у наркозалежній молоді формування життєвих завдань самовизначення та самоствердження лише в межах молодіжних субкультурних спільнот. Доведено, що спонуки суб'єктності та потреба в реалізації власного потенціалу є визначальними чинниками формулювання завдання щодо набуття нового життєвого досвіду у сфері духовно-особистісного, соціального, сімейно-особистого самоздійснення для проблемної молоді, яка відмовилася від вживання наркотичних речовин.

Встановлено, що життєві події, які зовні нагадують вирішення важливих життєвих завдань (влаштування на роботу, створення сім'ї, народження дитини), є для наркозалежної проблемної молоді не результатом свідомого рішення, а наслідком впливу близького оточення та збігу зовнішніх обставин. З'ясовано найбільш актуальне життєве завдання для наркозалежної молоді, яка бере участь у програмах “зменшення шкоди” від вживання наркотичних речовин, що полягає в долученні до участі у замісній терапії.

Щодо проблемної молоді, яка відмовилася від вживання наркотичних речовин, визначено, що її минулий досвід наркозалежності зумовлює формування життєвих завдань у сфері професійного зростання таким чином, що вона обирає професії у сфері соціальної роботи – медичного, соціального працівника, лікаря, психолога, юриста, служителя церкви та ін. У сімейній сфері цей досвід обумовлює постановку завдання подолання труднощів та страхів щодо створення сім'ї та народження дитини. Особливо це стосується ВІЛ-позитивної молоді. В особистісній сфері молодь ставить завдання розв'язання власних психологічних проблем та забезпечення подальшого особистісного зростання.

Емпірично виявлено статистично значущі відмінності у співвідношенні окремих життєвих завдань проблемної і благополучної молоді. Для проблемної молоді найбільш важливими виявилися завдання забезпечення особистісного та

професійного саморозвитку, досягнення матеріальної забезпеченості і комфорту, здоров'я, тоді як для благополучної молоді це завдання створення сім'ї і самореалізації. Збереження здоров'я не є значущим завданням для благополучної молоді.

З'ясовано, що найбільш значущими для ВІЛ-інфікованої молоді є завдання особистісного та професійного саморозвитку, збереження здоров'я і досягнення матеріальної забезпеченості і комфорту. Найнижчі показники характеризують завдання самореалізації, створення сім'ї, пошуку друзів. Найактуальнішими життєвими завданнями для наркозалежної молоді є досягнення матеріальної забезпеченості і комфорту, особистісний та професійний саморозвиток. Найнижчі показники мають такі життєві завдання, як самореалізація і налагодження дружніх стосунків.

Встановлено, що життєві завдання проблемної молоді характеризуються більшим, ніж у благополучної молоді, набором значущих позитивних і негативних кореляцій. За ядро позитивних кореляцій проблемної молоді визначено зв'язки життєвого завдання “забезпечення професійного і особистісного саморозвитку” із завданням “здобуття освіти-самостійності” і “створення сім'ї”. Проте таке вагоме завдання, як “самореалізація”, є епіцентром негативних кореляцій з такими завданнями, як “забезпечення професійного і особистісного саморозвитку” та “досягнення матеріальної забезпеченості і комфорту”.

Кореляції життєвих завдань студентської молоді утворюють одну групу навколо завдання “досягнення влади та успіху”, до якого належить і провідне завдання цієї молоді – “здобуття освіти-самостійності”. Слід підкреслити наявність у благополучної молоді інтенсивної позитивної кореляції життєвих завдань “забезпечення професійного і особистісного саморозвитку” та “реалізації життєтворчості”.

З'ясовано, що для проблемної молоді найбільш значущими завданнями є турбота про здоров'я, особистісний і професійний саморозвиток, здобуття освіти, а менш значущими – реалізація життєтворчості і пошук друзів. Визначено, що у ВІЛ-інфікованої молоді найвищий рейтинг належить за-

вданню збереження і поліпшення здоров'я. Менш важливими для неї виявилися завдання, пов'язані з досягненням влади, пошуком друзів, реалізацією життєтворчості. Констатовано, що для наркозалежної молоді найбільш значущими завданнями є досягнення матеріальної забезпеченості, особистісний і професійний саморозвиток, здобуття освіти (Лазоренко Б. П., глави 2.11, 2.12).

У третій частині монографії розглянуто завданняві технології оптимізації самоздійснення.

Показано, як особистість, перебуваючи в перманентному процесі життєконструювання, створює зі світом певну відкриту систему. Продукування завданневих нарративів стає створенням відкритого тексту, що взаємодіє з усім культурним полем, у якому перебуває людина: політико-економічною ситуацією, певними субкультурами, повсякденною філософією, мистецтвом тощо. Індивідуальний текст, стихійно контекстуалізуючись, набуває численних смислових валентностей і стає часткою гендерного, сімейного, релігійного, етнічного нарративу.

Життєвий шлях визначено як гіпертекст, що складається із численних автонаративів і самоорганізується відповідно до обраного на кожному етапі магістрального сюжету. Охарактеризовано такі властивості життєвого шляху, що будуються за допомогою постановки особистістю актуальних життєвих завдань: нелінійність; нефінальність; відносність незворотності часового руху; ситуативність цілісності; умовність детермінації віком особистості; рухливість зв'язків між подіями минулого, теперішнього і майбутнього; контекстуальність історій, з яких складається життєвий шлях; інтерпретація вікових меж як зон смислопородження.

Розроблено концепцію самоконституювання особистості в постнекласичній парадигмі, де визначено такі способи оптимізації особистісного самоконституювання:

- активізація здатності до світопородження;
- підвищення адаптивності до різноманітних соціокультурних контекстів;

- конструювання цілісності та автентичності, надання більшій динамічності особистості;
- посилення схильності до множинного ідентифікування;
- зростання толерантності до індивідуальної своєрідності оточення;
- розвиток лінгвістичних здібностей, психосемантичної обдарованості, схильності до текстуалізації свого життя.

Запропоновано модель оптимізації особистісного самоконституювання, що складається з чотирьох неієрархічно взаємопов'язаних компонентів, кожен з яких також має відповідну структуру. Перший компонент визначає залежність моделювання майбутнього від сучасних способів взаємодії особистості зі світом. Другий відтворює залежність ефективності самотворення від властивостей постмодерної особистості. Третій демонструє залежність особистісного самоконституювання від структурно-змістових характеристик життєвого завдання як наративного способу моделювання майбутнього. Четвертий компонент фіксує залежність особистісного самоконституювання від специфіки побудови життєвого шляху (Титаренко Т. М., глави 3.1, 3.2, 3.3).

Визначено, що підвищення реалістичності життєвих завдань у шлюбно-сімейній сфері передбачає усвідомлення своїх бажань, можливостей та обмежень, поглиблення само-розуміння, спонтанності у шлюбно-сімейних взаєминах, формування орієнтації на буттєві цінності, розвиток контактності, креативності, довіри до себе і свого шлюбного партнера, тренування здатності гнучко реагувати на зміни, що виникають у середовищі. Встановлено, що індивідуальна і групова психологічна робота з оптимізації самоздійснення в сімейній сфері має бути спрямована на ефективну реалізацію оцінної, моделювальної, регулятивної та рефлексивної функцій, що виконують завдання моделювання майбутнього (Кляпець О. Я., глава 3.4).

Побудовано *модель оптимізації життєстійкого самоздійснення особистості*. Показано, що життєстійкість зумовлює екологічний спосіб самоздійснення особистості. Визна-

чено *механізми оптимізації екологічного самоздійснення*: посилення мотивації до пошуку індивідуально-своєрідних способів досягнення власної успішності та добробуту; формування позитивного ставлення до життєвих змін. З'ясовано, що визначені механізми стимулюють екологічне самоздійснення особистості завдяки мобілізації особистісних ресурсів, зростанню впевненості в можливостях успішного самоозадачування. Розкрито екологічність такого прогностичного ресурсу структурування часу життя, як терпіння. Визначено, що пріоритетним завданням оптимізації ефективного самоздійснення є розвиток життєстійких настановлень, тобто підвищення впевненості молоді у своїй здатності впливати на життєві події, підвищення її готовності до змін, набуття життєвого досвіду, розвиток навичок трансформаційного опанування труднощів.

Доведено регульовальний вплив життєстійкості на сенсопобудову та визначення векторів самоздійснення особистості. Показано, що життєстійкість робить перехід від одного життєвого етапу до іншого природнішим, підтримує високу ефективність планування та самопрогнозування в ситуації невизначеності, в якій і відбувається процес поставки життєвих завдань.

Встановлено, що життєстійкість особистості є соціально-психологічною передумовою якісного життєвого моделювання та дає людині можливість знайти індивідуальний шлях ефективного життєвого балансування. Показано, що життєстійкість є регуляторним механізмом особистісного самоздійснення, який дає змогу підтримувати емоційно комфортний стан у ситуації невизначеності власного майбутнього, під час життєвого планування. Доведено, що життєстійкі переконання розширюють перспективу особистісної взаємодії зі світом, часову перспективу, уможливають співвіднесення минулого, майбутнього і теперішнього, дають змогу охопити поглядом увесь перебіг власного життя, що допомагає набути новий життєвий досвід. Проаналізовано можливості, які відкриває життєстійкість як механізм *екологічного самоздійснення* для створення завданневих технологій оптимізації особистісної самореалізації (Ларіна Т. О., глава 3.5).

Обґрунтовано роль індивідуальних відмінностей у життєздійсненні особистості, представлених усвідомленою цілеспрямованістю, реалістичністю, інформаційною обізнаністю, адекватністю сприйняття дійсності, визначеністю місця і ролі особистості в соціальному оточенні.

Аналіз інтеркореляційних взаємозв'язків особистісних властивостей з параметрами життєвих завдань виявив такі провідні для юнаків і дівчат сфери впливу: сім'я, у якій вони демонструють упевненість, наполегливість, волю, гнучкість, відчувають можливості вільного саморозвитку та психологічного комфорту; друзі як оточення, у якому реалізується комунікативна активність, набувається досвід вирішення проблем спілкування і обговорюються плани на майбутнє. Упевненість, наполегливість, воля та активність визнаються як необхідні риси особистості для успішного життєздійснення, проте чимало старшокласників висловили своє незадоволення станом розвитку саме цих рис характеру.

Показано, що адаптивні настановлення “активність”, “оцінка соціальної ситуації” достовірно пов'язані як із життєвими завданнями, так і з регуляторно-особистісними властивостями та ефективністю особистості. Встановлено такі провідні для старших школярів властивості особистості, що сприяють оптимізації постановки життєвих завдань: соціальна активність, регуляторно-операційні риси (самостійність, надійність, відповідальність), стилетвірні риси (упевненість, наполегливість, воля), риси самоефективності (самоповага, самооцінка, життєва компетентність). Визначено значущі відмінності у перспективному плануванні життя в групах адаптованої і неадаптованої молоді та запропоновано способи соціально-психологічної оптимізації особистості для успішного життєздійснення через усвідомлене, цілеспрямоване самоконститування (Лепіхова Л. А., глава 3.6).

З'ясовано, що при постановці завдань задаються їхні просторові, часові, процесуальні, контекстні і суб'єктні характеристики. Серед суб'єктних характеристик життєвого завдання виділено дієву визначеність та суб'єктну освоєність. Розроблено авторський соціально-психологічний тренінг “Мое життя і Я” та запропоновано модель оптимізації само-

настановлення, що ґрунтуються на опрацюванні складових структури атитюда – емоційної, когнітивної і конативної – та забезпеченні взаємодії з усіма часовими локусами життєвого завдання – минулим, теперішнім та майбутнім. Виділено такі засоби оптимізації самонастановлення особистості: створення простору взаємодії з власними почуттями, інвентаризація наявних когнітивних моделей настановлення, створення умов для суб'єкт-суб'єктної взаємодії з іншим, актуалізація та аналіз минулого досвіду, а також побудова автентичної, позитивної, гнучкої моделі майбутнього.

Встановлено, що основними діагностичними ознаками суб'єктності самоставлення особистості у сферах життєвих завдань є загальна активна позиція щодо свого життя, відчуття себе господарем своєї долі, врахування своїх емоцій та бажань, самостійна оцінка своїх досягнень та покладання на власні ресурси та дії. У межах розроблення методики дослідження особливостей постановки життєвих завдань “Життєві завдання особистості” сформовано шкалу “Суб'єктна активність” у частині, що стосується активності в конструюванні власного життя, самостійності постановки життєвих завдань та усвідомлення себе суб'єктом життя. Розроблено опитувальники для з'ясування сформованості життєвих завдань особистості та сфер життєвих завдань. Модифіковано методики дослідження ступеня суб'єктності самонастановлення особистості для з'ясування настановлень у сферах життєвих завдань.

Виділено групи досліджуваних за переважною самонастановленістю у сферах життєвих завдань: 1 – з переважно суб'єктним самонастановленням, 2 – з переважно об'єктним самонастановленням, 3 – зі ступенем самонастановлення, близьким до проміжного, між суб'єктним і об'єктним, рівня, 4 – із суперечливим самонастановленням (у частині сфер – із суб'єктним самонастановленням, у частині – з об'єктним) – та на їх основі – чотири типи самонастановленості особистості у сферах життєвих завдань – суб'єктну, об'єктну, проміжну та суперечливу.

Проаналізовано особливості життєвих завдань опитуваних виділених груп (за переважною самонастановленістю у

сферах життєвих завдань), що відрізняються за кількістю та складом основних форм їх задання і поєднанням доміантної та доповнювальної форм задання життєвих завдань. Виявлено, що несформульованість життєвих завдань у значущих сферах пов'язана із суб'єкт-об'єктним самонастановленням. Встановлено позитивний характер кореляції між середніми значеннями ступеня суб'єктності самонастановлень та середніми значеннями показника сформованості життєвих завдань, а також відповідність *рівня сформованості* життєвих завдань *ступеню суб'єктності* самонастановлень, що засвідчують зв'язок модусу та ступеня самонастановленості особистості у сферах життєвих завдань з особливостями життєвих завдань на підтвердження гіпотези про те, що самонастановлення особистості є чинником сформованості її життєвих завдань

Розроблено засоби оптимізації самонастановлення, що ґрунтуються: 1 – на опрацюванні складових атитуда – емоційної, когнітивної, конативної, 2 – на взаємодії з усіма часовими локусами життя – минулим, теперішнім та майбутнім, 3 – на переосмисленні самоствавлення та самоозадачування в значущих сферах особистості.

Апробовано авторський соціально-психологічний тренінг “Моє життя і Я”, в якому запропоновано засоби оптимізації самонастановлення в просторі життєвих завдань. Засобами оптимізації самонастановлення є створення простору роботи зі своїм життям, взаємодія з власними почуттями, з'ясування наявних когнітивних моделей настановлення, рефлексія суб'єкт-суб'єктного та суб'єкт-об'єктного самонастановлення, утримання в полі уваги цінності людини, актуалізація та аналіз минулого досвіду, створення умов для суб'єкт-суб'єктної взаємодії з іншим, а також побудова автентичної, позитивної, гнучкої моделі майбутнього.

Формулювання життєвого завдання проаналізовано в межах підходу до нього як до висловлювання. Розглянуто діагностичні можливості формулювань життєвих завдань, оскільки в його граматичній організації виражена суб'єкт-суб'єктна чи суб'єкт-об'єктна позиція автора, а отже, різне бачення своєї ролі у здійсненні життєвого завдання. Виявлено, що різні способи формулювання життєвого завдання ви-

конують функції задання процесності завдання, постановки великих і малих цілей, утримання в полі уваги цінностей та пріоритетів, досягнення етапних результатів, виділення пріоритетного завдання, встановлення зворотного зв'язку, що підтверджуватиме реалізацію завдань, символізацію позитивного варіанта розвитку завдання та відмежування від неприйнятних завдань. Виявлено особливості формулювань, що свідчать про утилітарний, цілеорієнтований, статичний, одноваріантний та фрагментарний характер самоозадачування, про об'єкт-суб'єктне, оречевлене самонастановлення та про монологічну взаємодію зі своїм життям, а також особливості формулювань, що характеризують ціннісне, процесуальне, цілісне життєве завдання, суб'єкт-суб'єктне, олюднене самоставлення, а отже, діалогічну взаємодію з власним життям.

Узагальнено теоретичні аспекти олюдненого та оречевленого простору життєвих завдань особистості як суб'єкт-суб'єктний та суб'єкт-об'єктний модули соціально-психологічного самонастановлення особистості та як способи опанування невизначеності. Уточнено механізми суперечливих самонастановлень особистості в просторі життєвих завдань особистості та виділено 8 типів профілів самонастановлення особистості у сферах життєвих завдань за механізмами олюднення/оречевлення – “цілісне олюднення”, “переважне олюднення” “локальний провал”, “тотальний компроміс”, “почерговий компроміс”, “локальний виступ”, “часткове оречевлення”, “тотальна оречевленість” (Крайчинська В. А., глава 3.7).

Розроблено модель оптимізації постановки життєвих завдань проблемною молоддю, суттєвими елементами якої є актуалізація суб'єктного механізму постановки завдань, копінг-стратегії, методи наставництва та лайф-коучингу. Визначено, що копінг-стратегії повною мірою можуть бути використані і при засвоєнні проблемною молоддю найбільш дієвих стратегій опанування конфліктних, кризових ситуацій, і як ефективні засоби оптимізації постановки своїх життєвих завдань.

Встановлено, що рівень ефективності оптимізації постановки життєвих завдань суттєво залежить від репертуару та якості копінг-стратегій, що застосовує проблемна молодь. Оскільки для проблемної молоді характерні малоефективні копінг-стратегії, для підвищення їх ефективності необхідним є застосування позитивних копінг-стратегій, а також проведення психокорекції суб'єктних механізмів, які забезпечують життєву активність проблемної молоді щодо самозадачування.

З'ясовано, що основними функціями копінг-стратегій в оптимізації постановки життєвих завдань є нейтралізація конфліктних ситуацій, переозначення негативного впливу цих ситуацій на позитивний, стимуляція більш конкретного формулювання життєвих завдань.

Виявлено, що копінг-стратегії ефективно оптимізують постановку перш за все такого важливого для проблемної молоді життєвого завдання, як збереження здоров'я. Також вони ефективні і при самозадачуванні щодо забезпечення особистісного та професійного саморозвитку, досягнення матеріальної забезпеченості і комфорту, здобуття освіти-самостійності. Їх систематичне застосування, особливо стратегій “планування”, “пошуку активної соціальної підтримки”, “позитивного тлумачення й зростання”, “прийняття відповідальності”, суттєво сприяє постановці такого важливого для проблемної молоді завдання, як самореалізація.

З'ясовано, що засоби психокорекції і реабілітації забезпечують відновлення здатності молоді до постановки життєвих завдань. Визначено, що життєві завдання наркозалежної молоді характеризуються домінуванням об'єктного механізму їх постановки, спрямованістю на збереження наркотичного способу життя. Проблема молоді, що не вживає наркотики, у тому числі ВІЛ-інфіковані, у цілому використовує суб'єктний механізм їх постановки, деяка частина спирається на волонтаристські намагання забезпечити в найближчому майбутньому “усе і відразу”. Визначено, що засоби наставництва і соціально-психологічного супроводу забезпечують розвиток адекватності та оптимальності постановки проблемною молоддю життєвих завдань.

Крім копінг-стратегій, за основні засоби оптимізації постановки життєвих завдань проблемної молоді визначено також методи наставництва і лайф-коучингу, зокрема виокремлено їх центральне ядро – сукупність міжсуб'єктних механізмів взаємодії наставника, коуча та підопічного.

Виявлено, що при соціально-психологічному супроводі проблемної молоді в процесі наставництва необхідним є запозичення з фахової супервізії та лайф-коучингу найбільш важливих соціально-психологічних принципів та механізмів міжособистісного спілкування, які через розвиток суб'єктності, розкриття особистісного потенціалу і його застосування забезпечують ефективну міжсуб'єктну взаємодію при оптимізації проблемною молоддю постановки життєвих завдань і подальшому вдосконаленні її самоздійснення.

Доведено, що міжсуб'єктна взаємодія проблемної молоді в процесі соціально-психологічного супроводу із застосуванням наставництва, копінг-стратегій, лайф-коучингу забезпечує ефективність оптимізації постановки життєвих завдань. Показано значущість звільнення від деформацій суб'єктності, зайвого волюнтаризму (намагання забезпечити в найближчому майбутньому “усе й одразу”) і домінування об'єктної позиції при постановці життєвих завдань.

Визначено соціально-психологічні механізми, що сприяють ефективному самоозадачуванню проблемної молоді: актуалізація суб'єктності, фасилітація та наснаження. Встановлено умови, що сприятимуть підвищенню ефективності постановки життєвих завдань проблемної молоді (Лазоренко Б. П., глава 3.8).

Практичне значення проведеного комплексного дослідження, на нашу думку, визначається його спрямованістю на пошук способів більш ефективного самоконструювання шляхом вчасної постановки та реалізації життєвих завдань. Результати дослідження можуть бути використані для розроблення індивідуальних та групових технологій психологічної допомоги особистості в її самореалізації в соціумі, при розробленні спецкурсів з питань психологічної допомоги та психотерапії, у підготовці методичної літератури для практичних психологів, соціальних педагогів, соціальних працівни-

ків, шкільних та медичних психологів та підготовці рекомендацій соціальним службам молоді, працівникам телефонів довіри, психореабілітаційних центрів.

Авторський колектив висловлює щиру подяку дирекції та Вченій раді Інституту соціальної та політичної психології НАПН України, шановним рецензентам: дійсному члену НАПН України, доктору психологічних наук, професору Чепелевій Наталії Василівні та доктору соціологічних наук, професору Донченко Олені Андріївні за конструктивну критику і постійну допомогу в удосконаленні книги.

Частина перша

ЖИТТЄВІ ЗАВДАННЯ ЯК СПОСІБ МОДЕЛЮВАННЯ МАЙБУТНЬОГО

1.1. Впливи сучасності на особистісну побудову майбутнього

Уявімо неспішне, прогнозоване життя у XIX, XVIII, XVII чи XVI сторіччях. Умови, в яких формувалася молода людина в ті часи, майже не відрізнялися від тих, у яких зростали її батьки, діди і прадіди. Соціокультурні впливи на особистість були досить ustalеними, одноманітними, повторюваними. Досвід батьків завжди ставав у пригоді їхнім дітям, пристосованість старших до вимог життя допомагала молоді також поступово адаптуватися до соціальних експектацій, отримати відповідну професію, перейняти навички і смаки, схильності і бажання.

У теперішньому світі молодь виростає пристосованішою до навколишньої дійсності, ніж її батьки, які не завжди встигають призвичаїтися до кредитних карток, інтернет-магазинів, мобільників, що мають вихід у світову мережу, маленьких флешок, на яких зберігається купа книжок, фільмів, музики та іншої інформації, можливості розмовляти з товаришем, який у цей час перебуває в іншій півкулі, водночас споглядаючи його на екрані монітора.

Сучасність, у якій сьогоднішня особистість створює, конструює себе, стає швидкою, гнучкою, експансивною, випадковою, як пише З. Бауман [Бауман, 2008]. Вона втрачає свою колишню важ-

кість, твердість, щільність, системність. У такій стрімкій реальності людина вже не може і не хоче залишатися пасивним виконавцем чужої волі чи непомітним спостерігачем. Вона прагне проявляти себе, впливати на те, що відбувається навколо, захищати свою приватність.

Тепер ми маємо більше прислухатися до загальних контекстів, які задають культура, історія, релігія, етнос, цивілізація, держава, суспільство. Хочемо ми того чи ні, але всі ці реалії впливають на наш розвиток, сприяють йому або уповільнюють, гальмують його. Їхня дія на особистість не завжди помітна, але постійна, перманентна.

Тоді ж, коли відбуваються певні соціальні потрясіння, як, наприклад, світова фінансово-економічна криза, що охопила чимало країн, ми вже не можемо не помічати, як сильно залежимо від особистісних характеристик державних діячів, несподіванок на фондовій біржі, міцності національної валюти, цензурованості медіапростору, цін на продукти харчування.

І в той же час, ставлячи за мету простежити, як позначається сучасність на особистісних змінах, можливостях самоконституювання, зосереджуючи увагу на загальному, зовнішньому, соціальному контексті, в якому ця самопобудова відбувається, не сприймаймо особистість як пасивний об'єкт будь-яких впливів. Людський організм не порожня посудина, яку можна наповнити чим завгодно, як підкреслював Т. Ньюком. Особистість не можна вивести за межі соціального контексту, але не можна й ігнорувати своєрідність її сприймання, розуміння, осмислення, що кардинально перетворює будь-які соціальні впливи.

Серед впливів сучасності, що позначаються на самоконституюванні особистості, чи не найперше місце займає *соціокультурна контекстуальність*. Вона визначає загальне, широке поле, в якому протікає життєтворення, задає ті численні контексти, на перетині яких відбувається особистісний рух.

Постнекласична особистість постійно перебуває в процесі становлення, стані переходу від актуального до потенційного буття. Вона є органічною часткою як соціального, так і приватного життя, специфічною соціально-психологічною конструкцією, вплетеною у повсякденність. На кожному етапі життя вона стає

результатом самоконституювання, що відбувається на тлі відповідних історико-культурних, політико-економічних та інших процесів.

Згадаймо таку популярну екзистенційно-гуманістичну парадигму з її тяжінням до особистісної автономії, підкресленої відособленості від оточення, яке прагне впливати, підкоряти, маніпулювати. Постнекласична парадигма передбачає, що однією з головних характеристик особистості стає не свобода і самодостатність, а контекстуальність, тобто чуливість, чутливість до різних голосів, викликів, здатність бути параболічною антеною, настроєною на динамічний соціум.

Сучасний “текучий”, плинний, змінюваний культурний контекст, про який так блискуче пише З. Бауман, потребує від мандрівника легкості, рухливості, швидкості, гнучкості. “Неукоріненість” стає наслідком існування “крихких людей”, що живуть на “плаваючій території” і мають бути неоднозначними, змінними, такими, що перебувають у стані вічного становлення, самоперевершення, як писав М. Маффесолі у книжці “Кочове життя: первинне бродяжництво”. Неукоріненість щоденно відтворюється через акт самодистанціювання – найважливіше для тих, хто мандрує (див.: [Бауман, с. 224]).

Стаючи вічним мандрівником, “номадом” (від спільноєвропейського *nomad* – кочівник), особистість розвиває передусім такі риси, як гнучкість, еластичність, відкритість новому, готовність до змін. Погоджуючись на кочове життя, вона активізує свої адаптаційні здібності, потенціал подолання, готуючись до будь-яких, приємних і неприємних, несподіванок.

Концепція номадології, запропонована Ж. Дельозом та Ф. Гваттарі, є фундаментальним настановленням на відмову від структурної організації буття, розуміння детермінізму як примусової каузальності (див.: [Делез, Гваттари]). Джерелом особистісних трансформацій у межах цієї концепції стає її іманентна нефінальність, процесуальність, “метастабільність”, наділеність потенційною енергією, креативний потенціал самоорганізації.

Ще один вплив сучасності на особистість, який треба взяти до уваги, – це запрошення до *діалогічної комунікації*. Це іманентне запрошення передбачає відкритість, увагу світу до людини і відкритість людини світові, увагу і довіру до нього. Мається на увазі діалогічне спілкування особистості з реальним та уявним

оточенням, зі своїм історичним минулим, актуальним теперішнім і передбачуваним майбутнім.

Особистісне самоконструювання здійснюється в умовах постійного діалогу, чи, радше, полілогу зі світом. Людина легко відгукується на зовнішні впливи, інколи підтримуючи їх, інколи заперечуючи, але вона не залишається загадково відстороненою, підкреслено автономною чи інертною, байдужою. Вона не замикається у своєму маленькому професійному чи сімейному середовищі. Їй усе цікаво і важливо: і екологічна ситуація, і зміни клімату, і провідні економічні тенденції, і наукові відкриття.

В екзистенційно-гуманістичній парадигмі передбачено, що всередині соціального “Я”, “персони”, “маски” є внутрішнє ядро, глибинна сутність, позитивне й несуперечливе ество особистості, її потенціал. Якщо змінити ракурс із геологічних розвідок сутності на конструювання особистості, її самотворення, то відбудеться занурення в соціальний дискурс як найважливіший компонент комунікативного процесу. Отже, самоконструювання, що, відповідно до наших досліджень, здійснюється передусім шляхом моделювання бажаного майбутнього, відбувається в умовах перманентного діалогу людини зі світом.

Постнекласичний світогляд зорієнтований передусім на Культуру, для якої людина є її творцем і користувачем. Як такий своєрідний користувач, “юзер” і творець культури, особистість вступає з нею в діалог: відгукується на культурні впливи, сприймає магістральні культурні тенденції чи змінює їх.

Спілкуючись, особистість створює і постійно оновлює власний – психологічний – простір, простір її життєвого світу. Це простір взаємин, простір “Я-Ти”-контактів, обшир небайдужого ставлення одне до одного, де діалог поглиблюється, відточується, активізується.

У плинному, релятивному, ненадійному соціумі значення психологічного простору зростає. Кожен шукає свій Дім, той, у якому він народився, де витоки, “причини його існування”. Як пише З. Бауман, такий дім є радше красивою казкою для більшості людей, ніж питанням особистого досвіду. “Сімейні маєтки, колись надійно «загорнуті» в щільну сітку звичок і традиційних очікувань, тепер демонтували свої хвилерізи і відкриті для потоків, що падають на навколишнє життя” [Бауман, 2008, с. 184].

Щоб зростати, самоздійснюватися, людині, що вступає в діалог, потрібні інші люди, серед яких мають бути люди близькі, надійні, готові співчувати і розуміти. Саме стосунки є живильним простором, у якому особистість будує власний світ, розгортає життя, прогнозує майбутнє. З діалогу із соціумом вона бере тривні речовини, потрібні їй для власного сенсопородження.

У сфері стосунків із значущими іншими йдеться не лише про минуле і теперішнє, а й про майбутнє – про таємні бажання, ірраціональні пориви, виважені плани, найважливіші життєві завдання. Психологічний простір складається з уже пережитих симпатій і антипатій, нюансованих тяжінь і відштовхувань, ставлень, що тривають сьогодні, і тих, що тільки передчуваються, починають зароджуватися. Усі вони структурують індивідуальний життєвий шлях людини, впливаючи на його траєкторію, пов'язуючи минуле, теперішнє і майбутнє.

Негативне ставлення до людини, як і ставлення позитивне, “бронює” їй місце серед значущих інших. Поки вирують пристрасті, поки немає байдужості, неприємна особа перебуває в значущому особистісному просторі, активно впливаючи на інтерпретації минулого, плин сьогодення і бачення завтрашнього дня. Отже, простір життєвого світу завжди поляризований: на його теплому, південному, полюсі перебувають друзі і кохані, рідні і близькі, а на холодному, північному, – недруги і недоброзичливці, люди антипатичні і небезпечні. Залежно від наближення людини до того чи того полюса діалогічність комунікації зазнає змін.

На думку психологів-гуманістів, сучасне постіндустріальне суспільство нерідко заважає самовираженню особистості, примушуючи її відмовлятися від себе заради кар'єри, успіху, визнання. Тому соціалізацію вони розглядають як процес самореалізації особистістю своїх потенцій, розгортання творчих здібностей, наближення до власної природи, до глибинної сутності шляхом подолання негативних, деструктивних впливів соціального середовища.

Насправді соціум зазвичай має як позитивний, так і негативний вплив на особистість. Особистість також у чомусь збагачує навколишнє середовище, а в чомусь може заважати його розвитку, гальмувати прогресивні зміни, що, на жаль, можна спостерігати на прикладі сучасного вітчизняного політикуму. Акцентувати ува-

гу лише на якомусь одному боці діалогічної взаємодії особистості і соціуму навряд чи коректно.

Набуваючи діалогічної майстерності, особистість розвиває такі важливі для самоконституювання риси, як переконливість, сміливість, необхідні для того, щоб бути почутою, з одного боку, та витримку, терпіння, уважність, налаштованість на співрозмовника, з другого.

Не менш важливий вплив сучасності, що, забезпечуючи повноцінний діалог особистості зі світом, сприяє самоконституюванню особистості, – це *множинне ідентифікування*. Людина постійно шукає взірці, на які їй хочеться бути схожою. Якщо вона думає про зовнішність, це може бути один приклад; якщо зосереджується на власній статевій ролі – зовсім інший; коли ж переключасться на професійну чи сімейну сфери, виникають нові об'єкти для наслідування. Жоден із них не стає усталеним, єдиним і унікальним. Інколи кумири зникають, не встигнувши утвердитися.

Усі наступні перебудови життєвого світу тривають нескінченно, і тому єдиної “Я-концепції” на всі часи вже не виникає. Процес ідентифікування набуває плинності, стає стрімким і невпинним. Ми повсякчас запитуємо в себе, з кого будувати надалі своє життя, і постійно даємо різні відповіді, вслуховуючись у численні соціокультурні контексти.

Нас ніби підхоплює бурхливий потік ідентифікацій, і ми дозволяємо йому нас нести, дістаючи насолоду від несподіваних можливостей, що відкриваються. Нам цікаво не впізнавати самих себе, приміряти чергове обличчя, надихатися чужими пристрастями, відчувати, як маска приростає, і знову звільнитися від солодкої залежності задля нових зухвалих експериментів.

Особистість не може існувати поза соціальним контекстом, і її соціалізація, тобто виникнення, конструювання у цьому динамічному контексті значущої взаємодії, триває протягом усього життя. Соціалізація є лише однією із сторін ідентифікаційного процесу, тоді як іншою, не менш важливою стороною стає індивідуалізація. Соціалізацію та індивідуалізацію можна розглядати як єдиний процес особистісної ідентифікації, як рівноправну взаємодію людини і суспільства, у ході якої відбувається зародження й апробація смислів.

У постнекласичній парадигмі проблема ідентичності набуває особливого статусу: "... «індивідуалізація» полягає в перетворенні людської «ідентичності» з «дано» на «знайти» і покладанні на окремих людей відповідальності за виконання цього завдання та за наслідки їхніх дій" [Бауман, 2008, с. 39]. Ідентичність, як зазначав М. Фуко, починає рухатися з контексту в контекст.

Єдиної "Я-концепції на всі часи" немає, натомість є множинні "я-концепції", що підкреслює процесуальність, невпинність ідентифікації як способу життя особистості. Ідентифікаційні проби бувають більш-менш повними, майже несвідомими і цілком усвідомлюваними. Об'єктом такої ідентифікації для молодого людини може стати близька подруга, друг, коханий (кохана), популярний естрадний співак, спортивний кумир чи кінозірка. За наявності надто глибокої, тривалої, а головне не дуже усвідомленої ідентифікації з одним референтом у людини формується залежність, яка може стати гальмом для подальшого особистісного розвитку.

Профілактикою такої комунікативної залежності, схильність до якої є найвищою в юнацькому віці, стає увага до себе, вміння бачити свою ні на кого несхожість, чути унікальну мелодію власного життя, йти за власним покликанням, незважаючи ні на які перешкоди.

Проходячи через множинні ідентифікації, особистість стає здатною надалі більш осмислено і цілеспрямовано вибирати саме свою траєкторію життєвого шляху. Вона стає вибірковішою і самостійнішою, що надає їй самоконституюванню нових відтінків.

Наступний вплив сучасності на самоконституювання особистості – це *очікування від особистості толерантного ставлення до своєрідності іншого*. Мається на увазі характерне для постнекласичного світу зростання терпимості до унікальності кожної особи, її способу жити, самопроявлятися, мати певні смаки і орієнтації, у тому числі й сексуальні. Сучасна людина прагне своєрідності, отримує суспільний дозвіл її мати і чинить опір, якщо їй заважають бути собою.

Сучасність, як доводить З. Бауман, уже перестала бути ворогом випадковості, різноманітності, невизначеності, свавілля та індивідуальних особливостей [Бауман, 2008, с. 32]. Людина усвідомлює і відстоює своє право бути відмінною від інших, за власним

бажанням вибирати моделі щастя і відповідного способу життя [там само, с. 37].

Людина відчуває та навчається цінувати, відстоювати свою індивідуальність серед значущих інших, у сім'ї, колі однолітків, друзів. В особистість вбудовується – у семіотичному сенсі – величезний пласт оцінок, інтерпретацій, етичних максим і всього іншого, що люди думають про людську неповторність. Так ізсередини приймається цінність індивідуальності у всіх її проявах, навіть таких, які нещодавно вважалися дивацтвами, патологією, відхиленнями, девіантною поведінкою. Тепер це просто варіації на певну тему, які нікого особливо не напружують.

Г. Оллпорт вважав, що кожна людина є сама по собі ідіомою, явним порушенням видового синтаксису, і цю думку хочеться поділяти. Для визначення індивідуальності згадаймо грецьке слово “atomon”, що позначає неподільне. Так говорять про когось чи щось, що існує в єдиному екземплярі. Так називають об'єкт, про який можна сказати щось конкретне, визначене, певне. Індивідуальне не може бути замінним, повторюваним, типовим. І для того, щоб бути, залишатися індивідуальністю у внормованому суспільному оточенні, необхідно докладати не менше зусиль, ніж для того, щоб стати зрілою особистістю.

Як підкреслює С. К. Нартова-Бочавер, сьогодні людина, стомившись від жахів масової культури, гостро відчуває потребу збереження своєї приватності, суверенності. Психологічну суверенність визначають як здатність людини контролювати, захищати і розвивати свій психологічний простір, виокремлюючи “своє”, встановлюючи межі, проявляючи повагу до світу іншого, вміючи вести з ним діалог [Нартова-Бочавер, 2008, с. 9–11].

Кожна культура як система, що саморозвивається, має бути оснащеною, на думку Ю. М. Лотмана, механізмами для вироблення невизначеності. Збереження, цінування індивідуальності є одним із суто психологічних механізмів вироблення особистісної невизначеності. Невизначеність створює резерв внутрішньої варіативності, що сприяє зростанню чутливості та готовності до перетворень. Якби культурі чи особистості колись і вдалося б досягти рівноваги, що було б рівносильно непорушності і смерті, вони зайшли б у глухий кут, руйнуючи себе.

І останній вплив сучасності на особистісне самоконституювання є *дискурсивним, соціально семантичним*. Завдяки поглядам Р. Барта, Ж. Дельоза, Ж. Дериди, М. Фуко та інших великих французів ХХ століття сьогодні все більше утверджується принципове для постнекласичної парадигми лінгвістичне трактування реальності, розуміння навколишньої дійсності як мовного світу, а особистості – як автора тексту свого життя.

Варто згадати М. Фуко, який визначав мову як головного носія культури (див.: [Кенінг, 2003]). Спадають на пам'ять численні вислови Й. Бродського про письменника, який пише під диктовку своєї мови, будучи її слугою, жертвою, механічним засобом, знярядям. Мова, за Бродським, є Верховною Реальністю, можливо, навіть Богом. Це її люди метафорично називають Музою, що надихає творця [Бродский, 2000].

Завдяки мові людина витлумачує для себе дію всіх попередніх соціальних впливів на особистість з боку сучасності. Реальність, у якій особистість, асимілюючи набутий досвід, здійснює завдяки рефлексивним процесам довготривалий самомоніторинг, прогнозує майбутнє, є пріоритетно лінгвістичною. Під впливом нових конфігурацій життєвих умов постійно виникають нові контексти життєтворення.

ХХІ століття з його телевізійно-комп'ютерною, усе більш інтернет-залежною культурою вимальовується як століття мовне, віртуальне, імажинативне. Наведу з цього приводу думку М. Епштейна, висловлену ним у статті “Ім'я століття”. ХХ століття було століттям Влади, Могутності, Енергії, Сили, тобто всього, чому відповідає англійське слово Power. Зрозуміло, що науково-технічні і суспільно-політичні потужності й надалі зростатимуть, але вони вже слугуватимуть не так підкоренню реальності, як проникненню в інші виміри і світи, можливі, ймовірні, віртуальні. “Влада, досягаючи меж світу, потребує чогось іншого, примноження самих світів” [Епштейн, с. 5].

Взаємний процес “кореспондування” між культурою і особистістю не може існувати поза мовою, поза дискурсом. В “Енциклопедії постмодернізму” дискурс визначається як наділений значенням фрагмент мови, що може не лише віддзеркалювати певні групові практики, але й конституювати їх. С. Мілс підкреслює, що дискурси складаються з таких висловлювань, які мають значення,

силу та вплив у суспільному контексті. Важливо зазначити, що дискурс є мовним процесом, а не системою; це ситуативний і культурний контекст, як підкреслює Дж. Кініві. Для розуміння постнекласичної особистості важливо згадати також соціолінгвіста М. Стабса, який наголошує, що дискурс завжди інтерактивний, передбачає певну тривалість та наділений глибшою послідовністю, ніж текст (див.: [Джоліф, 2003, с. 126–127]).

Дискурс – це форма об’єктивації змісту свідомості, що вербально артикулюється. Він регулюється типом раціональності, що домінує в певній соціокультурній традиції. Він є рефлексивною мовною комунікацією, мовною практикою, що екстраполюється далеко за межі конкретних речень. Людина як носій дискурсу занурена в дискурсне середовище, яке і є тим єдиним світом, у якому вона існує. Особистість у межах певного дискурсу стає тим, чим вона є, завдяки контексту, в якому перебуває, зауважує Х. Л. Хікс (див.: [Можейко]).

Постмодерністський дискурс інтерпретується як такий, що має креативний потенціал, яким він постійно підживлює особистість. Завдяки закладеній у ньому тенденції до галуження, гілкування смислів, цей новітній дискурс забезпечує поліфонічність особистості, її відкритість новому. Крім того, постмодерністський дискурс як принципово нелінійний не підкоряється примусовій зовнішній каузальності, відкриваючи перед особистістю нові виміри свободи.

М. О. Волкодав порівнює дискурс із “лишковим фруктовим пирогом”, у якому коржі визначають загальну структуру (щодо дискурсу – задають тон), а фрукти (концепти) є тим самим десертним наповненням, яке, власне, і дає підставу говорити про його специфічний смак [Волкодав, 2007].

У складній, неоднозначній реальності постмодерна особистість стає релятивною, ситуативною, ірраціональною, еkleктичною. “Схопити”, “утримати” цей плінний феномен, що інколи вже скидається на міф, можливо лише за допомогою соціальної семантики. Тоді все, що не вдається описати, використовуючи мову, розглядається як позасеміотична сфера, якої ніби взагалі немає, яка ніби не існує. Щоб стати соціальною і культурною реальністю, пише Н. М. Зарубіна, необхідно бути осмисленим у знаках метамови [Зарубіна, 2007].

Можна сказати, що особистість стає соціокультурною реальністю, коли осмислює себе і своє життя в певних дискурсах. Соціо-семантичні особливості взаємодії особистості і світу на кожному етапі постановки нових життєвих завдань накладають відчутний відбиток на бачення майбутнього. Комунікативна реальність осмилюється як інтерактивна, мова стає знаково-символічним засобом самоконституювання.

Отже, впливи сучасності на особистість можна позначити:

- як соціокультурну контекстуальність, що забезпечує підвищену чутливість, сензитивність особистості до голосів культури, релігії, політики, економіки;
- як діалогічну комунікацію, що передбачає діалог особистості і культури, спілкування з реальним та уявним оточенням, з минулим, теперішнім і майбутнім;
- як множинну ідентифікацію з численними й невинними переживаннями себе в різних іпостасях;
- як толерантність до своєрідності, що підкреслює характерне для постнекласичного світу зростання поваги до унікальності кожної особи, неповторності її життєвого світу;
- як акцент на лінгвістичному існуванні реальності, розумінні її як дискурсу, що сприяє самоконституюванню особистості.

1.2. Пошук шляху: майбутнє у мріях, цілях, домаганнях, завданнях

Сучасна психологія приділяє велику увагу феномену часу, наголошуючи на важливості життєвого планування, прогнозування, передбачення. Особистість заворужує напруга між “простором досвіду” та “горизонтом очікувань”, що лежить в основі історичної темпоральності, на думку відомого німецького історика Р. Козеллека.

Актуальність пошуку шляхів моделювання майбутнього пов'язана з прагненням людини бути господарем свого життя, втілювати бажання, реалізувати домагання, контролювати несподівані, стихійні впливи. Лише відчуття хоча б часткової впорядкованості, “приборканості” майбутнього забезпечує довіру до світу, переживання внутрішньої свободи при організації сьогодення.

Проблема життєвого планування та оптимізації самореалізації опинилася в центрі західних (З. Бомен, П. Бергер, П. Глізон, Т. Лукман, Л. Мак-Ней, М. О'Доннел, М. Сомерс, Дж. Гібсон) та вітчизняних (К. О. Абульханова-Славська, Л. І. Анциферова, Т. М. Березіна, О. Г. Злобіна, Д. О. Леонт'єв, В. С. Магун, Г. Я. Мінєнков) соціологічних та соціально-психологічних досліджень. Показово, що остання книга А. В. Петровського, яку він закінчив диктувати в останню ніч свого життя, має назву “Психологія і час” і спрямована на обґрунтування необхідності створення так званої хронопсихології, тобто соціальної психології часу.

Майбутні події прогноуються ймовірно, і людина ймовірно організує свій життєвий досвід, що було експериментально підтверджено І. М. Фейгенбергом та В. А. Іванниковим. Людина намагається враховувати частоти, з якими події в її житті трапляються, і кожен має свій індивідуальний поріг ймовірного прогнозу. Але надзвичайно значущі події можуть враховуватися і за умови низької ймовірності.

Як слушно зауважує Дж. Келлі, прогноз майбутнього є найважливішою функцією психіки. Процес передбачення циклічний за своєю природою, про що свідчить розроблена У. Найссером модель сприймання і переробки інформації. Людина завжди використовує прогностичні схеми, що готують до сприймання дійсності, і без таких готових трафаретів нічого не засвоюється (див.: [Фрейджер, 2001]). Залежно від сили антиципативного потенціалу, який має особистість, створюються передумови для формування більш-менш вдалих антиципаційних схем реальності, виникають індивідуальні способи самопрогнозування [Батраченко, 1996].

Ставлення до майбутнього в деяких соціологічних теоріях трактується як певною мірою волюнтаристське, і ступінь волюнтаризму обумовлена наявністю індивідуальних ресурсів та соціокультурного капіталу. Соціальна ситуація невизначеності розмиває статуси і межі між соціальними верствами, нормативний контекст і

культурні форми. Поведінка індивідів у такій ситуації неминуче стратегізується, тобто, намагаючись оволодіти контролем над нестабільною ситуацією, людина має “піднятися” над метушною повсякденністю, інвентаризувати доступні ресурси. Оцінивши власні можливості, загрози і виклики з боку контексту, вона вибудовує ланцюжок раціональних, як вона їх розуміє, дій, спрямованих на адаптацію, подолання невизначеності і життєвих труднощів.

Структурування майбутнього залежить від структурованості та асимільованості минулого і теперішнього, від усвідомлення того, що саме в минулому вплинуло на вже розгорнуте сьогодні. Серед внутрішніх передумов слід назвати також психологічну готовність людини до втілення своїх найпотаємніших й найважливіших інтенцій, які мають змінити її життя. Певний вплив мають також індивідуально-психологічні характеристики людини, а саме її здатність передбачати майбутнє, так званий антиципативний потенціал, футурогностичні потреби та прогностичні здібності (терміни І. Г. Батраченка).

Рух самовизначення передбачає більш-менш вдале проєкування власних потенцій у майбутнє. Ніякої остаточної завершеності в такому розумінні людини, що самоконструюється, принципово немає і не може бути. Важливо, щоб людина була готова і здатна постійно змінюватися, вибудовуючи себе у часі життя через бачення реальних перспектив і постановку першочергових життєвих завдань.

Виходячи із соціально-конструктивістського підходу, особистість існує передусім інтерперсонально, а не інтраперсонально; вона є соціальною конструкцією і проявляється діалогічно. Монокультурна орієнтація в постнекласичному світі перетворюється на соціокультурну. Лінгвістична реальність, у якій відбувається асиміляція набутого досвіду, здійснюється самомоніторинг, відбуваються рефлексивні процеси, реалізується прогнозування майбутнього, є пріоритетною.

Зрозуміло, що для тих, хто глибоко зав’яз у традиціях механістичної науки, де підкреслюється порядок, передбачуваність і причинно-наслідкові зв’язки речей, сучасні контекстуальні підходи на перший погляд видаватимуться хаотичними [Сарбин, 2004, с. 10]. Але для нас важливо підкреслити саме рух, зміни, трансформації, постійну появу під впливом нових конфігурацій життєвих

умов нових контекстів особистісного майбутнього, які можна порівнювати представити в наративі про себе.

Коли об'єктом дослідження стає людське життя, в якому розгортається самоконструювання особистості, не зайве було б слідом за О. Г. Асмоловим згадати відоме висловлювання Т. Рібо: “Психіка так само впливає на життя, як тінь на кроки пішохода”. Тому серед методів, які будуть використані при дослідженні життєвих завдань, крім теоретичного аналізу (опис, аналіз, інтерпретація), передбачається зробити акцент на таких якісних способах роботи з цим складним феноменом, як наративний аналіз, дискурс-аналіз, case-study, вивчення біографій тощо. Адже здатність людини до постановки життєвих завдань навряд чи можна вимірювати в параметрах кількості, інтенсивності чи повторюваності.

Однією із функцій соціальної науки є створення образів майбутнього, покликаних направляти соціальні інновації. За відомою теоремою Ф. Томаса, якщо ситуацію визначено як реальну, вона реальна за своїми наслідками [див.: Прогнозное ..., 1989]. Соціальна психологія особистості на своєму рівні створює образи майбутнього життя людини, якого вона варта, якого прагне, яке моделює, і ці образи стимулюють до формулювання життєвих завдань як найважливіших персонологічних інновацій.

Форми самопрогнозування можна умовно поділити на дві групи за критеріями структурованості, раціональності, довготривалості, рівня енергетичного забезпечення та реалістичності.

1. Структуровані, раціональні форми прогнозування:

– життєва перспектива – картина майбутнього, що включає складний взаємозв'язок очікуваних подій; відтворює загальну спрямованість, враховуючи потенції розвитку; може бути не лише позитивною; не передбачає вольових зусиль;

– життєва програма – цілісна модель життєвого шляху, матриця життєвих цілей щодо всіх сфер життя; деталізує кроки досягнення; завжди позитивна; передбачає вольові зусилля, певну суб'єктність;

– життєва мета – заздалегідь запланований результат того, до чого прагне людина;

– життєвий план – конкретизація цілей у хронологічному і змістовому аспектах;

– життєва стратегія – спосіб реалізації цілей у певному порядку і послідовності.

2. Неструктуровані, ірраціональні форми прогнозування:

– мрія – наочний, інтимний образ бажаного майбутнього, що може бути як короткочасним, так і дуже довготривалим;

– надія – стійке, тривке емоційне передбачення, майже самонавіювання; перспектива частіше довготривала, інколи – все життя;

– фантазія – далеко від дійсності, не дуже емоційно забарвлене уявлення людини про майбутнє, що відтворює неусвідомлені бажання;

– бажання – потяг, що відображає потребу; переживання, які переходять у дію завдяки великій енергетиці;

– передчуття – переживання ймовірності певних подій (як позитивних, так і негативних) у недалекому майбутньому.

Життєві завдання важко віднести до однієї із цих груп. Такі завдання переживаються людиною дуже інтенсивно, оскільки відтворюють пошук нових сенсів, глибинних підвалин існування та самопроявів. Екзистенційний зміст завдань передбачає їх усвідомлення і структурування. Рівень енергетичного забезпечення та реалістичність життєвих завдань вищий за інші форми самопрогнозування. За довготривалістю їх можна порівняти із життєвими цілями, оскільки завдання орієнтують на цілий період життя, який розгортається між двома нормативними чи ненормативними кризами.

При порівнянні завдань із цілями впадає в очі фіксованість мети на конкретному, заздалегідь запланованому результаті, тоді як при постановці завдань справа не так у результаті, як у процесі. Завдання спрямоване на процес самоздійснення, який треба наповнити певним сенсом. Наприклад, людина ставить собі мету знайти роботу за спеціальністю, у непоганому колективі, з хорошою зарплатнею, з кар'єрними перспективами, не дуже далеко від дому. А життєве завдання в цей період буде формулюватися як спроба реалізувати себе, свої здібності, свої потенції саме в професії. Постановка завдань передбачає досягнення певної якості життя, відповідної розгорнутості потенціалу, а не лише якогось окремого результату.

Формулюючи цілі, людина орієнтується на вибір засобів їх досягнення. Мета завжди довільна, вона не виникає сама собою лише під впливом ситуації. Людина ставить її і відповідає за її досягнення. Буває, мета виправдовує засоби, а інколи вона вимагає насилля над обставинами чи над собою. Життєве завдання передбачає передусім розгляд і врахування умов його реалізації. Воно не довільне, а постдовільне і тому не передбачає надмірної суб'єктності. Навпаки, очікується повага до ситуації, обставин, людей, що навколо.

Самоздійснення, етапи якого пов'язані з формулюванням життєвих завдань, – це не просто черговий цикл розгортання потенціалу. Це зміни себе і свого життєвого світу в теперішньому під впливом власного минулого, якщо набутий досвід усвідомлено, відрефлексовано. Водночас це й трансформації життєвого світу під впливом майбутнього, яке очікується, планується, сприймається як бажане і достойне.

Нараз це і зміни себе під впливом далекого і близького оточення. Під далеким оточенням мається на увазі соціокультурний контекст з його традиціями, стереотипами, нормами. До близького оточення належать рідні, друзі, кохані, вороги, тобто всі позитивно і негативно значущі люди з їхніми впливами, експектаціями, домаганнями. До кола значущих людей можуть входити і взірці для наслідування, ідеали, що жили дуже давно. Тому при постановці завдань не слід забувати про інтерперсональний контекст.

Способи прогнозування майбутнього можуть бути екстремальними і неекстремальними. До екстремальних відносимо кризове прогнозування, яке є вимушеним, терміновим. Вивчаючи життєву кризу, ми розглядали її як тимчасову втрату повсякденної прогнозованості майбутнього, період трансформації життєвого світу, що стимулює руйнацію віджилих взаємин та вироблення нового ставлення до часу свого життя. Криза трактувалася нами як вагомий імпульс, що підштовхує людину до моделювання іншої, зміненої, відредагованої траєкторії саморозвитку, до реконструкції зв'язків між минулим, теперішнім і майбутнім, що істотно впливає на самопрогноз [Титаренко, 2009а].

Дослідження показали, що кризові ситуації спонукають до часом важких спроб зазирнути в майбутнє, але несподіваний, тотальний, руйнівний характер кризових світоперетворень нерідко по-

збавляє людину ресурсів для вчасного, зваженого і, відповідно, адекватного самопрогнозу.

До неекстремального прогнозування слід віднести здатність особистості до життєвого вибору. Якщо людина вчасно не готова проаналізувати альтернативи і зробити вибір, що змінив би траєкторію її життєздійснення, будуть створені умови для виникнення позачергової кризи, оскільки саме криза спрацьовує як аварійна система, коли вчасно не відбувається покрокових прогнозованих перетворень життєвого світу особистості. Незаплановане майбутнє хаотично вривається в сьогодення, відразу стаючи невідворотним.

Розроблена нами особистісна типологізація спроможності і, відповідно, неспроможності до життєвого вибору базується на вікових модифікаціях життєвого світу. Серед типів особистісної некомпетентності, пов'язаних із неспроможністю вибирати, визначено егоцентричний, конформний, нормативний та релятивний.

Спеціальну увагу було приділено емпіричному дослідженню соціально-психологічної компетентності юнацтва, що опосередковує ефективність життєвого вибору. Визначено роль окремих складових компетентності у налагодженні міжособистісної взаємодії завдяки вдалому прогнозуванню поведінки партнера (Л. А. Лепіхова).

Показано, що стан відчаю викликає різке обмеження альтернатив при спробі життєвого вибору і може призводити до аутоагресивної (самодеструктивної) поведінки. У молоді, чий розвиток ускладнено фрустрованістю значущих потреб, якій притаманний певний індивідуально-типологічний профіль, схильність до аутоагресивної поведінки проявляється як прагнення до екстремальних ситуацій, ризикованих видів спорту і туризму (альпінізм, спелеологія). Емпіричне дослідження, проведене Т. О. Ларіною, дає підстави стверджувати, що такі риси “ризикованої” молоді, як невпевненість у собі, конформність, тенденції самозвинувачування, проявляються тим сильніше, чим менше людина осмислює власне життя, тобто чим складніше й неадекватніше вона прогнозує майбутнє.

Вивчення різноманітних ситуацій, серед яких були вибір супутника життя (О. Я. Кляпець), вибір професійної спеціалізації (Н. О. Татенко), вибір у ситуації психосоматичних перешкод, викликаних онкозахворюванням (С. Я. Карпіловська), показало, що

готовність прогнозувати майбутнє зазвичай стимулюється певними життєвими подіями і внутрішньою незадоволеністю ступенем самоздійснення. Кожний самостійний і відповідальний акт вибору задає новий горизонт прогнозу, сприяючи трансформації застарілих смислів у смисли більш реалістичні та перспективні.

Розглянувши раціональний та ірраціональний, екстремальний та неекстремальний способи моделювання майбутнього, ми зосередилися на дослідженні механізмів, що забезпечують це моделювання.

Складним механізмом перспективного бачення особистістю свого майбутнього достойного життя, за нашими даними, є життєві домагання, що складаються з трьох “підмеханізмів”. Завдяки першому – семіотичному – туманні амбіції означаються, а розпливчасте майбутнє первинно структурується. Далі активізується механізм наративізації, забезпечуючи складання історії про гідне життя, що має настати. Футурологічний наратив органічно поєднує переосмислене минуле, переживане сьогодення та бажане майбутнє. На завершальній стадії розгортання домагань активізується третій підмеханізм, що дістав назву самоозадачування. До цієї стадії дозрівають не всі особистісні домагання, а лише ті, що мають шанс перетворитися на конкретні життєві завдання, які стають способом прогнозування майбутнього через операціоналізацію задуму, пов’язаного з майбутнім гідним життям.

Дослідження Л. М. Долгих, спрямоване на вивчення впливу статево-рольових стереотипів на кар’єрні домагання молоді, підтвердило гіпотезу про залежність прогнозування майбутнього від усталених суспільних уявлень про імідж чоловіка і жінки. Виявилося, що визнання важливості кар’єри для самоздійснення практично однакове для чоловіків і жінок. Проте чоловіки краще усвідомлюють близьку і віддалену професійну перспективу та відповідальніше обирають стратегії реалізації домагань. Молоді жінки більше зорієнтовані на реалізацію власних професійних інтересів, тоді як у домаганнях чоловіків превалює посада, право приймати рішення, керувати. Рівень стереотипності статево-рольових уявлень є більш високим у чоловіків [Долгих, 2007].

Вивчення домагань підлітків, юнацтва і молодих учителів, проведене Л. А. Лепіховою, показало, що достойне життя трактується більшістю випробуваних як поєднання привабливої, високо-

оплачуваної, перспективної роботи, міцної сім'ї, стабільного добробуту та здорового способу життя. Якщо у підлітків основна увага зосереджена на комфорті та самоствердженні в спілкуванні, то у старшокласників починає домінувати успішність навчання як майбутнього професійного старту. Молоді вчителі бачать зміст прогнозів у досягненні соціального визнання та підвищенні професійного статусу.

Шлюбно-сімейні домагання розглянуто в дослідженні О. Я. Кляпець як комплекс очікувань, бажань, надій стосовно майбутньої сім'ї, свого партнера, дітей, взаємин. Ці домагання моделюють сім'ю, на яку молода людина розраховує, яку вважає гідною себе. Нереалістичні сімейні домагання партнерів можуть призводити до емоційного вигорання, що проявляється в знеціненні сімейного способу життя, апатії у взаєминах подружжя.

Довівши, що самоконституювання особистості передбачає операціоналізацію життєвих домагань у завданневих практиках, ми зосередилися на вивченні життєвих завдань як найбільш конкретних, “заземлених” способів моделювання майбутнього. Завданнєві практики зазвичай пропонують відповідні трансформації життєвої траєкторії та пошук особистістю чергової оновленої ідентичності.

При постановці життєвих завдань людина враховує відразу дві конститутивні площини життя: часову і просторову. Самоздійснення розгортається в часі життя, структуруючи його відповідним чином, та в просторі значущих стосунків, у ціннісному, моральнісному просторі соціальної взаємодії. Психологічний простір під впливом життєвих завдань також переструктурується: хтось стає для людини соратником, близьким товаришем, чимось більшим, а хтось втрачає свій колишній статус. Тут відіграють роль і взаємні чи односторонні почуття обов'язку, і відповідальність, і взаєморозуміння.

Життєві завдання – це спосіб реалізації найважливіших форм самопрогнозування, які є найреальнішими з точки зору готовності до них як самої людини, так і зовнішньої ситуації. Вони є завданнями на самоздійснення шляхом чергового сенсопородження чи сенсокоригування. У завданнях взаємодіють, синтезуються внутрішні прогностичні схеми, що спираються на відрефлексований досвід, батьківські сценарії, актуальні ситуаційні змінні. Життєві за-

вдання задають масштаб, пролонгованість самоздійснення та його продуктивність

Життєві завдання, які людина ставить перед собою, стають одиницями смислового структурування її майбутнього. Завдяки завданням людина орієнтується у спектрі варіантів майбутнього, обираючи той варіант, для якого є реальні умови, якому вона приписує ранг найбільш наповненого потенційним смислом. Якщо людина ставить перед собою адекватні життєві завдання, вона стає продуктивною і успішною, створюючи таким чином реальні можливості для розгортання власного потенціалу. Життєві завдання синтезують часову і смислову перспективи, через них експлікуються найголовніші, найглобальніші життєві домагання особистості. Вони є своєрідним персонологічним хронотопом, оскільки об'єднують у собі як психологічний час, так і простір.

Аналіз нарративного біографічного конструювання майбутнього показав зв'язок його з магістральними культурними сюжетами типу героїчної драми, історії завоювання, love-story тощо. Життєві завдання, що формулюється як футурологічний нарратив, відповідно до сюжету набуває рис креативності, конкурентності, еротичності чи екологічності. Життєвий шлях у цьому контексті можна уявити як килим, що тчеться з численних автонаративів, які примхливо поєднують минуле, теперішнє і майбутнє відповідно до сюжетного пакування досвіду.

Колективом лабораторії було апробовано дослідницьку методику “Життєві завдання особистості”. Після апробації, факторизації шкал та кластерного аналізу виявилось, що найбільш поширеними є такі моделі життєздійснення: *ідеалістична* з інфантильними за змістом та способами досягнення завданнями, *зріла* з адекватною смисловою наповненістю завдань та *захисна* із штучністю в завданневому баченні майбутнього та мотиваційною дефіцитарністю.

Молодь, для якої характерне зріле самоозадачування, позитивніше ставиться до майбутнього, менше орієнтується на комфорт і благополуччя, статус і визнання. Вона краще структурує час життя, має розгорнутішу перспективу і розвинуту творчу мотивацію. Цікаво, що життєві завдання цієї групи тісніше пов'язані зі сферою здоров'я, хоча в цілому по вибірці ця сфера не є популярною, поступаючись сім'ї, дружнім стосункам, навчанню та роботі. Ще ці-

кавіше, що молоді жінки у своїх життєвих завданнях порівняно з чоловіками активніші і відповідальніші у моделюванні власного майбутнього у сферах навчання, роботи і здоров'я і не дуже переймаються сім'єю.

Таким чином, особистість розвивається, набуває зрілості в динаміці самопрогнозування, і штучно зупиняти її, навчаючи жити в індивідуалістично-гедоністичному режимі актуального моменту, лише “тут і тепер”, – ілюзія, хоча така думка поширена у психотерапевтичній спільноті.

Кризовий спосіб моделювання майбутнього, незважаючи на його неточність, стихійність, інколи хаотичність, усе ж стає енергетичним поштовхом для радикальної зміни життєвого задуму, генеральної реконструкції життєвого світу.

Більш поширеним і неекстремальним є такий спосіб побудови майбутнього, як життєвий вибір. У даному випадку незадоволення процесом життєздійснення особистість зазвичай має можливість не квапитися, порівнюючи альтернативи. Обравши горизонт прогнозу, вона проектує на майбутнє значущі смисли в інакших конфігураціях чи розпочинає нові причинно-наслідкові ряди самоздійснення.

Уточненню, поглибленню, індивідуалізації особистісного моделювання сприяє усвідомлення і прийняття часто прихованих, замаскованих життєвих домагань як механізму самоздійснення. Семіотизація, нарративізація та самоозадачування як етапи розгортання цього складного механізму сприяють конструюванню такого майбутнього життя, якого особистість варта.

Зрілі домагання як генеральний проект перебудови життєвого світу операціоналізуються, перетворюються на життєві завдання, що стають найбільш точним, реалістичним, покроковим особистісним прогнозом. Як сміливі архітектурні задуми підкріплюються інженерними розрахунками, щоб утілитися в життя, так і домагання набувають перевтілення в завданнєвих практиках, що формулюються у вигляді футурологічних нарративів. Сюжети нарративів виступають зручною формою пакування і індивідуального досвіду, і досвіду спільноти, генерації, культури.

1.3. Соціально-психологічна природа життєвих завдань та їхні властивості

Що таке “життєве завдання” як психологічне поняття? Дехто з теоретиків говорить про життєве завдання психіки як такої, що полягає у здійсненні адекватної зовнішньому середовищу і внутрішнім станам суб’єкта поведінки й діяльності [Чуприкова, 2007, с. 7]. У такому розумінні завдання ніхто не ставить і спеціально не реалізовує. Воно існує разом із психікою, і його головна мета – адаптація до світу матеріальної та духовної культури, в якому є минуле, теперішнє й потенційне майбутнє та закладені нереалізовані можливості розвитку.

Навряд чи правомірно розглядати завдання як суто зовнішній чинник, що детермінує активність суб’єкта, хоча така тенденція здавна існує в зарубіжній психології. У вітчизняній традиції, пов’язаній з іменами М. Я. Басова, С. Л. Рубінштейна, В. О. Татенка, підкреслюються внутрішні джерела активності, а завдання подається як сукупність мети суб’єкта та умов, у яких воно виникло.

Якщо звернутися до історії психології, то спочатку термін “завдання” розглядався в мисленневому контексті як комплекс, що схематично антиципує, допомагаючи виникненню “прогалини” в невідомому. За С. Л. Рубінштейном, мислення не зводиться до вирішення вже поставлених, сформульованих завдань. Попередній аналіз проблемної ситуації дає змогу поставити нове завдання. К. Дункер, Дж. Саймон і Г. Шоу, характеризуючи проблемну ситуацію, доводять, що вона виникає, коли в індивіда є мета, але він ще не знає, як її досягнути (див.: [Балл, 2006а, с. 134–135]).

У загальній теорії завдань Г. О. Балла завдання є системою, серед компонентів якої, по-перше, виявляється предмет завдання, що перебуває у певному вихідному стані, і, по-друге, вимога завдання, тобто модель потрібного стану цього предмета. Система операцій, за допомогою яких можна вирішити завдання (тобто пе-

рехід предмета з наявного стану в той, що вимагається), має назву способів вирішення завдання. Вирішення стає можливим завдяки існуванню певної сукупності зовнішніх і внутрішніх засобів досягнення результату [там само, с. 160–161].

Коментуючи це визначення з позицій даного персонологічно-го дослідження, слід зауважити, що життєве завдання постає перед особистістю, “вплетеною” у соціокультурний дискурс і готовою до самозмін.

У персонології термін “життєві завдання” набув відповідного статусу завдяки працям А. Адлера, який виділив три найважливіші життєві завдання (працювати, дружити, любити), що визначають життєвий стиль і детермінують можливість конструктивного життя. Як бачимо, всі ці завдання є формами взаємодії, способами особистісного самоздійснення в соціумі. Їх постановка і виконання неможливі поза соціальним контекстом, у персонологічному вакуумі.

Крім глобального визначення життя як суцільного завдання, що пропонував свого часу К. Г. Юнг, можливе і визначення особистості як набору завдань. “Людина *par excellence* є твариною, що вирішує завдання, яка не має ніяких інших обдарувань, крім цієї рідкісної дорогоцінної здатності до роботи з множинними образами” [Уилер, 2005, с. 130]. Людина виживає в мінливому соціальному середовищі завдяки власним прогностичним здібностям, оскільки може обмірковувати заздалегідь свої дії і вчинки, перевіряючи їх як способи конструювання нової ідентичності.

Людина ставить перед собою завдання тоді, коли хоче якось структурувати той хаос, яким є для неї власне майбутнє, наповнити його чимось важливим і значущим. Так створюється своєрідна ризома проєктів-перспектив, які набувають напруженої векторності в кожному конкретному завданні.

Зовнішніми передумовами оптимального життєвого завдання стають готовність середовища, спроможність оточення допомогти, підтримати, вступити у продуктивний діалог.

І все ж, скільки б ми не намагалися назвати всі зовнішні і внутрішні передумови постановки життєвих завдань, “дух випадковості надає сили й особливого аромату” самоозадачуванню, як сказав би Р. Барт, якби писав на цю тему. Ставити завдання означає

обирати з багатьох варіантів, і таке обрання – не діалектичний момент, а миттєвий контакт між свободою і волею.

Зазвичай життєве завдання має чітку належність і діапазон вживаності в межах конкретного періоду індивідуального життя. Передати власне колись не вирішене завдання, наприклад, своїм учням чи дітям як естафету просто неможливо. Завдання завжди має свій фокус вживаності, тобто в межах уже визначеного діапазону одна людина намагається реалізувати життєве завдання у професійній сфері, а інша – у сім'ї чи у сфері здоров'я. Вже артикульоване завдання може бути відносно відкритим для його подальших редагувань відповідно до зовнішніх і внутрішніх змінних.

У життєвого завдання завжди є свій історичний зміст (воно звідкись виникає, десь у минулому має конкретні корені), актуальне для сьогоденної життєвої ситуації та стану людини значення та майбутня цінність, яку сьогодні важко чітко уявити. Моделюючи майбутнє, людина розгортає проєкції своєї нової бажаної ідентичності через життєві завдання. Проєктів існує більше, ніж завдань, і щоб вони стали завданнями, людина має зважити ймовірність їх реалізації відповідно до сприятливості чи несприятливості соціокультурного контексту, не забувши при цьому про персональну вмотивованість, власну здатність долати перешкоди.

Життєві завдання нерідко стають багатосмисловими, оскільки враховують і власні індивідуальні смисли, і бажання рідних, і потреби професійної громади, і навіть інколи державні інтереси, перспективи розвитку соціуму. Від кількості смислів, об'єднаних в єдиному життєвому завданні, залежить його прихована проблемність. Ця латентна проблемність передбачає різні варіанти реалізації завдань – від шаблонного, стереотипного, побудованого за відомим алгоритмом до зовсім нешаблонного, нового, творчого.

Д. Полкінгхорн вважає, що значення окремої події виникає внаслідок її взаємодії із сюжетом. Самі події ніякого сюжету не задають, і не кожний сюжет підходить до певного набору подій. Щоб виникла усвідомлена структура сюжету, необхідний рух від сюжету до подій, і навпаки. Запропонована структура сюжету порівнюється з реальними подіями і кількаразово переглядається. Тема зводить до купи події, роблячи їх послідовними та взаємопов'язаними частинами історії (див.: [Херманс, 2006–2007, с. 12]).

Що робить той чи інший дискурс історією? На думку Й. Брокмейєра і Р. Харре, неодмінними умовами слід вважати наявність дійових осіб та сюжету, що еволюціонує в часі. Отже, наратив є найвищим рівнем дискурсу, що може бути представленим не лише в мові, але й у музиці, фільмі, балеті, у певних візуальних видах мистецтва.

У психології особистості головну роль відіграють життєві історії, що розповідаються автором з певних ціннісних, моральних позицій. Кожна історія, кожне оповідання про себе, крім того, мають фабулу і жанр [Брунер, 2005].

Фабула (чи тема) є позачасовим, міфічним, трансцендентним аспектом оповідання. Мається на увазі честолюбна надія, справжня вірність, палке кохання, жага влади та інші ситуації, що претендують на універсальність. Фабулу можна назвати сутністю оповідання, його мораллю, лейтмотивом.

Сюжет (тобто дискурс) втілює фабулу в певному подієвому ряді, розгортає у відповідній мові. Завдяки сюжетові фабула стає розгорнутим оповіданням, а не слоганом чи схемою.

Жанр є формою розповіді, яку людина інколи переповідає як комічну, а інколи – як драматичну. Найбільшого поширення набули такі чотири жанри: трагедія, комедія, любовна історія та сатира.

Фабульно-сюжетно-жанровий вимір нарації впливає на осмислення пережитого, структурування досвіду. Події, які можуть здаватися ніяк не пов'язаними одна з одною, у розповіді про себе якось раціонально чи ірраціонально поєднуються; елементи, що бачилися незалежними, зливаються в єдине ціле. Вдалиий сюжет наче заряджає своєю енергетикою; його динаміка, його плин стимулюють, підхоплюють, підганяють людину, і життєздійснення активізується.

Наративи нерідко відтворюють ті життєві смисли, які виходять далеко за межі якогось окремого життя. Генеративність, тобто прагнення піклуватися про когось чи про щось, що буде пов'язане з життям прийдешніх поколінь, простежується в наративах певної категорії людей. Відповідно до характерної для них моделі символічного безсмертя такі люди впевнені, що вони покликані допомагати іншим, залишити по собі світові щось важливе, що їх переживе.

Для виникнення потреби у створенні нового футурологічного наративу важливо, щоб завдання були своєчасними, тобто відповідали внутрішній логіці побудови себе і зовнішнім очікуванням. Життєва ситуація має бути для особистості складною, невизначеною, містити в собі інтригу, вимагати суттєвих змін у плині життя.

Таким чином, життєві завдання – це спосіб експлікації життєвих домагань особистості, що виступає як своєрідний персонологічний хронотоп, об'єднуючи в собі психологічний час, простір і сенс.

При постановці контекстуально обумовлених життєвих завдань особистість виразно інтенціюється і стає оповідачем. Перебуваючи в стані нарації, вона створює та ретранслює певні історії, серед яких домінують тексти про власне життя. Кожен наратив є частиною соціально-історичного та індивідуально-психологічного контексту, в якому особистість вибудовує себе і свій життєвий світ. Важливий також і контекст самого оповідання, тобто позиція оповідача, конкретна ситуація породження наративу, наявність певного слухача тощо.

Життєва історія людини зазвичай є не лише описом пройденого життєвого шляху, а й співвідношенням минулого з майбутніми життєвими горизонтами. Саме очікуване майбутнє у вигляді актуальних життєвих завдань забезпечує єдність і цілісність біографії людини.

Однією з найважливіших характеристик життєвих завдань є “сенсовість”, ціннісність, відповідність значущим особистісним смислам.

Будуючи свій життєвий світ, моделюючи перспективи власного життя, особистість відповідним чином ієрархізує свої інтенції, бажання, наміри. Смыслову сферу особистості утворюють передусім переживання ключових цінностей, що превалюють на даному етапі життя, акумулюючи важливі тенденції вибору напрямку самореалізації.

Сенс певного життєвого етапу виникає з проживання людиною цього етапу. Він нікому не дається безпосередньо, завжди залишаючись не пізнаним до кінця, таким, що потребує від особистості певних зусиль, активного пошуку. Людині доводиться прориватися до власного сенсу через безсенсовість повсякденного існування, доростати до нього. Конструюючи за допомогою життє-

вих завдань новий напрямок життєвого шляху, вона генерує нові сенси.

Сенсові утворення контекстуально обумовлені, включені у різні ситуативні, особистісні, інтерперсональні контексти. Вони непідвладні прямому самоконтролю, довільній вербалізації, безпосереднім впливам як ззовні, так і зсередини. Але опосередковані впливи сучасності, в якій перебуває, яку творить особистість, безумовно, простежуються. Японський, бельгійський чи український життєві контексти, безперечно, є якісно різними, і молода людина, що формує себе в кожній із цих країн сьогодні, по-різному прогнозує власне майбутнє.

У контексті постмодерністського світогляду сенси – це завжди щось невизначене і, відповідно, плинне, змінюване, динамічне. Як підкреслював Ж. Деррида, сенс містить не саме слово, а слово в контексті. Двох абсолютно однакових контекстів не буває, і тому точний сенс будь-якого слова – це завжди щось невизначене і потенційно інше; те, з приводу чого варто вести діалог між кількома співрозмовниками або між автором і читачем. На думку Дж. Брунера, із середини 70-х років ХХ століття відбулося зрушення соціальних наук у бік інтерпретативної позиції, коли сенс стає центральним поняттям, що тлумачить світ.

Отже, життєві завдання відтворюють, екстраполюють, конкретизують значущі й актуальні для особистості сенси. Не проявившись у конкретному життєвому завданні, сенс залишатиметься латентним, недостатньо усвідомленим і, відповідно, недієвим. Лише будучи артикульованим у вигляді першочергового життєвого завдання, сенс надає безпосередньому плинові життя певної спрямованості, динамічності, конструктивності.

Наступна характеристика життєвих завдань – їхня передбачувана результативність, що складається з імовірності бажаного результату і його детермінованості.

Внутрішні і зовнішні умови життєвого завдання передбачають величезну кількість змінних, а результат, який очікується, має високий ступінь невизначеності. Ставлячи перед собою завдання, людина може планувати одне, а отримати зовсім інше, вважаючи, що завдання-таки виконане. В іншому випадку людина щось спланувала й отримала результат, але життєва ситуація під час реаліза-

ції завдання змінилася таким чином, що тепер вона вважає своє завдання невиконаним.

Найбільш результативними слід вважати завдання, що мають відносно високу ймовірність та є оптимально, гнучко детермінованими. Додамо, що за умови високої особистісної значущості, смислової наповненості деякі завдання можуть набувати результативності навіть при низькій стартовій ймовірності.

Ще один важливий вектор, що визначає специфіку життєвих завдань, – це їхня новизна, креативність. Саме нові завдання найбільшою мірою сприяють просуванню особистості вперед у саморозвитку та реалізації власного потенціалу. Завдяки їм життя стає дедалі наповненішим і продуктивнішим. Але творчі завдання завжди є проблемними і нелегкими. Для них характерний дефіцит визначеності. І все ж зріла особистість нечасто ставить перед собою рутинні життєві завдання, які мають чіткий алгоритм вирішення і добре прогнозований результат. Такі несамостійні “напівзавдання” характерні для раннього юнацького чи похилого віку.

Але не завжди висока новизна є однозначно позитивною характеристикою завдань, які людина ставить перед собою. Життєве завдання, що відрізняється несподіваною, необґрунтованою новизною, “провисає” в повітрі, якщо не спирається на набутий досвід. Йому не вистачає більш-менш знайомого чи схожого на знайомий алгоритму, щоб мати шанс втілюватися. До того ж його прогностична сила не є високою. Надмірна оригінальність, з якою інколи підходять до постановки завдань, знижує їхню продуктивність.

Наступний вектор, без якого характеристика життєвих завдань не була б повною, – це вектор адекватності. Адекватність (яку використовуємо, спираючись на дослідження В. Е. Чудновським сенсу життя) передбачає реалістичність завдання та його конструктивність. Реалістичне завдання відповідає, з одного боку, наявним та перспективним умовам життя, а з другого, внутрішнім можливостям людини, що його перед собою ставить. Конструктивність завдання відтворює його позитивний вплив на особистісне самоконституювання [Чудновский, 2006, с. 9].

Життєві завдання мають також характеристику відкритості-закритості, якщо користуватися термінологією Ю. Козелецького. Під відкритими маються на увазі рішення про-

блем, коли не задані варіанти вирішення. Закриті описуються як прийняття рішення через вибір з наявного переліку альтернатив.

Життя постійно ставить перед людиною ніби відкриті завдання, що передбачають нетипові, оригінальні, індивідуалізовані рішення. Навряд чи трапляються у повсякденності заздалегідь готові, чіткі варіанти майбутнього рішення. Рідко відразу вимальовується альтернатива з двох варіантів. Частіше ми опиняємося перед віялом численних способів структурувати майбутнє. Інша річ, що під час “дозрівання” планів на майбутнє людині звичайно хочеться звузити первинне віяло життєвих траєкторій до більш конкретних варіантів розгортання подій, тобто перетворити чергове завдання на закрите.

Людині кожного разу потрібно самостійно конструювати для себе смислові критерії, за якими вона порівнюватиме альтернативи. Під час “дозрівання” життєвого завдання ми зупиняємося на все більш конкретних, реальних альтернативах і, таким чином, спочатку відкривши завдання, тепер робимо його вторинно закритим. Ця нова закритість принципово відрізняється від первинної, заданої ззовні. Вона є суб'єктною, віднайденою самостійно.

Отже, завдання структуруються, змінюючись у діапазоні від повної зовнішньої закритості (коли все диктується незалежними від людини обставинами) чи непомірної зовнішньої відкритості (коли незбагнені можливості заважають кристалізації найголовнішого бажання) через відкритість вибірково, часткову до завершальної внутрішньої закритості. На цій останній фазі людина вже готова обрати одну з найреальніших і найважливіших для неї альтернатив.

Ще однією значущою характеристикою життєвих завдань є енергетична наповненість, енергоємність, що виражається в їхній динамічності та довготривалості.

За критерієм статичності-динамічності життєві завдання (як і педагогічні, про які пише В. М. Чернобровкін) належать до категорії виразно динамічних. Як життєві умови ніколи не перебувають у статиці, так і сама особистість, яка ставить перед собою відповідне завдання, постійно змінюється, розвивається, модифікується. Так і її завдання, що спрямовують на певному етапі життя саморозвиток, постійно уточнюються, коригуються, редагуються.

Додамо, що енергетична наповненість завдань великою мірою залежить від їхньої цінності, тобто від того, наскільки зна-

чуший смисл буде наближено в результаті реалізації певного завдання. Водночас “сенсовість”, ціннісність завдань теж визначається їхньою енергоємністю, як і відкритістю чи адекватністю.

Таким чином, основними характеристиками життєвого завдання, що є рухливими компонентами його ацентрованої, змінюваної, неієрархічної структури, слід вважати змістовність, результативність, новизну, адекватність, ступінь відкритості та енергоємність. “Пульсуюча конфігурація” життєвого завдання (якщо користуватися визначенням ризомної структури М. О. Можейко) передбачає в будь-який момент часу зміну взаємозв’язків між позначеними компонентами. Зрілість полягає в орієнтації на все більше наповнення життя глибоким смислом, і тому особистість наважується на все більш творчі завдання, які завжди є проблемними і нелегкими. Дефіцит визначеності, характерний для творчих завдань, зменшується, коли людині вдається внести уточнення в умови вирішення завдання, докладно дослідити “поле”, на якому вимальовується фігура завдання.

Отже, серед характеристик життєвих завдань слід назвати змістову наповненість, відповідність моделей майбутнього актуальним особистісним сенсам. Екстраполюючи на майбутнє значущі для особистості сенси, життєві завдання великою мірою стають не просто “сенсоносіями”, а й “сенсовідкривачами”.

Щоб перетворитися на “сенсовтілювачів”, завдання мають бути не лише поставленими, а й виконаними, тому ймовірність бажаного результату та його оптимальна, гнучка детермінованість визначають їхню результативність.

Творчий, нерутинний характер життєвих завдань зумовлює їхню новизну, неоднозначний алгоритм вирішення. Надмірна новизна завдань може знижувати їхню продуктивність.

Така характеристика життєвих завдань, як адекватність, передбачає їхню реалістичність (відповідність умовам життя і внутрішнім можливостям людини) та конструктивність (здатність сприяти подальшому особистісному самоконституюванню).

Слід враховувати також таку характеристику життєвих завдань, як відкритість, коли готові варіанти майбутнього рішення не задано. Людині треба самостійно їх конструювати, щоб пізніше обрати одну з найреальніших альтернатив.

Важливою характеристикою життєвих завдань є енергетична наповненість, що визначає ступінь їхньої динамічності. Якщо завдання достатньо енергоємне, людина здатна спрямовувати свою життєдіяльність на його виконання протягом тривалого часу.

1.4. Завданнєві наративні практики самоконституювання особистості

Будучи інструментом саморозвитку, розгортання свого потенціалу, особистість конструє себе у власному життєвому світі і водночас перетворює, видозмінює соціум. Людина не просто знаходить свій готовий світ; вона має його протягом життя будувати, перебудовувати, відбудовувати, оволодіваючи минулим, теперішнім, майбутнім і координуючи відповідно до просторово-часових координат власну повсякденність.

Об'єднуючи, осмислюючи, організовуючи окремі життєві епізоди, людина набуває досвіду, без якого моделювання майбутнього навряд чи можливе. Вона певною мірою асимілює культуру, використовує її для індивідуальної життєтворчості, розповідаючи про себе, формуючи, можливо, надто суб'єктивний, прикрашений, ускладнений чи спрощений текст свого життя.

Для В. Франкла людське життя загалом є завданням. Завдання змінюється не лише від людини до людини відповідно до особистісної своєрідності, а й від часу до часу – відповідно до неповторності ситуації. Цінності чекають на момент, коли настане їхній час, коли неможливо буде пропустити неповторну можливість їх реалізувати.

За Е. Еріксоном, нове життєве завдання – це низка виборів і випробувань. Це криза, яка може завершитися успішно або завдати шкоди життєвому циклу, що загострить наступну, майбутню кризу [Еріксон, 1996, с. 454].

У життєвому русі створюється специфічна детермінація, яка особистісно опосередковує залежність попереднього і наступного

етапів життя. “Особистість виявляється спроможною збільшити час життя, помножити соціальний час на часовий потенціал свого розвитку” [Абульханова-Славская, 1991а, с. 139]. Збереження свого життєвого завдання, попри будь-які зміни, забезпечує певний смисловий зв’язок між минулим, теперішнім і майбутнім.

Незважаючи на чималу кількість досліджень, присвячених життєвим завданням, поки що не досить зрозумілою є їхня роль у смислового структуруванні майбутнього. Відповідно, важливо проаналізувати життєві завдання як футурологічний наратив, що певним чином означає, наближає, приборкує людське майбутнє.

Особистість і її життєвий світ є складною самоорганізованою системою. Джерелом зрілості особистості є нерівноваженість, тоді як надто сильні інерційні зв’язки можуть призводити до зупинки в розвитку цієї складної системи і навіть її загибелі. Лише в бурхливих періодах життя, коли з якихось причин втрачається така рівновага, особистість має змогу побачити свій життєвий світ таким, яким вона його побудувала. У нерівноваженій системі стають можливими унікальні події і флуктуації, що сприяють розширенню масштабів системи, підвищенню її чутливості, виникненню нової життєвої перспективи і, відповідно, постановці нового життєвого завдання.

Людина структурує своє теперішнє під впливом нових професійних досягнень, значущих стосунків, появи дітей тощо. Кризи, втрати, зради, інші болісні події також стають стимулами такого структурування, підштовхуючи до переосмислення свого життя і власної ролі в ньому. Певні соціальні (культурні) травми як прояв у свідомості людей дисфункційних наслідків корінних соціальних змін, які драматично вплинули на їхнє життя, що їх П. Штомпка пропонує називати “травмами трансформації” (див.: [Фреик, 2006, с. 10–11]), теж стають підвалинами нових переструктурувань часу життя.

Час є дуже жорстко обмеженим життєвим ресурсом. Усвідомлення його швидкоплинності, необоротності допомагає особистості відчутти відповідальність за своє життя, що звучить як потреба до певного віку, до якогось значущого етапу чогось досягнути, щось реалізувати, кудись устигнути.

Майбутнє проясняється, коли з’являються нові перспективи, посилюються певні життєві домагання. Але чітко, поетапно струк-

тування майбутнього передбачає появу саме життєвих завдань, які актуалізуються, переосмислюються, редагуються під час кардинальних змін у житті, у ході переживання доленосних подій, у результаті запланованої чи випадкової зміни курсу руху.

При постановці життєвих завдань ураховуються не тільки особистісні, а й соціальні перспективи. Ідеться про органічне включення індивідуального життя в реальний соціально-історичний контекст. Своєчасність життєвих завдань передбачає їхню відповідність не лише логіці побудови себе, самоконструювання, а й зовнішнім очікуванням, прийнятим у конкретному соціумі суспільним нормам. Створюючи текст свого життя, людина означає, в який термін має вкласти, щоб не відстати від однолітків, своєчасно пройти проміжні вікові старти.

Завдання завжди визначають і суб'єктивний зміст, глибинну цінність майбутнього процесу життєздійснення, і зусилля особистості, спрямовані на саморух, саморозвиток, розгортання потенціалу.

Зовнішніми умовами оптимального життєвого завдання стають так звана удача, готовність середовища, спроможність оточення допомогти, підтримати, інші сприятливі обставини, що ніби запрошують людину до його реалізації. Серед внутрішніх умов слід назвати насамперед психологічну готовність людини до втілення своїх найпотаємніших і найважливіших інтенцій, які мають змінити її життя. Ось як про це пише М. Турнье: “Якась відцентрова сила виштовхує назовні мрії, видіння, плани, фантазії, бажання, нав'язливі ідеї, що живуть у мені. Те-бо, що не існує, – претендує” [Турнье, 1999, с. 143].

Коли людина ставить перед собою слушне завдання, вона зважає на можливості його реалізації, ситуаційні змінні, свої сили, інші внутрішні детермінанти. Адекватні завдання сприяють не лише продуктивності, успішності, а й побудові цілісної позитивної Я-концепції, стійкому суб'єктивному задоволенню із життя. Трапляється й протилежна ситуація, коли постійно виникають якісь зовнішні і внутрішні обмеження, завади, перешкоди, що свідчить про несамостійність завдання, його надмірну складність або несвоєчасність.

Життєве “озадачування” має стратегічний і тактичний аспекти. Стратегічні завдання визначають глобальні за перспективами і

масштабні за змістом завдання. Тактичний аспект передбачає операціоналізацію завдань відповідно до суспільно-економічної ситуації, реальних умов життя, власних можливостей, передбачуваних ускладнень, несподіваних перешкод та очікуваних, змодельованих результатів.

І все ж таки ми ніколи не можемо гарантувати наближення певного майбутнього, хоч би які адекватні життєві завдання не ставили. Адже майбутнє завжди невизначене і неконтрольоване, і тому нам потрібна довіра до нього. Для соціальної сфери взагалі характерний значний ступінь невизначеності і неконтрольованості: як в епістемологічному відношенні – ми ніколи не знаємо точно про Іншого, оскільки він принципово “інакший”, не такий, як ми, так і в онтологічному плані – людські дії недетерміновані, “вільні” [Фреик, 2006, с. 11].

За П. Штомпкою, довіра є ставкою щодо майбутніх непередбачуваних дій інших. Довіра складається з таких компонентів, як особливі очікування щодо поведінки іншого в майбутній ситуації та переконання, упевненість у дії (ставка). Наприклад, чоловік вірить, що ця дівчина буде хорошою матір'ю (довіряє їй), і тому він одружується (ставити на неї). Недовіра є дзеркальним відображенням довіри. Це теж ставка, але негативна, коли людина очікує від інших якихось шкідливих, поганих, невігідних дій щодо себе. Термін “безвір'я” пропонується використовувати для нейтральних ситуацій, коли людина не має ані довіри, ані недовіри. Таке трапляється в проміжній фазі побудови або втрати довіри [там само, с. 11].

Ставлячи перед собою життєве завдання, людина довіряє собі та своєму оточенню, ніби виносячи ризик за дужки. Якщо вона буде постійно думати про те, що станеться, коли близькі люди вчинять не так, як вона собі планує, що хтось не виправдає довіри, зрадить, вона ніколи не наважиться самостійно визначати напрям руху, бажаний зміст свого майбутнього життєвого етапу. Тоді залишається плисти за течією, говорячи про власну чутливість до небезпеки, інтуїтивне передчуття неприємностей та цінність спонтанності.

У сучасному світі “профіль ризику” (термін Е. Гідденса) й об'єктивно, і суб'єктивно виражений дуже сильно. Теоретики пізнього модерну навіть пропонують говорити про “суспільство ризи-

ку” (У. Бек), у якому незнані й непередбачувані наслідки діяльності стають головною рушійною силою історії та суспільства. Саме в такому соціумі довіра стає “способом примиритися зі складністю майбутнього” (Н. Луман) [там само, с. 12].

Рішення довіряти приймається зазвичай з урахуванням культурного контексту, норм, які його заохочують або гальмують. Довіряючи собі, своєму світові, найближчому оточенню, певним соціальним ролям (дружина-чоловік, мати-батько) та інститутам (університетові, церкві), людина ніби розширює радіуси довіри, вибудовує піраміди довіри, що дає їй змогу сміливіше наблизити власне майбутнє. Довіру можна розглядати як характеристику стосунків, що сприяє співпраці, і як стійку рису особистості – фундаментальну довірливість.

Структурування майбутнього, яке відбувається шляхом постановки життєвих завдань, передбачає як наявність певного рівня довіри до нього, так і відповідну готовність минулого, його осмисленість, інтерпретованість, створення специфічних наративних структур, що людина накладає на свій досвід, оформлюючи його за законами художнього тексту. Так складається, наприклад, “нарратив стабільності” – оповідання про себе, у якому події трактуються таким чином, що самооцінка оповідача залишається незмінною і майбутнє бачиться як продовження знайомої лінії життя, або “нарратив прогресу” – оповідання, у якому йдеться про бажані зміни. А буває, людина складає так званий “нарратив регресу”, де передбачає погіршення ситуації, інколи навіть пророкує катастрофічне розгортання подій і, відповідно, падіння самооцінки, зниження самоповаги, втрату самоприйняття (див.: [Socor]).

Як зазначає І. Троцук, нарративи чутливі до часового модусу людського існування, вони впорядковують події, дії і переживання в єдиний зв’язний сюжет. Завдяки їм особистість не залишається чимось стабільним, незмінним, а є постійно змінюваною в ході комунікації та самопрезентації ідентичністю, яка завжди “осюжетнює” свій життєвий досвід.

Варто додати, що осюжетненню певною мірою підлягають і життєві перспективи. Наратив про теперішнє і минуле стає водночас нарративом про майбутнє, моделюючи відповідним чином і життєвий світ, і саму особистість із її ідентичністю. Події нарративу далеко не завжди вишиковуються лінійно-хронологічно, оскільки

варіантів інтерпретацій, як і варіантів розгортання подій може бути багато. Через життєві завдання, що їх людина собі ставить, вона орієнтується в спектрі варіантів майбутнього, обираючи той із них, який вважає за найбільш наповнений потенційним сенсом.

Життєві завдання можуть визначитися як спосіб вибіркового втілення, реалізації найважливіших для людини і найреальніших у контексті ситуаційних змінних форм самопрогнозування. У завданнях більш-менш гнучко взаємодіють внутрішні прогностичні схеми, що спираються на відрефлексований у наративах досвід, та актуальні ситуаційні змінні, ті несподіванки, що завжди приносить плін життя.

Кожний новий за змістом етап самопобудови, самоконструювання, етап розгортання власного потенціалу розпочинається з постановки нових завдань. Так відбуваються зміни себе і свого життєвого світу в теперішньому під впливом власного минулого, якщо набутий досвід усвідомлено, наративізовано. Водночас наративізуються й майбутні трансформації життєвого світу, які очікуються. У наратив включаються також прогнозовані впливи далекого і близького оточення, соціокультурний та інтерперсональний контексти.

Отже, самоконструювання, яке планується й розгортається шляхом постановки життєвих завдань, відбувається в психологічному просторі, просторі стосунків і психологічному часі, ціннісному часі життя. Психологічний простір синтезує в собі простір соціальний (культура, нація, етнос, релігія) і простір приватний, особистий. Психологічний час зіставляється з тривалістю життя і можливою самореалізованістю, ступенем вияву себе, своїх потенцій, мірою саморозкриття, самоактуалізації.

Взаємно впливаючи одне на одне, структурується як час життя, так і простір значущих стосунків, простір взаємодії. Відповідно до стратегічного бачення майбутнього етапу життя хтось набуває для людини нового статусу, наближаючись або віддаляючись. На структуру майбутнього впливає також тип обраного, свідомо чи неусвідомлено, наративу, комедійний, трагедійний чи якийсь інший жанр оповідання.

Текстовий час, представлений у життєвому завданні, має, як мінімум, три виміри: об'єктивний (календарний), концептуальний (подієвий) та перцептивний (емоційно-експресивний) [Луман, 2004, с. 53]. Не забуваймо, що за законами побудови оповідання

текст про своє майбутнє має рухатися від зав'язки до кульмінації і якогось бажаного проміжного фіналу, завершення, а також коди. Кода ніби повертає в сьогодення, допомагає побачити причинно-наслідкові зв'язки, ті сьогоднішні дії, переживання, висновки, з яких непомітно починається втілення намічених планів, реалізація домагань, досягнення прагнень.

І цей особливий часовий вимір, сюжетний вимір нарації також має свій вплив на осмислення, формулювання і виконання життєвого завдання. Події, які можуть здаватися ніяк не пов'язаними одна з одною, у розповіді про себе у своєму бажаному майбутньому якось раціонально чи ірраціонально поєднуються; елементи, що здавалися незалежними, впливаються в єдине ціле. Розпливчасте, невиразне майбутнє починає проявлятися, проступати ніби на екрані чи малюнку, дедалі виразніше вимагаючи від людини вже сьогодні певних дій для свого втілення. Так вдалий сюжет наче заряджає своєю енергетикою, його динаміка, його плин стимулює, підхоплює, підганяє людину, і життєве завдання починає втілюватися.

Аби поставити перед собою адекватне своїм потенційним можливостям, життєвим домаганням, соціальним очікуванням життєве завдання, людина має дорости до достатнього рівня нарративної компетентності, яка формується з віком. Історія про своє життя, як правило, включає оцінний та оповідальний компоненти, і якщо оцінний набуває більшої питомої ваги, краще усвідомлене, засвоєне і структуроване теперішнє дає змогу чіткіше й конкретніше уявити собі майбутнє. Розгорнута каузальна аргументація стає орієнтиром для закинутих у завтрашній день, передбачуваних ланцюжків подій.

Коли людина вчиться втілювати свої несподівані бажання, ірраціональні почуття, швидкоплинні фантазії та туманні мрії в послідовну розповідь, вона створює додаткові ступені свободи для життєвого вибору. На думку О. В. Улибіної, якщо почуття втілено в слова, вибудовується дистанція щодо відображеної у мові реальності, що припускає варіативне, неоднозначне ставлення до неї [Улыбина, 2001, с. 63]. Лише відокремивши себе від своєї подієво насиченої життєвої історії, почувши її зі сторони як чийось розповідь, людина відчуває себе в змозі взяти на себе відповідальність за реалізацію поставленого життєвого завдання.

Для наративно компетентної людини її досвід завжди неоднозначний, не до кінця зрозумілий, повний суперечливостей та можливостей нового бачення. Як у класичному фільмі японського режисера Куросави “Расемон” немає єдиної версії подій, що сталися з подружньою парою в лісі під час зустрічі з розбійником, і глядачеві пропонуються щораз інакші бачення трагедії, так і в реальному житті нові життєві контексти пропонують свіжі інтерпретації минулого і, відповідно, нове бачення майбутнього.

У постановці життєвих завдань на певному етапі екстерналізації головним стає символічний зміст: “Щоразу, коли щось невидиме здається невмотивованим, здоровий глузд кидає в бій важку кавалерію символу... оскільки він поєднує зриме з незримим під знаком кількісної рівності (одне значить інше) ...позаяк це щось значить, воно перестає бути таким небезпечним” [Барт, 2000, с. 130–131].

Завдяки символізації у невизначене майбутнє вноситься хоча й метафорична, але все-таки ясність. Фабула, тобто сукупність подій, що очікуються в майбутньому, поступається місцем перед сюжетом як частковим, вибіркоким, авторським баченням фабули відповідно до чергового життєвого задуму та нового способу інтерпретації набутого досвіду.

Таким чином, особистість є оповідачем, постійно перебуваючи в стані нарації – стані створення та ретрансляції певних історій, серед яких домінують тексти про власне життя. Кожний наратив контекстуально зумовлений, тобто він є частиною соціально-історичного та індивідуально-психологічного контексту, у якому особистість будує себе і свій життєвий світ. Важливим є також контекст самого оповідання, тобто позиція оповідача, конкретна ситуація породження наративу, наявність певного слухача тощо.

Наративи життєвого досвіду, інтерпретуючи минуле, осмислюючи теперішнє та передбачаючи майбутнє, моделюють індивідуальний життєвий шлях людини. Життєві завдання є енергомісткими, цілеспрямованими футурологічними наративами, які складаються під час завершення чергового життєвого етапу з метою планування етапу наступного, що передбачає пошуки нового сенсу, нового якісного наповнення процесу життєздійснення.

Підґрунтям оптимального футуристичного наративу стає відповідний рівень довіри до неконтрольованого майбутнього, що

врівноважується проінтерпретованістю, засвоєністю, усвідомленістю минулого, створенням на основі набутого досвіду усталених нарративних структур. Завдяки життєвим завданням людина має змогу вибрати серед цілого спектра варіантів майбутнього той, що є для неї найбільш наповненим потенційним сенсом.

Структуруючи майбутнє шляхом вибору головної теми автобіографічного нарративу, людина враховує такі конститутивні площини життя, як часова, просторова, жанрова та сюжетна. Адекватно поставлені життєві завдання передбачають певний рівень нарративної компетентності особистості.

1.5. Моделі завданнєвого структурування майбутнього

Принциповим для розуміння специфіки структурування особистістю майбутнього є питання про її готовність до ситуації життєвої невизначеності. Особистість сьогодні живе у колажованому культурному просторі – стикається з тотальною незаданістю та відносністю ціннісних орієнтирів. Вона змушена постати перед життєвою хаотичністю та відкритістю безлічі можливостей, кожна з яких визначає життя за принципом ісономії – “не більш так, ніж інакше” [Можейко, 2001]. Останнє приводить до очевидності вихідної асемантичності життя та проблематизує критерії життєвих виборів. На перший план виходить здатність особистості деконструювати наявну картину світу з тим, щоб перейти до наступної, тимчасово відмовитися від гарантій власної присутності, вступити у світ невідомого. Переживання, викликане відмовою від константної смислової структури, ізоморфне екзистенційному переживанню смерті та супроводжується відповідним страхом. Таким чином, індивідуальна модель структурування життя, в якій займають своє місце і життєві завдання, залежить від життєвої віри (як довіри до переходу в невідоме майбутнє, покладання смислу за межами відомого), досвіду життєвого реконструювання (що уможливорює набуття людиною певної швидкості життєвих змін, забезпечення її

динамічної цілісності) та жорсткості інтерпретативної системи, що підлягає деконструкції.

Іншою визначальною ознакою життєструктурування в описаних соціокультурних умовах є те, що людина здатна зафіксувати смисл, який вислизає, повернути його собі, знову зустрітися з ним лише в процесі життєвої розповіді, надаючи йому ім'я в тексті наративу. Діалогічна природа наративу передбачає маркування життєвої ситуації, означення події. Діалог зі світом здійснюється як адресованість життєвої розповіді Іншому, який покладається в певному інтерпретативному (культурному) масштабі. Інакше кажучи, кожна історія життя присвячена якомусь Іншому як читачеві, пишеться перед його обличчям та задає систему відліку, в межах якої активізується спрямованість особистості в майбутнє, а події життя набувають сенсу. Сукупність таких систем (здатність особистості до діалогу з читачами різного масштабу) визначає контексти життєструктурування, вектори життєвого руху. На зміну нерухомим, онтологічно заданим точкам приходять множинність ліній.

Разом з тим діалог передбачає і зворотний зв'язок, який людина отримує у формі контекстуального досвіду. Це дає їй можливість переосмислювати та розширювати інтерпретативні межі, визначати нові маркери життєвого обр'ю. З останнього необхідно випливає, що контексти інтерпретації життя та їх просторово-часові межі також не є заданими та статичними – це лінії, що рухаються. Неперервність переосмислення, перерахування і переписування подій минулого та майбутнього, перевизначення смислових маркерів і забезпечує процесуальність життя. Структурування життя реалізується як послідовність контекстуального застосування та переосмислення пояснювальних структур. Осмисленість, таким чином, постає як ситуативна практика (практика нарації), в процесі якої у світлі актуалізованих смислів відкривається життєва транспектива.

Але яким чином настільки конкретна форма життєвого моделювання, як завдання, може бути вписана в таку динамічну і принципово нестабільну систему життєструктурування? Щоб відповісти на це запитання, звернімося до змісту концепту життєвих завдань. Життєві завдання як завдання, які вирішуються шляхом чергового смислоутворення або смислокоригування, як енергоємні, цілеспрямовані футурологічні наративи (Титаренко Т. М.), є енергетичними

процесуальними складовими відповідних векторів життєвого руху. Вони дають особистості змогу просуватися життям (розгортати свої історії) через спрямованість на певні цілі. Завдання вказують на актуально відкритий для огляду обрій кожного з векторів, на той поворот сюжету кожної життєвої історії, який із сьогоdnішнього дня виглядає як найдавший з можливих, і який задає своєрідний смисловий “азимут” життя.

Як уже зазначалося вище, одиницею нарративної актуалізації смислу, маркером життєструктурування є подія. Найбільш смислоємка подія майбутнього в межах кожного з контекстів життєструктурування якраз і дає змогу визначити “проміжні фінали” її автонаративів. Маркерна функція цієї події (функція позначення обрїю) може бути визначена як життєве домагання, тоді як її конкретний вписаний у ситуацію певного контексту зміст озадачує людину, вимагає від неї моделювання руху. На відміну від домагання як прагнення досягти обрїю, що постійно віддаляється, відкриваючи людині новий простір для життєконструювання, завдання є тією формою просторово-часової фіксації, завдяки якій людина усвідомлює майбутню життєву ситуацію та шлях до неї, пов’язує сьогоdnення і майбутнє в цілісну лінію (одну з ліній).

Отже, життєві завдання є одним з механізмів життєструктурування, що спрямовує творчу активність особистості (її життя) у майбутнє. Завдання – це суб’єктивно спроекований трек до певної події майбутнього, який визначається змістом останньої. Для різних ситуацій життя, в залежності від того, який з його “читачів” є найбільш актуальним (до діалогу зі світом якого масштабу особистість є найбільш готовою та схильною), можна говорити про провідний вектор життєвого руху, найбільш сповнену потенційного смислу подію майбутнього, головне завдання.

Значною опорою у вибудовуванні послідовності життєвих завдань завжди були культурні традиції (національні, сімейні, релігійні, професійні тощо). Особистості пропонувалися готові ланцюжки життєвих завдань як необхідних елементів, взірці успішних, завершених і внутрішньо неконфліктних (цілісних) сюжетних ліній, своєрідні матриці долі, що приписувалися кожній соціальній позиції. Поряд із цим завжди знаходилися ті, хто наважувався вийти за межі конкретної ролі, відділити смисли від однозначно визначених ситуацій їх утілення. Так чи інакше, у традиційному суспіль-

стві було неможливо не помічати рольової розмітки життя, можна було жити або у відповідності до неї, або всупереч їй, тобто в усякому випадку відносно неї.

Сьогодні ж взаємопроникнення несумісних культур (традиційних систем) призводить до того, що типові цілісні історії життя деабсолютизуються, розколюються, втрачаючи свою легітимацийну силу. Зовнішній порядок більше не гарантує гармонійності співіснування життєвих завдань, не вишиковує їх у часі як закономірну послідовність. Життя стає гетерономним – одночасно викидає людині пучок можливостей, які збігаються в часі і просторі. Успішність фіналу однієї історії часто виключає можливість бажаного фіналу іншої, життєві завдання стають небезпечними одне для одного у своїй конкурентній боротьбі за право визначати актуальний напрямок життєвого руху.

У цьому світлі найбільш важливим виявляється вміння людини не структурувати своє життя жорстко, залишати за ним право на невизначеність, зберігаючи при цьому його осмисленість і спрямованість у майбутнє. Проблематизоване вище питання про індивідуальні моделі завданневого структурування майбутнього постає як питання про способи означення обрєвової події, про жорсткість її просторової та часової фіксації і структурувальну (захисну) навантаженість. Полюси такої навантаженості можна позначити як подію-догму (подію-якір) та подію-можливість (подію-маяк), причому остання покладається аж до абсолютної можливості невідомого, коли кристалізований смисл не прив'язується до конкретної ситуації, не вбудовується у структурну модель, а відчувається, передчувається, переживається. Завдання, спрямовані на подію-догму, жорстко детермінують активність особистості і мають набагато менше шансів одночасно ужитися в одному життєвому просторі. Тоді як можливості (навіть ще або вже не зреалізовані) залишають для людини відкритими всі вектори життєвого руху.

Таким чином, життеструктурування, лояльне до просторової та часової нетотожності, на рівні завданневого структурування майбутнього постає як динамічне подієве структурування, закладання людиною нефінального фіналу історії свого життя. Воно передбачає наявність життєвих смислів, які б містили ресурс плюральної інтерпретації (смислів надіндивідуального масштабу), що зберігають завжди-можливість переходу в метаситуацію та мають

ресурс відновлення в часі (знову-зустрічі і впізнавання після розриву). Наявність або відсутність таких метасмислів зумовлює принципове ставлення людини до невідомого майбутнього і жорсткість її семантичної життєвої моделі, яка невідомому протиставляється.

Основним змістовим виявом динамічного структурування майбутнього постає свобода розгортання інтертекстуальності – діалогу Я-тексту і тексту культури. Такий діалог реалізується у формі інтеграції в пояснювальну життєву модель нового досвіду та відсування її меж, що визначає переживання людиною власної динамічної цілісності як руху смислу в часі або побудову механізмів імітації такого руху.

Як показують результати наративного дослідження подієвого структурування майбутнього [Черемних, 2008], організованого за диференційованими вище критеріями, таке структурування може набувати дев'яти основних форм.

Примітивні моделі подієвого структурування майбутнього демонструють досліджувані, які не мають цінностей надіндивідуального масштабу навіть на рівні ідеї; вони декларують споживацькі дефіцитарні цінності і дійсно керуються ними. У цьому випадку життєва розповідь набуває форми переліку бажаного, її навряд чи можна охарактеризувати загальним жанром, оскільки йдеться не про зміни героя і ситуації в часі та просторі, а скоріше про реєстр позицій під загальним заголовком “хочу, щоб було”, що зумовлює низький рівень особистісної включеності та активності наратора.

У такій розповіді не йдеться про завдання, події в ній зазвичай означаються як предмети бажання з акцентуванням переважно на кількісних або псевдоякісних характеристиках, що узагальнюють стереотипізовані уявлення про “достатній рівень” або “нормальне життя”. Кількісну сторону запиту тут можна охарактеризувати як помірковану (“прожити без негараздів”). Відповідні досліджувані демонструють низьку теоретичну активність – слабку розгорнутість ненаративних компонентів тексту (нема чого пояснювати та обґрунтовувати, оскільки все очевидно і “загальновизнане”, задане) та середній рівень жорсткості формулювань при описі подій (виняток становлять ті випадки, коли опис стосується конкретно визначеного предмета із заданими параметрами, але і в цьому випадку його вибір не є безальтернативним). Для розповіді в межах примі-

тивної моделі типовим є нейтрально-позитивне емоційне тло при помірній емоційній напруженості.

У цілому відповідну модель структурування майбутнього можна було б співвіднести з метанаративом усередненого благополуччя. В її межах людина програє своїм життям культурно універсальний сценарій “пересічності”, лінійності якого не загрожує нічого, окрім розчинених в інформаційному просторі “наймодніших” ідей, яких така людина сторониться, бо вони є виявом крайностей і загрожують стабільності. Незважаючи на вихідну бідність діалогу з культурою через вузькість інтерпретативних меж та слабкість мотивації розвитку, в означеній наративній структурі немає компонентів, які б повністю блокували асиміляцію нового досвіду – вона залишається відкритою до трансформацій.

Досліджувані, які структурують майбутнє в межах *моделей нігілістичного скепсису*, також декларують цінності на рівні примітивної мотивації, але в цьому випадку ідея недефіцитарних цінностей є засвоєною і піддається скептичному запереченню. Припускаємо, що джерелом заперечення тут є сумнів у власній спроможності керуватися буттєвими цінностями у своєму житті.

Розповіді досліджуваних даної групи характеризуються агресивним і задалегідь захисним характером висловлювань, напруженим негативним емоційним тлом, їдкими критичними зауваженнями, широкими обґрунтуваннями, переконаннями, виправданнями. Теоретична діяльність тут значно переважає наративні компоненти, які позначаються лише умовно на початку бесіди. Далі людина ніби веде дискусію, захищаючись від уявного нападу. Основна функція ненаративних компонентів тексту може бути визначена як виправдання, що свідчить про неприйняття себе і тривогу неприйняття іншими й викриває самооцінковий характер переважної життєвої мотивації. При цьому примітивні цінності формулюються і мотивуються в оригінальній формі, а переважна частина аргументації зводиться до заперечення реальності будь-якої іншої мотивації (“насправді всі хочуть від життя лише цього”).

Блокування інтеграції надіндивідуальних цінностей через заперечення призводить до необхідності замісного смислоутворення, імітації життєвого руху. Саме цю роль перебирає на себе індивідуальне благополуччя, яке при цьому, незважаючи на агресивну декларацію, не приймається особистістю як достатній життєвий

смысл, у зв'язку з чим піддається постійному руйнуванню і набуває компенсаторних форм. Це виявляється у гіпертрофованих життєвих запитах та жорсткому їх формулюванні. Затискання себе у вужчій життєвій ситуації, ніж є знайомою (потенційно доступною і внутрішньо необхідною), постає своєрідним самопокаранням людини за неспроможність відповідати ситуації ширшій. Самоагресія, що блокує життєві завдання, релевантні внутрішнім можливостям, як визначальна риса такого способу подієвого структурування майбутнього віддзеркалюється і в агресії щодо світу, що суттєво ускладнює асиміляцію нового досвіду і робить модель фактично закритою для змін.

У межах радикальної форми нігілістичного скепсису запереченню піддається будь-яка життєва мотивація, а замісна гіперцінність не висувається зовсім. Відповідна форма структурування майбутнього постає як відмова від життєструктурування (відмова від життя, саморуйнування), що є поєднанням самозаперечення і заперечення світу.

Принципово відмінною від попередньої є модель *нарцисичного скепсису*, де на протигагу запереченню смислу життя в цілому особистість повністю делегує смисл власному “Я”. У цьому випадку заперечується можливість почерпнути ззовні щось нове, заперечується культура та блокується асиміляція нового досвіду. Діалог зі світом не відбувається, оскільки носій відповідної моделі переконаний у тому, що світ він уже осягнув і виявився більшим за нього. Це відмова від життєструктурування через ілюзію поглинання життєвої ситуації. Усе життя обмежується простором власного “Я”, у зв'язку з чим людина весь час перебуває в одній і тій самій статичній ситуації – ситуації себе.

Пояснення світу тут не є розгорнутим, оскільки “все зрозуміло і очевидно”; структура інтерпретації є апіорною. Тому співрозмовник (читач) або запрошується до визнання цієї очевидності і солідарності у зверхній критиці її елементів, або суб'єктивно класифікується як той, з ким не варто розмовляти, оскільки він “не розуміє”. Життєві завдання набувають у цьому випадку форми численних детальних наполеонівських планів – “виявів власного таланту”. Будь-які уточнення, що вимагають від такої людини зіставлення планів з реальними умовами, відкидаються як дрібниці, які не мають значення. За ознакою відсутності життєвого руху та

зміни життєвої ситуації таку модель життєструктурування, так само, як і нігілістичний скепсис, можна назвати статичною, а за ознакою її розриву з реальністю та ілюзії злиття меж власної особистості і меж світу – аутичною.

Четверта група моделей подієвого структурування майбутнього також характеризується статичністю та аутичністю. В її межах спостерігається відмова від життєструктурування, яка за збереження позитивного ставлення до світу набуває форми ілюзії розчинення у світі, злиття з ним. Таку модель ми назвали *розмитотою*. Відмова від життєструктурування тут суб'єктивно виправдовується причетністю до тотального недиференційованого блага (загальної любові, життєвої гармонії, природності...), при цьому гострота переживання ідеї зумовлюється не глибиною і складністю особистісного її наповнення, а захисним переважанням у сукупності із силою самої ідеї – її загальністю.

Цінність-замісник у цьому випадку має “макрокультурний” масштаб, що дає можливість носієві розмитоті моделі життєструктурування наповнювати життя смыслом, програючи метанаративний сценарій, який не підлягає деконструкції. При цьому відбувається руйнування вихідної пояснювальної моделі, людина ніби повертається в дитяче світосприйняття, коли простір і час необмежені і неподільні, – вона перебуває у стані, а не в процесі життя. Весь час життя стискається до моменту переживання, спостерігається абстрагування особистості від буденного життя та себе в ньому. Такі моделі життєструктурування ми розглядаємо як наслідок радикалізації певних “рольових” інфантильних моделей, про які мова піде нижче.

Висування гіперцінності як інструменту штучного смислутворення реалізується і в межах *замісних моделей* подієвого структурування. У випадку самооцінкового характеру переважної життєвої мотивації найбільш поширеним варіантом гіперцінності є статус як зовнішнє джерело ідентичності і підтримки самооцінки. Інструментами-атрибутами статусу можуть бути кар'єрна посада, рівень матеріального достатку, наявність статусних предметів, визнання успішності у виконанні соціально схвалюваних ролей (справжній глава сімейства, добра донька, порядний небайдужий громадянин тощо). Завдяки зовнішній динамічності та соціальному схваленню такої форми заміщення вона набагато рідше супрово-

джується скепсисом і самоагресією. При цьому залежно від рівня (і суб'єктивного змісту) соціальної бажаності декларовані цінності можуть набувати найрізноманітніших форм. Прикладом таких форм може бути “прикриття” статусних амбіцій (утілення яких пов'язується з посадою та заробітком) відповідальністю за благополуччя дружини або чоловіка, дітей, батьків, або “загортання” статусно навантаженої діяльності (наприклад, комерційної або пов'язаної з керуванням іншими) у форму соціальної значущості або творчої самореалізації і саморозвитку.

В усякому випадку за критерієм провідної життєвої мотивації всі ці способи подієвого структурування майбутнього є замісними. Вони універсально характеризуються засвоєнням, але неінтегрованою надіндивідуальних смислів унаслідок неінтегрованого досвіду переживання дефіциту прийняття-самоприйняття в минулому і блокування життєвих завдань, відповідних засвоєним цінностям. Такий досвід-якір регламентує майбутнє, не дає змоги довіритися його невідомості. Ситуація майбутнього тут постає як антиситуація минулого, життя набуває форми уникання страху неприйняття. При цьому усвідомлення невідповідності власного життя “високим цінностям” повністю ніколи не пригнічується. Носії замісних моделей життєструктування фактично конструюють альтернативну життєву історію, яка не втілюється у реальність. Останнє вторинно загострює тривогу, почуття власної неповноцінності і призводить до радикалізації гіперцінності, яка бере на себе роль імітатора смислу – замісника цілісності і присутності. Щоб переконати себе та інших у значущості смислу, який не має особистісного наповнення, людина вибудовує складні раціональні системи, що вимагає від неї чіткого, ретельного, детального структурування життя. Як і будь-який інший захист, такі моделі життєструктування є ригідними для змін, що виявляється у відкиданні життєвого досвіду, який їм суперечить.

У наративній розповіді означена специфіка виявляється у формальності та стереотипності формулювань подій-прикриттів та мотивувань їхнього значення, жорстких і конкретних формулюваннях подій, які дійсно відбивають зміст перевантаженого смислу, розгорнутих захисних агресивних обґрунтуваннях значущості цих подій, гіпертрофовано високих життєвих запитав, високому рівні активності досягнення бажаного, негативно-напруженому емоцій-

ному тлі наративної розповіді, “протидії” та “пробиванні” як метафорах взаємодії з майбутнім.

Можна сказати, що молоді люди з такою лінійною цілеспрямованістю в життеструктуруванні чують, але ігнорують голос культури, що, очевидно, призводить до латентного накопичення сумнівів, тривоги і циклічної радикалізації замісної моделі.

В окрему групу ми виділили досліджуваних, неінтегрованість надіндивідуальних смислів яких зумовлена браком життєвого досвіду (або неготовністю асимілювати досвід), який би зайшов у суперечність із ситуацією засвоєння цінностей на рівні ідеї або взірця і призивів до разототожнення цінностей з відповідною ситуацією, забезпечив би їх наповнення особистісним смислом.

Якщо для представників попередньої групи динамічність структурування майбутнього обмежувалася фіксацією на незмінній ситуації штучного смислоутворення, що поставала негативним відбитком ситуації минулого, то для досліджуваних, що демонструють *інфантильні моделі* життеструктурування, таке обмеження зумовлене недостатнім “знайомством” з реальними життєвими варіантами втілення цінностей, які було засвоєно в ході соціалізації (в тому числі і надіндивідуальних). У цьому випадку людина гостро переживає значущість цінності-ідеї, захоплюється нею, але цінність постає як складова нічії (абстрактної) або чиеїсь конкретно (взірцевої) життєвої ситуації. Події і, відповідно, модель майбутнього, що вони породжують, не мають прив’язки до часу і простору реального життя наратора – не є інтегрованими в його життєву ситуацію. Вони не вимагають іншого втілення, окрім утілення у віртуальному контексті гри.

Життеструктурування в цьому випадку постає як “гра у щось” (коли беззмістовна абстрактність цінності породжує безліч довільних суб’єктивних інтерпретацій її втілення) або “гра у когось” (коли герой наративного оповідання ідентифікується з іншим героєм на рівні повного атрибутивного імітування і втілення цінності, відповідно, має лише одну задану подієво-ситуаційну форму). За великим рахунком, декларовані цінності в даному випадку за-своюються на рівні форми і не мають смислу – семантичне структурування життя не відбувається, як і включення у реальні просторово-часові умови.

Наративне оповідання тут набуває форми героїчного роману, з відповідним пафосом і патетикою; життя постає як виконання певної місії, людина переживає порив зробити яскравий вчинок (залежно від змісту ідеї-гри – врятувати, захистити, подарувати, присвятити, пожертвувати, підкорити, оволодіти, перемогти, довести, показати, шокувати, змусити оцінити). Чіткість і послідовність формулювання подій у такій розповіді поступаються місцем емоційності та “виспівуванню” – переживанню в тексті значущості того, про що розповідається (послідовність і навіть зміст подій можуть легко змінюватися в ході самої розповіді; час, коли події мають відбутися, не є визначеним, так само, як і умови зовнішньої ситуації). Такі експресивно-декларативні функції переважно перебирає на себе і теоретична діяльність, спрямована на переконання слухача в надзвичайній значущості тієї або іншої цінності або на доведення того, що саме така форма втілення є єдино правильною для певної цінності. Власному “Я” в розповіді увага майже не приділяється. Формулювання тут є не просто оригінальними – вони стають зрозумілими і осмисленими виключно за умови ознайомлення з правилами гри, в яку він грає, зі змістом ситуації-взірця.

Ставлення до майбутнього в цьому випадку неможливо охарактеризувати через певний спосіб взаємодії, оскільки наратор весь час перебуває в якомусь віртуальному майбутньому, прив’язаному до суто внутрішнього простору. Як і будь-яка гра, переживання подій власної розповіді має сенс лише для суб’єктивного теперішнього, в момент програвання. У цьому розумінні досліджувані з відповідним способом життеструктурування перебувають поза часом, випадають з часу. За декларованої мотивації життєтворчості, готовності до вчинку реальна мотивація тут постає на рівні гри – отримання подієвої насиченості, відчуттів, захвату. Залежно від змісту цінностей, які захопили людину з інфантильною моделлю життеструктурування, остання може набувати різних форм (як соціально позитивних, так і соціально негативних).

Саме з таким способом життеструктурування можна пов’язати поширене серед сучасної молоді захоплення віртуальними світами. Молода людина з готовністю занурюється у гру як віртуальний простір і віртуальний час, тому, за умови пропозиції віртуального світу як розгорнутої системи з готовими варіантами життєвого сценарію, залюбки тікає в нього як в основний простір

постановки і вирішення завдань. Постачальниками таких віртуальних світів на сьогоднішній день можуть бути комп'ютерні ігри (особливо ті, що супроводжуються власними вимірами часу і простору), рольові реконструкції (історичні, фентезійні, романтичні), фан-клуби (де історія власного життя підмінюється переживанням життя кумира), ідеологічні угруповання (де автором вірцевого авторитариву стає ідеолог-лідер), неорелігійні спільноти. При цьому тривала відсутність людини під час гри у зовнішній щодо гри ситуації зумовлює складності з адаптацією до неї. Останнє заважає інтеграції нового досвіду і переосмисленню життєвої ситуації, що призводить до рольового застрягання і вторинно покладає на віртуальний світ функції заміщення і захисту.

Спосіб подієвого життеструктурування, притаманний двом наступним групам досліджуваних, ми назвали *потенційно динамічним*, оскільки тут має місце вільне розгортання потенційно метако-нтекстуальних смислів – буттєвих цінностей на рівні розвитку і творчості, та, відповідно, діалогу зі світом. Декларована мотивація тут збігається з реальною. Інтерпретаційна життєва модель у цьому випадку містить умови власної зміни на рівні зміни людиною себе (інтеграції нового досвіду, дослуховування до голосу культури, розширення інтерпретативних меж) та / або зміни життєвої ситуації (привнесення в неї результату власних дій). У зв'язку з останнім можна говорити про динамічне подієве життеструктурування на стадії *самоконституювання*, коли відбувається потенціювання і переосмислення інтерпретативної моделі, та на стадії *життєтворчості*, коли людина відчуває себе готовою до втілення пояснювальної моделі.

Життєвий досвід як обізнаність щодо різних голосів культури та переживання в минулому інсайтів розширення життєвого простору приводить у випадку динамічних моделей до розотожнення надіндивідуальних життєвих смислів з конкретними ситуаціями їх утілення і, завдяки прийняттю варіативності можливих утілень, до відкритості таких смислів, можливості їх переходу в метасистему. За майбутнім залишається право на невизначеність при збереженні також довіри до цієї невизначеності, бажання її осягнути.

Оповідання за таких моделей має характер автодіалогу – рефлексивного пошуку, далі-розгортання, намацування слів для позначення того, що в слова не вкладається, не вписується в жодну

готову структуру, – кристалізованого смислу, позбавленого конкретного нарративного змісту. При цьому події майбутнього життя формулюються в м'якій, нестереотипній, часом метафоричній, процесуальній формі, вони не є жорстко визначеними маркерами часу і простору життєвої ситуації, не характеризуються фінальністю. Найчастіше події формулюються як завдання самоконститування або створення. Поряд з ними мають місце і події інших мотиваційних рівнів. Розповідь має нейтрально-позитивне забарвлення, супроводжується спокійною включеністю і зацікавленістю, позбавлена надмірного захвату або агресії. У ній простежуються легка іронія та гумор (які допомагають уникнути зайвого пафосу та розототожнення смислу з конкретним текстотіленням).

Мотивування значущості подій майбутнього переважно формулюються в термінах особистої необхідності і сподівання, що “це також може виявитися корисним і для інших”, або, “час покаже”, буде мати якесь значення. Ці досліджувані уникають прямої вказівки на соціально-історичний масштаб результату здійснення наміченого, так само як і прямих визначень цього результату, та схильні користуватися категоріями ймовірності, варіативності, можливості, незавершеності.

І, нарешті, остання модель подієвого структурування майбутнього отримала назву власне *динамічної*, або *неперервної*. В її межах динамічне життєструктурування постає як неперервне чергування переосмислення і втілення пояснювальної моделі; при цьому в разі накопичення достатнього досвіду деконструювання цей процес набуває характеру динамічної цілісності, втрачає чітко виражену фазовість за рахунок асимільованого досвіду нефінальності і безкризового проходження деконструкції автонаративу. В цьому розумінні потенційно динамічні моделі життєструктурування як перше (або чергове значуще) переосмислення та перша суб'єктивна готовність до творчості лише позначають принципову здатність особистості до вільного розгортання діалогу зі світом на рівні надіндивідуальних смислів. У процесі неперервного життєструктурування кристалізовані смисли лише інтуїтивно пов'язані з пульсуючою життєвою ситуацією, що постійно розширюється за рахунок інтеграції нового досвіду; часова перспектива умовно маркована і не обмежена; диференційований і просякнутий смислом світ зливається в динамічне ціле; життєвим завданням стає саме життя.

За критерієм динамічності як умови релевантності сучасним соціокультурним умовам означені дев'ять моделей подієвого структурування майбутнього можна об'єднати в три групи. Моделі нігілістичного та нарцисичного скепсису, інфантильні та розмиті моделі поєднуються в групу *статичних* моделей життєструктурування, оскільки життєва ситуація в них не змінюється, усі вони є по-різному емоційно забарвленими формами ілюзії злиття меж власної особистості з межами світу, при цьому світ опиняється всередині, а межі стають непроникними для діалогу. Статичні моделі є виявом відмови від семантичного структурування життя і повного блокування життєвих завдань.

Друга група об'єднала примітивні і замісні моделі, які разом були визначені як *полюсно-статичні* (або *лінійні*). Така назва зумовлюється тим, що структурування в обох цих випадках відбувається за принципом протиставлення актуальної життєвої ситуації ідеальної, де ідеальна будується на абсолютизації чітко визначеного кількісного показника, зміна маси якого і забезпечує ілюзію життєвого руху. Відповідно життєва ситуація майбутнього визначається як протилежна дефіцитарній ситуації минулого, що й визначає зміст життєвих завдань-догм. Усупереч принциповій хаотичності і неструктурованості навколишньої дійсності людина відчайдушно прокладає єдину сюжетну лінію. Що більше вона навантажує гіперцінність, то сильнішою стає її тривога, то більше вона гіперцінності потребує.

Динамічними було названо як потенційно, так і актуально динамічні моделі, що досягли рівня неперервності життєструктурування. Завдяки вільній роботі “вбудованих” джерел самозміни на рівні інтеграції нового досвіду та творчого вчинкування ці моделі дають людині змогу переживати власну цілісність в умовах нетотожності. При цьому прагнення до зміни передбачає не лише довіру до невідомого, але і його активний пошук, занурення в принципіву незавершуваність та нестабільність життя.

Закінчуючи цю главу, хотілось би зауважити, що диференціація моделей життєструктурування і способів постановки життєвих завдань розглядається нами принципово в межах окреслення можливих варіантів розгортання життя конкретної людини в різні моменти часу. Усі наведені варіанти характеризують будь-яку особистість, містять механізми взаємопереходу і визначаються

актуальним процесом життєпрактики – вказують на стан, а не на тип, а отже, не можуть бути використані як основа типології. Переживання людиною трансгресивного досвіду може стати як руйнівною силою розмикання статичних і полюсно-статичних моделей, їхнім шансом на динаміку, так і причиною втрати темпу та динамічної цілісності життя.

1.6. Життя як завдання пошуку: діалогічне моделювання майбутнього

У попередній главі ми розглянули дев'ять моделей завданневого структурування майбутнього і побачили, у які способи життєструктурування розгортається в наративній розповіді. Новий рівень теоретичного синтезу означених моделей дав змогу вийти на категорію діалогічності автонаративу як визначальну змістову характеристику динамічного життєструктурування. У світлі комунікативно-діалогічного підходу завданневе структурування майбутнього може бути розглянуто в межах дихотомії “діалогічний – недіалогічний текст автонаративу”. У цьому контексті постановка життєвих завдань як механізм життєструктурування розкривається для нового рівня інтерпретації, що не суперечить попередньому, але дає змогу поглянути на процес завданневого життєструктурування з більшої відстані.

Діалогічність автонаративу як визначальна умова динамічного життєструктурування. Визначаючи зміст категорії діалогічності автонаративу, ми будемо спиратися в першу чергу на семіотичне трактування діалогічності тексту (або ширше – відкритості твору), яке стосується діалогу автора з передбачуваним читачем [Еко, 2004; Еко, 2007], і спробуємо спроекувати основні положення відповідного вчення на площину Я-тексту (автонаративу). Принциповим для розгортання означеної аналогії стає розуміння подвійної зв'язки: з одного боку, організація тексту є похідною від моделі

передбачуваного читача (текст є читач), а з другого – організація (конструювання) себе і життя відбувається в текстуальній (нарративній) формі (автор є Я-текст). Таким чином, питання про модель життєструктурування (і, відповідно, про завданнєве структурування майбутнього в межах життєструктурування) постає як питання про модель ідеального (передбачуваного) читача Я-тексту, а саме життя може бути розглянуто як комунікація, діалог, рух автора до читача в тексті (автор → Я-текст → читач). Як ми побачимо нижче, фігура читача Я-тексту зовсім не обов'язково зводиться до безпосередньої референції (якоїсь конкретної людини, з якою наратор має реальні стосунки), а виступає радше відчуженим максимумом інтерпретаційної можливості.

Категорії діалогічності тексту та його ідеального читача розкриваються передусім за допомогою виокремлення двох моделей текстопородження: моделей закритого (недіалогічного) та відкритого (діалогічного) тексту [Еко, 2007]. Таке виокремлення постає концептуальною відповіддю на питання про роль потенційного читача в процесі конструювання тексту автором.

Закритими пропонується вважати тексти, які складаються, виходячи з уявлень про середньостатистичного, абстрактного адресата в заданому соціальному контексті. Такі тексти явно спрямовані на те, щоб вести читача по заздалегідь визначеній стежці, запланованими ефектами викликаючи в потрібному місці конкретне переживання. Вони структуровані відповідно до жорстких меж певного вихідного проекту та конструюються в системі нікому конкретно не адресованого мовного коду.

Спосіб організації відкритого тексту передбачає дальшу інтерпретацію, тобто містить розроблену модель ідеального читача як структурної складової тексту. Автор тут звертається до читача, здатного оволодіти різноманітними кодами (читача-співавтора), та конструює лабіринтоподібні структури, переплетення множини заплутаних маршрутів.

У контексті проблеми нарративного життєструктурування модель закритого тексту може бути описана таким чином. У закритому автонаративі наратор прописує (фіксує в тексті) та виносить на читача певний проект власного Я, який формулюється мовою характеристик, що, передбачається, є зручними для оцінки. У даному випадку оцінка як забезпечення підтвердження вихідного проекту –

це той відгук, до якого автор хоче “підвести” ідеального читача своєю історією. Саме образ “Я” визначає трек текстуального розгортання життєвої ситуації – єдино можливого життєвого сюжету. Наратор переймається, в першу чергу, питанням про “Я” і закидає зовнішньому світові: “Я такий!”, заміщуючи знак питання знаком оклику. Останнє обмежує простір комунікації (простір життєвої ситуації) та призводить до схематизації (сплощення) мови звернення. Співрозмовник у даному випадку перетворюється на формальну фігуру, “відштовхуючись від якої” автор самостверджується у своєму монолозі, тобто адресат редукується до функції атрибута наявного Я-тексту. У зв’язку з цим будь-яка відповідь іззовні на такий текст, незалежно від інтенцій того, хто відповідає, буде зчитуватися автором як інтегральне “Так” або “Ні” його проекту, а будь-яка стороння тема, запропонована співрозмовником, буде використовуватися як матеріал (привід) для побудови наступного фрагмента того ж самого закритого Я-тексту. Співрозмовник у такій ситуації не виникає в просторі автора як самостійний текст і не має шансів бути почутим. Таким чином, закритий автонаратив є ні до кого не зверненим, монологічним, він не залишає простору для життєструктурування.

Окремо слід зупинитися на фігурі ідеального читача закритого автонаративу, оскільки саме вона визначає структуру Я-тексту і, в кінцевому підсумку, модель життєструктурування. Наратор тут “звертається” до абстрактного, спрощеного (формального) читача (до того, хто існує в комунікативному просторі лише номінально, кого він не чує і не прагне зрозуміти), що зумовлює примітивізацію самого текстуального Я-проекту. Не виходячи у своєму життєвому конструюванні за межі системи наявного “Я” (готового автонаративу), автор визначає цю систему максимальною, а будь-якого читача – вписаним у неї, тобто заздалегідь меншим, таким, що вкладається в межі наявного. Конструювання “зрозумілого” Я-тексту для такого міні-читача з необхідністю спричиняє схематизацію, а винесення його, тексту, назовні тягне за собою прагнення відповідати озвученому, внаслідок чого наратор опиняється під сугестивним тиском текстуального конструкту, що постійно спрощується. Іншою площиною, в якій реалізується “вписаність” читача в наявну систему автора, є те, що, покладаючи себе причетним до одного з полюсів бінарно-опозиційної ідентифікаційної моделі, наратор ав-

томатично локалізує співрозмовника нижче за себе на опозиційному континуумі. “Привласнення” позитивного полюса шляхом атрибутивного призводить до неможливості розташувати іншого інакше, що прирівнюється до протиставлення незалежно від масштабу кількісного розриву. Останнє визначає інтегральну конфронтаційність описаної моделі та підсилює ефект “відсутності” читача через зверхне до нього ставлення (читач є незначущим).

Таким чином, закритий автонаратив містить у власній структурі механізм стискання життєвого простору через зосередженість на формально-атрибутивному способі життєструктурування та самоізоляцію актуальної системи “Я” від зовнішніх джерел зміни, усунення від життєвого діалогу. За назву такої недіалогічної моделі життєструктурування ми пропонуємо позначення “Недіалог: Я”.

Центральним у контексті проблеми динамічного життєструктурування є питання про те, яка наративна організація автора відповідає моделі ідеального читача відкритого, діалогічного тексту. Передбачення і введення в текст життя читача насправді є допущенням причетності (через розуміння) Іншого до всього простору автонаративу. Читач діалогічного тексту є принципово непізнаваним до кінця – кимось іншим, відмінним від Я, але здатним зрозуміти у всій повноті, а отже – більшим невідомим. Інакше кажучи, читач може бути співвіднесеним з Я-потенційним, з якого вилучене “Я” (як претензія на привласнення) і в якому залишено спрямованість назовні, незавершеність. За наявності в структурі тексту читача автор не лише говорить – він прислухається до когось (чогось), кому (чому) делегує відповідь, а індивідуальне життя стає діалогом.

Ідеального читача відкритого тексту можна тлумачити як спроектовану назовні множину мовних (культурних) кодів, доступних авторові. Така проекція обов’язково буде містити не лише ситуативно наявну, але й усі *можливі* до породження даною множиною структури, а також можливості оволодіння новими кодами, які вона, множина, відкриває.

Визначення можливості як невідомої території немислиме через змістовні орієнтири, значення “шуканого” перебирає на себе сам пошук або ж абсолютний, принципово позаатрибутивний, який поєднує в собі усі можливі опозиції, що робить його безмежним і неможливим для привласнення. Необмеженість тут досягається за

рахунок перетворення кількісної опозиції (із верхньою та нижньою межами) в якісні альтернативи. Вертикальна (централізована) організація поступається горизонтальній (ацентричній), що можливо лише тоді, коли немає фіксованого центру; центр задає субординацію і межу. Саме звільненість актуальної конструкції від жорстко фіксованого центру і уможливорює завжди-покладання метасистеми за межами наявності.

Разом з тим відкритість тексту як його необмеженість зовсім не синонімічна його відкритості в нескінченності, або індиферентності. Як зазначає У. Еко, “твір є відкритим, доки він залишається твором, за цією межею ми стикаємося з відкритістю як шумом”; необхідним є поле, “яке перетворює те чи інше співвідношення в акт комунікації та не зводить цей зв’язок до рівня абсурдного діалогу між знаком, який вже припинив бути знаком та перетворився на шум, і сприйманням, яке припинило бути сприйманням і перетворилося на соліпсичну нісенітницю” [Еко, 2004, с. 64–65].

Текст автонаративу видається нам відкритим настільки, наскільки широку територію автору вдається утримувати в якості ще не вписаної, вільної, актуально можливої, не підкоряючи її наявному досвідові. Принциповим тут постає питання про те, наскільки автор готовий “призупинити свою недовіру” невідомому, або, говорячи мовою семіотики, “взяти екстенціонали в дужки” – допустити щось тимчасово як таке, що нікуди не вписується, не має актуального пояснення, але знайде своє пояснення (місце, призначення) у майбутньому [Еко, 2007, с. 35].

Ми схильні пов’язувати подібну готовність до допущення із зусиллям, и спрямованим на подолання влади наявного тексту (як такого, що означає) над зовнішньою предметністю (означуваням), або ж – влади досвіду над можливістю, відомого над невідомим. При цьому, на наш погляд, здатність чинити опір “сугестивним можливостям наративну”, які, на думку Й. Брокмейера та Р. Харе, виступають визначальною рисою даної форми дискурсу, бере свій початок в особистій йому непокорі – в опорі власному автонаративу. Такий опір і складає зміст зусилля по утриманню території можливості. Оскільки “авторитарний характер представлення наративом свого бачення реальності часто досягається за рахунок затемнення більшої частини цієї самої реальності, наприклад, заборони, ігнорування або пригнічення альтернативних або дисидент-

ських голосів”, допущення чогось або когось іншого впирається в допущення “себе самого як іншого” – себе-відмінного, такого, що долає “повсюдність розповідних ліній як принципів організації дискурсу” [Брокмейер, 2000].

На окрему увагу заслуговує питання про те, яким чином положення про конструювання відкритого автонаративу як вияву динамічного життеструктурування співвідносяться з ідеєю інтеграції життєвого досвіду і структування майбутнього, і яке місце посідає в цьому процесі сама людина. Розгляд самоздійснення як зусилля опору готовому тексту передбачає не відмову від досвіду, а утримання його інтерпретації на найвищому рівні тонкості за рахунок не сплюснення інтерпретативного коду – не переведення його на мову макроструктур (крупних інтерпретативних блоків). Таке укрупнення необхідно відбувається як результат оцінки ситуацій минулого досвіду і себе в них, редукування їх змісту до критеріально відповідного. У вигляді мірила критеріальної оцінки досвід є інструментом влади минулого над майбутнім – інструментом регламентації та захисту від трансформації. Зв’язний текст виступає, по суті, монолітом, що пов’язує елементи у неперервну лінію. Якщо ж при цьому розглядати кожен подію як сингулярність, унікальну ситуативну конфігурацію елементів, таку, “що не є випишуваною” в своїй повноті, то будь-який текст буде плоскішим за переживання, а можливість пережити (“скласти з елементів”) щось нове буде, відповідно, визначатися не лише багатством і збагаченням елементів, але й їх станом актуальної звільненості від готових зв’язків (дрібністю деталей).

Інакше кажучи, досвід працює саме в “розібраному” вигляді, хоча його зберігання може передбачати “компактні форми” означення. Покликані виконувати функцію зачіпок, маркерів початку нового процесу конструювання, зв’язні тексти (нарлативи) через свою сугестивність вимагають чималого ресурсу для подолання їхньої закритості та монолітності і приведення у стан “робочого столу” для актуальної можливості. Згадуване зусилля забезпечує кожного-разу-розгортання імен процесів у самі процеси, унаслідок чого відбувається повернення імен у контексти їх формулювання і обмеження їхньої експансії через привласнення їм статусу операціональних. Місце нового переживання залишається незайнятим (не-

називаним), що дає йому змогу відбутися та відкриває досвідіві як мові читання можливості для самозбагачення і ускладнення.

Отже, володіння іменами унеможливорює актуальну процесуальну включеність у змісти. Славнозвісне “бути собою” – переживання автентичності, що породжує концептуальні схеми, переживається і відбувається (здійснюється) лише за межами останніх, що приводить до розуміння “Я” як ризому, коли “Я як іменник” (стабільний і відносно фіксований) переходить у “Я як дієслово” – завжди процесуальне, таке, що оформлюється в процесі через говоріння” [Davies et al., 2004].

Відповідну специфіку життеструктурування вдало ілюструє диференціація текстів на повідомлення, що мають специфічно референційне призначення, і тексти “власне як тексти” [Еко, 2007, с. 23–25].

У першому випадку “Я” і “Ти” в тексті (як займенники відправника й адресата, відповідно) вказують на двох конкретних емпіричних суб’єктів комунікації, а конструювання і читання такого тексту передбачає наведення та отримання інформації про автора. У цьому розумінні будь-який закритий автонаратив є референційним текстом, а комунікація в його межах передбачає реалізацію на суто міжособистісному рівні, з тим лише зауваженням, що “Ти”, як було показано вище, тут редукується до атрибуту “Я”, що знаходить своє відображення в реальній міжособистісній комунікації (точніше – відсутності в ній діалогу і наявності вертикалі підпорядкування).

Так само розгляд тексту “власне як тексту” відсилає до ситуації, де відправник і адресат присутні лише як “актантні ролі”, тобто постають як текстові стратегії, інструменти для актуалізації потенційного змісту тексту, який завдяки своїй потенційності може бути співвіднесеним із предметом пошуку у випадку відкритого автонаративу. “Я” в межах відповідного тексту промовляється автором з метою виклику до життя (виклику “духу”) читача, запрошення його до співпраці. Автор відкритого автонаративу не лише претендує на “володіння” текстом – на авторство, але й переживає себе як інструмент його проговорення (прописування). Діалогічність (відкритість) автонаративу також неодмінно відбивається і на рівні міжособистісної комунікації. Людині, життєвий простір якої не організовується вертикально – кількісно (не підпорядкову-

ється бінарно-опозиційним континуумам), не потрібно перетворювати Іншого на атрибут власної спроможності, так само, як не потрібно оцінювати його за визначеними параметрами. Допущення невідомого допускає в ньому й Іншого/інше – для нього з'являється місце. Діалогічність автонаративу переводить комунікацію в горизонтальну – якісну – площину (площину варіативності і рівноцінності альтернатив щодо невідомого), де реальне емпіричне “Ти”, так само як і “Я”, розчиняється в предметі діалогу, залишаючись лише у вигляді актантної ролі – текстової стратегії, інструменту актуалізації потенційного змісту. На нашу думку, цей вимір проблеми є перспективним, і заслуговує на окреме цілеспрямоване дослідження.

Виходячи з наведених положень, можна підсумувати, що у випадку відкритого автонаративу ідеальний читач може бути співвіднесеним із максимумом інтерпретативної можливості автора, а сам відкритий текст являє собою співакт пошуку. “Написання” (конструювання) відкритого автонаративу відбувається за принципом “читання” або “слухання” (“вчування в можливість”), через що він уже не є автонаративом, або навіть власне наративом, оскільки автор такого Я-тексту говорить не про себе та не розповідає – він веде діалог з можливістю та, в першу чергу, запитує.

Розгляд зусилля на утримання “території можливості” та опір сугестивному тиску наративу як критерій диференціації відкритих і закритих моделей самоздійснення вимагає також виокремлення та опису особливого способу закритого наративного життеструктурування, який можна назвати перебуванням у межах “запозиченого автонаративу”. Ця модель не вкладається в дихотомію “відкриті – закриті Я-тексти”, оскільки наратор в її межах виступає автором не Я-тексту, а власного монологу про Іншого, який сприймає як монолог Іншого. Ми окремо зупиняємося на цій моделі, оскільки, як буде показано нижче, постановка життєвих завдань в її межах набуває специфічних форм, які якісно відрізняються від постановки життєвих завдань у межах як відкритого, так і звичайного закритого автонаративу.

Ідеться про таке самоздійснення, за якого простір комунікативної (життєвої) ситуації обмежується не наявним проектом Я, як це відбувається у звичайному закритому автонаративі, а за рахунок заміщення такого проекту певним Він/Вона-текстом. Центрація

простору в цьому випадку відбувається за аналогічними механізмами, але навколо фігури Іншого. Носій такої моделі життєструктурування втікає з власної життєвої ситуації (відмовляється бути в ній присутнім, розгортати її в історію) і переміщується у віртуальний простір чужого життя, де героєм є Інший. Він делегує авторство певній кінцевій визначеності, втіленій у конкретній емпіричній фігурі, – живе кимось, грає в когось, але не наважується відкрито привласнити собі його характеристики.

Результатом цієї гри є така сама бінарно-опозиційна організація життєвого простору, яку ми спостерігаємо в закритому Я-тексті, з тією лише різницею, що замість “Я” в цьому випадку втіленням позитивного полюса проголошується кумир або герой, а “Я”, розчиняючись у ньому, переживається як опосередковано причетне до цього полюса.

Суб’єктивним критерієм міри причетності до ідеалу в такій моделі є “любов до кумира, відданість йому, справжнє його розуміння”, підтвердженням яких є компетентність, обізнаність, включеність – знання найдрібніших деталей простору його/її життя. Оскільки чужий життєвий простір завжди має чітко окреслену межу, автор запозиченого автонаративу розгортає історію героя вглиб, імітуючи трансформацію життєвого простору через її деталізацію. Найтонші подробиці покликані заповнити собою прогалини, які начебто “відділяють” “Я” від кумира, не дають повністю з ним злитися, стати ним/нею. Наратор у запозиченому автонаративі сприймає себе як “абсолютного читача” (так само як автор звичайного закритого автонаративу вважає себе “абсолютним автором”). При цьому текст, безумовно, є породженням шанувальника (похідною його інтерпретативних можливостей) і може бути як завгодно далеким від реального життя й особистості ідеалізованого кумира. Останній є лише зручною фігурою для перенесення атрибутів, якими, безперечно, прагне володіти (і, зрештою, опосередковано володіє) сам автор, але “ховається” за героєм, підставляючи його життя замість себе. Автор лише користується простором чужого світу і сценарієм успішного в ньому життя. Він вирішує питання про “Я” в такий самий спосіб, як це робить автор закритого Я-тексту, але, на відміну від останнього, перший убезпечує себе, говорячи: “Текст не мій і не про мене”, “це не я”. Через таку опосередкованість його текстуальний проект стає фактично невразливим.

У запозиченому автонаративі автор утікає від власного автоства, оскільки не готовий його презентувати і активно захищати в безпосередньому контакті, але це не заважає йому, не вступаючи в реальний контакт, заздалегідь оцінювати інших щодо недосяжного ідеалу, найближчим до якого є він сам. Таким чином, відмінність цього різновиду закритого автонаративу від звичайного полягає у введенні на опозиційному континуумі точки недосяжного максимуму, найближчою до якої визначеністю покладається сам автор, а далі (аналогічно до закритого автонаративу в цілому) розташовуються всі інші, що призводить не лише до повної відсутності будь-якого читача у відповідному тексті, але й відсутності в ньому автора – автор залишається прихованим навіть для себе. Якщо у звичайному закритому автонаративі автор промовляє “Я”, маючи на увазі “Він” – “герой” (“Я в третій особі”), а будь-яке “Ти” є вписаним у систему “Я”, то перша особа автора запозиченого автонаративу ховається за кумиром, промовляючи “Він”, автор таємно прагне сказати “Я” (“Він у першій особі”), “Я” є вписаним в систему Він/Вона, а будь-яке “Ти” тут зайве-третє. Останнє дає підстави назвати відповідну модель самоздійснення “Недіалог: Він”*.

Як цікаву художню ілюстрацію особливостей конструювання “запозиченого автонаративу” пропонуємо розглянути таке явище сучасної культури споживання медіапродукції, як фенфік. Фенфік (fanfic – fan fiction – фанатська література) є письменницькою субкультурою, яка передбачає породження текстів за мотивами відомих творів масової культури переважно непрофесійними авторами та без претензії на комерційну публікацію. Фенфік – це субкультура фанатства, що є невід’ємною частиною маскультури в цілому. На відміну від просто споживача (наприклад серіалу) фанат знає безліч закадрових подробиць, що стосуються режисера, акторів, випадків на знімальному майданчику. Занурюючись у деталі того, що відбувається, сприймає перегляд чергової серії не як розвагу, а як видалення із загальної картини альтернативного світу ще однієї білої плями. Фанат має власну версію подій, що залишилися за ка-

* У відкритому ж тексті і автор, і читач процесуально присутні в тексті у вигляді текстових стратегій; вони відбуваються в тексті, визначають простір, але не фіксуються в ньому, не центрують його. Присутність обох учасників діалогу і уможливорює його розгортання.

дром, веде інтерпретативну гру, яка дає йому можливість проєкувати хвилюючі особисті та соціальні проблеми на вигаданий світ, так зручно створений іншими людьми. Там, де такі інтерпретації набувають письмової форми, починається фенфік [Горалик, 2003].

Отже, як і в запозиченому автонаративі, при конструюванні тексту типу “фенфік” ідеться про “розроблення” готового віртуального світу. Багато елементів фенфікерської субкультури разом з їхніми сленговими назвами можуть бути зіставлені з компонентами запозиченого автонаративу не лише в метафоричному сенсі, що розкриває широкий простір для реконтекстуалізації елементів фенфіку.

Таким чином, на новому етапі теоретичного синтезу було виокремлено й описано дві інтегральних моделі самоздійснення: конструювання відкритого автонаративу (діалогічного, ацентричного) і закритого автонаративу (недіалогічного, центрованого на фігурі “Я”). Як окремий специфічний підвид закритого автонаративу було описано модель самоздійснення в межах запозиченого автонаративу (недіалогічного центрованого на фігурі “Я” опосередковано через фігуру “Він”/“Вона”).

Далі ми зупинимося на тому, яке місце займають життєві завдання в межах кожної з описаних моделей самоздійснення, яку роль вони відіграють і про які інтегральні способи їх постановки можна говорити у зв’язку з цим.

Життєві завдання в межах відкритого, закритого і запозиченого автонаративів. Для того щоб зрозуміти, як має бути переосмислена проблема постановки життєвих завдань у світлі виокремлення відкритої, закритої і запозиченої моделей життєструктурування та визначити, яких форм набуватиме постановка життєвих завдань у межах кожної з наведених моделей, слід звернутися до питання про те, як трансформується в їхніх межах зміст події як одиниці життєструктурування. У світлі висунення положень про відкритий та закритий автонаративи проблематизується сам концепт події.

Розгляньмо елементи закритого автонаративу. Прямим наслідком такої моделі самоздійснення стає споживацьке ставлення автора до власного життя, перетворення його на “сюжетний матеріал”. Оскільки предметом закритого тексту (на відміну від теми,

що заявляється), завжди залишається його автор, а компоненти тексту, незалежно від наративної компетентності та ерудованості наратора, є лише витратним матеріалом, усе те, що могло б стати подіями (відкриттями, зустрічами, переживаннями), позначити та наповнити собою простір життя і “Я”, ще до того, як відбутися, “спресовується” автором і “підтягується до межі” його імен як важка артилерія. Останнє призводить до того, що наратор змушений вести безперервну оборону меж, кордонів наявного “Я”, що складається з таких імен. Він захищає контур, як йому здається, певної форми, але реально опиняється на нескінченній розподільчій смузі, що перетворює його життя на бінарну опозицію з постійним ризиком опинитися “по той бік”.

Таким чином, будь-яка подія майбутнього незалежно від того, у чому вбачається її фактичний зміст (незалежно від її конкретного формулювання), може бути використана як атрибут наявного Я-проекту в межах закритого автонаративу. Закритий автонаратив, по суті, спростовує зміст будь-якої події, залишаючи за нею лише атрибутивну функцію.

Разом з тим будь-який заданий у часі та просторі зміст є статичною проекцією наявності в даній точці на майбутнє – експансією досвіду щодо можливості невідомої ситуації майбутнього. І чим ширшим буде досвід, тим більш привабливу пояснювальну модель він запропонує, тим більшою мірою він буде претендувати на пояснення будь-якої ситуації як відомої (на виключення можливостей, які він не охоплює), тим більшим буде тиск з його боку. Ускладнення досвіду (збагачення інтерпретативних (мовних, культурних) кодів) та породження більш складного конструкту вимагають від особистості пропорційно сильнішого опору його прагненню зафіксуватися в наявних смислових зв'язках, пропорційно більшого зусилля для утримання його елементів у відкритому для нових зв'язків стані. Конфігураційні можливості багатого досвіду спокушають того, хто має до нього доступ, побудувати “красивий” складний конструкт і назватися його ім'ям. Принциповим є те, що в такому випадку у відкритій і закритій моделях життєструктурування елементи можуть бути одні й ті самі – уся справа в тому, є вони конструктом чи конструктором.

Отже, будь-яке завдання, сформульоване в межах закритого автонаративу – це є втілення завдання самопідтвердження – фікса-

ції власної присутності у формі конкретної конфігурації. Подія майбутнього як основа життєвого завдання в закритому автонаративі є заздалегідь вписаною у готовий конструкт, елементом актуально захищеної межі Я, тобто слугує обмеженню Я в його актуальному статусі.

Чи означає це, що будь-яке конкретно сформульоване завдання на майбутнє буде вказувати на закритий спосіб самоздійснення? На нашу думку, проблематизація концепту події полягає якраз у тому, що будь-яка подія може бути елементом як закритого, так і відкритого автонаративу. Людина, яка структурує своє життя у відкритий спосіб, також планує майбутнє і структурує час. Вона може прагнути зробити ті самі речі, які ставить собі за завдання автор закритого Я-тексту. Але чи одна й та сама подія буде відбуватися у цих двох випадках? Більше того, чи в обох випадках те, що відбувається, переживатиметься як подія?

Щоб відповісти на ці запитання, спробуймо з'ясувати, чим є подія майбутнього в контексті переживання життєвого руху. Відомо, що в площині минулого подією стає не будь-який елемент особистого досвіду, а лише той, який був особисто значущим і, у зв'язку з цим, проінтерпретованим (означеним). Лише той, що згорає у своєму імені якусь важливу життєву ситуацію, яку людина переживала як сповнену смислу, яка мала значення для її життя. Фіксуючи (називаючи) події минулого, людина намагається схопити, утримати (затримати їх у їхньому витіканні у часі) сутність тих ситуацій, в яких вона переживала себе присутньою, живою, вільною, які дали їй змогу пережити осмисленість і життєвий рух. Саме переживання осмисленості і відчуження себе всередині життєвого руху в певних ситуаціях минулого і брак такого переживання в теперішньому змушують нас ностальгувати, пригадувати, прагнути повернутися у відповідну ситуацію минулого. Але за рахунок чого відбувається відчуження осмисленості? Що це за переживання життєвого руху? За чим саме ми сумуємо? У різному віці та настрої для нас сповненими смислу можуть стати принципово різні (а інколи – і протилежні) за своїм фактичним змістом ситуації, які фіксуються у, відповідно, різних подіях. Людина може відчути цей захват, уперше побачивши море, зустрівшись з витвором мистецтва, розмовляючи з близькою за поглядами людиною (сюди ж можна віднести читання), знайшовши під ялинкою несподіваний подарунок, втра-

тивши, відкривши, створивши... При цьому подія характеризується своєю принциповою одиничністю, неповторністю і неможливістю її запрограмувати і спланувати. Скільки б разів ми не поверталися до обставин і умов, відтворити сингулярність ситуації не в наших силах, пережити знайомий смисл у його повноті нам не дано. При спробі повернути собі той стан (повернути себе в той процес) ми завжди будемо знаходити лише тіні і сліди чогось, що пішло далі і пішло безповоротно.

Сингулярність та неповторність події (переживання зустрічі зі смислом), а також її звільнення від прив'язки до конкретного змісту дають змогу інтерпретувати подію як сам відрізок життєвого руху – зміну, фрагмент процесу трансформації “Я”, а осмисленість тлумачити як стан переживання власної присутності через розчинення в цьому процесі. Ми переживаємо життєвий рух як рух межі життєвого простору, рух межі “Я”, як звільнення з меж актуальної наявності. Смисл у такій перспективі постає як раптове розширення меж наявності – його вибухоподібне розмикання – перехід у метасистему. При цьому рух цієї межі відбувається назовні – у бік ще невідомого, можливого*. Таким чином, будь-яка подія майбутнього – це той самий знак питання, на який, відповідно до моїх прагнень, має розширитися мій життєвий простір, це принципова невідомість, ностальгія за невідомим.

Не важко помітити, що модель закритого автонаративу вирішує питання про присутність автора шляхом, протилежним до того, який ми описали. Вона намагається зафіксувати і захистити наявність, тим самим закриваючись для зміни. Подія як основа будь-якого із життєвих завдань у межах цієї моделі є подією власної безсумнівної (беззаперечної) присутності і, таким чином, позбавляє себе шансу відбутися. Якщо присутність відчувається в русі (зміні, трансформації), то спроба вхопити її через означення має сенс лише в неперервності пошуку найчутливішого імені. Закритий автонаратив – це спроба зафіксувати можливу невідомість в іменах наявності.

* Протилежне переживання викликають раптове стискання життєвої ситуації, відсікання частини життєвого простору, відмова в доступі до однієї з його звичних, відомих частин. Таке переживання можна назвати переживанням втрати.

Модель відкритого автонаративу, навпаки, є релевантною щодо функції конструювання семантичної цілісності (щодо змісту самого процесу наративного життєструктурування), оскільки спрямована на розмикання ситуації наявності – орієнтована на читача як можливість. Подією в цьому контексті буде подія, як ми її визначили вище: подія як трансформація, в якій я відбуваюся. Виокремлення цих двох протилежних подій дає змогу переглянути і тлумачення життєвих завдань як проєкції руху до них. Активність, яка в зовнішньому плані може виглядати як одна і та сама, у межах відкритої і закритої моделей самоздійснення буде “притягуватися” принципово різними подіями – буде присвячена вирішенню двох протилежних завдань.

Таким чином, у світлі озвучених положень питання про життєві завдання повністю переміщується з площини “сутності” у площину “способу”. Важливо не те, які конкретні завдання ми ставимо у своєму житті, – принциповим є те, у який спосіб ми це робимо – яке з двох інтегральних життєвих завдань ми вирішуємо у процесі життєструктурування*. Отже, відповідно до функціональних навантажень на процес життєструктурування інтегральні життєві завдання в найширшому вигляді можуть бути сформульовані як завдання *пошуку* – відкрите (діалогічне) завдання (завдання розширення життєвого простору, подолання межі наявності за рахунок її включеності у модальність можливості) та завдання *фіксації* – закрите (недіалогічне) завдання (завдання як окреслення межі наявності через висування переліку бінарних атрибутів і постулювання власної причетності до одного з полюсів на відміну від іншого). І якщо перше завдання є релевантним функції, що на нього покладена, то друге в самій своїй організації виключає можливість вирішення. Важливим є той момент, що життєве завдання за такої перспективи розгляду вже не є завданням, яке особистість собі ставить у своєму житті, воно скоріше є способом вирішення особистістю завдання жити.

У запозиченому автонаративі наратор, безумовно, також вирішує закриті завдання фіксації. Але в ролі “витратного матеріалу” для запозиченого життєвого сюжету виступають елементи життя

* Спосіб (метод) у цьому випадку ототожнюється із самим завданням – завдання є спосіб його постановки.

героя. Подією тут, по суті, стає недосяжне злиття з кумиром (замість “безперечної і безсумнівності” Я-проекту, з’являється “нарешті повне володіння” проектом життя кумира). Автор запозиченого автонаративу, як і автор закритого автонаративу взагалі, хоче зафіксуватися у певному тексті, хоче стати кимось конкретно, але на відміну від останнього, він прагне зробити це в просторі чужого життя.

Ця модель значно меншою мірою відповідає реальним динамічним умовам життя її носія, порівняно з моделлю звичайного закритого автонаративу, оскільки наратор, незважаючи на те, що він дуже активно оперує деталями життя кумира, занурюючись у найтонші нюанси, залишається в обмеженому просторі власного тексту про нього, який до того ж обмежується конкретністю “всесвіту” героя. Автор запозиченого автонаративу навіть не намагається нав’язати текст власному життю, він сам переселяється у простір Іншого.

Конкретні кроки до такої події “злиття”, або “остаточного переселення”, реалізуються як завдання заповнення прогалин у знанні про героя, і, як уже зазначалося, відповідний простір розширюється вглиб (усередину). Завжди залишається рівень подробиць, на якому ще не все заповнено, завжди є місце для віртуального руху. Будь-які реальні обставини і умови свого життя такий наратор “перекладає” мовою життя героя, реконтекстуалізує, переносить у його всесвіт. При цьому в його реальній життєвій ситуації і за його участю нічого не відбувається – вона завмирає.

Як підсумок пропонуємо інтегральну схему (рис. 1.1), на якій позначено співвідношення моделей наративного самоздійснення (відкритий, закритий і запозичений автонаративи), критеріїв їх виокремлення та найбільш загальних життєвих завдань, які вирішуються в їхніх межах. Спираючись на цю схему, ще раз узагальнимо основні змістові моменти*.

* Ця схема разом з описами, що її супроводжують, також може бути розглянута як відповідь на запитання про те, яким чином життєві завдання (у двох своїх найбільш загальних способах постановки) визначають моделі наративного самоздійснення, що відбивається в її назві.

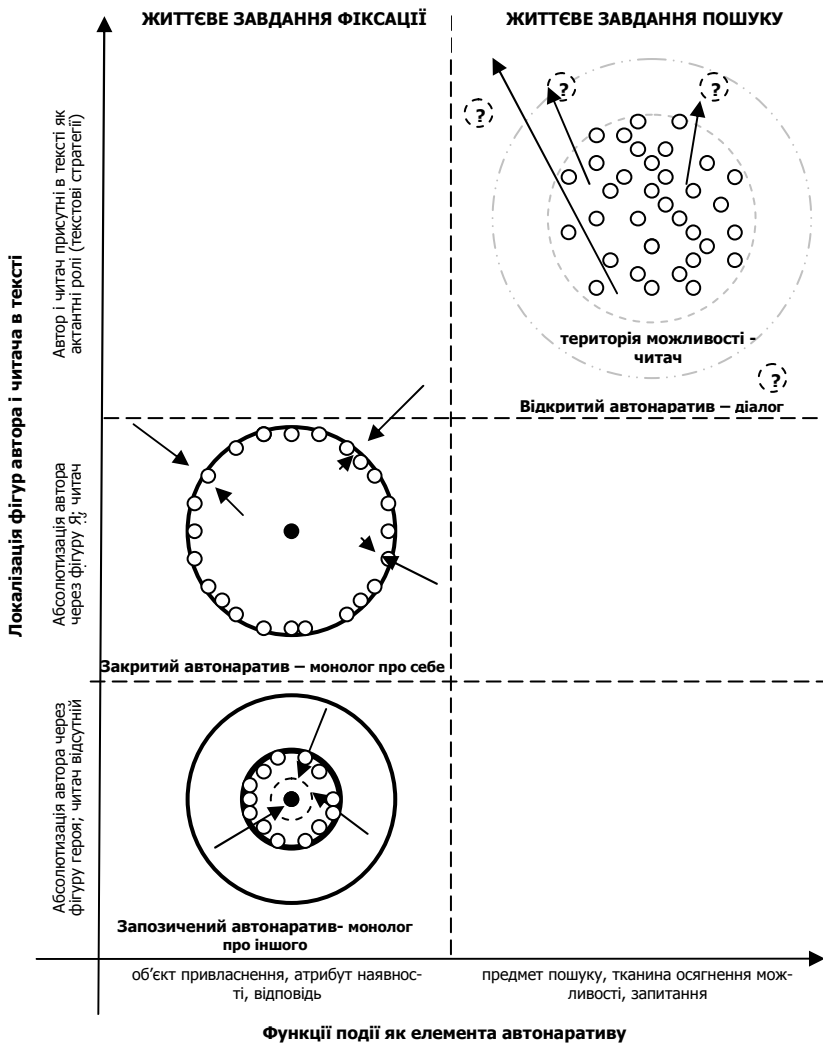


Рис. 1.1. Інтегральна схема інтерпретації життєвих завдань як механізму самоздійснення особистості

Життєве завдання пошуку є діалогічним відкритим завданням розширення життєвого простору і виходу за межі наявності (на схемі – стрілочки, спрямовані назовні), яке реалізується в межах відкритої моделі нарративного життєструктурування (на схемі – “відкритий автонаратив”). Остання передбачає актуальне звільнення елементів досвіду від фіксованого центру, який задає межі та жорсткі зв’язки елементів, такі, що не піддаються процесуальній деконструкції, заважають опануванню нового досвіду і утворенню нового текстуального конструкту як конгруентної відповіді на можливу майбутню ситуацію (на схемі елементи досвіду позначені кружечками, які утворюють умовно обмежену територію – внутрішнє пунктирне коло). Подолання тотальності наявності у відкритій моделі уможлиблює допущення про невідоме – те, що цією моделлю поки що не охоплюється (на схемі – друге пунктирне коло, “територія можливості”, “читач”), і відкриває доступ до нових елементів досвіду, які поки що “не вписуються” в усі можливі наявні тексти (на схемі – пунктирні кружечки із знаками питання за межами внутрішнього пунктирного кола).

Життєве завдання пошуку є одночасно невідомим і однозначно визначеним унікальною повнотою наявного змісту. Отже, воно мінімально залежить від конкретних форм зовнішньої ситуації та її непередбачуваних змін – воно завжди “знаходить форму”, його реалізація є можливою.

Життєве завдання фіксації є недіалогічним закритим завданням окреслення і відстоювання меж наявності. Воно реалізується у вигляді моделей нарративного самоздійснення, які передбачають конструювання закритого і запозиченого автонаративу. Спільними для цих двох моделей (див. рис. 1.1) є їхня центрованість на конкретній емпіричній фігурі (на схемі – чорне коло в центрі для обох моделей), чітке обмеження життєвої ситуації та формально-атрибутивна ієрархічна вертикальна організація елементів досвіду у вигляді категоричної аксіологічної бінарно-опозиційної конструкції, причетність до позитивного полюса якої постулюється автором (на схемі – зовнішнє суцільне коло для закритого автонаративу і внутрішнє суцільне коло для запозиченого автонаративу, де елементи досвіду, позначені кружечками, виступаючи атрибутами, утворюють межу).

Особливість закритого автонаративу полягає в тому, що він прямо фіксується на фігурі автора (на фігурі “Я”) і є конструюванням Я-тексту безпосередньо з елементів власного досвіду, який протиставляється всьому, що залишається поза його межею, захищається від нього (на схемі – захист (стрілочки всередині кола, спрямовані назовні) “Я” (чорного кружечка) від зовнішніх джерел сумніву (стрілочки поза колом, спрямовані на межу) через висування і захист Я-проекту (зовнішнє суцільне коло, що утворено атрибутованими елементами досвіду). Таким чином, життєве завдання фіксації набуває тут форми фіксації-захисту.

Незважаючи на те, що завдання фіксації захисту принципово неможливі для реалізації, відповідна модель самоздійснення завдяки активності, яку вона породжує, часто є соціально схвалюваною. Саме атрибути особистої успішності, що визнаються соціальним оточенням, найчастіше експлуатуються як захист, тому ця модель не заходить у пряму суперечність із життєвою ситуацією, достатню для її деконструкції.

Запозичений текст також вирізняється опосередкованістю фіксації на фігурі автора (на схемі – внутрішнє пунктирне коло навколо чорного кружечка) через висування замісної фігури кумира і конструювання Він/Вона-тексту (на схемі – чорне коло в центрі). Автор у такій моделі тікає (на схемі – стрілочки, спрямовані всередину) з власної життєвої ситуації (на схемі – зовнішнє суцільне коло) у віртуальний світ чужого життя (на схемі – внутрішнє суцільне коло). Через таке опосередкування простір життєвої ситуації наратора виявляється обмеженим двічі – інтерпретативними межами автора, які внаслідок нерелексованості “працюють самі собою”, утворюючи латентний конструкт (на схемі – зовнішнє суцільне коло), та виписаним у цих інтерпретативних межах простором Він/Вона-життя, у термінах елементів якого вибудовується явний бінарно-опозиційний конструкт (внутрішнє суцільне коло, утворене атрибутивними елементами власних інтерпретацій чужого досвіду).

Відповідне життєве завдання фіксації може бути конкретизоване як життєве завдання фіксації-злиття (або фіксації-переселення). Завдання фіксації-переселення є очевидно неможливим

для реалізації і пов'язане з явною соціальною дезадаптацією її носія.

Як і наприкінці попередньої глави, наголошуємо на умовності розмежування означених моделей та пропонуємо розглядати їх як відкриті до взаємопереходів.

1.7. Автентична особистість: особливості постановки життєвих завдань

Трансформація уявлень про автентичність особистості: заміна метафори відповідності на метафору становлення. Життєві завдання особистості, будучи способом структурування її майбутнього, є дієвими реагентами життєвого шляху, висвітлюючи, з одного боку, наповненість життєвого світу особистості критеріями соціального успіху, що задають напрям руху, а з другого – її індивідуальну чутливість до викликів сучасності та глибину її спроможності відповідати на ці виклики. У певному сенсі життєве завдання стає точкою, де перетинаються множинність запитів та одиничність відповіді, завдяки якій особистість виокремлює себе “з мороку майбутнього” (Ж.-П. Сартр) і реалізує свою автентичність. Автентичність особистості зазвичай тлумачать як здатність людини в поведінці відмовлятися від різних удаваних ролей і втілень, керуючись справжніми, притаманними лише їй думками, емоціями і мотивами.

Гуманістична психологія традиційно наголошує на деякій ідеальності особистості (“здатна повноцінно функціонувати особистість”, “самоактуалізована особистість”, “цілісна особистість”), а тому часто виникає питання: яким чином така особистість досягає високої якості життя? Чим її спосіб життя відрізняється від життя неавтентичної особистості? Яким чином відбувається її самоконструювання зокрема та регуляція стосунків із життєвим світом загалом?

Варто зазначити, що звернення до проблеми автентичності стає більш виразним у сучасних умовах, що зумовлено, на наш погляд, реакцією людини на динамізм трансформаційних процесів цивілізації загалом. Розмивання звичних соціокультурних практик, що раніше сприяли вибудовуванню саморепрезентацій, тепер заострює потребу в усталених уявленнях людини про себе. Множинність світів, у яких існує одночасно особистість, передбачає як умову успішності наявність певного конструкта, що координував би та узгоджував особистісний досвід взаємодії зі світом. Водночас пояснювальна спроможність таких концептів, як “Я”, “самосвідомість”, “Я-концепція”, що використовувалися для цього, в дискурсі соціальності постмодерну виявилася недостатньою, особливо у площині, де потрібен аналіз індивідуальної неповторності буття у світі та феноменів його переживання.

Історично першим було формування уявлення про автентичність як про міру відповідності особистості своїй власній природі (сутності). Таке уявлення, будучи похідним від особливостей того наукового контексту, в межах якого воно розроблялося, виявилось ефективним лише для картини світу, в якій особистість первинно тлумачиться як структурно-ієрархізована стабільність у детермінованому світі. Така схема вибудувалася у відповідь на вимоги “репрезентаційних” теорій та на основі методу як нормативності у розкритті загального, експлікацій інваріантного, стабільного, універсального в особистості.

Такий спосіб мислення, власне, задав і оформив напрямний стрижень в уявленнях про автентичність як атрибут особистості, де проступає загальноновизнана схема інтерпретацій, а саме: є певне утримуване в сталих змістах “Я” (самість та ін.), котре виявляється “центром” особистості, яка так само є “територією” (сукупністю властивостей) і має “межі”, встановлювані соціальними та індивідними нормованостями; злагоджене функціонування цілісної території залежить від повновладності центру. Наявність “Я” як контролюючого центру невідворотно означає, що особистість є обмеженою стабільною територією (адже центр – це похідна від заданих меж).

Проте трансформація предмета наукового дослідження, що відбувається надзвичайно потужно на початку XXI століття, вивела

на авансцену емерджентність (принцип, за яким припускається наявність у системи особливих властивостей, не притаманних її підсистемам), ентропійність (усвідомлення того, що міра невизначеності, непрогнозованості – коли ситуація може мати різні наслідки – є нормою знання), сингулярність (увагу до одиначної події, випадку, епізоду), чим поставила під сумнів дієвість “метафори відповідності”. У фрагментованій, колажованій, театралізованій постмодерній соціальності адекватними моделями стають ті, які позбавлені напередвизначеності й однозначності, лінійності, ієрархічності, обмеженості.

Замість “метафори відповідності” нами запропоновано “метафору становлення”, а пояснювальна модусна модель вибудовується на принципах нерівновісності, змінюваності, становлення, внаслідок чого ієрархічно-структурна система з її поступально-еволюціативними трансформаціями змісту поступається місцем аструктурному ризоморфу з його вибуховою емерджентністю й процесуальністю. Це означає зміщення уваги з особливостей, що конституують “центровість”, на процесуальність. Особистість “втрачає” межі, водночас зникає й гіпотетичний “центр”. Зазнає змін і тлумачення її становлення – воно більше не є осьовим процесом і передусім сходженням від нижчих шаблів до вищих. Процес формування “Я” відтепер не має кінцевого стану і не може завершитися остаточним самовизначенням. Особистість постає як номадичний проект. Термін “номади” в метафоричному розумінні означає соціальні одиниці, котрі населяють певний простір і зумовлюють його властивості; доміантним модусом існування людей, які населяють простір, є рухливість. Номадичні траєкторії є специфічними, оскільки номадичний простір не має внутрішньої структури. Водночас такий простір не є необмеженим: він завжди перебуває між неосвоєним і структурованим просторами. Ці два фланги контролюють його, обмежуючи його зростання й експансивні тенденції” [Орлова, 2004]. Розвиток тут – не односпрямований процес. Найчастіше становлення особистості відбувається безперервно у всіх можливих напрямках, і магістрального (або осьового) при цьому немає.

Таке тлумачення особистості зумовлює й інше уявлення про світ, у якому вона виявляється функціонально спроможною. Ста-

лість, центрованість, стабільність втрачають сенс (і продуктивність), позаяк не узгоджуються з характеристиками суспільства, в якому дедалі чіткіше увиразнюються фрагментація культури, розвіянність цінностей, віртуалізація реальності, театралізація повсякденності й пов'язані з нею стильові ігри. Зростає перенасиченість інформацією і, що найважливіше, невизначеність і відкритість, стирання просторових і часових меж, а тому збільшується потреба в нових формах досягнення ідентичностей. Тут потрібна інша модель – позбавлена напередвизначеності й однозначності, лінійності, ієрархічності, обмеженості.

Щонайменше, автентичність повинна конституюватися навколо неперервних процесів, завдяки яким здійснюється самоконструювання особистості. І “бути істинним щодо себе” за цих умов означає, що це відчуття підтримується неперервністю попри дію зовнішніх контрагентів.

Таким чином, автентичність полягає не у відповідності до наперед заданої природи чи сутності. Теорія кореспондентості дієва в межах класичної раціональності, де поведінка людини розкривається як доцільна й адаптивна: коли індивідові приписується первинне прагнення до внутрішньої мети, якій підпорядковано всі без винятку вияви його активності. Незалежно від того, “чи пристосовує індивід себе до світу, чи підпорядковує світ вихідним своїм інтересам, – він щоразу обстоє себе перед світом у тих своїх виявах, базис для яких уже склався, визначився в минулому” [Петровский, 1993, с. 3].

Отже, розуміння автентичності як відповідності, можливе й продуктивне для класичної раціональності, проблематизується тоді, коли трансформуються канони раціональності доби модерну. “Стає очевидною нелінійна, плюралістична суспільна свідомість, яка нині формується, з унікальними груповими й індивідуальними шарами, з розривами й парадоксами, що становили відносно цілісну систему, у принципі відмінна від колишньої суспільної свідомості” [Кравченко, 2007, с. 10-11].

Тлумачений таким чином основний спосіб буття-у-світі потребує відмови від інтерпретацій, створених класичною раціональністю загалом, і від теорії кореспондентної істини зокрема. Ідея автентичності як інтегративної потреби – як одна з версій стабіль-

ності – нині зазнає критичних нападок з боку постмодерністів. На їхню думку, “Я” є первинно множинним і фрагментарним, а єдність та інтеграція не є якостями визначальними. Вони – лише ілюзорність та зовні задані нашарування. Ідея унітарного “Я” є втіленням філософської міфології, котра насправді тільки обмежує й виснажує “Я”. Натомість постмодерн закликає розшукувати “Я”, котре постійно виходить за свої межі, а точніше, не має їх, визнати множинність “Я”, його фрагментарність і багатоманітність і навіть “децентрованість суб’єкта” [Дьяков, 2008].

Інакше кажучи, там, де автентичність особистості розкривається як узгоджене функціонування диспаратних і/або конфліктуючих процесів (“колажованість всесвіту”), де основним принципом їхньої співдії є іграізacja (тобто зародження особливого стилю життя, що припускає парадоксальне поєднання серйозного і потішного, реального й віртуального, чуттєвого й інтелектуального, організаційного й дезорганізованого, раціонального й ірраціонального [Кравченко, 2006]), автентичність досягається не через задоволення короточасних інстинктивно-потребових вимог і не через відповідальність виборів, а як неперервна, нерозривна, послідовна активність, виявляється в різних ситуаціях і стосунках, триває поза часом і є контрадикторною щодо деформувальних тисків зовні. Отже, метафора відповідності та генеровані нею напрями аналізу суперечать ідеї автентичності як феномена, що постійно перебуває в становленні (як *always becoming*).

Метафора “автентичності як відповідності”, вочевидь, втрачає тут свою дієвість, оскільки зникає її характеристика як інтенціональної спрямованості на сакральне ядро “Я”, ніколи не досягне, але завжди оманливо відшукуване. Воно перестає бути інтимною властивістю світу особистості, адже в ньому вже немає центрованості, ієрархії, завершеності, натомість домінують аструктурність, гетерогенність і нефінальність.

Розгляньмо перспективи, що їх відкриває відмова від “метафори відповідності”, з якою, як було показано, тісно пов’язані тлумачення особистості як стабільного центру в стабільному й детермінованому світі, заміна її на “метафору становлення”.

Насамперед – скасування “центрованості” як одного з основних пояснювальних принципів. Щоб показати його значущість,

пригадаймо, що психологія, яка розвивалася в межах модерну, розглядає зрілу особистість як ієрархічну структуру, де всю владу надано “Я”, а структурні компоненти існують цілком злагоджено. Втрата централізованості та “розосередженість”, як і будь-яке порушення зв’язків між “основними блоками” особистості, невідворотно тлумачиться як “вихід із ладу” всієї системи.

Застосування такої структурно-ієрархічної моделі особистості стає більш ніж проблематичним, коли потрібно пояснити, в який спосіб особистість переживає свою достеменність водночас як автономію і співзалежність, конкретність та іншість, визначеність і невизначеність. Паралельне існування в цих модусах за логікою щойно згаданої моделі є неможливим, однак для ризоморфного середовища суперечність знімається. (Підстав стверджувати, що той чи той модус більшою мірою позначається на переживанні особистістю своєї достеменності, нами не виявлено).

Кореневище, кожна точка якого може бути з’єднана з будь-якою іншою, дає змогу усунути цю несумісність, репрезентувавши автентичність як таку, що не має вихідного пункту розвитку, не має центру (децентровану) і є неієрархічною за природою. Справді, серед усіх соціальних практик, залученість до котрих, власне, є “точками” автентичності-ризоморфу, неможливо виокремити ту, яка відігравала б засадничу чи фундирувальну роль. Не існує і першорядних (високостатусних) зв’язків між окремими практиками. Натомість існує мережа переходів: численність практик (і відпрацьованих, і щойно засвоєних), зв’язок між котрими встановлюється як у межах однієї культури, так і поза ними, приводить до їх взаємозамінюваності, завдяки чому координація локальних переживань автентичності, як і досягнення – в остаточному підсумку – того чи того статусу автентичності, забезпечується без “центрального” органу.

Другим продуктивним, на нашу думку, штрихом до пропонованої моделі є розімкненість: автентичність вимальовується в цій перспективі як принципово відкрита структура. А саме, кожен досвід переживання потенційно може розширювати її межі. Мало того, шляхи отримання досвіду автентичності не є наперед заданими й незмінюваними; вони можуть варіюватися залежно від навантаженості психосоціальними практиками тієї чи тієї соціальної стра-

ти, і трапляються такі ситуації, коли досвід забезпечується парадоксальними з погляду раціональності засобами (досвід “маски” перетворюється на досвід власної достеменності).

Окрім того, автентичність неможлива в одному модусі, вона – множинність, реалізовувана через одночасність існування (приміром, вдало виконана “роль” сприймається як переживання і персоналізації, і уніфікації, і потенціалізації) і постійне становлення, що трансформує її як таку. Ж. Дельоз і Ф. Гваттарі зазначають, що за ризоматичного підходу головну роль відіграють не точки, а лінії, які їх з’єднують (“хто керує маріонеткою?”) (див.: [Делёз, Гваттари]). Множинність означає не просто численність чи багатоманітність – це насамперед зростання її вимірювань; природа її змінюється зі збільшенням кількості зв’язків.

З огляду на те, що в ризомі лінії з’єднання є більш значущими, ніж точки, дістає пояснення і той факт, чому автентичність не може існувати як психологічна мета. Річ у тім, що всі переходи – рух мережею соціальних практик – не спрямовуються певною метою: вони не підпорядковані досягненню автентичності, але наявність лінії зв’язку й перехресних переходів роблять її відкритим простором, а не розрізною групою практик, що забезпечують дискретність досвідів.

Автентичність не має точок абсолютної перервності, зламу, припинення. Тобто, якою “відчуженою” від власного досвіду, способу життя, прагнень і потреб тощо (ядра-сутності “in se”) не відчувала б себе особистість, а проте лише тяжкі психічні розлади пов’язуються з “не-Я”. Бути “не собою” в абсолютному сенсі просто неможливо. Отже, будь-яка рефлексія свого стану як неавтентичного (у зазначеному розумінні) насправді є лише перервністю, а не обриванням. Як кореневище (ризом) може бути розірване в будь-якому місці, але, незважаючи на це, відновить свій розвиток або в старому напрямі, або обере новий, так і автентичність знешкоджує наслідки членування життєвого досвіду у випадках “розломів”, приміром криз, що фруструють переходи між модусами.

Саме завдяки “неістотності розривів” автентичність стає тією детериторіалізованою зоною свободи, котра забезпечує надзвичайну гнучкість реагувань. З огляду на розгалуженість і численність практик, що підтримують автентичність, майже неможливими ста-

ють ізоляція або гранична фрустрація будь-якої її частини (будь-якого статусу в будь-якому модусі), “доступ” до котрої з певних причин може виявитися небажаним (аналогічно до того, як класичний психоаналіз трактує активізацію психологічних захистів). Можливість альтернативи, практично вичерпна взаємозамінюваність (без втрати якості, некомпенсаторна), точніше, здатність до перетікання соціальних практик, забезпечують становлення в усіх напрямках. “Незначущість розриву” ілюструє також той факт, що іноді навіть кардинальна зміна способу життя, зовнішності, структури буденності не приводить до втрати переживання достеменності.

Нарешті, ідея ризому може пояснити постійне “вислизання” точного змісту в дескрипціях автентичності. Тут варто згадати, що ризома – це не механізм копіювання, а карта, яку можна гортати, відкрита, рухлива за своєю природою, надзвичайно сприйнятлива до змін. Калька (копія), навпаки, не піддається модифікації, вона лише копіює наявні лінії й абриси, не фіксуючи новоствореного, щойно народженого. Карта ніколи не є остаточною: вона трансформується відповідно до змін місцевості (дійсності) [Делёз, Гваттари]. Автентичність постає як принципово незавершувана система, яка динамічно розвивається. У ній немає фіксованих, сталих змістів. (Рефлексований статус – тільки “тимчасова” карта, карта “перед уточненням”, удосконаленням).

Змісти, що надходять завдяки різним соціальним практикам, не утворюють мейнстриму, вони – ніби струмки під час паводку, постійно змінюють своє річище: один зникає, другий, навпаки, утворюється, щоб теж проіснувати нетривалий час. Вочевидь, процеси змін, котрі відбуваються неперервно, заважають особистості стати хоча б на деякий час тотожною самій собі, що робить неможливим її калькування, тому й автентичність – подібно до будь-якого номадичного простору – не може бути продуктивно пояснена в межах структурно-ієрархічної моделі.

Звернімо увагу ще на один момент, який підтверджує, що автентичність – це карта, а не калька. Говорячи про перманентну трансформацію змісту автентичності, фіксованого в тому чи тому статусі, слід ураховувати, що її причиною є не тільки дійсне виникнення (поява) нових змістів, пов’язаних із розширенням досвіду соціальних практик, а й постійна “самопроджувана” зміна траек-

торій руху в номадичному просторі (“стильові ігри”, епатаж), що вибирає й освоює різні, почасти несумісні траєкторії. З цього погляду автентичність – ніщо інше, як карта з “множинними виходами”, і кожен з них є потенційною відправною точкою. Особистість може застосувати будь-яку соціальну практику, причому її подальші кроки в цьому просторі з його розгалуженою структурою і множиною “посилань і переходів”, референцій не є зовні й завжди детермінованими.

“Ризома-становлення”, таким чином, робить можливою заміну уявлення про психічне, що й продукує зміну дослідницьких стратегій. Реальність, до якої правомірно застосовні процедури поділу на кванти, поступається місцем холістичній картині дійсності, до якої застосовні лише герменевтико-феноменологічні процедури пізнання. Конструювання постає умовою стабільного існування особистості в її життєвому світі (з усіма його часовими і просторовими трансформаціями), що робить можливим цілісне розуміння людини як системи відкритої й придатної до саморозвитку (“третя наукова революція”), спроможної породжувати в цьому розвитку підґрунтя власної стабільності. Наголосимо, що відкриті системи, які саморозвиваються, вирізняються особливим типом динаміки: вона є не просто нелінійною, а специфічно несиметричною тенденційною динамікою відкритості.

Автентичність особистості як відкритої системи, здатної до саморозвитку, з теоретичного конструкта, використовуваного як базова схема для ідентифікації себе у світі періоду сталого модерну, у постмодерні перетворюється на контекстуально релятивну схему, що реалізується як психологічна умова стабільності й стійкості людини.

Наведене розуміння кореспондує з уявленням про сучасне суспільство як таке, що переживає епоху докорінних соціальних змін, позаяк основною характеристикою його розвитку відтепер є конституювальна роль інформації, де вона постає як головний продукт і засіб суспільного виробництва, кардинальним чином перетворює життєве середовище, вводячи віртуальність як провідну детермінанту соціальних та індивідуальних процесів. Достовірність віртуальності змінює межі й ступінь відповідальності людини, спричинює різкі зміни в найрізноманітніших сферах людського

буття, що якісно розширюють обрії свобод і можливостей, формують нові запити, до яких людина часто виявляється особистісно не підготовлена. Найінтенсивніше в цій достовірності віртуального змінюється сфера життєвих проєктів (світопроєктів), що надалі зачіпає систему фундаментальних ставлень людини (до самої себе, Іншого, життєвого світу загалом), продукуючи в такий спосіб завершення модерну, маркуючи його “смертю Бога” (Ф. Ніцше), “смертю суб’єкта” (Ж. Ф. Ліотар), “смертю автора” (Р. Барт), “кінцем історії” (Ф. Фукуяма).

У постмодерному суспільстві не просто трансформуються окремі якості (як це переконливо доводять, наприклад, Е. Тоффлер [Тоффлер, 1999; 2008], Ф. Уебстер [Уэбстер, 2004], З. Бауман [Бауман, 2005; 2008]), що задають загальні параметри життєвого середовища й соціального простору (інформація, капітал, блага, ресурси, виробничі засоби тощо), – тут формуються новоутворення вищого порядку – власне нова якість життя. Соціальні трансформації, хоч і є докорінними за своєю суттю, але відбуваються “буденно”, без яскравих збурень і відвертих революційних скасуванняв, позначаються на процесуальних параметрах життєвого світу особистості, а цей світ конструюється відповідно до унікальних уявлень особистості про себе (“образ Я”), про світ (“образ світу”) і про те, як вона співдіє із цим світом (інтерактивна взаємодія).

Ф. Уебстер показує, що людина, яка живе в епоху різких соціальних змін, – це людина, яка шукає точку опори, щоб використати її для самовизначення, здійснюваного між потоком буття і власною відстороненістю, психологічною дистанційованістю від цього потоку [Уэбстер, 2004]. Намагання зрозуміти основи стабільності особистості у світі, що зазнає невинних і незворотних змін, не вирішується ні на рівні класичних опозицій між внутрішнім і зовнішнім, структурою і динамікою, ні на рівні некласичних уявлень про психологічну стійкість людини як системи, здатної до саморегуляції своїх психічних станів. Мало того, стосунки між “Я” (особистістю) та її світом не розкриваються ані через принцип гомеостазу, ані через принцип гетеростазу. В обох випадках – процесуальність, нон-фінальність, завжди-становлення.

Але це завжди-становлення, до якого людина виявляється особистісно не підготовленою, перетворюється на проблему особ-

ливого різновиду психологічної ригідності, зумовленої зануренням у процес неспинного, хаотичного і неспрямованого становлення рго форма, яке не супроводжується обов'язковим і необхідним фіксуванням на можливості “бути”. “Становлення рго форма” – як антитеза автентичності – призводить до нездатності людини адекватно відповідати на запити, виклики й парадокси дійсності. Інакше кажучи, оголена процесуальність виявляється ненабагато ліпшою за надмірну стійкість “Я”, породжуючи, за висловом Г. В. Залевського [Залевский, 2004], “Я”-ілюзії (тобто феноменологічно не відрефлексовані й динамічно не освоєні форми досвіду).

Світ постмодерну і постнекласичної науковості ставить у центр психологічних досліджень соціальні практики, суб'єктивні інтерпретації (Р. Нісбетт), наративи (Дж. Брунер), саморозвиток, самоорганізацію тощо. Якщо раніше людина, потрапивши у вир буття, мала змінюватися відповідно до змін середовища, але зберігати або творити цінності й сенси життя, тобто адаптуватися, відновлюватися, то нині вона мусить змінюватися відповідно до своїх планів на середнє й найближче майбутнє. Це означає, що значну регулятивну роль у цих процесах починає відігравати футурологічний наратив, і актуальними стають інтенсивні практики самоконструювання особистості, які, власне, допомагають знайти свою координату попри занурення в потік щоденної змінюваності й набути здатності вчасно дистанціюватися від цього потоку. Серед таких практик значне місце посідає постановка життєвих завдань.

Особливості взаємодії способів постановки життєвих завдань та фрустрації автентичності. Життєвий світ людини, крім того що він постає у постмодерні під новим кутом зору як динамічний, не є просторово одновимірним й визначеним у часовій об'єктивній спрямованості з минулого в майбутнє, а являє собою сукупність взаємозалежних активностей, зрештою, з доволі складною психологічною архітектонікою. Особистість відчуває гостру потребу в тому, щоб успішно організувати себе і свій світ таким чином, аби забезпечити й закріпити сукупність її індивідуальних виявів у стосунках із життєвим світом – протистояти фрагментації й колажованості, які надходять як із зовнішнього, так і внутрішнього світу.

Головна специфіка життєвого світу особистості полягає в тому, що “світ у собі” і “світ навколо себе” вона перетворює на “світ для себе”. Закинутість у світ (світ зовнішній, протиставлений особистості, відчужений та ворожий) у цьому акті перетворення змінюється на справжнє існування; а опанування, олюднення цього відчуженого, оречевленого, відстороненого світу виявляється процесом, у якому відбувається конструювання автентичності.

Базовий конфлікт життєвого світу особистості виникає внаслідок різноспрямованості векторів, за якими розвиваються світ і особистість, а саме: світ рухається в напрямі від визначеності до невизначеності, особистість, навпаки, – від потенційної необмеженості до одиничності, конкретності, визначеності – у перетвореному вигляді структурує кожний з модусів автентичності. Модус автентичності – це її якісно своєрідний сегмент, що конструюється в життєвому світі особистості та є площиною формування, закріплення й задоволення однієї з основних її психологічних потреб (відчувати свою самототожність, належність до групи, можливість виходу за межі наявного).

Але таке переозначення життєвого світу (як плинного) означає, що постановка життєвого завдання як процедури самоконструювання виходить на перший план. Мало того, можна стверджувати, що ця процедура набуває особливої складності через вимогу співвідповідності всім реаліям, у які суб’єктивно включає себе особистість. Презентуючи себе через те чи інше життєве завдання, особистість насамперед для себе закріплює в життєвому завданні міру своєї задіяності, переживаючи підсумковий результат як автентичність (у разі відчуття задіяності) і неавтентичність (у протилежному випадку).

Емпіричні дослідження дають підстави стверджувати, що в ситуації кардинальних змін, притаманних постмодерній соціальності, проблема конструювання автентичності постає як необхідність одночасної самоінтерпретації в усіх трьох модусах: “мати себе” (модус персоналізації), “виявляти себе” (модус уніфікації) й “шукати себе” (модус потенціалізації). Життєве завдання можна розглядати як конкретизацію власного руху в цих модусах. По суті, воно виявляється механізмом самопрезентування актуального стану

й водночас самоозадачуванням щодо розв'язання базового конфлікту.

У модусі персоналізації базовий конфлікт оформлюється в проблематиці меж “Я”, тобто необмеженості того, що може залучатися в межі “Я”, і того, що реально в ці межі залучається. У змістовному аспекті цей модус може бути представлений через такі психосоціальні практики, як тілесна даність, усвідомлення психічної активності (потреби, потяги, настрої, почуття, переживання) як власної, усвідомлення себе як начала свого світу, репрезентація унікальності особистісних рис та усвідомлення власної унікальності, залучення предметно-речового оточення. У цьому модусі особистість, розв'язуючи специфічно заломлений базовий конфлікт, повинна вирішити дві основні проблеми, а саме: досягнення самототожності та формування меж “Я”. Індикаторами успішності їх виконання є перебування в самотності та формування стилю. Тому будь-яке життєве завдання, що ставить перед собою особистість, оформлюється переживанням необхідності задовольнити потребу у демонстрації “власного авторства”.

У модусі уніфікації базовий конфлікт відбувається між сепарацією та симбіозом, автономією, належністю. Можливість множинної належності (множинної симбіотичності) тут є противагою необхідності власної виокремленості, конкретності, окресленості. Соціальна “розмитість” – як залучення в численне коло інших – протиставляється індивідуальній чіткості. Модус уніфікації об'єднує такі психосоціальні практики, як інтерсуб'єктивність, автономія, конформізм, типізація, деіндивідуація. У цьому модусі особистість теж має вирішити дві основні проблеми, а саме: досягнення типізації та встановлення сепарації. Індикаторами успішності їх виконання можуть бути сформована ідентичність та особистісна автономія. Відповідно, постановка життєвого завдання оформлюється згідно з такими критеріями, як конвенційність, соціальна своєчасність (нормативність), загально визнаність.

У модусі потенціалізації, нарешті, базовий конфлікт оформлюється як полярність конкретного минулого й поліваріантного майбутнього. Отже, фактичність минулого контрастує з множинністю, поліваріативною відкритістю, розімкненістю майбутнього. У цьому розумінні кожний учорашній вибір є відтинанням певної ча-

стки поліваріантного майбутнього. Модус потенціалізації може представлятися через такі психосоціальні практики, як гра, уява, сон, релігійність, художня творчість, девіантна поведінка, трансформація структури буденності, віртуалізація реальності. Основними проблемами, які має вирішити особистість у цьому модусі, є здатність до перетворень та здатність до трансценденції. А про успішність їх вирішення свідчать гра стилями та наявність образу власного майбутнього. Отже, це означає, що життєве завдання при його постановці співвідноситься з такими критеріями, як новизна, креативність, відчуття реалізованості власного потенціалу, розімкненість (переконаність у тому, що критичних, непереборних суб'єктивних чи об'єктивних обмежень не існує).

Між модусами немає чітких меж, мало того, деякі психосоціальні практики є такими, що забезпечують функціонування особистості одночасно у двох, а іноді й трьох модусах. Тому важливо підкреслити, що життєве завдання в ході його постановки в ідеальному випадку проходить “огранку” в трьох модусах одночасно.

Слід зауважити одну важливу обставину, пов'язану з можливістю автентичності як такої. Будучи похідною від застосовуваних психосоціальних практик, автентичність загалом виявляє залежність від міри насиченості цих практик. Що розмаїтіша сфера переживань, що різноплановіший досвід особистості, що багатша структура життєвого світу, то більш неправильними, нелінійними, непрогнозованими й непередбачуваними будуть розломи реальності, через які здійснюватиметься конструювання автентичності. Адже такі розломи відбуваються не в примітивній породі, організованій геометрично правильними фігурами, що може тріскатися лише за прямими лініями, а в породі складній, нерівномірній, принципово неієрархічній.

Прогнозувати, якою саме траєкторією здійснюватиметься вибудовування автентичності, у принципі неможливо. Специфіка цієї траєкторії в тому, що вона є емерджентною – тобто виникає внаслідок непрогнозованих процесів, зокрема різкого нелінійного посилення раніше малопомітної властивості, непередбаченої біфуркації якоїсь підсистеми або рекомбінації зв'язків між складовими. Однак можна говорити про певну подібність між деякими статуса-

ми автентичності, серед яких вирізняють: комплементарний (який характеризується наявністю самоінтерпретацій у всіх трьох модулях); авторизований (який перевантажений змістом модулю персоніфікації); інтерсуб'єктивний (у якому відбувається зсув самоінтерпретацій у площину уніфікації, наслідками чого може бути як конформізм (ригідна версія), так і соціальна флексибельність (динамічна версія); трансцендентний (у якому відбувається зсув самоінтерпретацій у площину потенціалізації, наслідками чого може бути як патологічна замріяність (ригідна версія), так і творчість (динамічна версія); маргінальний (протохолізм), у якому модули та динаміку їхньої взаємодії не відрефлексовано особистістю, тобто самоінтерпретація не відбувається.

Але оскільки ми розглядаємо автентичність як спосіб самоконструювання особистістю себе у своєму життєвому світі, що досягається за рахунок розв'язання репрезентованих у знятому й перетвореному вигляді всіх напрямів поляризації, що виникають у рамках її інтенцій, то важко собі уявити, що таке завдання особистість може здійснити “одним махом”. Останнє актуалізує питання: яким чином розв'язується це завдання?

Спробуймо проаналізувати, у який спосіб відбувається постановка життєвих завдань у процесі конструювання особистістю власної автентичності. Як зазначає Т. М. Титаренко, “життєві завдання – це спосіб реалізації найважливіших форм самопрогнозування, які є найреальнішими з точки зору готовності до них як самої людини, так і зовнішньої ситуації” [Титаренко, 2007, с. 310].

Перше запитання, що виникає при заглибленні у порушену проблему, – а від чого ж залежить специфіка постановки життєвих завдань у рамках автентичності? Що забезпечує її своєрідність, надає їй якісного забарвлення, вирізняючи з-поміж інших особистісних властивостей?

На наш погляд, насамперед слід проаналізувати дві найбільш формальні осі, застосовні до оцінювання способу постановки завдання. Перша з них – дихотомія описового/продуктового способів постановки завдання, друга – розрізнення в континуумі “рефлексивний – інтуїтивний – імпульсивний”.

Розгляньмо першу. Насамперед зазначимо, що ця вісь вибудована як *міра орієнтованості особистості у своєму світі*, як його

градієнт визначеності (а саме: полюс *описовості* означає локальність, парціальність, нетривалість, нестійкість; полюс *продуктовості* охоплює континуальність, генералізованість, тривалість, стабільність). Отже, це – проекція ступеня розв’язання тієї частини базового конфлікту, яка пов’язана зі *становленням особистості* й рухається в напрямі від поліваріантності до конкретизації.

Описовий спосіб означає формулювання за допомогою ключових слів типу “отримати”, “придбати”, “виконати” та ін. Усі ці слова позначають якісь дії, а не ті “продукти”, які особистість розцінює як бажані з точки зору її саморозвитку та самоздійснення. Іншими словами, проблематичність описового способу постановки полягає в тому, що він, по-перше, не може бути повним, вичерпним; не може адекватно враховувати весь той особистісний ресурс, яким володіє людина, а отже, майже завжди відсікає можливі галузження власного розвитку; по-друге, виконання перерахованих дій зовсім не означає їхньої результативності, тобто того, що позначення кожного поставленого завдання маркером “виконано” автоматично забезпечить самоздійснення особистості.

Продуктовий спосіб завдання передбачає вироблення особистісної стратегії, яка дасть змогу орієнтуватися у віддаленому майбутньому на результат, який, будучи більш-менш ідеалізованим (“вдала кар’єра”, “успішний бізнес”, “дружна сім’я” тощо), проте, залишається рухливим щодо засобів його реалізації. Саме внаслідок зорієнтованості на продукт особистість виявляється спроможною потужно використовувати наявні ресурси, бути “відкритою” до зовнішніх та внутрішніх викликів (і подальших трансформацій), адекватно реагувати на появу “зон невизначеності” й ризиків, пов’язаних з різноманітними змінами.

Отже, тепер розгляньмо, що відбувається внаслідок перехресування двох згадуваних вище осей, – власне, способи постановки життєвих завдань, співвідповідних процедурам конструювання власної автентичності. Іншими словами, це ті способи постановки життєвих завдань, якими особистість реагує на порушення основного конфлікту життєвого світу (між визначеністю і невизначеністю).

Відтак розгляньмо другу вісь. Вона виявляється проекцією міри орієнтованості особистості в зовнішньому світі, який рухається в напрямі зростання невизначеності (від імпульсивності як неможливості якихось варіантів, а отже, суцільної визначеності в одному можливому варіанті, до рефлексивності як поліваріантності, невизначеності).

Континуум цієї осі дає підстави говорити про кілька способів постановки життєвих завдань: *рефлексивний*, коли весь процес постановки завдання націлений на максимальний особистісний результат; *імпульсивний*, коли в рамках наявної ситуації приймається завдання, котре відповідає мінімальним (миттєвим) вимогам, розраховане на блискавично швидкий результат; *інтуїтивний*, коли при постановці завдань за основу правлять аналогії, асоціації, неусвідомлені “відчування”.

Рефлексивний спосіб означає, що розглядаються всі альтернативи, як і наслідки, які можуть виникнути в кожному можливому випадку. Вибір падає на ту альтернативу, що забезпечує “максимальний вигреш” – самотворення. Рефлексивний спосіб вивільняє особистість із тенет минулого досвіду, ставить її осторонь програмованих звичністю способів взаємодії зі світом. Найбільш значущою характеристикою цього континууму є те, що життєве завдання переживається особистістю як таке, що *прийняте з повним відчуттям свободи й відповідальності за нього*.

Застосування імпульсивного способу виражається в тому, що особистість вибирає першу альтернативу, яка дає змогу вийти за межі наявної ситуації, миттєво подолати дискомфорт. Це завжди обмеження цінностей, досвіду, ресурсу і завжди реагування на локальні, конкретні обставини й тимчасові власні переживання і почуття. Внутрішньою основою такої постановки завдання можуть бути і копіювання бажаного зразка (“я теж так хочу”), і нетолерантність до невизначеності, і надмірна насиченість виборів, коли особистість не відчуває можливості опанувати ситуацію (“хай буде, що буде”).

У випадку інтуїтивного способу також немає рефлексії, яка мала б бути при постановці життєвих завдань. Інтуїтивність означає формулювання завдання на основі відчуття його правильності, без аналізу всіх “за” і “проти”. Основою для такої постановки є

суб'єктивні сліди позитивних чи негативних вражень, які залишилися від попереднього досвіду. Існуючи переважно як емоційне тло життєвого досвіду, вони, проте, не втрачають своєї дієвості, не перетворюються на недієву складову.

Для подальшого аналізу тих способів, завдяки яким здійснюється постановка життєвих завдань у рамках конструювання особистістю власної автентичності, ми пропонуємо використовувати певну модель (рис. 1.2). Аналіз спрямовано на те, щоб виявити особливості життєвих завдань у тих ситуаціях, які було виокремлено як найбільш типові в процесі досягнення власної автентичності [Кочубейник, 2007].

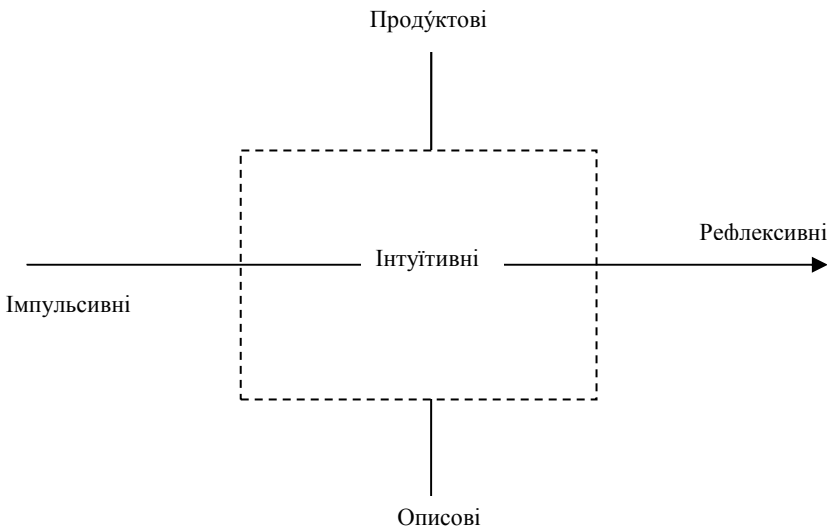


Рис. 1.2. Виміри, що задають способи постановки життєвих завдань

Щоб оцінити особливості поставлених життєвих завдань, продуктованих тим чи іншим способом, ми використали психологічні характеристики життєвих завдань, виокремлені Т. М. Титаренко (а саме: сенсовість, ціннісність, відповідність значущим особистісним змістом; результативність, що складається з імовірності бажаного результату та його детермінованості; креативність; адек-

ватність; відкритість/закритість; енергетична наповненість, що виражається в їхній динамічності та довготривалості) [Титаренко, 2008].

Ситуації першого типу виникають тоді, коли відбувається порушення рівноваги в бік “зовнішнього світу”. Основна проблема сприймається особистістю як “диктатура обставин”, урізання власного простору, “зменшення себе”. У певний момент особистість усвідомлює, що вимоги оточення стають надто нав’язливими, наказовими, усевладними, натомість вона ігнорує власні думки, почуття й бажання. Свій стан вона маркує як “втрату себе”.

У той же час відбувається наростання негативного афекту – “я так більше не можу й не хочу”. У підсумку – експлозивне реагування, “вибух”, який, по суті, є адекватною, здоровою реакцією на тривалу фрустрацію особистісних інтенцій, реакцією, спрямованою на рішуче відтинання небажаних патернів поведінки.

Під час такого вибуху – у *першій типовій ситуації* – постановка життєвого завдання здійснюється як “описова × імпульсивна”. Будучи все-таки прийнятною, адекватною реакцією, вона, однак, не завжди відповідає значущим особистісним смислам, оскільки у постановці домінує негативізм (“що завгодно, аби не те, що зараз”), що, звичайно, не найкращим чином позначається на результативності поставлених завдань, а також їхній енергоємності (надзвичайний динамізм, спричинений афективною генезою, проте нетривала дієвість). Власне, прийнятність цих реакцій обумовлюється їхньою новизною та відкритістю, точніше, можливістю спонтанного породження (самозародження), котра має, проте, у своїй основі спорадичність (виникає під дією випадкових вражень і ситуацій).

До негативних аспектів такого способу постановки життєвих завдань можна віднести їхню “розривність”: це завжди уривчасте реагування, непослідовний перехід до нового стилю стосунків та взаємодії. (Почасти тому такі вибухові реакції інтерпретуються оточенням як неадекватність з боку особистості, а її дії щодо реалізації нового завдання сприймаються як безпідставні, незвичні, деструктивні, чим створюється додаткове напруження, адже, “вибу-

хаючи”, особистість не завжди усвідомлює свою відповідальність за таку провокацію). Це перший аспект.

Другим негативним аспектом є невідповідність життєвих завдань значущим особистісним смислам. Витоки її в тому, що, як правило, невідрефлексований спосіб постановки життєвого завдання проявляється в тих сферах, де високий ступінь емоційної включеності особистості, її задіяності ґрунтуються на чутливості.

Друга типова ситуація реагування на порушення переживання автентичності пов’язана з протилежним полюсом базового конфлікту: надмірною визначеністю, ригідною стабільністю. Тут, навпаки, відбувається в певному сенсі експансія особистості в зовнішній світ, унаслідок чого виникає “тоталітарна особистість”. Іншими словами, людина прагне змінити обставини відповідно до своїх уявлень, нав’язати свою волю, не брати до уваги нічого й нікого. В основі поведінки – те саме відчуття відчуження власної достотності, але воно продукує інший спосіб формулювання життєвого завдання.

Якщо стрижнем попереднього способу є зміни “Я”, то тут – навпаки: змінити обставини для того, щоб досягти своєї автентичності. Така гіперактивність пов’язана з дуже низькою здатністю адаптуватися до обставин. Людина понад усе ставить свої бажання, свою волю. Вона відчуває себе на сто відсотків залежною від того, чи хоче вона чогось чи ні. Вона завзято й закостеніло тримається за свої уявлення, настановлення, бажання; виявляє впертість, відкидаючи все, що, на її думку, іде “не так, як потрібно”, з невдоволенням і навіть злістю ставиться до всього, що виникає в неї на шляху.

Життєві завдання, що оформлюються в цей спосіб, за формою збігаються з тими цінностями, яких дотримувалася особистість, вони – продовження минулого способу взаємодії із собою й зовнішнім світом. Але ж у тому-то й проблема, що минула взаємодія якраз і спричинила стан відчуження, відчуття неавтентичного життя, і замість того, щоб ревізувати смислову систему, особистість іде шляхом ригідного захисту вже деструктивного існування. Отже, життєвим завданням, які ставить неавтентична особистість, бракує відкритості, креативності.

Таким чином, це спосіб постановки життєвого завдання, який може бути маркований як *“продуктовий × імпульсивний”*.

Негативними аспектами такого способу постановки завдань є їхня неадекватність щодо можливості самоздійснення (позаяк вони блокують особистісні ресурси, відсікають найменшу можливість поліваріантності майбутнього). Проте внаслідок ригідності вони можуть бути довготривалими.

Як правило, такі ситуації свідчать про більш глибокий ступінь фрустрації автентичності, ніж у випадку невідрефлексованої імпульсивної постановки. В основі – захисне відсторонення, коли навантаження, що можуть бути викликані змінами, стають занадто хворобливими, нестерпними, і водночас людина ідентифікує себе зі своїм болем, тому відмова від болю рівнозначна загрозі втрати себе. Неспроможність до змін примушує повторювати завчену поведінку.

Третя ситуація пов’язана з тим, що особистість переживає свій стан як “відсутність орієнтира”, тобто відчуває лише невдоволення, фрустрацію власної автентичності, проте вона не бачить прийнятної для себе способу позбавитися проблем.

Якщо в першій ситуації чітко простежується намагання захистити себе від почуття “втрати себе” (і через протест-вибух “повернутися до себе”), а в другій ситуації – через посилення ригідності – проступає намагання “втриматися у собі”, то тут чіткого вектора немає. По суті, це флюгер, який чутливо реагує на будь-які зміни. Тонко відчуваючи, чого від неї очікують, і прагнучи цим очікуванням відповідати, така людина, як вода, завжди набуває форми тієї посудини, в яку її налито, тобто намагається відповідати очікуванням оточення. Така поведінка, однак, спричинює ще більшу дезорієнтацію людини у своїх потребах, бажаннях, намірах.

Власне кажучи, при цьому навіть не увиразнюється постановка життєвого завдання – найчастіше відбувається запозичення чужих проєктів або планів, імплантація їх у свій життєвий світ, наслідки якої доволі непрогнозовані: іноді вони можуть спричинити лише більший регрес, позаяк самотворення перетворюється на калькування, що супроводжується для особистості ще більш глибоким переживанням “втрати себе”; а іноді, навпаки, вони можуть

виявитися доволі продуктивними й переживатимуться особистістю як “винагорода долі за перебування у скруті”. Тут ми можемо говорити про *інтуїтивний спосіб* постановки життєвих завдань.

Ситуації четвертого типу виникають тоді, коли особистості бракує ресурсів, щоб подолати фрустрацію автентичності. Іншими словами, особистість здатна цілісно реконструювати уявлення про себе, замислюватися над засадничими філософськими питаннями, не уникає аналізу своїх переживань із приводу ставлення до життя, свободи, інших людей, до себе. Однак реалізація самоздійснення, ґрунтована на перетворювальному ставленні до себе й умов життєдіяльності, блокується через недостатній рівень енергетики. Усвідомлення відповідальності за свою долю й можливості впливу на неї поєднується з побоюваннями не впоратися з цією відповідальністю, бажанням перекласти її на когось (щось) іншого, внаслідок чого формулюються лише елементарні (описові) завдання. Таким чином, цей спосіб постановки життєвого завдання може бути маркований як *“описовий × рефлексивний”*. Тому життєві завдання, які формулюються особистістю, виразно демонструють брак енергетичного наповнення, унаслідок чого вони виявляються недовготривалими, “розсипаються”, наразившись на перешкоду при реалізації, проте вони можуть бути доволі адекватними, відкритими, новими.

Нарешті, остання, *п’ята, ситуація* – це ситуація усвідомленої суперечності, тобто основою поведінки особистості є коректне відображення складної взаємодії світів, що стикаються між собою. Тут ми можемо говорити про застосування *“продуктовий × рефлексивний”* способу постановки життєвого завдання.

Якщо ж звернутися до якісних характеристик життєвих завдань, що оформлюються в такий спосіб, то вони є, безперечно, оптимальними, позаяк дають особистості змогу утримувати баланс між усіма вимогами. Такі завдання збігаються з основними смисловими вимірами особистості, є адекватними, відкритими, новими, енергетично потужними (довготривалими).

Отже, підбиваючи підсумки, можемо стверджувати, що існують певні відмінності у постановці життєвих завдань, пов’язані з автентичністю/неавтентичністю особистості. Але ці відмінності не

стосуються її життєвих сфер, не пов'язані з їхньою змістовністю та конкретною наповненістю. Автентичність – як вільний перехід між модусами – позначається на процедурах постановки життєвих завдань. Якщо цей перехід утруднено, то життєве завдання формується в одному з тих модусів, який виявляється “загострено збільшеним”. Тому життєве завдання, набуваючи рис перевантаженості, акцентуваності базовим конфліктом модусу, не здатне в певному сенсі стати всеохопним щодо полідетермінованої реальності людського життя.

І навпаки. Що більш вільним є перехід між модусами, то більш адекватними, відповідними значущим особистісним змістам, відкритими, новими, енергетично потужними (а отже, довготривалими) будуть життєві завдання. Пройшовши “огранку” в кожному з модусів, життєве завдання автентичної особистості уможливорює максимально ефективну форму конструювання нею власного життя, стає запорукою його високого рівня, основою переживання його як власної гідності. Тому воно постає як реальна спроможність людини вирішити проблему, що спричинила його актуалізацію, досягти й пережити особистий успіх та удачу.

Частина друга

ЕМПІРИЧНІ АСПЕКТИ ДОСЛІДЖЕННЯ ЖИТТЄВИХ ЗАВДАНЬ ОСОБИСТОСТІ

2.1. Особистість: на перетині соціального та індивідуального світів

Особливості суспільства, що перебуває у стані змін, спричиняють появу як теоретичних, так і практичних досліджень, які мають розглянути шлях особистості в контексті соціальних перетворень. Такий підхід потребує інтеграції психологічного, соціально-психологічного і, навіть, соціологічного підходів до осмислення особливостей постановки та вирішення особистістю життєвих завдань у мінливому соціальному просторі.

Соціальна реальність розглядається при цьому як така, що має суб'єктивну природу і створюється людьми, котрі переживають її і надають їй певного змісту. На відміну від парадигмальних підходів, які зосереджують увагу на вивченні переважно зовнішніх аспектів поведінки, якісна парадигма тяжіє до розуміння соціальних змін як функції реальної поведінки людей, а поведінка людей так само розглядається як функція соціальних змін.

Виходячи з того, що соціальна реальність – це постійна взаємодія об'єктивних і суб'єктивних процесів, досягнути яку можна лише аналізуючи компоненти реальності, які тісно пов'язані з об'єктивністю і водночас є складовими суб'єктивної картини світу, в дослідженнях соціальних перетворень акцентується проблема

динаміки цілей і цінностей людей, їхніх очікувань і оцінок свого становища у соціальному світі.

Незважаючи на близькість соціальних уявлень до реального буття, вони являють собою складні ідеальні утворення, які не можна прямо зводити до соціально-економічних обставин. Ці уявлення складаються з когнітивного й емоційного компонентів і водночас продукують відповідні поведінкові кореляти, спрямовуючи активність соціальних суб'єктів. Кожна людина має власні уявлення про те, що відбувається в країні, проте реальна свідомість – не механічне узагальнення цих особистісних поглядів та оцінок; вона утворює нову специфічну сутність, яка відображає сталі тенденції, що характеризують рівень осягнення суспільною свідомістю суспільного буття.

Реальна суспільна свідомість впливає на індивідуальну свідомість особистості, створюючи підґрунтя для формування соціальних стереотипів, орієнтирів оцінювання ситуації та моделей бажаних і небажаних поведінкових конструктів. Проведені дослідження засвідчують, що “соціальні уявлення більшою мірою тяжіють одне до одного, ніж до об'єктивних, “базисних” характеристик” [Попова, 1991, с. 69], тобто на утворення і функціонування їх меншою мірою впливають такі змінні, як стать, рівень освіти тощо, порівняно з компонентами особистісної картини світу.

Суспільна реальність існує для окремого індивіда як реальність у психологічному сенсі, утворюючи “особистісний світ уявлень”. Сучасне філософське розуміння життєвого світу, що веде свою традицію від “*Lebenswelt*” Е. Гуссерля, тлумачить це поняття як “світ у його значущості для людини, конкретно-історичне підґрунтя взаємоузгодженого досвіду, інтерсуб'єктивної ідентифікації будь-якого смислу, універсум первинних очевидностей, що складаються анонімно, апріорних щодо логіко-теоретичної схематизації природи, культури, життя” [Современная ..., 1991, с. 103]. Тобто в соціальному плані ця реальність складатиметься з уявлень, наділених великою мірою спільності для багатьох індивідів, і сприйняття її більшістю людей у суспільстві вельми схоже. Тому й кризові явища в суспільстві, хоч і відтворюються в індивідуальних життєвих світах, однак спричинюють там аналогічні процеси, запускаючи подібні психологічні механізми для подолання наслідків небажаних психологічних змін.

Кризові явища неминуче призводять до істотних змін у життєвому світі особистості. Цей світ формується на перетині психологічних і соціологічних феноменів; макро- і мікросоціальні чинники постійно перетинаються впродовж усього життя людини. Причому індивідуальна траєкторія життя є частиною траєкторії соціальної. До того ж залучення людини до просторово-часових координат суспільства в найскладніший спосіб відбувається в суспільстві “пізнього модерну”, де, на думку Гідденса, ускладнення соціального самовизначення підсилюються розривом просторово-часових координат і місця дії особистості. Тобто людина, на відміну від традиційного суспільства, існує не тільки локально, а й належить до глобального соціального простору [Giddens, 1991].

Кризові явища в житті особистості, як і в житті суспільства загалом, пов’язані з місцями розривів індивідуальних і соціальних траєкторій. Щодо особистості розрізняють дві форми таких розривів: 1 – розриви-виключення, що справляють деструктивний вплив на соціальну тканину, в якій функціонує індивід, і можуть відхилити індивідуальну траєкторію, роблячи його небажаним у певних соціальних групах; 2 – розриви-включення, які, навпаки, відкривають у деякі моменти життєвого шляху доступ до нових соціальних світів, здатних стати новими світами соціалізації, оскільки дають індивідові змогу виробити нові схеми сприйняття не лише сучасної ситуації, а й усієї попередньої історії життя [Альмодовар, 1992, с. 103].

Ці розриви характеризують індивідуальне життя людини в порівнянні зі стабільною траєкторією суспільного розвитку, фіксуючи як вияви девіантної поведінки, так і всілякі “злети” або “падіння” на життєвому шляху. У певні історичні періоди розриви трапляються й у траєкторії соціального розвитку. У таких випадках траєкторія життя індивіда зближується із траєкторією життя соціального.

Якщо для суспільства стабілізація означає набуття перетвореннями конкретної спрямованості на оптимізацію його функціонування і керованості процесів трансформації, то для людини стабілізація – це передусім здатність контролювати особистісне буття, що неможливо без внутрішньої узгодженості картини світу. На нашу думку, теоретичне осмислення взаємозв’язку особистості й су-

пільства у процесах взаємоперетворень можливе за умови використання цього конструкта.

Хоча сама ідея розгляду особистості на перетині часових і просторових координат наразі загальноприйнята, реальне поєднання часу та простору життя в дослідженнях не така проста справа. На нашу думку, вона має бути осмислена з точки зору операціоналізації відповідних вимірів у конструктах, які надалі можна буде поєднати в єдиному дослідженні.

Вихідним для такого підходу є розгляд життєвого простору як утворення, що виникає на перетині соціального і особистісного вимірів. У позитивістському ключі головна увага дослідника зосереджується при цьому на оцінці впливу зовнішніх обставин на внутрішні перетворення. Скажімо, можна показати, що об'єктивні зовнішні можливості сприяють формуванню вищого потенціалу самореалізації. Наприклад, підтверджено, що чим вищий соціальний статус сім'ї, тим вище підлітки оцінюють свої життєві шанси порівняно з однолітками, тим більше серед них тих, хто висловлює готовність узяти на себе відповідальність за своє життя. Утім, емпірично з'ясовано, що рівень самореалізації часто відстає від ступеня потреби в самореалізації. Ідеться про суперечність між достатньо сильною потребою в самореалізації і низькою оцінкою можливостей для її задоволення в існуючому соціальному просторі [Шурыгина, 1999; Тышковский, 1999; Ишмухаметов, 2006; Бабинцев, Бояринова, Реутов, 2008].

Зв'язок внутрішнього та зовнішнього світів може бути витлумачений і феноменологічно. Так, за К. Ясперсом, екзистенція висвітлюється в ситуаціях турботи й страждання – і особливо у випадку межової ситуації, яка, за його словами, подібна до непорушної стіни – натрапляючи на неї, ми не в змозі нічого змінити; стіна стає невід'ємною від нашого буття. Ситуація, в якій перебуває людина, завжди має певні межі: індивід – це чоловік або жінка, людина молода або стара; життєві шанси і обставини її життя унікальні, але теж обмежені. А визначеність меж, підкреслює Ясперс, різко контрастує з ідеєю про людину взагалі, про необмеженість її сил і можливостей, що викликає в індивіда тривогу і стурбованість.

З позицій гештальту, та сама проблема є ключовою в концепції “життєвого простору” (К. Левін), суть якої – в ідеї про безперервну взаємодію потреб, мотивації людини і умов середовища, що

сприяють або перешкоджають досягненню її мети. Середовище в трактуванні Левіна є поведінковим середовищем Коффки, тобто середовищем, яке сприймає людина, хоча він не заперечує і впливу об'єктивного середовища на поведінку людини. У цьому ж контексті можна згадати “прес середовища” Г. Мюррея, який констатував, що потреби і особистісні характеристики людини разом з таким пресом рівною мірою зумовлюють як задоволеність своєю позицією в життєвому просторі, так і негативні переживання, що виникають унаслідок депривації потреби в самореалізації особистості.

Водночас у соціологічній традиції маємо теоретичні спроби довести, що не лише особистість обумовлена межами простору (П. Бурдьє). Фактично саме існування соціального простору нерозривно пов'язане з його сприйняттям особистістю. З одного боку, сприйняття структуроване об'єктивно, тобто умовами мешкання, соціальним становищем і походженням, з другого – суб'єктивно: ціннісним світом, диспозиціями, іміджем, перевагами та іншими атрибутами символічного простору.

Результатом суб'єктивної структуризації соціального простору є створення особистісної картини світу. Соціально-психологічний погляд на її побудову сфокусований на тих узагальнювальних конструктах, які людина використовує в цьому процесі. Саме в ході такої діяльності відбувається “інтеграція соціологічних критеріїв у психологічні конструкти”, наприклад, те, що в зовнішньому вимірі фіксується як членство в групі, у внутрішньому переживається як ідентичність [Адорно, 1993, с. 80].

Суб'єктивна картина життєвого світу особистості створюється в результаті складного поєднання різних психологічних утворень. Загальна траєкторія життєздійснення суб'єкта набуває в картині світу певної цілісності, яку в ході дослідження можна виокремити, застосувавши базові категоріальні конструкти. За такий конструкт ми пропонуємо взяти поняття “образ бажаного життя”, який поєднує очікування, домагання і наміри, визначаючи той чи інший варіант вибору стратегії життєздійснення.

Зважмо й на те, що новий “будівельний матеріал” для змін у картині світу людина отримує здебільшого ззовні, виходячи з панівних соціальних уявлень. У соціально-психологічному плані зміст соціальних уявлень неодмінно співвідноситься із самовизначенням

індивіда в системі соціальних відносин, ролей, статусів тощо. Соціальні уявлення “структуруються і розвиваються в межах “випадковостей” повсякденного досвіду, виконуючи подвійну соціокогнітивну функцію: з одного боку, побудови зрозумілого і логічного образу соціального простору, а з другого – вироблення структури соціальної та персональної ідентичності, сумісної із соціально та історично детермінованою системою норм і цінностей” [Дуаз, 1993, с. 23].

У соціальних уявленнях фіксуються насамперед нормативні зразки. Проте очікування особистості щодо життя ґрунтуються не лише на нормі, а й на ідеалі. Фактично в картині світу весь час відбувається зіставлення образу реального життя з образом бажаного життя.

Образ бажаного життя утворюється в результаті складного переплетення ситуативних оцінок і загальних цінностей, переживань депривацій і уявлень про можливості, усвідомлених бажань і несвідомих орієнтирів, які втілюються в найбільш узагальнені оцінкові конструкти, зокрема “погане – добре”, “необхідне – зайве” тощо. Створений образ стає певним орієнтиром, скеровуючи конкретну поведінку, яку визначають життєві прагнення особистості.

Особливості побудови такого образу передбачають обов’язкове врахування сучасної специфіки взаємодії внутрішнього та зовнішнього вимірів життя особистості. Сучасне бачення соціального простору має виходити з того, що він водночас універсалізується і фрагментується. Новий простір об’єднує людей, розсіяних по світу, але пов’язаних єдиним інформаційним простором, новими засобами комунікації, узагальненим символом яких стає Всесвітня Павутина.

Насамперед це забезпечує звільнення людини від того, що Ч. Кулі називав “підступною владою оточення”. Сто років тому людина майже цілком належала безпосередньому оточенню й опиратися його тиску могла, лише підтримуючи зв’язок із “великим світом” через книжки, особистісне спілкування й за допомогою уяви. При цьому “малий світ” у впливі на людину мав очевидні переваги саме завдяки своїй безпосередності, наочній реальності; людина мала тут, так би мовити, особистий контроль над дійсністю. Світ віртуальний, що певною мірою підміняє людині світ реальний,

їй фактично не підконтрольний і сприймається як реальний, майже не потребує підтвердження своєї “справжності”.

Перебуваючи у віртуальній реальності, людина може отримати звіт інформацію про всі елементи життєвого світу, задовольняючи інтереси, дістаючи підкріплення власних цінностей і краще розуміючи саму себе в порівнянні з іншими. Мовою феноменологічного підходу, репрезентація світів в “екранному варіанті”, ознайомлюючи особистість із різними способами життя, нечувано розширила набори типізацій, які визначають характер світосприйняття людей. Завдяки існуванню візуального середовища пересічна людина дістала змогу “занурюватися” у стиль життя, звичаї й обставини інших соціальних світів. Відомий образ кінематографа як “вікна у світ” чудово репрезентує нові можливості формування особистісної картини світу, яка сьогодні вбирає в себе мільйони екранних картинок.

Слід також зауважити, що зіставлення ідеального з реальним може відбуватися як у соціальному просторі, так і в соціальному часі. Специфіка сучасного способу побудови образу бажаного життя в реаліях сучасної України кардинально відрізняється від того, як це відбувалося за радянських часів. Для тієї доби характерною була специфічна просторово-часова порівняльна модель життя – порівняння реального з ідеальним. Ідеал життя пов’язувався зі світлим комуністичним майбутнім, коли втілиться в життя гасло “від кожного – за здібностями, кожному – за потребами”. Таке життя мало настати неодмінно, хай не за життя цього покоління, то за життя їхніх дітей чи онуків. І хоча в часовій перспективі ідеальна модель постійно віддалялася від реального життя, проте її втілення підносилося як неминуче. Натомість у просторовій перспективі існувала негативно-порівняльна модель, що висвітлювала “ненормальність” життя людей у капіталістичному суспільстві, яке внаслідок свого хибного устрою в принципі неспроможне забезпечити всім людям повноцінне життя.

Соціальні трансформації на пострадянському просторі привели до руйнації попередніх уявлень про реальне та бажане життя. Виникла принципово нова модель, у якій ідеальне життя розгортається в соціально-просторових координатах, а не в соціальному часі. Тобто сформовано уявлення про бажане життя, проте цей образ ще не має чіткої часової локалізації.

Здійснені попередньо дослідження дали можливість констатувати існування різних модифікацій образу життя. Зокрема, виділяються орієнтації, що ґрунтуються на порівнянні з реальним або уявним оточенням, а також орієнтації, що не містять порівняльного компонента і є суто екстернальними орієнтаціями на кшталт “чому бути, того не минути”. Порівняльні моделі зрівняльного типу репрезентують настановлення на належність до більшості, моделі унікального типу – індивідуалістські орієнтації, а взорування на західний стандарт відбиває уявлення людей про те, яких суспільних змін вони насамперед прагнуть [Злобіна, 2004, с. 350–352].

Пошук єднальних ланок у процесі осмислення поєднання індивідуальної та соціальної траєкторій життєздійснення може бути конкретизований через звернення до проблеми самореалізації, яку можна представити за допомогою певних індикаторів, що слугуватимуть її референтами у часовому та просторовому вимірах.

Почнімо з низки постулатів.

1. Можливості самоздійснення визначаються наявністю свободи вибору.

2. Наявність життєвих шансів у соціальному середовищі є важливою передумовою для самореалізації та досягнення успіхів.

Виходячи з цього, як індикатор можливостей самоздійснення можна розглядати життєві шанси.

3. Щоб реалізувати шанси, що надаються суспільством, людині потрібно володіти певним особистісним потенціалом і докладати істотних зусиль.

Отже, міру самоздійснення можна визначити на перетині поєднання життєвих шансів і життєвих результатів.

4. Життєві шанси та життєві результати можна розглядати в зовнішньому та внутрішньому вимірах.

5. Життєві шанси визначаються у соціальному просторі:

об’єктивно – оцінкою доступності зовнішніх можливостей;

суб’єктивно – мірою доступу до зовнішніх можливостей.

у суб’єктивному просторі:

об’єктивно – мірою розвитку особистісного потенціалу;

суб’єктивно – очікуваннями, домаганнями, намірами.

6. Життєві результати визначаються:

в об'єктивному вимірі – оцінкою досягнутого іншими суб'єктами (статусні характеристики, повага оточення тощо);

у суб'єктивному вимірі – самооцінкою досягнутого (задоволеність життям, позитивний емоційний стан).

Життєві шанси – це свого роду “матриці”, що дають можливість, з одного боку, реалізувати такі цінвані індивідом принципи вільного вибору, а з другого – враховувати правила гри, сформульовані суспільством. Соціальний вимір життєвих шансів пов'язаний із соціологічною традицією (М. Вебер), відповідно до якої вони розглядаються як шанси індивіда на володіння частиною економічних і культурних благ, що надаються суспільством. Розподіл цих благ поляризований у соціальному просторі, де життєві шанси індивіда визначають різні статусні характеристики. Їхній вплив на доступ до життєвих шансів має сукупний характер. Наприклад, від місця народження значною мірою залежать якість освіти, майбутні зв'язки, рівень доходу та інші чинники, що впливають на статус індивіда в майбутньому.

Особистісний вимір життєвих шансів пов'язаний із психологічною традицією, відповідно до якої оцінка можливостей для індивідуального розвитку розглядається крізь призму концептів “очікування”, “домагання”, “наміри”.

Зосередьмося на суб'єктивному вимірі життєвого простору, який у площині шансів може бути представлений таким референтом, як очікування та наміри, а в площині результатів – самооцінкою досягнутого. Ці референти відбивають часовий та просторовий виміри життєвого простору. Дослідження зв'язку між ними і має показати, як саме поєднуються хронос і топос особистості.

Почнімо з проблеми операціоналізації концепту очікувань. Вона залежить від того, що саме намагається дослідити теоретик. Існує кілька підходів до визначення очікувань. Їх можна розглядати як фазу сприймання (Д. Брунер, Е. Брунsvік, З. Мессик, Д. Солдей, Е. Толмен, Х. Гекгавзен, Д. МакКлелланд) або емоційний стан (І. Лінгард, О. Маурер, Я. Рейковський). Ми розглядаємо їх у площині співвідношення мети суб'єкта і реальностей навколишнього світу (Ф. Хоппе, Л. Фестінгер, І. Аtkінсон, М. Ірвін, К. Левін). Відповідно наша операціоналізація конструкта спирається на тракту-

вання поняття “очікування” як суб’єктивної оцінки ймовірності досягнення того або іншого результату.

Найчастіше відповідні психологічні експерименти проводилися в лабораторних умовах, а отже, феномен очікувань досліджувався поза соціальним контекстом. Оскільки нашим завданням є якраз поєднання внутрішнього і зовнішнього вимірів самоздійснення, пропонуємо застосувати для аналізу такі індикатори, які можна було б використати в масових опитуваннях. Це дало б можливість реально зафіксувати вплив на життєздійснення особистості соціально-просторових чинників.

Відповідно за референт очікувань пропонуємо взяти узагальнений показник, який визначає загальну оцінку шансів на здійснення самореалізації. Така оцінка може здійснюватися особистістю як в абсолютному вимірі (за шкалою “високі – низькі”), так і в порівняльному контексті (за шкалою “вищі – нижчі, ніж в інших”).

Концепт намірів є фактично доповнюваним щодо концепту очікувань. У певному сенсі намір і є очікуванням чітко сформульованого результату. Очікування містять елементи бажання та наміру; перше визначає мету, друге – готовність діяти заради її досягнення. Намір – це усвідомлене рішення, що виконує спонукальну функцію і визначає планування дій щодо реалізації мети. Застосування цього концепту дає змогу представити часову перспективу життєздійснення водночас в об’єктивному та суб’єктивному вимірах, оскільки він відображає суб’єктивне перенесення в теперішнє об’єктивно відтермінованої мети діяльності.

Зважаючи на те, що намір за визначенням є свідомим вибором мети і свідчить про наявність особистісного контролю за визначеною лінією діяльності, у ході операціоналізації цього поняття успішно може застосовуватися процедура ранжування, що дозволяє визначити співвідносну частоту продукування подібних намірів для суб’єктів, які мають різне соціальне позиціонування.

Що ж до суб’єктивної оцінки життєвих результатів, то зазвичай вона вимірюється шляхом з’ясування рівня задоволеності життям. Проте, зважаючи на те, що задоволеність життям у цілому є сумарною багатьох чинників, відповідний показник може бути конкретизований стосовно задоволеності людини своїм становищем у соціальному просторі. Крім того, важливою особистісною складовою, що визначає оцінку досягнутого, є уявлення людей про

успіх. Власне, успіх є однією з фундаментальних культурних системотвірних категорій, навколо яких формується певний соціальний порядок. Сама ситуація суспільних трансформацій актуалізує взаємозв'язок таких компонентів картини світу, як втрати і надбання, з уявленнями особистості про успіхи і поразки.

Очевидно, що категорія успіху є вельми динамічною і змінюється не лише залежно від конкретних суспільних умов, а й відображає багатоманітність можливих групових та особистісних ціннісних пріоритетів у межах конкретного суспільства. Тому критерії визначення життєвого успіху в принципі не претендують на всеосяжність: для одних найвагомішим показником життєвих досягнень стають гроші, для інших – влада, хтось орієнтується на щастя, а для когось на першому місці – моральні орієнтири.

Важливим показником успішності самореалізації є спроможність особистості адаптуватися до ускладнень, що виникають у зовнішніх координатах життєздійснення. Одним з показників адаптаційного потенціалу особистості може бути суб'єктивна оцінка власної адаптованості. Хоча вербальні оцінки пристосованості не завжди відображають реальну міру адаптації й мають інтерпретуватися в поєднанні з іншими, зокрема й об'єктивними показниками, вони, утім, дають змогу окреслити загальну картину суб'єктивних змін в оцінюванні людиною своєї спроможності “вписатися” у різний соціальний контекст.

Застосування такого роду індикаторів дає можливість оцінити сумарну самоздійснення на перетині життєвих шансів і життєвих результатів одночасно в об'єктивному та суб'єктивному вимірах. Причому це можливо здійснити в масштабах масових опитувань, що розширює дослідницьку перспективу і дає змогу з'ясувати ті загальні тенденції в перетвореннях картини світу, які відбуваються в умовах радикальних суспільних трансформацій. Відповідно можна з високим рівнем достовірності визначати вплив на процес самоздійснення не лише внутрішньоособистісних детермінант, а й таких показників, як вік, рівень освіти, матеріального становища тощо.

2.2. Траєкторії індивідуального життєздійснення в соціальних координатах

Дослідження індивідуального життєздійснення в соціальних координатах із застосуванням попередньо обґрунтованих у теоретичній частині роботи референтів дає можливість довести чи спростувати зв'язок між об'єктивним і суб'єктивним вимірами життєздійснення та визначити тенденції побудови типових траєкторій самореалізації на певний момент у певних соціальних умовах. Такого роду завдання було вирішено нами на основі аналізу результатів загальноукраїнських опитувань Інституту соціології НАНУ (2006 та 2009 років), аналізу даних третьої хвилі Європейського соціального дослідження (European Social Survey – ESS), у якому взяли участь більш як 20 європейських країн (2006 року), та проекту “Сучасний університетський студент” (2010 року)*.

Почнімо з оцінки життєвих шансів**. Загалом кількість тих, хто вважає, що не має шансів на успіх, в Україні практично удвічі перевищує кількість тих, хто такі шанси для себе не відкидає (43% проти 23%). Решта не визначилася з відповіддю. Дуже суттєво впливає на очікування вік. Серед молоді до 30 років не бачить шансів досягти успіху лише 21% опитаних, натомість сподіваються на такі шанси 45%. Крім того, статистично значуща різниця зафіксо-

* В опитуваннях Інституту соціології НАНУ брали участь по 1800 респондентів, що репрезентували населення віком від 18 років і старше за ознаками статі, віку, освіти, місця проживання. В опитуваннях третьої хвилі ESS взяли участь 23 країни: загальна кількість опитаних в усіх країнах – 42 999 осіб. В Україні було опитано 2002 респонденти. Учасниками опитування “Сучасний університетський студент” стали 1015 осіб (студенти Національного університету культури та мистецтв 1 та 4-го років навчання).

** Усі залежності виявлено на основі даних моніторингу “Українське суспільство”, здійснюваного Інститутом соціології НАНУ щорічно, починаючи з 1994 року. Для аналізу залучено дані опитувань 2006 та 2009 років.

вана між групами, що проживають у містах та селах, і між людьми з різним рівнем освіти. Отже, підтверджується істотний вплив соціальних регуляторів на оцінку шансів щодо самореалізації. Тому не дивно, що зв'язок між загальною оцінкою свого положення на соціальній драбині та уявленням про досяжність життєвого успіху також прямий і доволі виразний (коефіцієнт кореляції Пірсона $R = 0,422$). Ті, що низько оцінюють власні шанси самоздійснення, позиціонують себе найчастіше на соціальній драбині між 3-ю та 4-ю сходинками, а ті, в кого очікування високі, перебувають у середньому на 5-й сходинці. Фактично в особистісному вимірі це означає значний тиск соціальних обмежень, які блокують процеси самоздійснення значної частини населення.

Свою конкретизацію ці положення знаходять в аналізі зв'язків соціального самопозиціонування та життєвих намірів. Доцільність використання саме показника самопозиціонування підтверджується доволі високою кореляцією між визначенням людиною свого місця на уявних соціальних сходах та її оцінкою власного життя. Той, хто вважає, що живе багатограним і повноцінним людським життям, розташовує себе на соціальній драбині вище за тих, хто не вважає своє життя повноцінним (коефіцієнт кореляції Пірсона $R = 0,398$).

Як ми вже побачили з аналізу оцінки шансів, на неї впливає не лише соціальне позиціонування як таке, а й інші показники, наприклад вік, освіта, місце проживання тощо. Проте найбільший і найвагоміший зв'язок соціального самопозиціонування спостерігається з оцінкою економічного становища (рис. 2.1). Ті, хто відносить себе до групи "бідні", позиціонують себе на другій сходинці соціальної драбини, тоді як ті, хто відносить себе до "середніх" та "вище середніх", займають місце двома сходинками вище.

Водночас із самопозиціонуванням пов'язані не лише традиційні соціально-демографічні, а й соціально-психологічні та психологічні характеристики. Це дає можливість пов'язати об'єктивний та суб'єктивний виміри суб'єктивного простору, тобто визначити, як самооцінка розвитку особистісного потенціалу пов'язана із самооцінкою соціального становища. Дані опитування дають можливість не лише підтвердити сам факт такого зв'язку, а й зафіксувати деякі суттєві його ознаки (рис. 2.2).

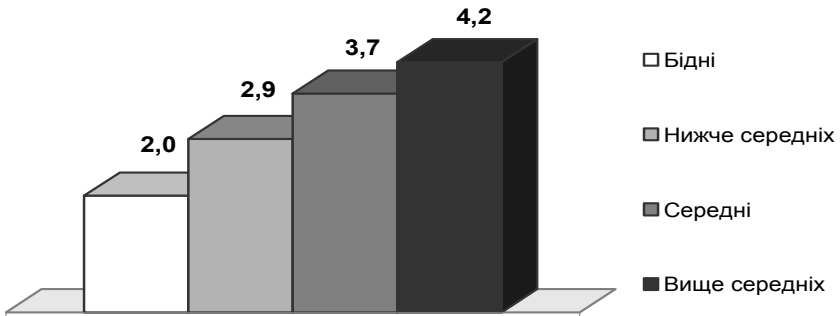


Рис. 2.1. Залежність соціального самопозиціонування від оцінки матеріального становища, %

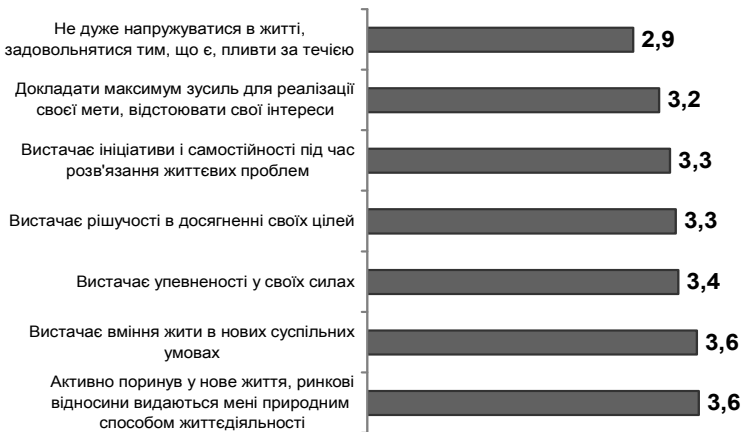


Рис. 2.2. Зв'язок соціально-психологічних характеристик із соціальним самопозиціонуванням, %

Як виявилось, самооцінка соціальної позиції слабо пов'язана з диспозиціями, зокрема самооцінкою готовності до того, щоб докладати максимальних зусиль для досягнення мети, та відповідно прагненням не дуже напружуватися в житті (коефіцієнт кореляції Пірсона $R = 0,124$). Щодо зв'язку із самооцінкою психологічних якостей, то він виявився суперечливим. Найсильніше пов'язаною із самопозиціонуванням виявилася самооцінка впевненості у своїх силах (коефіцієнт кореляції Пірсона $R = 0,246$), водночас значно слабший зв'язок зафіксовано з такими якостями, як ініціативність та самостійність під час розв'язання життєвих проблем (коефіцієнт кореляції Пірсона $R = 0,191$), та рішучість у досягненні цілей (коефіцієнт кореляції Пірсона $R = 0,150$). Отже, нижча соціальна позиція більшою мірою кореспондує з проблемами, що виникають на етапі прийняття рішень і меншою мірою пов'язана з недостатньою готовністю до їх реалізації.

Досить тісно пов'язаними із самопозиціонуванням виявилися узагальнені оцінки адаптованості до самоздійснення в існуючих соціальних умовах. Вища самооцінка соціальної позиції супроводжується вищою самооцінкою вміння жити в нових суспільних умовах (коефіцієнт кореляції Пірсона $R = 0,241$) та вищою самооцінкою активності включення в сучасні ринкові відносини (коефіцієнт кореляції Пірсона $R = 0,231$).

Застосування індикатора самооцінки міри адаптованості дало змогу досить чітко виокремити внесок соціальної складової в процес життєздійснення. Зміна кількості адаптованих дала можливість оцінити соціальний розвиток ситуації як такий, що здійснювався у три етапи. Інерційний етап тривав до початку 2000-х років. У цей період частка тих, хто не бажав пристосовуватися (45-47%) практично дорівнювала частці тих, хто адаптувався або перебував у пошуку (43-44%). Етап переоцінки ситуації характеризувався зменшенням числа тих, хто не бажає пристосовуватися, і збільшенням частки тих, хто вагався з відповіддю. Після 2005 року можна говорити про те, що розпочався етап озвичаєння нових реалій – у населення формується усвідомлення того, що пристосування до них є неодмінною складовою життя. Кількість пристосованих зростає, частка тих, хто не бажає пристосовуватися, зменшується.

Загалом залежність бажання та вміння пристосовуватися до змін від віку респондентів має сталий характер. Із віком відсоток

тих, хто не бажає пристосовуватися, поступово зростає (рис. 2.3). Проте причини цього явища пов'язані не тільки і не стільки з тим, що з роками знижується сама здатність до адаптації. Характерно, що із зменшенням з роками загальної частки тих, хто не бажає пристосовуватися, кількість представників цієї групи залишається незмінною в наймолодшій віковій групі. Для молоді 18–25 років порівняльного контексту адаптації немає. І в 1997, і в 2009 році їхня самооцінка відображає досвід первинного самостійного входження в соціально-економічні стосунки. І тут вирішальним стає саме його успішність. Небажання пристосовуватися, пасивне очікування змін на краще фіксує в цьому віці саме низький рівень адаптивного потенціалу.

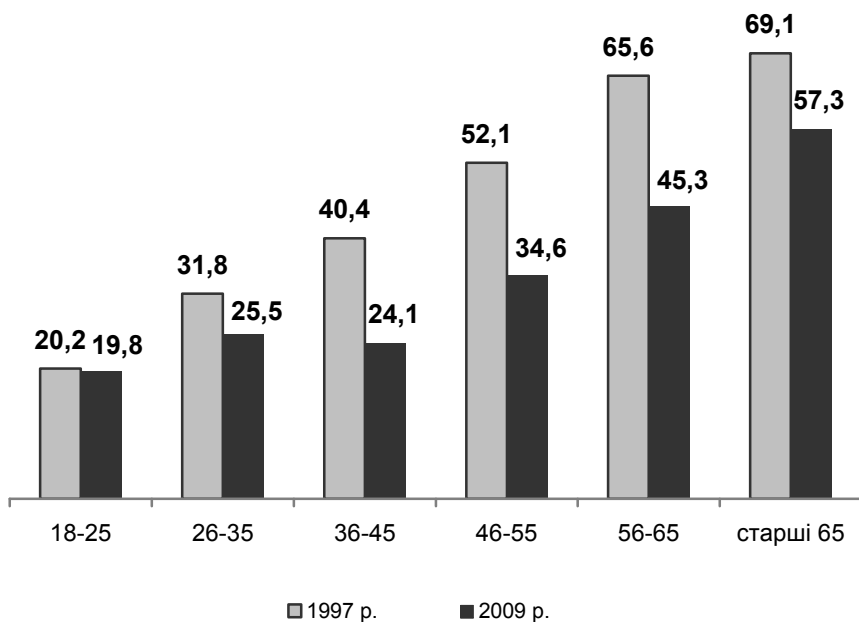


Рис. 2.3. Вікова динаміка рівня адаптованості до сучасної життєвої ситуації, %

Іншою є природа небажання пристосовуватися, що її демонструють люди старших вікових груп, історія особистого життя яких

тісно пов'язана з історією суспільства, якого вже немає. І оцінку сучасного стану речей вони формують, зважаючи на досвід минулого життя. Якщо люди молодшого віку активно залучаються до нового життя, інколи навіть усупереч своїм бажанням, старші вікові категорії не хочуть пристосовуватися не лише внаслідок реального погіршення свого матеріального становища, а й тому, що переживають знецінення досягнутого в минулому.

У психологічному плані цю категорію можна умовно поділити на тих, що не змогли розкрити себе з різних причин і тепер поширюють внутрішню незадоволеність собою на ставлення до життя загалом, і на тих, чиє успішне самоздійснення значною мірою загальмувалося, ба й навіть припинилося, саме внаслідок суспільних трансформацій. Проте дані підтверджують, що оцінка адаптованості поступово відходить від порівняння з минулим; частка тих, що не бажають пристосовуватися, зменшується у всіх вікових групах.

Виявилось також, що міра соціальної активності відчутно впливає на структуру життєвих намірів. Так, серед активних статистично значимо більше тих, хто у найближчі роки прагне реалізувати власну мрію. Причому така тенденція спостерігається як у молодших, так і в старших вікових групах (рис. 2.4).

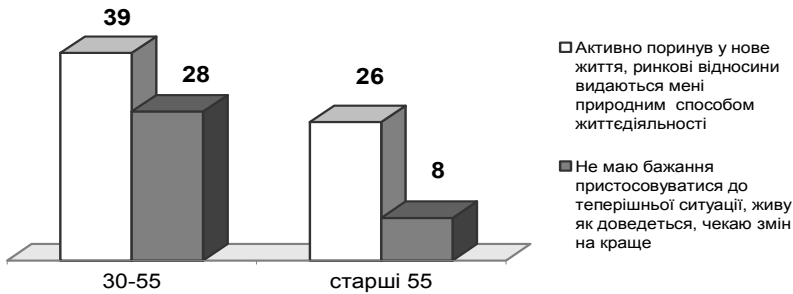


Рис. 2.4. Поширеність прагнення реалізувати власну мрію у групах різного рівня адаптованості та різного віку, %

Якщо порівняти життєві наміри групи активних та пасивних, виключивши з аналізу представників старшої вікової групи, можна

побачити, що вони не відрізняються щодо вирішення нагальних життєвих потреб (поліпшення матеріального становища, житлових умов тощо), проте значуще відрізняються щодо більш специфічних потреб та способів самоздійснення (табл. 2.1). Практично таке ж співвідношення спостерігається при порівнянні намірів респондентів, які відносять себе до “бідних” та “середніх”.

Таблиця 2.1

Структура життєвих намірів у групах різного рівня адаптованості та матеріального становища (вік до 55 років)

Наміри на найближчі 2-3 роки	Групи респондентів			
	за соціальною активністю		за матеріальним становищем	
	активні	пасивні	середні	бідні
<i>Незначуща різниця</i>				
Поліпшити матеріальне становище	60,7	56,7	62,0	56,2
Поліпшити житлові умови	35,2	36,0	38,4	36,5
Змінити роботу на більш престижну (високооплачувану)	18,9	20,5	23,2	22,3
<i>Значуща різниця</i>				
Поліпшити якість проведення вільного часу (відпочинку)	34,8	20,8	29,4	19,7
Підвищити професійну кваліфікацію (освітній рівень)	26,7	9,6	21,0	11,2
Створити (розширити) власний бізнес	17,0	6,7	12,1	6,0
Піднятися службовими щаблями	14,8	5,8	13,7	4,7
Досягти успіхів у професійній сфері в інший спосіб	11,9	4,4	9,3	5,2
Намагатимуся зберегти досягнуте соціальне становище	19,3	30,7	25,4	30,5

Майже дзеркальний відбиток двох порівнюваних груп дає підстави, по-перше, стверджувати, що процес структурування майбутнього залежить не лише від внутрішньопсихологічних та соціа-

льно-демографічних характеристик, які традиційно залучаються до психологічного дослідження (вік, стать). Структура та ієрархія життєвих намірів, які визначають пріоритети майбутнього життєздійснення, залежать як від об'єктивної позиції в соціальному просторі, так і від міри соціальної активності. Причому чим нижчі позиція та рівень активності, тим більше майбутнє “згортається” до теперішнього, що виражається в намірі зберегти вже досягнуте соціальне становище.

Отже, можна цілком упевнено стверджувати, що зв'язок між запропонованими показниками оцінювання шансів та намірів досить тісний і має братися до уваги при аналізі побудови картини майбутнього. Більше того, виявилось, що вектор спрямування такого зв'язку в різних країнах схожий.

Оскільки сама наявність суперечності між зовнішніми можливостями та внутрішніми бажаннями і намірами має загальну природу, визначити міру блокування можна лише в порівняльному контексті. Для цього скористаємося даними Європейського соціального дослідження. Щоб поширити узагальнення, для оцінювання життєвих результатів надалі в аналізі використовуватиметься показник задоволеності життям загалом.

Ми вже зазначали, що самооцінка соціального самопочуття має комплексний характер й охоплює такі складові, як: оцінка зовнішніх умов (сприйняття ситуації в країні і часі, у якому людині доводиться жити); оцінка внутрішніх станів (здоров'я, настроїв, почуття щастя, оптимізму); сприйняття власного становища в існуючих соціальних умовах (оцінка позиції в соціальному просторі). Спробуймо розглянути дію всіх цих складових і визначити їхній внесок у формування загального рівня задоволеності життям в Україні. Розпочнімо з інтегральної характеристики задоволеності (рис. 2.5)*. Відповідаючи на запитання “Якщо зважити на всі обставини, наскільки Ви в цілому задоволені своїм сьогодишнім життям?”, респонденти мали дати оцінку за 10-бальною шкалою. Як бачимо, Україна – єдина серед країн-учасниць, у якої загальна

* Порівняння виконано за допомогою процедури однофакторного дисперсійного аналізу (ANOVA) з використанням критерію Уоллер–Дункана (р < 0,05).

оцінка виявилася нижчою від 5 балів (різниця з усіма країнами є статистично значущою).

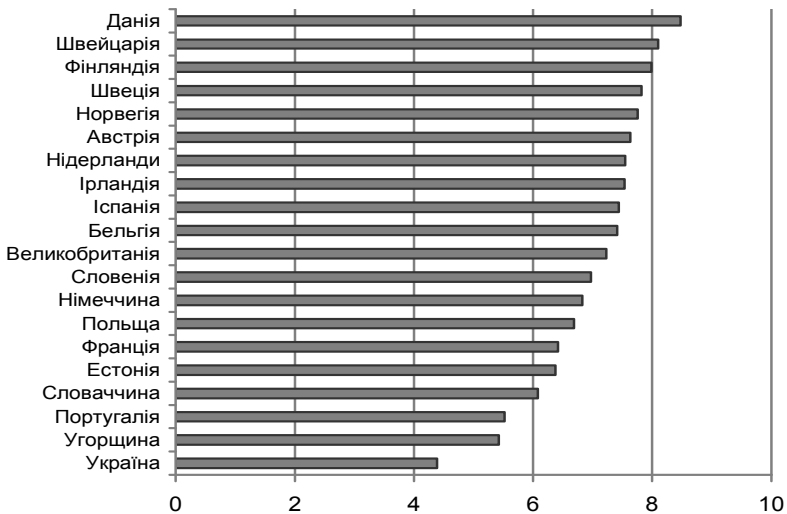


Рис. 2.5. Рівень задоволеності життям за даними третьої хвили опитування ESS (середнє значення за шкалою: від 0 – “зовсім незадоволений” до 10 – “цілком задоволений”)

Водночас слід зазначити, що розгляд цього показника в довгостроковій перспективі дає підстави говорити про досить активну динаміку. Дійсно, за даними моніторингу Інституту соціології НАНУ, загальна кількість задоволених у 2005 та 2006 роках залишалася практично однаковою (близько 30%), але у 2008 році вона збільшилася майже на 6%, а загалом від 2002 року зросла більш ніж удвічі. Фактично це означає, що “тиск середовища” поступово й потроху зменшувався.

Проте, попри зростання, рівень задоволеності життям залишається досить низьким порівняно з іншими європейськими країнами. Що ж визначає такий розрив? Дані ESS свідчать, що низький рівень задоволеності життям в Україні має справді комплексну природу і пояснюється дією як зовнішніх, так і внутрішніх чинників.

Розгляньмо насамперед показник, який ми умовно позначили як внутрішньоемоційну складову задоволеності. В інструментарії третьої хвили опитування було використано низку індикаторів, які давали змогу оцінити рівень емоційної напруженості, тривоги, депресії. Респондентам пропонувалося оцінити, скільки часу протягом останнього тижня вони перебували в певних емоційних станах. Оцінювання здійснювалося за 4-бальною шкалою, де 1 бал означав “ніколи або майже ніколи”, 2 – “меншу частину часу”, 3 – “більшу частину часу”, 4 – “весь або майже весь час”.

Картина виявилася досить суперечливою (рис. 2.6). За деякими позитивними ознаками емоційних станів середні показники по Україні перевищують такі показники у всіх країнах-учасницях (відчуття спокою, захоплення роботою, нормальний щоденний відпочинок) або принаймні перетинають позначку 3,5 бала, тобто тяжіють до варіанта – “відчував більшу частину часу”. Серед цих показників і такі, як “отримував задоволення від життя” та “був щасливим”. Отже, загальна задоволеність життям не кореспондує прямо із задоволеністю повсякденним життям. Як бачимо, можна більшу частину часу відчувати себе задоволеним і разом з тим бути незадоволеним життям. Можна водночас відчувати себе зранку гарно відпочилим, і більшу частину часу почуватися втомленим.

Хоча загалом емоційний стан населення не можна визнати депресивним, ціла низка показників, які є ознаками депресивності, виражені в жителів України більшою мірою порівняно із середньоєвропейськими показниками.

Важливим чинником задоволеності життям є соціальна складова, яка ґрунтується на оцінці людьми своїх взаємин із соціальним оточенням. Як індикатори в опитуванні було задіяно такі показники, як “справедливість”, “повага” та “взаємодопомога”. Виявилось, що в Україні ситуація близька до загальноєвропейської.

Респондентам потрібно було оцінити відчуття розвиненості соціальних стосунків за шкалою, де 0 позначав, що такого відчуття взагалі немає, а 6 – максимальну його вираженість (рис. 2.7). Найвиразніше представлено в соціальній складовій відчуття поваги з боку оточення, та відчуття справедливої оцінки власних заслуг. Несправедливе ставлення відчувається досить помірно, готовність допомогти один одному оцінюється на загальноєвропейському рівні. Отже, соціальна складова задоволеності, яка ґрунтується на оцінці міжособистісних стосунків, практично не впливає на зниження рівня задоволеності життям.

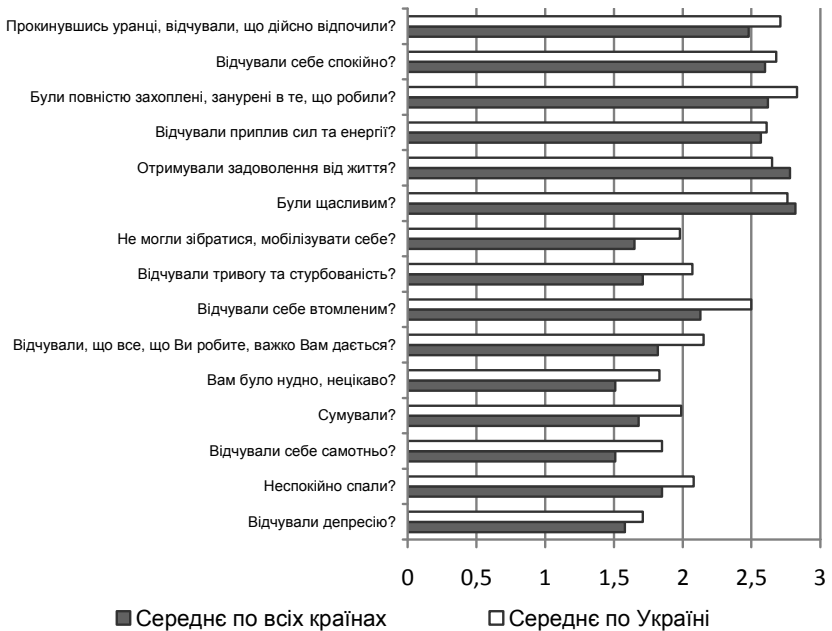


Рис. 2.6. Внутрішньоемоційні складові задоволеності життям

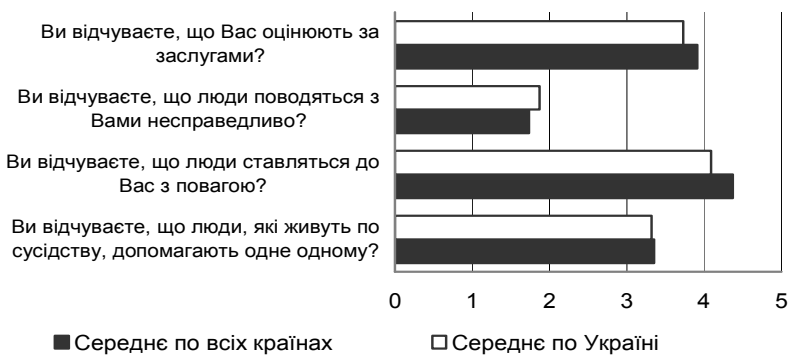


Рис. 2.7. Соціальні складові задоволеності життям (середнє значення за шкалою: від 0 – “зовсім немає такого відчуття” до 6 – “дуже значне відчуття”)

Це підтверджується й оцінкою рівня міжособистісних стосунків. Практично за всіма показниками респонденти в Україні демонструють результати, близькі до середньоєвропейських показників. Більше того, рівень очікувань допомоги у відповідь навіть вищий, ніж у середньому по всіх досліджуваних країнах (рис. 2.8).

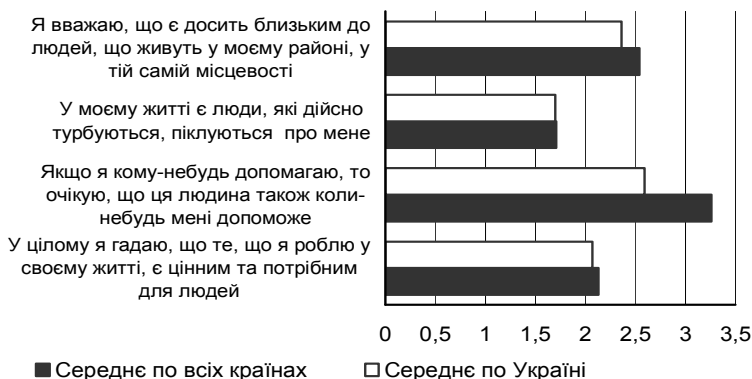


Рис. 2.8. Оцінка міжособистісних стосунків як складової задоволеності життям (середнє значення за шкалою: від 1 – “цілком згоден” до 5 – “зовсім не згоден”)

Нарешті, ми виділяємо складову, яку умовно позначено як особистісну і яка показує можливий внесок в оцінку загального рівня задоволеності життям особистісного потенціалу. У дослідженні було використано цілу низку відповідних показників, з яких ми наведемо лише узагальнювальні характеристики, що показують ставлення респондентів до себе та рівень оптимізму щодо власного майбутнього (рис. 2.9).

Отримані результати дають підстави припустити, що особистісний компонент впливає на рівень задоволеності життям в Україні, причому впливає специфічним чином. Зокрема, статистично значущою є різниця в негативній самооцінці між результатами по Україні і середньоєвропейськими показниками, хоча позитивне ставлення до себе й оптимізм щодо власного майбутнього виражені в жителів України на рівні середніх для всіх країн значень. Отже, на рівні оцінки внутрішніх шансів відмінностей не виявлено, проте на рівні

суб'єктивної оцінки маємо вищу незадоволеність, яка, на нашу думку, є наслідком саме негативного впливу зовнішніх обставин.

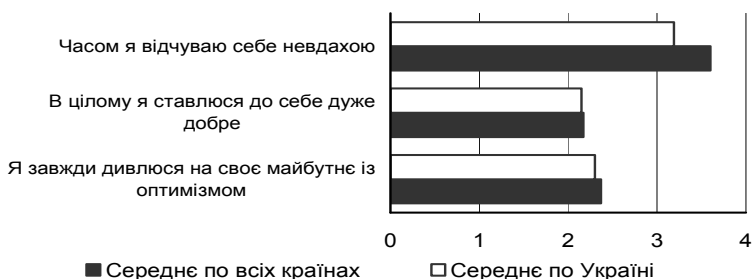


Рис. 2.9. Особистісна складова рівня задоволеності життям (середнє значення за шкалою: від 1 – “цілком згоден” до 5 – “зовсім не згоден”)

Це підтверджує перехід у площину загального контексту, який показує сприйняття ситуації в країні (оцінка соціального простору) та перспектив життя (оцінка в часовій перспективі). Населення України не сприймає зовнішню ситуацію життя як сприятливу, схильне очікувати погіршення і не вважає життя таким, яким би людям хотілося його бачити (рис. 2.10).

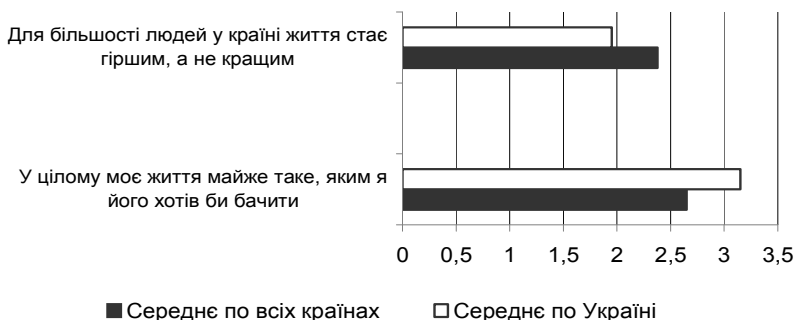


Рис. 2.10. Оцінка перспективи життя як складова задоволеності життям (середнє значення за шкалою: від 1 – “цілком згоден” до 5 – “зовсім не згоден”)

Водночас дослідження зафіксувало досить суттєві розбіжності між загальною задоволеністю життям і оцінкою власного життя. Хоча загалом життя і не таке, яким би люди хотіли його бачити, особистісний контекст життя задовольняє людей більше, ніж спільний.

Коли зіставити відповіді респондентів на два на перший погляд подібних запитання: “Якщо зважити на всі обставини, наскільки Ви в цілому задоволені своїм сьогоднішнім життям?” та “В якій мірі Ви задоволені тим, як на цей час склалося Ваше життя?”, то виявиться, що Україна – єдина країна з усіх учасників дослідження, де розрив між відповідями на ці запитання перевищує 1 бал (задоволеність життям – 4,39; задоволеність тим, як складається життя, – 5,54). При цьому якщо загальна задоволеність життям у Росії перевищує загальну задоволеність життям в Україні майже на бал, то оцінка задоволеності тим, як складається особисте життя, у цих країнах практично однакова (рис. 2.11).

Отримані результати дають підстави припустити, що оцінка задоволеності життям має не лише інтегральну а й контекстуальну природу. З одного боку, респонденти оцінюють життя загалом, а не сьогочасні події чи навіть середньострокові зміни, з другого – “сьогоднішній день” досить непомітно трансформується у свідомості респондента в “сьогоднішнє життя”.

Наступним дослідницьким завданням було визначення впливів соціального контексту на особливості побудови картини світу поза порівняльним часовим контекстом. Для цього було використано результати опитування студентів одного із столичних університетів. Хоча загальна кількість опитаних досить велика (1015 осіб), вони репрезентують лише столичне студентство. Серед чинників, які представляють різні соціальні контексти, можна простежити насамперед вплив місця проживання, оскільки виявилось, що серед студентів досить пропорційно представлені вихідці з усіх типів населених пунктів. Зокрема, киян серед опитаних було 22,2%; таких, хто попередньо проживав у великих містах (з населенням понад 250 тис. громадян) – 21,5%; з невеликих міст та селищ міського типу – 37,9%; таких, що до навчання проживали в селі, було 18,4%. Ще одним соціально розмежувальним індикатором виявився матеріальний стан студентів. Хоча загалом матеріальне становище своїх сімей студенти оцінили як досить високе, виявилось можливим розділити їх на три групи. Тих, хто відніс свої сім’ї до групи з доходами нижче середніх, виявилось 22,6%; до

групи із середнім доходом віднесли свою сім'ю 43,7%; до таких, чий дохід вище середнього, віднесли свої сім'ї 33,6% студентів. Освітній рівень сімей виявився однаково високим. У двох третин опитаних хоча б один з батьків має вищу чи незакінчену вищу освіту, ще у чверті – середню спеціальну освіту.

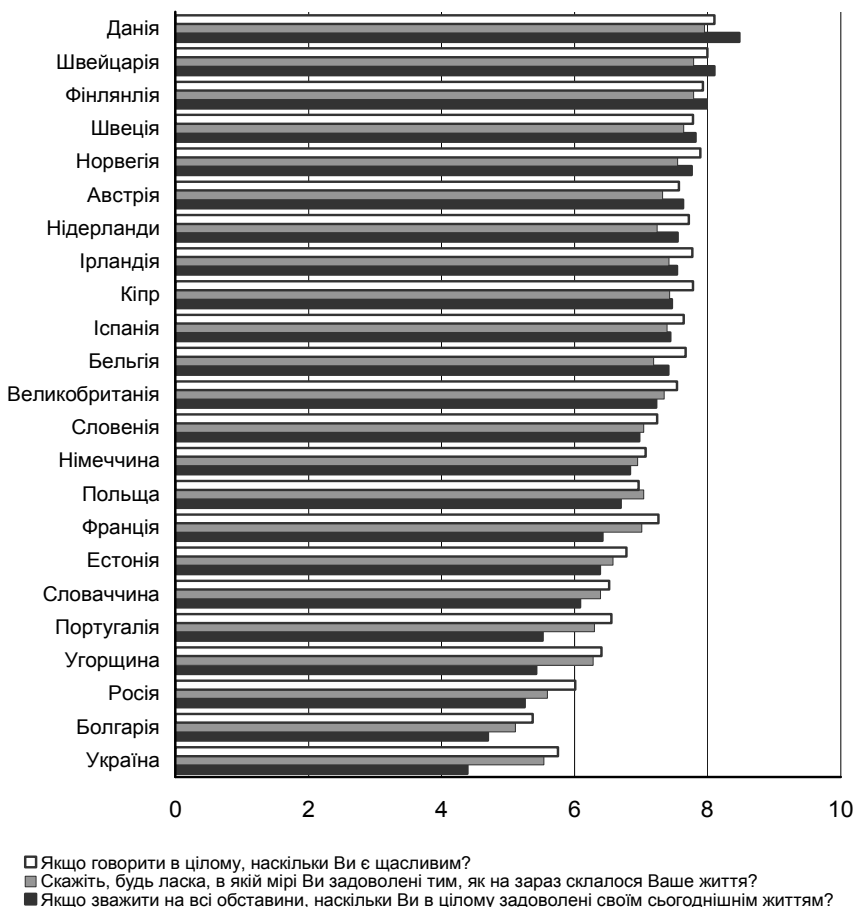


Рис. 2.11. Рівні задоволеності життям у спільному та особистісному контекстах (середнє значення за шкалою: від 0 – “зовсім незадоволений” до 10 – “цілком задоволений”)

Показниками, які було використано для оцінювання суб'єктивної складової самореалізації, стали рівень інтернальності-екстернальності, оцінка шансів досягнення успіху, оцінка способів досягнення успіху, образ бажаного життя, емоційне сприйняття власного майбутнього.

Отже, перед нами представники покоління, картина світу якого формується вже без порівняння з минулим. Як же оцінюють вони власні шанси домогтися успіху в житті? Загалом ця оцінка є досить оптимістичною. Вважають, що їхні шанси вищі, ніж у більшості, 27,2% опитаних; такими ж, як у більшості, бачать їх 68,4%; нижчими, ніж у більшості, вважають свої шанси досягнути успіху лише близько 4%. Отже, загалом життя уявляється як потенційно успішне. Зовнішні чинники впливають на таку оцінку лише в частині вищої порівняно із загалом оцінки шансів. Зокрема, студенти, які виростили в невеликих містах та селах меншою мірою впевнені у власних перевагах. Серед них відсоток тих, хто вважає свої шанси вищими порівняно з рештою, становить 21,2%, а серед вихідців з великих міст таких 34,4%. Так само впливає на життєві орієнтації і різний рівень матеріального становища. Серед тих, хто оцінив матеріальне становище родин вище середнього, вищими вважають власні шанси на успіх 35,7% опитаних, серед решти таких 23,7%.

Певні відмінності фіксуються між представниками цих груп і щодо оцінки способів досягнення успіху. Загалом молодь покладається переважно на власні сили. Відповідаючи на запитання “Що насамперед потрібно, щоб домогтися успіху в житті?”, на перше місце молоді люди поставили “уміння ставити цілі і домагатися їх здійснення” (81,4%), другою за частотою згадувань була позиція “наполегливість, працьовитість, терпіння” (78,8%), третьою – “гарна освіта” (67,7%). Зовнішні чинники, хоча й визнаються впливовими, істотно поступаються внутрішнім: “наявність зв'язків” вважають важливим чинником 52,2% опитаних, “гарне матеріальне становище” – 46,6%. Водночас серед молоді з невеликих міст та сіл “вдале одруження/заміжжя” вважають шляхом до успіху в житті 27,4%, а серед тих, хто виріс у великих містах, лише 19,4%. Можна припустити, що ця відмінність свідчить якраз про те, що шлюб у цьому випадку частіше розглядається як спосіб можливої зміни соціального простору.

Отже, обмеженість життєвих шансів актуалізує увагу до зовнішніх компенсаторів. Водночас їх надлишок зумовлює зосередженість на чинниках внутрішніх. Зокрема, молодь, яка відносить свої сім'ї до групи заможних, значно вище оцінює важливість гарної освіти як чинника успіху порівняно з тими, хто має нижчі доходи (відповідно 72,2 проти 60,7%). Така тенденція підтверджується і відповідями на запитання про те, навіщо потрібна вища освіта; представники групи високого матеріального становища значно частіше обирають варіант відповіді “щоб здобути престижну професію, досягти високого соціального статусу” (46,6 проти 33,3% у групі з нижчими доходами).

Очевидно, що ці тенденції мають бути відображені в узагальнених конструктах картини життєвого світу. Серед типових моделей представлені орієнтації зрівняльного типу “жити не гірше за інших”), орієнтації на внутрішні орієнтири (“жити на власний розсуд, мати власний стиль життя”), орієнтації на високі зовнішні стандарти (“жити так, як живуть люди в сучасних цивілізованих країнах”, “жити краще за інших”) та орієнтації на зовнішню керованість життя (“життя визначається не власними уподобаннями, а долею”).

Загалом найбільш поширеною виявилася орієнтація на зовнішні стандарти (56%), однак орієнтація на внутрішні стандарти також дуже потужна (30,1%); орієнтацію зрівняльного типу та орієнтацію на зовнішню керованість життя обрали приблизно по 5% опитаних. Характерно, що на рівні оцінки життєвих шансів “везіння” вважають чинником досягнення успіху більш як половина опитаних (52,1%), проте як модель життя орієнтація на долю для молоді неприйнятна. А проте самі зовнішні стандарти набувають різних форм у різних моделях. Якщо серед більш забезпеченої молоді орієнтуються на порівняння із життям людей в сучасних цивілізованих країнах 29,3%, то серед менш забезпечених таку орієнтацію висловлюють 40,7%. Водночас орієнтація на власний стиль життя значно частіше трапляється серед молоді великих міст, ніж серед тих, хто виріс у невеликих містах і селах (35,2 проти 25,9%). Знову підтверджується та сама тенденція: обмеження доступу до життєвих шансів послаблює внутрішні орієнтації на саморозвиток та самореалізацію.

Отже, здійснена спроба перевірки запропонованих показників на матеріалі даних емпіричних досліджень засвідчила, що теоретичне моделювання топосу і хроносу потребує створення моделей, які враховували б наявність різних перспектив у формуванні суб'єктивних значень щодо оцінки самоздійснення особистості. Залежно від заданої дослідником перспективи (спільного чи індивідуального простору життя) в особистісних оцінках загальне соціальне тло може або наближатися до особистісних оцінок задоволеності власним життєвим самоздійсненням, або віддалятися від них, при цьому сам цей зовнішній простір стає частиною картини світу і впливає на формування лінії життєздійснення.

2.3. Вплив соціальної ситуації на перспективи планування майбутнього

Планування життєвих завдань людиною є одночасно продуктом змісту її внутрішнього світу, що втілює всю гаму індивідуальних відмінностей світосприймання та самоусвідомлення, і відображення в ньому складної багатовекторності навколишнього світу. Людина перебуває в умовах різних соціальних та природних ситуацій, на які треба відповідно реагувати, адекватно їх оцінювати і діяти в обраному напрямку. У діаді взаємодії “людина – соціальна ситуація” відбувається обмін взаємовпливами, які можуть або сприяти життєвому плануванню, або, навпаки, перешкоджати йому, і тому потрібна оцінка тих зовнішніх обставин, у яких змушена діяти зорієнтована на майбутнє людина.

Зокрема, на засадах принципу ситуаційного підходу трактується діалектична двополосність сутнісної єдності взаємодії і взаємовпливів у системах “людина – суспільство”, “людина – ситуація”. Мається на увазі, що ситуація, з одного боку, об'єктивно, незалежно визначається світом і чуттєво впливає на його сприй-

мання людиною, а з другого боку, є сукупністю суб'єктивних людських ставлень до подій і впливів на життєдіяльність оточення.

У працях М. М. Слюсаревського докладно аналізується принцип двополюсної сутності соціальних ситуацій – як сукупності зовнішніх щодо суб'єкта умов і як сукупності його ставлень до світу, що створює певні, значущі для життєздійснення особистості умови, які приводять до змін в усталеній потребово-мотиваційній сфері людини, постановки нових цілей, спрямованостей і завдань відповідно до змінних соціальних та соціально-психологічних умов, суб'єктивного їх переживання і трактування, формування індивідуального та надіндивідуального уявлення про навколишній світ [Слюсаревський, 2003; 2007; 2008; 2009].

Психологічним механізмом такої двополюсності “людина – ситуація” виступає психічний образ як інтеріоризований інтегральний продукт взаємодії “зовнішнього” і “внутрішнього” світів. У пізнавальному вимірі психічний образ світу є необхідною умовою народження індивідуального смислу і когнітивно-емоційної оцінки навколишнього світу внаслідок того, що кожна людина влітає в нього своє світовідчуття, розуміння, потреби, мотиви, цінності, становлення, життєвий досвід.

Індивідуальний образ світу є частиною загального образу світу і відображає його сутнісні характеристики: об'єктивність реальності, процесуальність, цілісність, вплив на формування просторово-часових структур, регуляцію активності і спрямованості поведінки [Леонтьев А. Н., 1977].

Нестача у створеному образі світу інформації про певні соціальні явища несвідомо активізує механізм каузальної атрибуції як припису індивідуально обраних характеристик соціального простору, які суб'єктивно доповнюють образ світу, усувають емоційно обтяжливий когнітивний дисонанс, визначають моделі індивідуальної поведінки. На цій підставі суб'єкт обирає свою життєву позицію щодо перспектив поточного і майбутнього життєздійснення в навколишньому соціальному світі.

Українській молоді на етапі вибору шляхів життєвої самореалізації випало на долю стати учасником складної зміни соціальної ситуації, пов'язаної з історичним етапом розвитку українського суспільства як такого, що переходить від тоталітарно-патерналістської моделі функціонування до ринкових демократичних засад

державобудування. Ідеться про соціально-психологічну ситуацію докорінної зміни світогляду, ставлень до запитів поточного буття, розуміння та прийняття його з новими завданнями, цілями та проблемами.

Могутніми чинниками, що охопили світ та імперативно змінюють загальну соціальну ситуацію, стали глобалізація, інформатизація, розвиток комунікаційних технологій, які розкривають додаткові можливості людського пізнання, взаємодії та взаємоставлення і спричиняють нову якість соціального простору. Відтак створюються умови вільного доступу більшості людей до світових здобутків та досвіду ефективної самореалізації у різних сферах життя, а це збагачує і змінює індивідуальне та масове сприйняття навколишнього світу, якість мислення, свідомість і відповідно впливає на засоби та рівень ефективності діяльності і життєве планування. Тому А. А. Гостев розширив розуміння образу світу до образної сфери людини. Він вважає, що психіка, свідомість і образ мають природу поля і відбивають тонкі енергоінформаційні вібрації певних планів єдиного інформаційного поля, через що образ виступає енергоінформаційною одиницею індивідуальної свідомості, що взаємодіє з енергоінформаційними полями Всесвіту [Гостев, 1992].

З огляду на таке визначення можна припустити, що в перехідний період розвитку суспільств відбувається переформатування енергоінформаційних полів ноосфери, пристосування до яких вимагає індивідуального часу і психологічних можливостей (толерантності, гнучкості, витривалості тощо).

На зламі двох історичних епох відбувається поступовий перехід від законів і традицій відносно сталого державного і суспільного устрою, побудованого на соціально-правовому забезпеченні з головними критеріями оцінки будь-якої форми поведінки людей через стандартизовану систему дозволів, приписів, соціально-психологічних і моральних настановлень, цінностей, із життєвими завданнями і санкціонованими засобами їх задоволення, до різкої відмови від сталого життєустрою і формування нових моделей суспільної взаємодії.

В умовах якісних і незвичних для більшості членів суспільства політичних, економічних, культурних і соціальних перетворень закономірно змінюються форми поведінки, виробничі і соціально-

психологічні відносини супроводжуються хворобливою зміною світогляду та провідних цінностей, станом розгубленості і стресових перевантажень.

Характерні риси перехідного періоду в Україні сфокусовані в таких його визначеннях, як “невиразні ознаки ринкової економіки, рудименти соціальної системи господарства, декларовані демократичні свободи без гарантованого правового захисту, розбалансованість нормативної регуляції поведінки; суперечливість взаємин нового і старого досвіду особистості, численні державні зміни без належної їх зорієнтованості на забезпечення соціальних гарантій, через що людина втрачає впевненість у поточному та майбутньому часі життєздійснення” [Карпенко, Мицько, 2001; Лактіонов, Луценко, 2006].

Тож, щоб ідентифікувати себе з новітнім часом, до нього слід психологічно пристосуватись. Природність і неминучість соціально-психологічної адаптації образно сформульована О. О. Ухтомським у визначенні: “Думка все женеться за світом і кричить йому: «зупинись». А він все утікає від неї вперед, все дарує їй нові непередбачуваності, вимагає все нових і нових умінь... яких у людини завжди менше, ніж потребує змінне середовище” [Ухтомский, 2000].

Особистість вважається психологічно адаптованою, якщо вона задовольняє свої потреби і відповідає очікуванням соціального оточення, зберігаючи в нормі психічне й фізичне здоров'я. Однією з основних форм перебігу процесу адаптації є засвоєння і зміна настановлень як усвідомлюваних або латентних станів готовності певним чином інтерпретувати реальність та відповідно діяти в ній. Не менш важлива роль у процесі психологічної адаптації відводиться таким властивостям індивіда, як риси особистості, захисні або незахисні механізми, здібності, стратегії поведінки, що в цілому утворюють адаптивні комплекси [Налчаджян, 1988].

У цілому ситуації перехідного періоду оцінюються як високоадаптогенні, такі, що в перебігу часу суттєво впливають на соціально-психологічні властивості людей і нерідко негативно відбиваються на соціальній поведінці в плані неконструктивних життєвих виборів та життєвому плануванні. Адаптаційна напруга спричиняє поширення ірраціональних форм поведінки людей. У

цих умовах перед ними постає завдання знайти адекватні запитам життя шляхи особистісної перебудови.

Для молоді і середнього покоління, з одного боку, відкрилися перспективи більш вільного вибору варіантів життєздійснення на засадах вияву приватних ініціатив, особистої відповідальності за політичні, економічні, соціальні та життєві вибори, участь у створенні сучасних інформаційних технологій і користуванні ними. З другого боку, на ці покоління припав головний виклик долі – “бути чи не бути”, який розкрив значний діапазон індивідуальних відмінностей у здатності до життєвої творчості та пристосування до змінних обставин, ступеня сформованості адаптаційних настановлень щодо визначення себе в новому суспільстві на засадах активізації особистісного потенціалу і відповідних суспільних цінностей. Саме рівень індивідуальної адаптивності відіграв головну роль у творчому життєздійсненні (нерідко з ознаками сумнівної або кримінальної успішності), унаслідок якого українське суспільство в неприродному співвідношенні розшарувалося на “вкрай багатих”, “вкрай бідних” з незначною “золотою серединою” і безліччю для всіх невирішених проблем, стресів, несподіванок.

Короткочасний перебіг ускладнених, несприятливих обставин життя з чинниками когнітивного та емоційного напруження може стимулювати розвиток особистісної адаптивності, надаючи досвід адекватного реагування та оцінювання поточних подій. Водночас довготривалий етап перебудови суспільного устрою з невизначеністю координат розвитку, нестабільністю і погіршенням умов життєдіяльності більшості людей, незадоволенням їхніх життєвих потреб негативно вплинув на зміну поведінки, способу життя, зумовивши посилення переживань тривоги та страху. Соціально-психологічні оцінки якості життя спільнот і власного буття сконцентрувалися в континуумах “задоволення – незадоволення”, “успішності – неуспішності”, “перспективності – безперспективності” із різким зсувом у негативний бік.

Поширеним і стабільно актуальним став вияв соціальної напруженості як психічний стан соціуму, що виникає у відповідь на екстремальні впливи, є надперсональним аналогом індивідуально-психологічних станів стресу, фрустрації, депресії, агресії. У масовій сукупності вони перетворюються у психічний стан цілісного

суспільного організму і тяжіють до певної усередненості та деіндивідуалізованості [Слюсаревський, 2009, с. 172–176].

Від того, як та чи інша людина реагує на несприятливі життєві обставини, залежить наскільки гармонійно розвивається її індивідуальність, наскільки оптимально складається її стиль життя, формується почуття задоволеності собою, а також активізуються вияви суб'єктності у взаємодії “людина і соціальна ситуація”.

Такі дослідники, як Д. М. Узнадзе, О. С. Прагнішвілі, В. Ф. Басін, встановили, що пристосувальна поведінка особистості до нових життєвих умов стає можливою завдяки дії психологічного механізму становлення та зміни соціальних настановлень як усвідомлюваних або латентних станів готовності певним чином інтерпретувати реальність і відповідно поводитися в ній.

А. Анастасі визначає настановлення як тенденцію сприятливо або несприятливо реагувати на певний клас стимулів, таких як національна або расова належність, звичаї чи суспільна настановленість. Вони не можуть спостерігатися безпосередньо, але виявляються у зовнішній вербальній та невербальній поведінці. У цілому поняття “настановлення” вказує на постійність реакції щодо деяких категорій стимулів. Практично термін “настановлення” частіше пов'язується із соціальними стимулами та емоційно насиченими відповідями [Анастасі, 1982].

Г. Келман на основі ретельного дослідження зв'язків між настановленнями та діями прийшов до висновку, що настановлення в разі їх розуміння як складової частини дії стають корисним особистісним конструктом [Kelman, 1974].

Такі настановлення досить варіабельні і, певною мірою, коригуються під впливом зміни зовнішніх обставин, особливо довготривалого часу, як, наприклад, перехідний період в Україні. У цьому виявляється сутність їхнього адаптаційного впливу, коли виникає потреба адекватно, конструктивно діяти відповідно до реальної ситуації. Завдяки динамічності адаптаційного процесу функціональна роль настановлень на різних етапах пристосування може змінюватися через те, що структура настановлення складається із сукупності більш дрібних настановлень, які мають власні етапи обслуговування адаптивної поведінки людини, існують у свідомих та підсвідомих формах і вибудовуються у відповідний ланцюжок впливів на дії людини.

Що ж до психологічних настановлень перехідного періоду, то в динамічній структурі адаптації важливим є початковий, або первісний, етап усвідомлення такого соціально-особистісного простору, до якого, власне, і треба пристосуватися. Цим визначається актуальність вивчення адаптаційних настановлень в умовах трансформаційного періоду в такій соціальній групі, як старшокласники, які за своїм віковим цензом стоять на порозі дорослого, самостійного життя з проблемою постановки всього ансамблю життєвих завдань (професійного вибору, кола спілкування, створення сім'ї). Для них всі особливості перехідного періоду з його перевагами і недоліками є значущими для вибору життєвих шляхів і постановки життєвих завдань у ситуації зіткнення старого і нового досвіду.

2.4. Соціально-психологічні відмінності людей у ставленні до планування майбутнього

Усвідомлена побудова життєвого шляху і повнота життєздійснення на ньому є досить складним завданням для будь-якої людини, якщо вона не позбавлена почуття самоцінності і цінності життєвого часу. Навіть за цими двома параметрами можна вести мову про кардинальні індивідуальні відмінності поділу людей на тих, для кого життєвий цикл набуває якості життєтворчості, і тих, хто, не замислюючись над сьогоденням та майбутнім, пливе за течією часу, приймаючи себе і події як даність, яку треба просто пережити. Поділ на такі групи спричиняється властивостями індивідуальності як природної основи людини, особистості як продукту соціалізації і природним та соціальним середовищем, у якому відбувається життєздійснення.

В індивідуальній психології психічна діяльність (пізнавальні процеси, психічні стани, форми активності) розглядається у виявах життєвої поведінки людини з усією її своєрідністю, що спричинена індивідуальними соціально-психологічними особистісними відмін-

ностями. У цьому ж аспекті ми підійшли до вивчення особливостей постановки життєвих завдань.

Відносна стійкість соціально-психологічних відмінностей індивідуальності спрямована на збереження в часі і просторі її своєрідної самоцінності, що виявляється у несхожості з іншими у сприйманні себе, світу і оточення, когнітивно-емоційному реагуванні, типах довільної активності. При тому, що відмінності індивідуальності практично незмінні, соціально-психологічні можуть піддаватися певній корекції під тиском змінних конвенційних норм і шаблонів соціальної поведінки.

Про індивідуальні відмінності особистості можна вести мову і в аспекті особистості, і в аспекті того, наскільки людина визнає свою своєрідність та ставиться до неї як до життєвої цінності: поступається нею під тиском обставин, відчуваючи прихований протест і образу, або намагається приховати свої внутрішні схильності, нівелювати своєрідність і несхожість з іншими і, щоб догодити груповим нормам, обирає образ “середньої”, “непомітної” людини з обмеженим рівнем соціальної відповідальності.

У соціальній психології проблема індивідуальних особливостей соціальної поведінки людей знайшла висвітлення на рівні різних соціокультурних груп, на рівні “людина – соціальна група” (Т. Шибутані); проблема докладно представлена в індивідуальній психології А. Адлера, в соціокогнітивній теорії наuczіння А. Бандури, в теорії особистісної самореалізації А. Маслоу, теорії особистості Г. Оллпорта та ін. Соціально-психологічні відмінності поведінки людей виявляються на різних рівнях умов життєздійснення – в етнокультурних спільнотах, у системах “людина – соціальна група”, “людина – ситуація”.

Зокрема, встановлено, що на постановку життєвих завдань впливають етнічні відмінності, пов’язані із соціокультурним досвідом і традиціями. Навіть такі загальні психологічні властивості, як активність, самостійність (потреба в самоуправлінні і здатність до нього), відповідальність, інтернальний локус контролю і мотивація досягнення, що свідчать про рівень цілеспрямованості, схильності досягати успіху та випереджати інших, визнаються культурно-специфічними. Так, в одних культурних регіонах з певним релігійним вихованням праця вважається святою справою особистості і тому ідея праці втілюється у діловій успішності, потребі в досяг-

ненні, самоповага – в успіхах у навчанні, праці, лідерстві. Соціально значущими якостями особистості визнаються висока активність, самостійність, відповідальність, потреба в досягненні, інтернальність на противагу пасивності, залежності, екстернальності, конформності. Для інших етнокультурних груп цінність предметної діяльності та пов'язаних з нею ділових якостей поступається цінностям групових форм взаємодії й міжособистісних стосунків на рівнях сім'ї, кооперативної та ігрової діяльності. Залежно від панівних соціокультурних цінностей формується специфічний тип самосвідомості і спрямованість активності. Прикладом такої соціокультурної диференціації стають психологічні особливості, пов'язані зі “Сходом – Заходом”: новоєвропейська модель людини є активістсько-предметною, особистість формується та пізнає себе в діяльності, таким чином перетворюючи себе і світ; для східної людини творча активність розгортається у внутрішньому духовному просторі із сутнісною складовою “Я”, неаналітичним пізнанням, в акті миттєвого осяяння, що дає пробудження і самореалізацію особистості (конфуціанство, буддизм, даосизм).

Отже, навіть великі спільноти мають свою психотипічну визначеність, що виявляється у стійкій орієнтації людини на певну ієрархію цінностей, яка визначає систему цілеспрямування людини. Головною рисою є потреба в досягненні на противагу настановленню на спасіння душі або ідеалу на “спокійне життя”. Ці дві протилежні цінності між дієвістю і спогляданням впливають на селекцію життєвих потреб, мотиваційну сферу, спрямованість довольної активності, ставлення до ризику, рівень і якість домагань і, нарешті, на постановку життєвих завдань, вибір шляхів їх досягнення з урахуванням смислу життєствердження й оцінки результату як задоволеність-незадоволеність собою.

Розвиваючи думку про те, що людина і соціальна група – це дві функціональні одиниці, які в різних випадках здатні по-різному впливати на перебіг подій, Т. Шибутані наводить п'ять типів соціальних ситуацій, у яких змінюється ступінь особистісного втручання в процес подій. Це критичні ситуації, які виявляють ситуаційних лідерів; у конфліктних ситуаціях – це лідери-бійці і тактики; у завданнях, що вимагають прийняття рішень, активізуються лідери-організатори. У ситуаціях з чіткою структурою, особливою відповідальністю і жорсткими конвенційними ролями не схвалюються і

обмежуються особистісні відмінності (військові об'єднання, державні установи певного рівня). У поширених соціальних ситуаціях, де люди взаємодіють на засадах конвенційних ролей, найбільш вільно виявляються особистісні відмінності [Шибутани, 1969, с. 33].

Загалом, що більш жорстка організаційна структура з розподілом праці та інструкцій, ієрархією підпорядкування, то більш обмежені можливості для вияву особистісних відмінностей, схильностей. Тому в умовах формалізованих ситуацій і стандартних конвенційних ролей індивідуальність виявляється у спонтанних потягах, схильностях, соціальних настановленнях як внутрішньому потенціалі, що стримується в поведінці людини, але визначає напрям її дій за сприятливих умов. Такими умовами для вияву потенційних дій може бути постановка життєвих завдань як планування майбутнього з реалізацією головних життєвих цінностей.

Т. Шибутані наводить приклади впливу індивідуальності на особливості соціально-психологічної взаємодії. Так, індивідуальні особливості емоційної сфери людини насичують відмінностями виконання соціальних ролей у міжособистісних стосунках і суттєво впливають на успішність-неуспішність постановки групових і партнерських завдань. Кон'юнктивні почуття сприятливі для оптимального розвитку учасників і полегшують виконання спільних починань. Проте розвиток диз'юнктивних почуттів майже завжди стає перешкодою в міжособистісній взаємодії і закріплює деструктивні емоції в характері особистості.

Ефективність і стійкість партнерських міжособистісних стосунків визначається тим, наскільки залучені до них люди у певних відношеннях взаємодоповнюють одне одного, і зберігаються вони за умови підтримки їх з боку іншого партнера та відчуття взаємозадоволення. Оскільки кожне почуття є неповторним, воно спричиняє своєрідність індивідуальних стосунків, і тому їхня психологічна регуляція створює безліч проблем, які ускладнюють виконання спільних життєвих завдань. Ефективним регулятором емоційних відмінностей виступають культурні інституції у формах соціальних нормативів, законів, звичаїв. Тією мірою, якою такі впливи видаються успішними, поведінка залишається в цілому конвенційною, а люди з різних культур зберігають своєрідність і притаманні їм відмінності [Шибутани, 1969, с. 320–326].

Крім соціокультурних відмінностей психотипів, існують індивідуально-психологічні відмінності окремих представників спільноти. Їхні системи цілеспрямування визначатимуться своїми відмінностями залежно від характеристик індивідуальності, особистості та близького соціально-культурного оточення. Тож діапазон та рівень життєвих завдань відобразатимуть усі індивідуальні варіації цільової поведінки, її динаміку та спосіб життя індивіда. Так, одні суб'єкти прямолінійно просуваються до мети і рідко відхиляються від неї; інші на шляху до мети зупиняються, зіткнувшись із труднощами, і намагаються обійти їх, а для третіх обхідний шлях такий довгий, що вони взагалі не приходять до мети. У цьому сутність цілепокладання людини, у якому виявляється її схильність до такої форми здійснення життєвого плану, обумовленої всією передісторією людини, закладеної в ній від самого початку. Цю свою схильність суб'єкти виявляють у життєвих проєктах по-різному: одні досягають цілей, інші тільки намагаються, вагаються і лякаються труднощів. А втім, усі тактики, на думку А. Адлера, породжені потребою підтримки цілісності особистості, за станом розвитку якої оцінюється психологічний потенціал її концентрованої цілеспрямованості. Цілісність передбачає, що всі психічні сили особистості, незалежно від її прихильностей, середовища і подій, підпорядковуються відповідній ідеї, а всі акти виявлення почуттів, думок, бажань, дій проникнуті єдиним життєвим планом. Людина здатна спрямовано просуватись у своєму життєздійсненні і бути зрозумілою для інших тільки тоді, коли вона визначила свої цілі й орієнтована на їх досягнення.

А. Адлер процес життєздійснення особистості розуміє як постійний рух, керований цілями душевного життя, що вимагають усе більшого доповнення, посилення і влади. Цей рух супроводжується станом емоційного піднесення, постійним стимулом для підтримки якого є незадоволеність, що спонукає до пошуку компенсацій та досягнення міцної та надійної життєвої позиції. У процесі напруженого цілеспрямування відбувається безперервна робота над створенням ситуації безпеки і збереження цілісної особистості із власною позицією щодо важливих життєвих питань. У ході цієї роботи завдяки рисам характеру виявляються значні індивідуальні й міжособистісні відмінності та нюанси, які впливають на швидкість та результативність вирішення життєвих завдань [Адлер,

2002]. За визначенням Адлера, життєві завдання кожної людини концентруються навколо трьох сфер життєдіяльності: праці, дружби та любові, успішна реалізація яких гарантує високу якість та повноту самореалізації особистості, відчуття своєї гармонійності, ідентичності та успішності.

Т. Шибутані, аналізуючи вияви індивідуальної поведінки людини в соціальній групі за параметром “конвенційність – неконвенційність”, виокремив *незалежність* як особистісну властивість, за ступенем розвитку якої виявляється чіткий діапазон індивідуальних відмінностей з двома полярними групами. Одна – це суб’єкти, які поводяться в групі згідно з очікуваннями її учасників; друга – ті, хто всупереч груповому несхваленню їх і створеному цим внутрішньому дискомфорту не поступаються своїми намірами і культивують шокуючу поведінку негативістів, нехтуючи ставленням оточення. Загострення поляризації індивідуальних відмінностей виникає в разі розбіжностей між груповими нормами і особистісними намірами.

У діапазоні між полярними групами більшість людей різняться між собою своєю здатністю до самостійної поведінки, зберігаючи при цьому певну незалежність суджень, хоч часом їм і бракує мужності, і здатність до деякої поступливості та гнучкості поведінки.

Людину з високим рівнем незалежності можна вважати *автономною особистістю* за умови, що вона всупереч встановленим груповим нормам і очікуванням схильна до дій і вчинків згідно з власним розумінням їхньої слушності та доцільності, свідомо виявляє готовність до спротиву оточення, жертвовності, ризиковості і можливої поразки. Це полярний тип незалежної поведінки, представники якого готові платити високу особистісну ціну за право автономного самовияву.

Автономію як рису особистості оцінюють по-різному залежно від її місця в діапазоні між полюсами “автономність – поступливість”. Дехто, спираючись на образ “нормальної” особистості, оцінює її автономну поведінку як ідеальну. Інші психологи не схильні пов’язувати незалежність мислення з незадовільним соціальним пристосуванням, що виявляється в умінні автономної особистості успішно демонструвати тип пристосувальної поведінки, зберігаючи ввічливу дистанцію з оточенням, бути досить помі-

ркованою, обережною в судженнях, контролювати свою імпульсивність та спонтанність. Поведінка таких суб'єктів у групі завжди пристойна, обмежена в обов'язках щодо інших, а в критичних ситуаціях сприймається як дещо холодна та егоїстична [Шибутани, 1969, с. 320–326].

Що ближче люди до полюса поступливості, то більше вони підкорюються вимогам безпосереднього оточення, раціоналізують свою поведінку (“так поведуться всі”); вони комунікабельні, емпатичні, здатні до розуміння і співчуття, оптимістичні, екстравертовані, гнучкі.

Доведено залежність континууму людських психотипів “автономність – поступливість” від соціальної дистанції, яку вони визначають щодо себе та інших людей. Відомо також, що маргінали на двох полюсах цього континууму оцінюють самих себе низько.

Спираючись на відомі теоретичні та емпіричні дослідження поведінки індивіда в групі, Т. Шибутані зробив узагальнення, що висвітлюють певний аспект індивідуальних відмінностей поведінки у постановці життєвих завдань. Зокрема, констатовано, що кожна людина будь-якого рівня соціалізації виявляє індивідуальні тенденції поведінки; є повністю автономною одиницею із власним простором як для варіацій та оригінальності, так і для можливостей відкритого протесту; стабільності її схильностям надає орієнтація на певну систему цінностей, яка часто на підсвідомому рівні визначає сутність особистості і систему її поведінки. До того ж кожний учасник дій асоційованих індивідів є особистістю, продуктом своєї особливої історії і в будь-яких ситуаціях, особливо кризових, незмінно зберігає “особистісне рівняння”.

Отже, індивідуальні особистісні відмінності – “незалежність”, що є здатністю зберігати у груповій взаємодії і взаємоставленні свою особистісну своєрідність як самоцінність; “автономність – поступливість” як міра близькості до людей і здатність до гнучкості соціальної поведінки – можна розглядати як індивідуальні стратегії постановки і вирішення життєвих завдань у певній спільноті; стійкість “особистісного рівняння” слугуватиме психодіагностичним показником для прогнозу ступеня успішності вирішення життєвих завдань та їхньої масштабності.

У соціальній психології утвердилася думка, що немає двох людей, здатних діяти однаково, навіть при всьому їхньому бажанні цього, у процесі виконання конвенціональних ролей.

В аспекті постановки життєвих завдань вияви соціально-психологічних властивостей самоздійснення людини пов'язані з індивідуальними рівнями реалістичності її самоусвідомлення. Внутрішні чинники своєрідності – це всебічна самооцінка, інтелектуальний потенціал, соціальна активність, емоційно-вольова саморегуляція, знання своїх інтересів, схильностей, здібностей і багатьох інших психологічних чинників, які впливають на індивідуальні відмінності в реалістичності і перспективності життєвих завдань. До зовнішніх чинників реалістичності життєвих завдань належать інформаційна обізнаність у навколишньому світі та адекватність світосприйняття, визначеність свого місця і ролі в певному людському оточенні, навички опанування численних соціальних ситуацій і міжособистісних ставлень. Отож людина, спрямована на успішне життєздійснення й орієнтована на особисту відповідальність за реалістичність постановки життєвих завдань, перебуває під впливом індивідуальних особливостей внутрішніх і зовнішніх чинників, які зумовлюють своєрідність соціальної поведінки, напруження мотивації досягнення, усвідомлення цінності своєї мети та її реалістичності.

Вести мову про зростання особистісної зрілості, життєві завдання, вибір рівня життєвих домагань доцільно тоді, коли стають психологічно можливими усвідомлене ставлення і спрямованість до вищих людських цінностей, настановлення на особистісний саморозвиток, зацікавленість у пошуку шляхів до цього та набуття певного життєвого досвіду самореалізації в успішних або помилкових варіантах життєздійснення [Лепіхова, 2007; 2008].

Адекватність самооцінки в контексті ситуації є однією з передумов вибору рівня складності і значущості життєвих завдань, досягнення яких стає реалізацією життєвого смислу та підтвердженням особистої успішності. У ситуації вибору рівня складності завдання перевіряються власна інформованість щодо передбачуваної діяльності, наявність знань для виконання нової ролі, можливості щодо вищого рівня активності, емоційно-вольової саморегуляції.

Індивідуальний малюнок особистісних параметрів з акцентуаціями тих чи інших властивостей надасть своєрідності життєвим завданням і шляхам їх досягнення за ознаками індивідуально значущої ієрархії цінностей, цілісності та зрілості особистості, рівня її поведінкової активності, рефлексивності життєвого досвіду. Тож головний смисл індивідуальних відмінностей полягає в тому, що одні й ті ж глобальні, загальнолюдські завдання у виконанні кожної людини набувають особистісно неповторного візерунка.

Такий методологічний підхід до сутності життєвих завдань у життєздійсненні особистості дає підстави для поглибленого вивчення індивідуальних відмінностей у їх постановці, а також внутрішніх чинників, що зумовлюють особливості планування майбутнього. Для цього доцільно визначити діагностично важливі комплекси соціально-психологічних властивостей, які визначають індивідуальні відмінності постановки життєвих завдань як складової загального механізму життєздійснення особистості.

2.5. Роль соціально-психологічних властивостей особистості у плануванні майбутнього

Визначення провідних соціально-психологічних властивостей особистості, здатної до постановки життєвих завдань, слугує обґрунтуванням методичного забезпечення емпіричного дослідження індивідуальних відмінностей у плануванні майбутнього. Воно є досить складним когнітивно-емоційним процесом, що передбачає критичний самоаналіз себе як професіонала, співробітника, друга, сім'янина; як особистості, яка наміряла своє майбутнє з певними соціальними ролями, позиціями, статусами, домаганнями, спрямованими на індивідуально значущі досягнення. Щоб мрії та бажання поступово перетворювалися на реальність, потрібен перехід до перспективного планування, програмування, прогнозування

майбутнього шляхом постановки індивідуально адекватних життєвих завдань на основі набутого досвіду та певної особистісної зрілості. Реалістичність поставлених завдань базується на індивідуальних психологічних відмінностях як умовах, що сприяють або заважають успішній поступовій реалізації динамічних життєвих цілей.

Складний процес розвитку особистості розтягнутий у життєвому часі на роки, у перебігу яких, природно, передбачається чимало змін у спрямованості та валентності соціально-психологічних властивостей під впливом змін образу світу з притаманною йому примхливістю – нестабільністю природних, економічних, політичних, соціальних і культурних чинників. Усе це впливає на постановку життєвих завдань та шляхи їх реалізації, допомагає правильно зорієнтуватися в навколишньому світі й самовизначитись з урахуванням власних індивідуальних особливостей.

Теоретичне дослідження індивідуальних відмінностей постановки життєвих завдань як орієнтирів планування майбутнього було націлене на виокремлення таких особистісних рис (окремих властивостей або симптомокомплексів), що в процесі життєвого цілеспрямування до успішної реалізації життєвих завдань сприяють підвищенню особистісної ефективності. Це досягається завдяки тому, що в процесі ефективного індивідуального цілепокладання активізуються дві групи соціально-психологічних властивостей, які в поєднанні забезпечують правильність вибору та якість постановки життєвих завдань, а також регуляторний механізм їх самореалізації. До них віднесено:

- провідні соціально-психологічні властивості особистості, що визначають індивідуальну успішність життєвого конструювання (особистісна цілісність, зрілість, ефективність та цінності);
- провідні регуляторно-особистісні властивості, що детермінують індивідуальні стилі саморегуляції в конструюванні майбутнього.

Провідні соціально-психологічні властивості постановки життєвих завдань. При виборі соціально-психологічних властивостей, що визначають індивідуальні відмінності в цілеспрямуваній поведінці людини, ми виходили з напрацювань провідних представників соціальної психології особистості (Т. Шибутані, А. Адлер,

А. Бандура, Г. Оллпорт, А. Маслоу, Е. Фромм та ін.), які, приділяючи увагу певним формам соціальної поведінки, наголошували на референтних для неї властивостях.

Які ж саме індивідуальні відмінності у соціально-психологічних властивостях слід вважати провідними в саморозвитку особистості та її успішній життєвій реалізації в суспільстві?

А. Адлер до таких рис особистості зараховував соціальний інтерес, соціальну активність, цілеспрямованість, цілісність та цінності. Для емпіричного дослідження було проаналізовано ці властивості. Соціальний інтерес, або суспільне, громадське почуття (в німецькому перекладі – дух солідарності, спільності, колективізму), – це здатність цікавитися іншими людьми та “брати в них участь”, бути частиною цілого, робити внесок у добробут людства. Адже соціальний інтерес як процес – це здатність до ідентифікації, емпатії, співробітництва та альтруїзму на засадах ціннісного ставлення до життя і всього, що поза суб’єктом.

Соціальний інтерес Адлер визнає за основний критерій психологічної зрілості особистості, який індивідуально вибудовує всі складові системи цілеспрямовання (соціальні потреби, мотиви, мотивацію досягнення, рівень життєвих домагань, смисли) і відповідно до них формує стратегії досягнення й операціональну систему просування до цілей (спрямовану активність, прийняття рішень та особистісні вибори). На всіх цих етапах самореалізації відбувається життєва перевірка рівня особистісної зрілості. Глобальність завдань будь-якої людини відповідно визначає спрямованість і мотивацію досягнення певного рівня життєвих завдань, які наближати-муть до мети.

Соціальний інтерес спрямовується на об’єкти потрійного роду. “*Субсоціальні об’єкти* – людина виявляє безкорисливий, самобутній, незалежний від “Я” інтерес до природи, науки, мистецтва, що розвиває в ній потребу до знань та навичок на користь людства. *Соціальні об’єкти* – все живе; інтерес до них як здатність цінувати життя і приймати точку зору іншого, поважне, бережливе ставлення до життя. *Супросоціальні об’єкти* – Всесвіт у цілому. Інтерес до них – це ідентифікація із живими та неживими об’єктами, повний вихід за межі самого себе та єдність з усією повнотою світу, тісний союз з життям як цілим” [Adler, 1938, p. 60]. Усі ці спрямованості соціального інтересу є виявом *життєвої компетентності*.

Експериментально встановлено, що для людей з високим соціальним інтересом характерні внутрішній локус контролю і стабільність самооцінки в реалізації особистісно значущих завдань. Люди з низьким соціальним інтересом часто-густо виявляють негативне ставлення до батьків та ранніх переживань свого дитинства, надаючи в теперішньому житті більшого значення минулому досвіду. Коливання рівня драматичних життєвих і стресових напружень у них більшою мірою ситуативно обумовлені [Сидоренко, 2000].

Цілісність визнається одним із найважливіших інтегральних параметрів всебічного благополуччя особистості та потенціалу її успішності в життєствердженні. На думку А. Адлера, цілісність – один із головних, вагомих показників індивідуальних відмінностей у постановці й реалізації життєвих завдань. Цілісність особистості та особистісна зрілість взаємопов'язані: цілісність є продуктом гармонійного саморозвитку і здоров'я особистості, набуття нею особистісної зрілості і стає одним з її показників [Адлер, 2002].

А. Маслоу в теорії самоактуалізації потребу цілісності додуває до мотивів росту, називає її метапотребою, спрямованою на актуалізацію особистісного потенціалу вдосконалення, активності, краси, добра, істини, унікальності [Маслоу, 1999].

У диспозиційній теорії Г. Оллпорта аналогом цілісності виступає поняття “пропріум” як єдність, інтеграція всіх структурних елементів індивідуальності за принципом організації оцінок, мотивів, схильностей, відчуттів у єдине ціле. Пропріум несе в собі позитивну, творчу енергію зростання та розвитку, спрямовану на досягнення унікальності людського життя, постановку перспективних життєвих цілей та намірів, відчуття життя як смислу з чіткою орієнтацією на майбутнє [Оллпорт, 1998].

Перспективними для прогнозу індивідуальних відмінностей постановки життєвих завдань вважаємо погляди Е. Фромма, який розуміє особистість як цілісність вроджених і набутих психічних властивостей, варіації яких створюють індивідуальність та надають їй унікальності. Набуті властивості формують характер і свідчать про досягнутий індивідом рівень у мистецтві життя. Дослідник розробляє поняття “соціального характеру” як результату зв'язку між психікою індивіда та соціальною структурою суспільства і використовує його для класифікації п'яти соціальних типів характеру

особистості (рецептивного, експлуататорського, користолюбного, ринкового та плідного) [Фромм, 1992].

Спіраючись на образність соціальних характерів Е. Фромма, ми зробили спробу домалювати можливу особистісну поведінку таких типів при постановці життєвих завдань.

1. *Рецептивна орієнтація* (“така, що бере”) характеризує такого індивіда, який вважає, що витoki всіх благ лежать зовні; він несамостійний і пасивний; не любить, але хоче бути коханим; залежний від обставин, авторитетів і просто людей у пошуках їхньої підтримки, помічників, а в разі особистої допомоги очікує на прихильність і вдячність.

Від людини з таким типом характеру не варто очікувати самостійності й активності в постановці життєвих завдань у будь-якій сфері життєдіяльності. Швидше за все, життєві завдання будуть ставити за неї інші люди із впливового оточення, відводячи такій людині роль другорядного виконавця нескладних та неprestижних завдань. Тому її життєвий шлях не буде активним життєствердженням, а найімовірніше, пасивним життєздійсненням відповідно до рівня її потенціалу.

2. *Експлуаторська орієнтація* (привласнювальна) – людина також вважає, що джерело благ лежить зовні, але не розраховує одержати їх як подарунок, а намагається здобути (і любов, і володіння) силою або хитроцями; вона нездатна до творчості, тому ідеї та емоції позичає в інших; у взаємодії вона агресивна, самовпевнена, егоцентрична, імпульсивна.

У постановці життєвих завдань особистість із таким типом характеру може демонструвати нереалістичність, завищені домагання, але на шляху до вирішення завдань буде намагатися різними способами забезпечувати собі “виконавців”, готових або змушених ставати добровільними помічниками. Отже, людина з таким соціальним психотипом буде самоздійснюватися, намагаючись створити ілюзію своєї успішності, виявляючи експлуаторський підхід до потрібних інших, вдаючись до маніпулювання й агресивного тиску на оточення. Цей соціальний психотип є дисгармонійним, важким для близьких людей, конфліктогенним.

3. *Користолюбна орієнтація* (зберігальна) – людина не вірить, що може щось одержати від зовнішнього світу; її безпека базується на економії, а витрати сприймаються як загроза; скнарність

(скупість) поширюється як на речі і гроші, так і на думки й почуття; така людина тяжіє до минулого, усе нове її лякає; цей своєрідний тип характеризується маніакальною охайністю, ригідністю, підозрілістю, упертістю, передбачуваністю, лояльністю та стриманістю, що відображається на життєздійсненні.

Можна припустити, що для людини такого соціального психотипу проблема постановки життєвих завдань стане психологічно складною, такою, що потребує дуже ретельного обмірковування, обережного зважування всіх “за” і “проти”, щоб на чомусь випадково не втратити. Виходячи з цього, головним джерелом економії та душевного благополуччя буде відмова від витратних радощів життя і будь-яких форм ризику. Тож у всіх загальнолюдських сферах життєствердження така людина буде обирати варіанти завдань, які гарантуватимуть надійні, неризиковані джерела матеріального забезпечення і близьке оточення з помірними потребами.

4. *Ринкова орієнтація* (обмінна) – особистість сприймається як товар, виставлений на продаж. Успіх залежить від того, наскільки людина здатна “подати” і “продати” себе, вступити у змагання з іншими задля досягнення життєвих цілей. Самооцінка визначається думками про неї інших, оскільки її цінність обмежується не так людськими якостями, як успішністю в ринковій конкуренції.

Аналізуючи можливості постановки життєвих завдань людиною з ринковим психотипом, можна припустити, що задля домінуючих цінностей “товар – гроші – влада” вона буде намагатися повсякчас нарощувати масштаби ринкових взаємин у пошуку нових можливостей для оволодіння прибутковою власністю і капіталом, маючи на меті особисту вигоду. У міру зростання майна і капіталу пробуджуватиметься потреба в їх надійному захисті та підвищуватиметься рівень соціальних домагань щодо особистісного визнання суспільством та розширення сфер владного впливу, домінування. Шляхом вирішення таких завдань стає постановка відповідних цілей, ризиковість змагання на випередження будь-якими засобами у конкурентній боротьбі. Ринкові риси характеру домінуватимуть у всіх життєвих сферах – професійній, корпоративній, особистісній.

5. *Плідна орієнтація* – Фромм оцінює її як ідеал гуманістичної епохи. Така людина відчуває себе здатною до вільної реалізації своїх сил, здібностей без будь-якої закритості, відчуженості від зовнішнього світу. Силою свого розуму вона осягає сутність явищ;

силою любові руйнує стіну, що відгороджує людей одне від одного; силою уявлення – творить.

Отже, Фромм виділяє соціальний психотип з плідною орієнтацією як зразок гармонійної особистості – розумної, самодостатньої, творчої, дружньої та комунікабельної. Судячи з того, що це єдиний у наведеній класифікації всебічно розвинений і позитивно орієнтований особистісний тип, його можна вважати малопоширеним, а постановка життєвих завдань буде для нього логічним, творчим кроком до реалізації значущих цінностей у професійній діяльності, соціальних стосунках і коханні. Повнота самореалізації забезпечується цілісністю, несуперечливістю та безконфліктністю особистості. Такі особистісні риси сприяють концентрації уваги на завданнях саморозвитку та духовного зростання.

Для К. Роджерса Я-концепція (“Самість”) є фундаментальним поняттям гуманістичної психології, що трактується як гештальт, у якому поєднується сприйняття цінностей себе реального та ідеального і досвіду взаємин з іншими людьми. Цей гештальт є цілісним і досить стійким, а в процесі самореалізації підкріплює потребу в позитивному самоставленні, схваленні, увазі інших людей, що в цілому суттєво впливає на якість життя людини і тип її особистості. Зокрема, формуються два протилежних типи: особистість “пристосована” і “непристосована”.

Тип особистості, що “пристосована” і повноцінно функціонує, Роджерс визнає ідеальною людиною, яка дістала безумовне позитивне підкріплення. Її характеризують емоційна глибина та рефлексивність переживань, екзистенційний спосіб життя (гнучкість, адаптивність, спонтанність, індуктивне мислення), організмична довіра (інтуїтивний спосіб життя, упевненість у собі, довіра), емпірична свобода (суб’єктивне відчуття свободи волі) та креативність.

Тип “непристосованої” особистості – людина, що одержувала умовну позитивну увагу і в житті керується умовними цінностями, з неадекватною можливістю Я-концепцією, її поведінка детермінована захисними механізмами; вона живе не екзистенційно, а радше своїми минулими планами, з недовірою до себе; відчуває себе швидше керованою, пересічною і конформною, ніж вільною і творчою.

Такі типові характеристики дають підстави співвіднести “пристосовану” особистість із цілісною, а “непристосовану” – з нецілісною. Правомірно припускати, що характерологічна своєрідність спричинятиме індивідуальні відмінності у постановці життєвих завдань. Так, адаптована цілісна людина структуруватиме свій життєвий шлях, будучи відкритою світові і готовою реалізувати особистісний потенціал. Її ієрархія цінностей та впевненість у схваленні оточення визначають упевненість і творчість у постановці життєвих завдань відповідно до своїх здібностей, довіри до свого вибору. Успішність і безконфліктність, відкритість, гнучкість та адаптивність сприятимуть побудові оптимальної системи міжособистісної взаємодії на всіх рівнях спілкування. Гармонійність Я-концепції, довіра до себе, інтуїтивне відчуття життя сприятимуть правильному вибору шлюбного партнера і забезпеченню емоційного благополуччя. Внутрішня свобода та індуктивне мислення відкривають шлях до вільної, реалістичної постановки життєвих завдань, реалізація яких буде підтверджувати успішність самореалізації людини на її життєвому шляху.

Що ж до самореалізації неадаптованої людини з нестачею позитивної соціальної уваги та дисгармонійною Я-концепцією, ригідністю в життєвому плануванні, керованістю, несамостійністю і невпевненістю в собі, то процес її самореалізації буде складним, напруженим. Постановка життєвих завдань швидше за все відбуватиметься під впливом сторонніх думок, порад. Несформована Я-концепція заважатиме визначенню особистісного потенціалу та формуванню довіри до своїх здібностей, через що така людина буде обирати нескладні і безпечні непрестижні життєві завдання.

А. Бандура дає своє розуміння базових властивостей особистості, що забезпечують її життєву успішність. Він вводить і розкриває поняття *ефективність особистості*, яке включає *почуття самоповаги, самооцінку і компетентність при вирішенні життєвих проблем*. Люди з високою особистісною ефективністю частіше добиваються успіху, високо оцінюються в навчанні, ставлять більш значущі цілі, демонструють краще фізичне і душевне здоров'я ([див.: Шульц, 2002]).

Особистісна ефективність – це не просто наслідок вікового розвитку людини; вона стає наслідком відповідних природних властивостей індивідуальності, виховання характеру, активної соціалі-

зації, розвитку соціально-психологічних властивостей і набуття соціальної компетентності. Тож особистісну ефективність можна вважати продуктом цілеспрямованого саморозвитку і соціально-психологічного досвіду життєствердження. Через те, що характеристика ефективності особистості має чітко визначені складові – самоповагу, самооцінку і життєву компетентність, виділені також А. Адлером для постановки життєвих завдань, ми включили цей параметр в емпіричне дослідження.

Оскільки реалістичність як риса особистості відіграє значну роль у слушній оцінці індивідуальної масштабності постановки життєвих завдань і є одним з виявів особистісної зрілості, то остання як інтегральний показник рівня готовності до планування майбутнього також слугує одним з параметрів індивідуальних відмінностей особистості.

Зрілій особистості, за Г. Оллпортом, притаманні широкі межі Я, емоційна врівноваженість та самоприйняття, реалістичність, схильність до самопізнання та гумору, цілісна життєва філософія. У соціально-психологічному плані зріла особистість активно володіє своїм оточенням, їй властиві стійка єдність особистісних рис, ціннісних орієнтацій та здатність правильно сприймати людей і себе [Оллпорт, 1998, с. 177].

У цілому соціальну зрілість характеризують як стадію розвитку особистості, здатної до оволодіння різними життєвими ролями на засадах активної соціальної позиції, самостійної, відповідальної поведінки, саморегуляції, емпатійності, дієвості; усебічної поведінкової адекватності, головними виявами якої є реалістичність і конструктивність, обумовлені змістом ідеї, що становить головну мету життя [Кон, 1989; Чудновский, 2006].

Що стосується соціально-психологічної зрілості, то вона, маючи всі ознаки соціальної зрілості, характеризується передусім специфікою проявлення, а саме включенням індивіда до сфер міжособистісної та міжгрупової взаємодії, і пов'язаними з цим взаємовідносинами, налагодженням комунікацій та їхньою валентністю. Головним критерієм виокремлення соціально-психологічної зрілості з-поміж інших видів зрілості вважається оцінка якостей, характеристик, властивостей зверненості особистості до інших людей, ближнього соціального оточення, її спрямованість (орієнтованість)

на інших, зіставлення себе з іншими за всієї різноманітності форм соціальної взаємодії.

Отже, ознаками зрілості є *стійкість станів і властивостей особистості, активне оволодіння своїм оточенням*, як близьким, так і більш віддаленим за психологічною дистанцією; *здатність адекватно сприймати людей і себе*, тобто *соціальна перцептивність*; *здатність до самостійних вчинків* щодо окремих людей або соціальних груп (при цьому передбачається, що такі вчинки є цілеспрямованими та усвідомленими); *прийняття відповідальності за соціальні наслідки своєї поведінки*. Наведені характеристики визначаються рисами соціально-психологічної поведінки зрілої особистості.

Оцінка наведених критеріїв зрілості опосередковується змістовою наповнюваністю, оскільки будь-яка ознака може мати різну спрямованість, валентність і модальність. Наприклад, активна соціальна позиція людини насправді може бути спрямованою проти інших людей, груп, суспільства; незалежність, автономність особистості чи групи може поєднуватися з ізолюваністю, відчуженою позицією, протиставленням іншим, а самостійність у прийнятті рішень використовуватися з корисливими цілями за рахунок інших людей. Соціально-психологічна зрілість передбачає обов'язкову толерантність до інших людей, гуманістичну спрямованість, реалізацію суспільно значущих цілей на користь суспільства.

Загалом особистісна зрілість інтерпретується як інтегральний показник індивідуального соціально-психологічного розвитку людини, який спричиняє якісні відмінності в життєвій успішності завдяки адекватності й реалістичності вибору рівня життєвих завдань, як підґрунтя для ефективної реалізації життєвих цілей і свідчення усвідомлюваної, адекватної інформованості людини щодо всебічних аспектів соціального життя суспільства та особистої відповідальності за власне життєздійснення. Провідними виявами особистісної зрілості визнано *самостійність, активну соціальну позицію та соціальну відповідальність*, що впливають на постановку життєвих завдань.

Індивідуальні стилі постановки життєвих завдань. Індивідуальні відмінності провідних соціально-психологічних властивостей особистості відіграють ключову роль в активізації функцій ре-

гуляції та самоорганізації цілеспрямованої діяльності. У постановці життєвих завдань – це планування, вибір цілей, моделювання ситуації досягнення, програмування дій, оцінка результатів та їх корекція [Титаренко, 2008]. Поряд з ними виділяється не менш важлива група регуляторно-особистісних властивостей, які визначають особливості формування індивідуального стилю життя і щільно пов'язані із ступенем розвитку свідомості та самосвідомості.

Сфера регуляторних властивостей особистості зайняла належне місце в індивідуальній психології А. Адлера при вивченні поняття життєвого стилю, аналогами якого в психології є терміни “спрямовувальний образ”, “форма життя”, “лінії життя”, “життєвий план”, “лінії розвитку цілісної особистості”.

Стиль життя – це “значення, яке людина надає світові і самій собі, її цілі, спрямованість скерувань і підходи, які вона застосовує при вирішенні життєвих проблем” [Adler, 1932, p. 48]. Характеризуючи індивідуальну стійкість стилю життя, Адлер підкреслював: “Навіть якщо значення, яке ми надаємо життю, є глибоко помилковим, навіть якщо наш підхід до проблем і завдань постійно накликає на нас біди й страждання, ми ніколи легко не відмовляємося від нього” [там само, p. 13].

О. В. Сидоренко, аналізуючи адлерівські роботи з цього питання, зробила такі узагальнення:

- а) стиль життя – це прийняття людиною концепції життя, патерну поведінки;
- б) для життєвого стилю характерні дуже раннє формування (до кінця п'ятого року життя) і стійкість.

Стиль життя складається на все життя. Він відтворюється, закріплюється і повторюється у всіх життєвих ситуаціях і відображається у головних життєвих завданнях. Вирішуючи глобальні завдання, кожна людина неминуче виявляє індивідуальне глибинне відчуття суті життя і свій стиль (корисливий, правлячий, уникливий, отримувальний) [Сидоренко, 2000, с. 51].

На думку О. О. Конопкіна, саме регуляторні процеси (планування, моделювання, програмування та ін.) реалізують основні компоненти системи саморегуляції та діяльності людини. Індивідуальні варіації розвитку цих властивостей можуть набувати гармонійного профілю з однаково високим розвитком усіх показників

або акцентуйованого профілю з вираженими піками окремих показників.

Регуляторно-особистісні властивості постановки життєвих завдань визначають дві функціональні групи рис характеру людини: а) операціональні особистісні риси (самостійність, надійність, відповідальність); б) стилеутворювальні суб'єктивні риси (упевненість, наполегливість, воля, гнучкість-ригідність).

У працях В. І. Моросанової значна увага приділяється індивідуальним відмінностям у постановці життєвих завдань відповідно до індивідуальних стилів самоорганізації. До них віднесено типові для людини і найбільш суттєві індивідуальні особливості організації та управління своєю зовнішньою і внутрішньою активністю в різних її видах, де виявляються стилеутворювальні риси.

Крім регуляторних стильових особливостей, на постановку життєвих завдань впливають операціональні особистісні риси – регуляторно-особистісні властивості суб'єкта діяльності з позицій індивідуальних можливостей свідомо висувати цілі активності і керувати їх досягненням завдяки виявам *самостійності, надійності та гнучкості*.

Індивідуальні відмінності у виявах регуляторно-особистісних рис впливають на формування автономного чи оперативного стилю саморегуляції. Так, для автономного стилю характерні типи індивідуального профілю з високим рівнем планування цілей активності і низьким – моделювання та оцінювання результатів. Цей стиль саморегуляції є типовим для інтровертів, схильних до планування свого майбутнього при зниженій здатності до дій у нових, несподіваних ситуаціях. Тож інтроверти при постановці життєвих завдань поводяться як стратеги, виявляючи самостійність.

За оперативного стилю саморегуляції можливі два варіанти поведінки: високий рівень моделювання і низький – планування та програмування; або високий рівень програмування при низькому рівні моделювання та планування. Ці індивідуальні стильові особливості характерні для екстравертів з їхнім легким адаптуванням до нового, розвиненістю процесів моделювання значущих цілей; проте їхня поверховість перешкоджає плануванню перспективних цілей. Тому при постановці життєвих завдань екстраверти швидше орієнтуватимуться на ближні цілі і діятимуть оперативно, виявляючи гнучкість [Моросанова, 2007, с. 61-62].

Слід звернути увагу і на те, що існує оптимум розвитку і комбінацій суб'єктних якостей, коли йдеться про ефективність стилів поведінки. Так, висока тривожність деструктує діяльність і перешкоджає ефективності, а надмірна упевненість може перетворюватись у руйнівну самовпевненість.

До стилеутворювальних належать якості, пов'язані з інструментальною стороною особистості, тобто з рисами, що акумулюють способи дій або стратегій, типові для індивідуальності. Вони зумовлені природними властивостями темпераменту, чим пояснюється стихійне формування ефективних стилів на основі особистісних акцентуацій. Поряд із цим існує вид регуляції, спричиненої розвитком у людини суб'єктної активності. Остання кристалізується в суб'єктних якостях, що формують ефективні стилі досягнення життєво важливих завдань. Це дає можливість людині за бажанням долати обмеження свого темпераменту і розвивати характер.

Отже, психічні риси, як складові особистості та її поведінки, є не просто виявом окремих якостей – вони впливають на формування диспозицій, схильність до певних когнітивних стилів, мислення, почуттів і типів поведінки в довготривалій перспективі, внутрішньо взаємодіють одна з одною і з ситуацією.

Викладені вище результати теоретичних та емпіричних досліджень важливі для нас під кутом зору вивчення підґрунтя індивідуальних відмінностей постановки життєвих завдань, оскільки різні стилі саморегуляції визначають здатність до постановки цілей залежно від ефективності планування, моделювання та оцінювання очікуваних результатів. Самі стильові особливості саморегуляції і самоорганізації детермінуються індивідуальними відмінностями на рівні рис темпераменту, характеру та суб'єктної активності. Такі стилеутворювальні властивості, як *наполегливість*, *упевненість*, *відповідальність*, *рефлексивність*, *гнучкість*, *тривожність*, можуть бути базовими для нашого емпіричного дослідження індивідуальних відмінностей постановки життєвих завдань.

2.6. Емпіричне дослідження соціально-психологічних особливостей постановки життєвих завдань у молодшому юнацькому віці

За результатами теоретичного аналізу, спрямованого на виокремлення провідних соціально-психологічних і регуляторно-особистісних рис, що впливають на індивідуальні особливості в різних формах цілеспрямованої діяльності людей, у тому числі в постановці життєвих завдань і стильових виявах стратегій життєзабезпечення, ми одержали емпіричну базу для експериментального дослідження.

Метою дослідницької роботи було виявлення ставлення молоді до життєвого планування під час суспільних трансформацій, особливостей постановки життєвих завдань; встановлення взаємозв'язків соціально-психологічних властивостей особистості із життєвими завданнями та актуальними адаптаційними настановленнями. Дослідження охоплювало підготовку методичного апарату (розроблення, апробацію методик відповідно до поставлених завдань), обчислення даних і статистичне встановлення взаємозв'язків.

Об'єктом експериментального дослідження були старшокласники як така вікова група, що народилася й виросла в трансформаційний період становлення демократичного суспільства з ринковими відносинами, піддавалася його всебічним позитивним і негативним впливам; стоїть на порозі важливих життєвих виборів, певним чином визначилась у системі особистісних інтересів, життєвих цінностей і домагань, активно включена в соціум своїми перспективними планами [Каменская, Зверева и др., 2005].

Для старшокласників усі особливості перехідного періоду з його перевагами й недоліками слугують значущими оцінними факторами у виборі життєвих шляхів і постановці доленосних завдань у ситуації, визначеній О. М. Лактіоновим як зіткнення старого і

нового досвіду, коли первинною потребою стає асимілювання нового в пошуку напрямку адаптаційного процесу [Лактионов, 1998].

Що стосується постановки перспективних життєвих завдань, то дані експериментальних досліджень свідчать про пряму залежність індивідуальних відмінностей від варіацій рівнів самооцінки, свідомості, самосвідомості, саморегуляції, домагань, цінностей як підґрунтя формування мотиваційного потенціалу ефективної діяльності [Бубнова, 1999; Занюк, 2001; Сидоров, 2007].

У нашому дослідженні розвитку системи цілеспрямовання у старшокласників було застосовано методики вимірювання мотиваційного профілю, мотивації досягнення, довільної активності, життєвих домагань. Встановлено, що профіль навчальної мотивації юнаків і дівчат значно напруженіший порівняно з профілем загальножиттєвої мотивації і тими самими параметрами підлітків; підвищується мотивація високої самооцінки і соціального статусу; життєві домагання стають більш реалістичними, конкретними й перспективними; зростає потреба в досягненні рівня, вищого від середнього, а поріг активності наближається до збалансованості реальної діяльності з настроєм на самоуправління та саморегуляцію (розвиток рефлексії, критичного мислення, особистої відповідальності). Усе це свідчить про активний розвиток самосвідомості, свідомості та особистісної зрілості як накопичення потенціалу для постановки життєвих завдань і самореалізації старшокласників [Лепіхова, 2008а; 2008б].

Методики та організація експериментального дослідження постановки життєвих завдань старшокласниками. Відповідно до мети дослідження в експериментальну частину роботи було включено три методики визначення індивідуальних показників життєвих завдань, особистісних соціально-психологічних властивостей і актуальних адаптаційних настановлень.

Соціально-психологічний аналіз індивідуальних особливостей постановки життєвих завдань зроблено на основі експериментального дослідження за колективно розробленою методикою “Життєві завдання особистості” (“ЖЗО”). Аналізувались індивідуальні показники розвитку мотивів цілепокладання та організаційних механізмів досягнення як показників вікової готовності молодшого юнацтва до самостійної постановки життєвих завдань. У

результатах дослідження докладно наводимо зміст показників шкал, кількісні характеристики яких представлено у вигляді таблиць та графіка.

Для діагностики соціально-психологічних властивостей було розроблено методику “Особистісні властивості індивідуальних відмінностей” (“ОВІВ”). Методика побудована за принципом опитувальника. Складається із 40 суджень, у яких відбито поведінкові вияви складових головних *симптомокомплексів*, представлених у формі шести психодіагностичних блоків:

1. Соціальний інтерес: емпатійність; партнерство, співробітництво.

2. Ступінь соціальної активності.

3. “Ефективність” особистості: самоповага, самооцінка, життєва компетентність.

4. Регуляторно-особистісні властивості постановки життєвих завдань:

а) операційні особистісні риси: самостійність, надійність, відповідальність (особиста, соціальна);

б) стилеутворювальні суб’єктивні риси: впевненість, наполегливість, воля, гнучкість-ригідність.

5. Стили саморегуляції (автономний – оперативний): екстраверсія – інтроверсія.

6. Цінності.

Усі судження відібрано із стандартизованих апробованих опитувальників, розроблених для діагностики вищеназваних соціально-психологічних властивостей.

Оцінка кожного судження задана в чотирибальній системі: 4 бали – “завжди”; 3 бали – “часто”; 2 бали – “досить рідко”; 1 бал – “майже ніколи”. Вираховувались із подальшою статистичною обробкою індивідуальні показники всіх симптомокомплексів.

Для вивчення особливостей соціально-психологічної адаптації старшокласників було обрано проєктивну методику “Незавершені речення”, яка в авторській модифікації та інтерпретації О. Л. Луценко відома як “Актуальні адаптаційні настановлення” [Луценко, 2006]. Розробляючи стимульні незавершені речення, дослідниця виходила з того, що у людини під впливом соціальної ситуації формуються: певний образ поточного історичного періоду; уявлення про завдання адаптації, що висуваються часом життя;

уявлення щодо проблем, які перешкоджають успішній самореалізації (дезадаптаційні чинники). Критеріями успішності адаптації вважалися речення-стимули по задоволенню потреб та можливостей здійснення позитивної соціальної взаємодії.

Опитування проводилося за стандартними п'ятьма блоками незакінчених речень за темами: “Перехідний період”; “Завдання адаптації”; “Фактори дезадаптації”; “Робота”; “Бізнес”. Обробка результатів виконувалась у якісному та кількісному варіантах, визначених автором методики. Для вирішення завдань статистичного аналізу слід було перекодувати проєктивні відповіді досліджуваних у кількісні значення [Луценко, 2004], придатні для статистичного аналізу взаємозв'язків між усіма показниками дослідження (показниками життєвих завдань, адаптованості та особистісних властивостей).

Як критерії адаптованості визначалися такі особистісні властивості, як *активність, інтернальність, усвідомлення, осмислення ситуації і свого місця в ній та позитивне ставлення до навколишнього світу, дійсності*. Ці показники, об'єднані в тріаду рівня адаптованості, оцінювалися за порядковою п'ятибальною шкалою.

За допомогою методу контент-аналізу адаптаційних настановлень було виділено дві групи настановлень за ознакою ступеня типовості й спрямованості відповідей:

– *генералізовані настановлення* включали теми, що пронизували більшість речень та блоків опитувальника (наприклад, оцінка ситуації в більшості визначень як “тяжка”, “нестабільна”, “загрозлива”, “катастрофічна”; особистісні відчуття “невпевненості”, “нестабільності”, “безперспективності”, “складності працевлаштування”, “влади грошей”);

– *поширені настановлення* (“усі стали злими, недобрими”, “кожний сам за себе”, “всі гоняться за грошима”, “люди дурні”).

Такого типу оцінні явища Лактіонов назвав “загальним негативним зсувом”.

З блоків настановленнєвої адаптації до показників кількісного аналізу ми включили низку блоків, що вираховувалися за чотири(п'яти-)бальною системою:

– *цілі адаптації* (речення, що відтворювали впевненість, успіх, здатність відповідати на запити життя, зростання рівня домагань);

- ставлення до роботи;
- *перешкоди адаптації* (“я боюсь”, “я не зможу”, “мені заважають”, “я не розумію”, “не впевнена”, “мені важко”);
- *соціальні ставлення* двох спрямувань: ставлення позитивні, “добрі”, “нормальні”; ставлення вибіркові, “рефлексивні” (“різні”, “дивлячись до кого”, “ще треба працювати над покращенням”).
- *актуальні цінності* як орієнтація на зовнішні чинники (сім’я, діти, задоволення життям) і орієнтація перш за все на себе (“Я є”, “усе так, як я зроблю”, “усе залежить від мене”) як цінності самореалізації, самодостатності, інтернальності.

За результатами визначення індивідуальних показників передбачалося виокремлення двох груп досліджуваних:

добре адаптованих – з високими показниками задоволення потреб, мотивації досягнення, належним рівнем домагань, успішністю; для них характерні постановка цілей, формування програм їх досягнення за рахунок рефлексії, активності, опори на внутрішні ресурси;

недостатньо адаптованих чи неадаптованих, яким притаманні пасивність, екстернальність, слабка усвідомлюваність ситуації і свого місця в ній, негативне ставлення до подієвості трансформаційного суспільства.

Дані експериментального дослідження 62-х учнів було проаналізовано за допомогою статистичних методів контент-аналізу і кількісних варіантів аналізу (“Ward Method”) та непараметричного кореляційного аналізу за Спірменом, факторного і кластерного аналізу на базі програми SPSS.

Провідні тенденції постановки життєвих завдань молодшим юнацтвом. Індивідуальні показники опитуваних за методикою “ЖЗО” після статистичної обробки представлено інтерпретацією шкал та кількісним співвідношенням показників.

Шкала 1. Мотивація життєвих завдань (табл. 2.2):

1.1. Відображає мотиви бажань: “Хочу мати” (“Wants”) гроші, речі, комфорт, задоволення як рівень потреби в матеріально-побутовому та емоційному планах життя.

1.2. Мотиви “Хочу бути” відтворюють амбіції (“Ambitions”), рівень домагань, спрямованих на досягнення успіху, престижу, влади, визнання.

1.3. Відтворює мотиви “Бути – брати” у сфері самоконститування (“Development aspirations”) як вияву честолюбних, шанобливих спрямувань в особистісному саморозвитку та самовдосконаленні.

1.4. Мотив “Бути – давати” (“Creative aspirations”) як спрямованість творчості особистості на вибір шляхів свого життєствердження з погляду постановки завдань переважно для себе чи для інших, спільноти.

Середній бал – 5,2. Високий рівень креативності показали 12,5% опитаних старшокласників, середній – 62,5, низький – 22%.

Таблиця 2.2

Індивідуальні рівні мотивації життєвих завдань старшокласників

Шкала 1. Мотиви життєвих завдань	Рівні мотивації (у %)			Середній бал за шкалою
	високий	середній	низький	
“Хочу мати” (“Wants”)	26	46	28	4,21
“Хочу бути” (“Ambitions”)	18	57	25	5,06
“Бути – брати” (“Development aspirations”)	41	48	11	7,03
“Бути – давати” (“Creative aspirations”)	13	63	24	5,2

Представлені дані показують, що у старшокласників досить виразно домінує мотивація соціальних домагань на рівні “Бути – брати” (“Development aspirations”), тоді як напруженість інших мотивів невисока і майже врівноважена в діапазоні індивідуальних відмінностей.

1.5. Локалізація життєвих завдань як вибіркова мотиваційна орієнтованість на певні першочергові сфери життєдіяльності за А. Адлером (сім’я, навчання – праця, здоров’я, друзі).

Статистично ця підшкала включає чотири сфери постановки життєвих завдань, які категоризуються на три групи за балами: 0 балів – сфера мотивації не сформована, 3–5 балів – сфера значуща.

Ці сфери у старшокласників представлені таким чином (табл. 2.3):

– у сфері мотивації постановки завдань “Сім’я” (“Family”) середній бал становив 2,02; значущий рівень мотивації показали 39% учнів, наявність мотиву – 17, не було мотиву у сфері “сім’я” у 42,2% опитаних;

– у сфері мотивації “Навчання – праця” (“Study – work”) середній бал – 3,53; значущий рівень локалізації мотиву в цій сфері виявили 62,5% старшокласників, наявність мотиву – 28, несформованість мотиву постановки завдань щодо навчання – праці – 9,4%;

– у сфері мотивації “Здоров’я” (“Health”) середній бал індивідуальних відмінностей – 4,09, значущий рівень локалізації мотиву “здоров’я” у 82% учнів, наявний цей мотив у 17,2, а несформований – в 1,6%;

– у сфері “Друзі” (“Friends”) середній бал індивідуальних відмінностей – 2,22; рівень значущості міжособистісних стосунків у 41% учнів, наявний мотив – у 26, не сформований такий мотив – у 33%.

Таблиця 2.3

**Категоризація старшокласників за рівнем мотивації
у сферах життєвих завдань**

Сфери життєвих завдань	Рівень мотивації (у%)			Середній бал за сферою
	високий	середній	низький	
Сім’я	39,0	17,0	42,2	2,02
Навчання – праця	62,5	28,0	9,4	3,53
Здоров’я	82,0	17,2	1,6	4,09
Друзі	41,0	26,0	33,0	2,22

Із табл. 2.3 видно, що молодші старшокласники найбільшою мірою мотивовані на постановку життєвих завдань у сфері здоров’я і навчання – праці. Остання сфера завдань зрозуміла, оскільки старшокласники стоять на порозі життєвого вибору професійного шляху; що ж до такої актуальності збереження здоров’я для молоді,

то, можливо, це спричиняється реальним хворобливим станом і високою ситуативною тривогою та стурбованістю щодо його збереження.

Шкала 2. Структурованість часу (“Time structure”) життя як ставлення до його плинності і відповідного планування.

2.1. Середній показник структурованості часу життя у старшокласників становить 5,3; виразна мотивація структурування часу життя – у 26% учнів, середня – у 52, слабка і зовсім не сформована – у 22% опитаних.

2.2. Середній показник віддаленості часу (“Future attitude”) як максимально віддалена перспектива планування життєвого шляху – 5, 3 року; найбільша віддаленість планування в часі – у 64% старшокласників, середня – у 28, планують на ближній, поточний час – 7,8%.

Шкала 3. Ставлення до майбутнього як сформованість настановлень чітко виявлене у 64% дітей, середньою мірою – у 28 і слабо – у 7,8% учнів.

Шкала 4. Суб’єктна активність (“Agency”) має середній бал індивідуальних відмінностей 7,03; до групи з виразною суб’єктною активністю увійшло 50% учнів, із середньою – 37,5, зі слабкою – 9,4%.

Шкала 5. Операційні характеристики постановки життєвих завдань.

5.1. Стратегія (“Strategy”) розкриває бачення шляхів постановки життєвих завдань за різних ситуативних та внутрішніх умов.

5.2. Стійкість (“Life strength”) як вияв особистісної життєстійкості на шляху цільового самоствердження, здатність протистояти труднощам і долати перешкоди.

5.3. Цілісність життя (“Life wholeness”) як вияв гармонійності постановки життєвих завдань із життєвими планами та запитам особистості.

5.4. Гнучкість (“Flexibility”) як вияв психологічної адаптації до змінних ситуативних умов пристосування в постановці життєвих завдань.

5.5. Активність – виснажливність (“Activity”) як міра енергійності, витривалості в досягненні цілей.

Індивідуальні показники за шкалами 2–5 були обраховані та згруповані за рівнем вираженості (табл. 2.4).

Таблиця 2.4

Індивідуальні відмінності в показниках операціоналізації постановки життєвих завдань старшокласниками

Шкали	Властивості	Рівні (у %)			Середнє значення
		Висока вираженість	Середня вираженість	Слабка вираженість або невираженість	
2	Структурованість часу ("Time structure")				
2.1	Структурованість часу	26	52	22	5,3
2.2	Віддаленість часу	64	28	8	5,3
3	Ставлення до майбутнього ("Future attitude")	64	28	8	5,3
4	Суб'єктна активність ("Agency")	53	37	10	7,03
5	Операційні характеристики постановки життєвих завдань				
5.1	Стратегія ("Strategy")	29	55	16	7,52
5.2	Стійкість ("Life strength")	28	55	17	6,13
5.3	Цілісність життя ("Life wholeness")	32	30	38	5,9
5.4	Гнучкість ("Flexibility")	12	67	21	4,76
5.5	Активність–виснажливність ("Activity")	52	40	7,0	4,76

Середні значення шкал досліджуваних властивостей представлено у графічному вигляді профілем, що відтворює домінантні особливості постановки життєвих завдань старшокласниками (рис. 2.12).

Тип профілю можна назвати поляризованим.

Верхівки шкал розміщені на трьох рівнях значущості (високому, середньому та низькому) з більшою наповненістю верхнього, високого рівня, що може бути виявом напруженості різних сфер

мотивації. Це комплекс показників, які ми ранжуємо на верхньому рівні в міру їх зменшення: найбільш акцентована шкала мотивації планування майбутнього (FA); далі йдуть шкали соціальної активності (Ac); суб'єктної активності (Ag); здоров'я (H); самоконститування (D); життєвої стійкості (LS); життєвої цілісності (LW); навчання – праці (SW). На середньому рівні зафіксовані менш актуальні для старшокласників сфери стратегії досягнення (S), структурування часу постановки завдань, соціальні амбіції. На нижчий рівень профілю потрапили показники гнучкості (FL), сфери ближнього спілкування (друзі, родина – F), творчі домагання (C), побутові запити, “Хочу мати” (W).

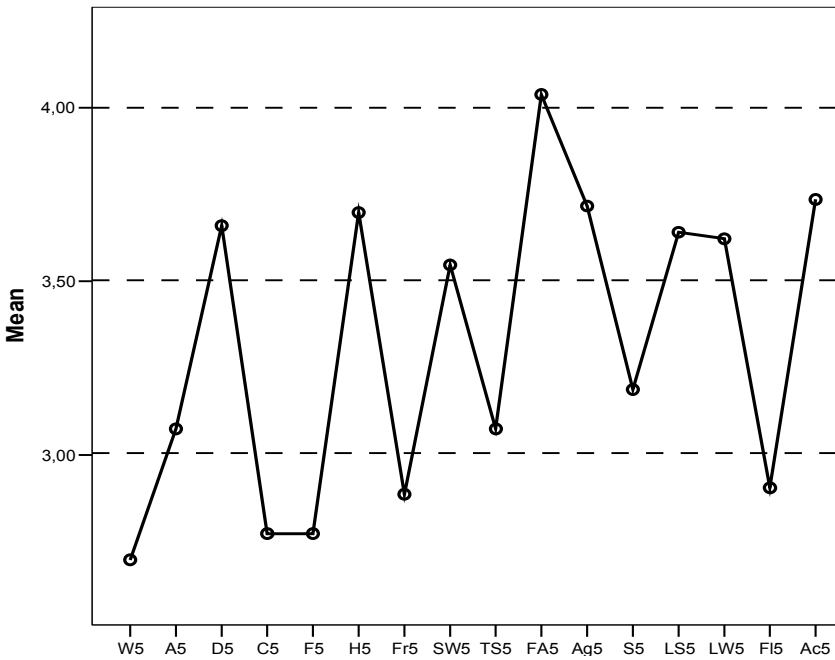


Рис. 2.12. Соціально-психологічні відмінності розвитку мотивації та операціоналізації завдань у різних сферах життєдіяльності старшокласників

Отже, психологічний аналіз профілю напруженості мотивації життєвих завдань дає змогу виробити узагальнену характеристику

особливостей постановки життєвих завдань старшокласниками. Можна сказати, що для юнацтва найбільш актуальною є мотивація прогнозування майбутнього, механізмами наближення якого молодь вважає особистісну соціальну активність, суб'єктну активність як вияв самоствердження в житті, збереження здоров'я як потенціалу успішності та ефективності і, що важливо, розуміння цінності особистісного самоствердження в аспекті самоконституювання задля укріплення життєвої стійкості та життєвої цілісності; висока, але менш напружена мотивація завдань сфери “навчання – праця” як таких, що вже більш-менш конкретизовані, визначені.

Можна вести мову про певну невизначеність життєвих планів старшокласників та, відповідно, відносну конкретність їхніх життєвих завдань, що відтворюється у досить середньому рівні амбіцій, структурування часу життя і стратегій досягнення життєвих завдань. Це підтверджують дані наших попередніх досліджень, завдяки яким вдалося скласти змістовну картину амбіційних бажань і рівня домагань старшокласників. Ці показники пов'язані передусім з вибором професії та престижного ВНЗ для одержання такої сучасної освіти, що гарантувала б солідне матеріальне та побутове забезпечення. Проте конкретності та обізнаності в цих життєвих запитах старшокласникам явно не вистачає. Усе це можна вважати наслідком недостатньо гармонійного функціонування і ще недостатньої особистісної зрілості для організації цілеспрямованої побудови життєвого шляху [Лепіхова, 2007а; 2007б].

На низькому рівні мотиваційної напруженості опинилися бажання (“Хочу мати”), творчі запити, проблеми стосунків у сім'ї батьків і побудови власної сім'ї, а також спілкування з дружнім оточенням. Можна припустити, що перелічені важливі з погляду будь-якої людини сфери життя для учнівської молоді слугують звичним життєвим середовищем, де юнаки і дівчата ще далеко не завжди виступають у ролі суб'єктів діяльності і значною мірою залежать від близького оточення, яке забезпечує їх певним рівнем життєвого комфорту і знімає мотиваційну напруженість.

На досить низькому рівні профілю стоїть показник гнучкості, або адаптивності (психофізичної, соціально-психологічної та соціальної). Низька адаптивність до швидкоплинних ситуацій, соціальних змін спричиняє психологічне відчуття дискомфорту, на поведінковому – знижує успішність діяльності, а на соціально-психоло-

гічному рівні – ускладнює міжособистісну взаємодію через нестачу дипломатичності. Стосовно постановки життєвих завдань можна сказати, що завдання саморозвитку в плані соціальної компетентності учнівська молодь ще майже не ставить – можливо, через недостатній життєвий досвід розуміння значущості цієї здатності для успішної взаємодії на всіх рівнях самоствердження. Домінантна спрямованість на майбутнє ще не спирається на конкретні відстрочені у часі життєві завдання, а усвідомлюється скоріше як бажання, короткострокові перспективні плани.

Як показують результати дослідження, психологічна готовність старшокласників до постановки головних життєвих завдань у цілому перебуває в стані вікового розвитку, що демонструє поляризований профіль параметрів мотивації і стратегій досягнення як індивідуальних відмінностей у розвитку особистісних властивостей зрілості та цілісності. Показовим можна вважати позитивний, оптимістичний набуток цього етапу життєздійснення юнацтва – це домінантна захопленість планами свого майбутнього і переважно свідоме інтернальне настановлення щодо його наближення на засадах ефективного самоконструювання.

Актуальні адаптаційні настановлення та їх взаємозв'язки із життєвими завданнями. *Якою є картина сучасного світу в оцінках молодшого юнацтва?* Запропоновані за проективною методикою частини речень відображали різні характерні риси перехідного періоду, а індивідуальні завершення їх виявляли особливості адаптаційних настановлень старшокласників. Якісний аналіз актуальних адаптаційних настановлень дав можливість скласти психологічні характеристики соціальної ситуації в позитивному і негативному сприйманні їх молоддю та показати відповідні відмінності в моделях поведінки, орієнтованої на планування майбутнього.

Соціально адаптована частина учнів (близько 16-20%) поточний час життя сприймає позитивно як час політиків, нових технологій і швидких змін, коли треба активно, цілеспрямовано, самостійно та вдумливо діяти. Деяке нерозуміння у юнаків і дівчат викликає висока швидкість змін у сучасному світі, що вимагає пристосування до нових соціальних умов. Прикметним видається також той факт, що політична діяльність в українському суспільстві чомусь набула особливої привабливості серед молоді.

У психологічному плані сучасне суспільство оцінюється як більш уважне та розумне, а соціальна ситуація в цілому у країні – як “складна”, “нормальна” і “цікава”. Вона створює нові можливості для особистісної ініціативи в перспективному життєвому плануванні майбутнього, у реалізації якого слід розраховувати лише на самого себе. Для того щоб відчувати себе комфортно та упевнено в трансформаційній ситуації, треба бути “стійкою, освіченою, розумною, упевненою в собі людиною”; “самовдосконалюватися, займати лідерські позиції”; “мати життєві принципи”; “добре заробляти чистим та чесним способом”; “планувати життя і майбутнє”; “добиватися цілей та успіхів”; “ризикувати”; “наполегливо працювати”.

Найбільш важливими життєвими завданнями адаптована молодь визнає навчання, сучасну освіту, сім’ю, кохання, щастя, добре оплачувану й улюблену роботу; серед пріоритетних цінностей юнаки і дівчата називають: “бути особистістю”, “знайти правильно свій шлях”, “мати життєві інтереси”, “матеріальну забезпеченість”, “збереження здоров’я”. Складовими життєвого успіху більшість молоді вважає гарну сучасну освіту, серйозну і відповідальну роботу, цілеспрямованість, наполегливість, самостійність, а показниками особистої успішності визнаються кар’єрне зростання, матеріальна забезпеченість, здорова і щаслива родина.

Амбіційна адаптована молодь усвідомлює, що для вирішення життєвих проблем та успішної самореалізації сучасна соціальна ситуація вимагає актуалізації таких соціально-психологічних рис особистості, як наполегливість у навчанні та праці, усебічне самовдосконалення в пізнавальному і моральному аспектах; упевненість у собі, відповідальність, зібраність, мобільність, вчинкова готовність, працелюбство та чималі зусилля для досягнення мети, особистісна енергійність, активність, пильність, гнучкість, чітка життєва мета, життєвий досвід, реалістичність. Це відобразилося у висловах: “потрібно вчитися”; “думати головою”; “бути реалістом”; “керуватися цінностями”; “мати гроші і сильний характер”; “працювати над собою і покладатися на себе”.

Що стосується соціально неадаптованої частини учнів, то їхні оцінки трансформаційного періоду життя в Україні дають підстави для роздумів щодо вибору шляхів успішного життєствердження. Так, особливо негативно більшість старшокласників

(понад 80%) характеризують поточну соціальну ситуацію – як таку, що створює значні труднощі, складності і загрозу життю та позитивному розвитку особистості; головною рушійною силою в суспільстві визнається влада грошей за браку цілей, безпорадності власних зусиль, невизначеності майбутнього як перспективного для успішної самореалізації та працевлаштування за професійними інтересами та фінансовим забезпеченням.

Негативна оцінка соціальної ситуації доповнюється такою ж негативною оцінкою соціально-психологічного стану суспільства, яке сприймається як “охоплене деградацією, з тупою і безпорадною політикою влади, із жорстоким і несправедливим ставленням до свого народу”; що ж до людей, то вони “бідні”, “егоїстичні”, “схильні до правопорушень і зловживання шкідливими звичками”, “нехтують своїм здоров’ям”, “нездатні реально оцінювати своє місце в новій соціальній ситуації” і “стикаються із труднощами працевлаштування” (близько 50% відповідей). Проективне речення “Наше суспільство на даний час” 90% старшокласників доповнили такими оцінками, як “нестабільність”, “заполітизованість”, “хабарництво”, “жорстокість”, “бездуховність”, “жадібність”, “безпорадність”. Привертає увагу і переважно вкрай негативна, різка характеристика ситуації в нашій країні – “тяжка”, “критична”, “кризова”, “дуже напружена”, “далі нікуди”, “іде на дно (з такою політикою і економікою)”. Часто вживаються такі емоційні підсилення, як “жах”, “украї”, “дуже”, що свідчить про болюче переживання молодшим юнацтвом соціальних негараздів сучасного українського суспільства.

Що ж до бачення шляхів підвищення рівня пристосованості до складних умов життєдіяльності, то частина неадаптованої молоді схиляється до прийняття таких неконструктивних самозахисних засобів, як “розслабитися”, “не паритись”, “не думати про майбутнє”, “мати багато грошей”, і ще: “у наш час важливо бути байдужим до нього”. Така ж душевна пасивність та безпорадність відбиваються на ставленні до життєвого успіху, який “залежить не стільки від самої людини, скільки від грошей”; “добувається тяжко”; “є рідкістю для звичайної людини”; “залежить від фортуни”. Сучасне життя потребує від людини “нахабства, грошей, терпіння та знайомств”.

Менша частина юнаків і дівчат прийнятним шляхом “вирішення своїх проблем сьогодні” визнають екстернальний тип поведінки в ситуації досягнення: “треба розслабитися, залишити проблеми на післязавтра”; “треба, щоб це зробив хтось інший”; “треба не створювати проблем”; “звернутися по допомогу”; “потрібні гроша, гроші та зв’язки”.

Отже, наведена картина сучасного світу у сприйнятті його молодшим юнацтвом засвідчує її вплив на стан умонастроїв і готовність до перспективного планування майбутнього. Незважаючи на те, що старшокласники реально занурені в особисто важливі проблеми закінчення шкільного навчання, вибору подальшої професійної освіти і ще дієво не залучені в політико-економічне життя країни, вони адекватно й критично визначають своє ставлення до соціальної ситуації в країні як до важливого зовнішнього чинника в процесі постановки своїх життєвих завдань.

Особливості інтеріоризації соціальної ситуації в поєднанні з внутрішніми індивідуальними особистісними відмінностями створюють передумови для формування різних рівнів адаптаційних настановлень соціально-психологічної поведінки учнівської молоді протягом трансформаційного періоду. Це виявилось у поділі опитаних старшокласників на дві групи – адаптованих і неадаптованих. При загострено критичному ставленні всіх опитаних старшокласників до негативних проявів перехідного періоду суспільної перебудови і душевному переживанні за те, що наразі відбувається і чим це може закінчитися в майбутньому, адаптовані знайшли підстави для оптимізму та опори на новачі перехідного часу, що створив сприятливі соціально-психологічні умови для розкриття особистісного потенціалу творчого життєздійснення, тоді як неадаптовані юнаки і дівчата опинилися в стані душевного сум’яття, песимізму щодо перспектив власного впливу на складну, обтяжливу соціальну ситуацію і знаходження свого місця в ній.

На підставі результатів дослідження складено соціально-психологічні портрети адаптованої і неадаптованої молоді перехідного періоду розвитку українського суспільства.

Для *адаптованої* групи молоді характерні вияви позитивних соціально-психологічних настановлень щодо ситуаційних змін та власних життєвих завдань. Життя сприймається як час швидких політико-економічних змін, що заохочують до активних, цілеспря-

мованих, самостійних і вдумливих дій; соціальна ситуація оцінюється як нормальна, складна і цікава; завдання адаптації стимулюють до розвитку впевненості в собі, стійкості, освіченості та мудрості, самовдосконалення, лідерства, здатності до ризику та чесних пристойних заробітків. Актуальними життєвими завданнями і цінностями визнаються освіта, сім'я, робота, любов, щастя, життєвий успіх як результат особистої відповідальності та активності. Щодо оцінки майбутнього, то вона неоднозначна, сповнена тривоги за долю суспільства, мирне життя, екологію Землі й збереження життєстійкості, добробуту і здоров'я особистості. Тож більшість учнів на запити сучасного життя висувають перш за все конструктивні вимоги до себе у формі особистісного зростання, усебічного самовдосконалення, відповідальності, цільової соціальної активності, набуття впевненості, життєвого досвіду як складових успішної самореалізації.

Неадаптована молодь демонструє негативне сприйняття нових соціальних реалій як таких, що роблять життя важким, складним, загрозливим для самореалізації, працевлаштування й життєвого комфорту, вбачаючи причину цього в пануванні культу грошей, безсиллі та безпорадності владних структур. Суспільство характеризується як жорстке, несправедливе, жадібне і кримінальне; а народ – як егоїстичний, бідний і хворий, із шкідливими звичками. У суспільстві панують заполітизованість, хабарництво, жорстокість та бездуховність. Соціальна ситуація тяжка, критична, дуже напружена. Оптимальними станами для збереження особистості визнаються безтурботність, безвідповідальність, розслабленість та байдужість щодо ймовірності свого життєвого успіху та щастя. Неконструктивність адаптаційних настановлень відображається в екстернальному (незалежному від особистості) типі вимог до себе, коли шляхом до успіху людина вважає нахабство, гроші, знайомства, терпіння.

Серед чинників дезадаптації як перешкод на шляху до успішного самоздійснення молодшого юнацтва називаються різкі зміни сучасного світу з невідомими загрозливими наслідками для особистого, соціального та планетарного життя, тобто чинник страху та невпевненості за майбутнє. До речі, таке відчуття переживає переважна більшість учнів.

Страх за особисте і загальне майбутнє має генералізований характер щодо різних аспектів життя молоді, яка побоюється, що теперішні зміни в країні можуть спровокувати якесь велике лихо, змінити обставини і особистість на гірше, зруйнувати плани на майбутнє, призвести до громадянської війни та економічної катастрофи. Лише поодинокі учні з цього приводу виявили безтурботність, прикриваючись фразами типу: “мені все одно”, “нікого і нічого не боюся – так краще жити”, “усе буде добре”.

Частковими чинниками перешкод на шляху до особистої самореалізації молодь визнає такі соціально-економічні зміни суспільства, що несуть загрозу надійності та успішності самостійного життєздійснення, і власні особистісні вади, пов’язані з індивідуальними властивостями, емоційно-ситуативними станами (лінощі, випробування, погані побутові умови, брак часу та ін.).

У цілому аналіз проєктивних речень показав, що в основі розвитку адаптованості-неадаптованості особистості до змін трансформаційного періоду суспільства проглядаються дві стратегії розв’язання життєвих завдань: інтернальна, що спонукає до зацікавленого самовключення в соціальну ситуацію і самовідповідальності за успішність розв’язання життєвих завдань; й екстернальна, що супроводжується поведінкою уникання особистої участі і дієвої активності в доланні проблем, перекладання їх на будь-кого іншого як вияв соціальної позиції стороннього спостерігача за перебігом подій власного життя.

Результати статистичного дослідження актуальних адаптаційних настановлень. Індивідуальні показники критеріїв адаптованості були піддані графічному аналізу (рис. 2.13).

Представлений графік переконливо демонструє поділ досліджуваних старшокласників на дві групи – адаптованих і неадаптованих юнаків та дівчат – за рівнем адаптаційних настановлень практично за всіма показниками. Верхня крива відображає динаміку актуальних настановлень адаптованої групи учнів. Їхніми домінантними настановленнями є усвідомленість і осмисленість життєвої ситуації та актуальних цінностей; значущими також виявилися активність, інтернальність та позитивне ставлення до референтного оточення. Далі йдуть цілепокладання та орієнтація на обрану кваліфіковану працю, що має принести успіх та задоволення. На ниж-

чому рівні перебувають показники настановлення на оцінювання соціальних подій перехідного періоду і створюваних ним перешкод на шляху самореалізації. Нижня крива відтворює стан актуальних настановлень у неадаптованих юнаків і дівчат. Графік свідчить про суттєво нижчий рівень напруженості настановлень та інший тип їх співвідношення порівняно з першою групою.

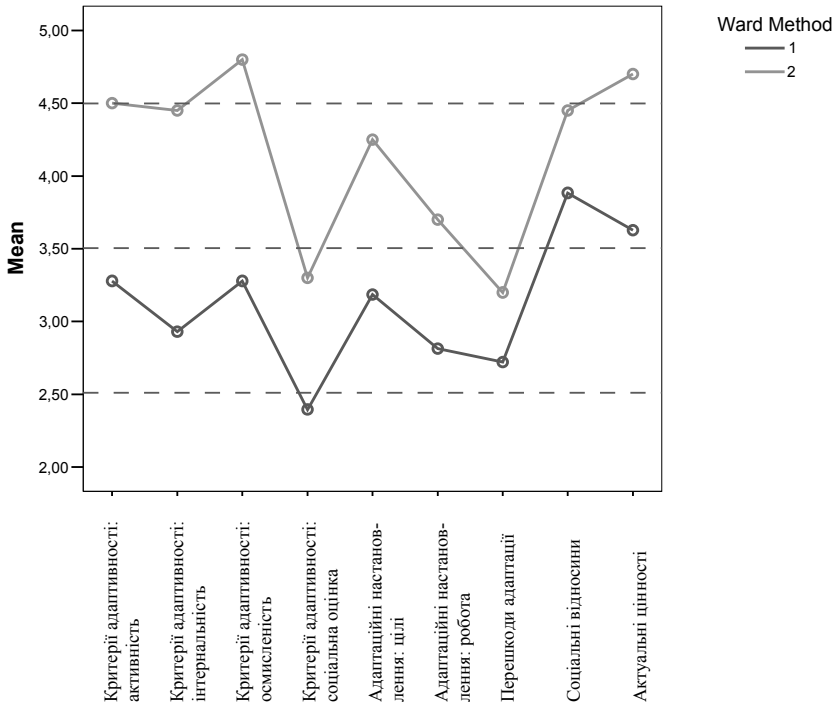


Рис. 2.13. Зіставлення індивідуальних показників рівня адаптованості старшокласників за методикою “Актуальні адаптаційні настановлення”

Домінантними настановленнями є соціально-психологічні стосунки з близьким оточенням, сім’єю, друзями, які слугують життєвою підтримкою і опорою; далі йдуть настановлення щодо актуальних цінностей (спокою, матеріального забезпечення, побутового добробуту, отримання роботи). На значно нижчому рівні перебува-

ють настановлення на вияв активності, усвідомлення та осмислення життєвих подій та особистісних цілей. Наставлення на інтернальність стоїть помітно нижче за настановлення на активність і усвідомлення ситуації, що свідчить про вияв екстернальності. Це підтверджує дослідження за допомогою якісного аналізу отриманих матеріалів, де чимало оцінок особистої безпорадності, залежності від життєвих перепон, пасивного і негативного ставлення до соціального світу. Ще нижчі позиції посідають настановлення на впевненість в отриманні пристойної роботи та настановлення на пасивність у долатті перешкод, які викликають стан, близький до фрустрації. На найнижчому рівні – оцінки соціального, політичного та економічного стану країни перехідного періоду як “загального негативного зсуву”. Можна припустити, що саме така розпачлива оцінка життєвої ситуації провокує безпорадність, беззахисність та пасивність у структурі інших адаптаційних настановлень.

Доцільно відтак порівняти настановлення щодо соціальної оцінки і ставлення до перешкод в обох групах досліджуваних, які однаково негативно і дуже критично поставилися до умов сучасного життя своїх співгромадян. Нижчий рівень на графіку настановлень щодо соціуму можна зрозуміти як фіксацію негативу у свідомості без чинника дієвості, усвідомлення своєї неспроможності хоч щось змінити у світі. Хоча в групі адаптованих негативні оцінки більш м’які, не такі категоричні і поєднуються з визнанням позитивних змін у суспільстві, які відкривають додаткові перспективи особистісного та професійного зростання, одержання цікавої і добре оплачуваної роботи, відкриття власного бізнесу.

Ставлення до соціальних негативів, перешкод у реалізації життєвих планів багато в чому збігається в групах адаптованих і неадапованих учнів, коли йдеться про оцінювання цих перешкод як небажаних ситуацій. Проте психологічні стани вони викликають у групах різні.

Для *адапованих* юнаків і дівчат соціальні перешкоди та складності не стають чинниками фрустрації у справі перспективного планування, адже в них активізовано соціально-психологічний механізм реалізації поставлених завдань (усвідомлений, зважений аналіз цілей та можливостей, активність, інтернальність, конструктивність і позитивність соціально-психологічних взаємозв’язків та впевненість у собі).

У групі *неадаптованих* старшокласників соціально-психологічні перешкоди суттєво впливають на формування песимістичного настрою та власновільної пасивності, психологічних настановлень на очікування всебічної підтримки й допомоги з боку близького оточення (сім'ї, друзів) і заступницьких, протекціоністських дій з боку поблажливих владних знайомих. Тому самостійна постановка життєвих завдань, які б відповідали нахилам, інтересам та пізнавальним можливостям суб'єкта діяльності, заміщується сторонніми порадами та протекціоністськими можливостями, або ж його життя “пливе за течією”.

Додатково було виконано кластерний аналіз для виділення груп з різним рівнем адаптованості. Отримані індивідуальні дані було стандартизовано за рівнями адаптаційних настановлень, трансформовано у Z-бали та піддано кластеризації за методом Уорда (Ward Method). На основі цієї процедури вдалося виокремити два кластери з приблизно однаковою кількістю досліджених, які різняться за рівнем сформованості адаптаційних настановлень, а саме групу адаптованих до ситуацій перехідного періоду старшокласників і, відповідно, групу неадаптованих, чим підтверджено інтерпретацію попередніх профілів адаптованості.

У цілому одержані результати описового та статистичного аналізу проєктивної методики “Актуальні адаптаційні настановлення” дали демонстративну картину розшарування молодшого юнацтва (14–17 років) на тих, хто в складних, невизначених умовах трансформаційного періоду зміг гнучко пристосуватися до нових вимог, викликів, запитів, до нових форм функціонування й створити дієві оптимістичні настановлення на успішне життєздійснення; і на тих, хто через різні причини та життєві обставини не зміг адаптуватися до нового світу. Можна припустити, що адаптована частина нового покоління стане дієвою, ініціативною силою суспільства, здатною очолити його інноваційні запити. Група неадаптованих складе в певному діапазоні індивідуальних відмінностей пасивну частину суспільства, його “критичну масу”, яка теж із часом прилаштується до життя й самореалізується на доступному їй рівні.

Далі статистичному аналізу було піддано взаємозв'язки параметрів життєвих завдань за методикою “ЖЗО” та кількісних показників актуальних адаптаційних настановлень (табл. 2.5).

Таблиця 2.5

Результати кореляційного аналізу взаємозв'язків параметрів життєвих завдань та актуальних адаптаційних настановлень старшокласників

	Сфери				Структурованість часу	Ставлення до майбутнього	Суб'єктивна активність	Стратегізованість	Життєстійкість	Цілісність життя	Гнучкість	Активність
	Сім'я	Навчання і робота	Здоров'я	Друзі								
Активність	0,045	-0,024	0,029	-0,012	0,128	0,343**	-0,011	0,166	0,169	0,263*	-0,096	0,241
Інтернальність	0,000	-0,082	-0,077	-0,206	0,090	0,381**	0,182	0,089	0,207	0,280*	-0,147	0,347**
Осмисленість	0,022	0,018	-0,134	-0,062	0,079	0,383**	0,212	0,006	0,247	0,218	-0,087	0,356**
Соціальна оцінка	0,034	-0,074	0,026	-0,137	0,116	0,095	0,162	-0,057	-0,053	0,261*	-0,249	0,077
Цілі	0,069	0,183	0,175	-0,061	-0,025	0,254*	0,064	0,121	0,081	0,132	-0,167	0,151
Робота	0,142	0,049	-0,101	0,041	-0,038	0,279*	0,068	-0,008	0,122	-0,030	0,094	0,153
Перешкоди адаптації	-0,167	0,009	-0,162	-0,095	-0,083	0,116	0,167	0,012	0,042	0,151	-0,015	0,027
Соціальні відносини	0,220	0,025	0,009	-0,055	-0,033	0,128	0,013	-0,030	0,022	0,031	0,112	0,275*
Актуальні цінності (настановлення)	0,093	0,090	-0,043	0,100	-0,057	0,145	0,087	-0,027	0,034	0,206	-0,070	0,126
Особистісний потенціал	0,006	0,059	-0,114	0,016	0,034	0,251*	0,128	0,103	0,103	0,200	-0,120	0,228

Примітка: * $p < 0,05$; ** $p < 0,01$.

Результати непараметричного кореляційного аналізу за Спірменом показали взаємозв'язки параметрів постановки життєвих завдань з актуальними адаптаційними настановленнями. Зокрема, взаємозв'язок на статистичному рівні ($p \leq 0,01$; $p \leq 0,05$) виявлено з показниками *ставлення до майбутнього, цілісність життя та активність*.

Доказові кореляції констатовано з показником *ставлення до майбутнього* і критеріями адаптивності: активністю (0,343; $p \leq 0,01$), інтернальністю (0,381; $p \leq 0,01$). Це означає, що найбільш вагомим соціально-психологічним механізмом досягнення бажаного майбутнього юнаки і дівчата визнають власний особистісний потенціал упевненості і самодостатності, дієвості та правильності рішень, яким надають найбільшого значення.

Наступні кореляційні зв'язки логічно пов'язані зі спрямованістю на майбутнє, а саме із цілеспрямуванням (0,254; $p \leq 0,05$), отриманням бажаної роботи (0,279; $p \leq 0,05$); настановленне адаптація на роботу більш значуще пов'язана з майбутніми планами, конкретизує їх. До цієї ж групи належить і коефіцієнт кореляції особистісного потенціалу як сумарних внутрішніх можливостей досягнення майбутнього (0,251; $p \leq 0,05$).

Наступні за значущістю зв'язки із групи показників постановки життєвих завдань виявив параметр *активність*. Встановлено надійні коефіцієнти його кореляцій із двома критеріями адаптивності: інтернальністю (0,347; $p \leq 0,01$) та осмисленістю (0,350; $p \leq 0,01$) і позитивним соціально-психологічним ставленням до оточення (0,275; $p \leq 0,05$).

Третім показником, що впливає на постановку життєвих завдань, став показник *цілісності життя*. Цей параметр виявив кореляційний зв'язок із такими критеріями адаптивності, як *активність* (0,263; $p \leq 0,05$), *інтернальність* (0,280; $p \leq 0,05$) та *оцінка соціальної ситуації* (0,261; $p \leq 0,05$).

Дані кореляційного аналізу були поглиблені шляхом факторизації для виокремлення змістових груп досліджуваних параметрів. Було застосовано Principal Component Analysis з методами виокремлення та ротації факторів. Побудовано структурну матрицю з обертанням факторів (табл. 2.6).

Таблиця 2.6

**Екстрагування факторної ваги досліджуваних параметрів
у загальному діагностичному комплексі**

	Initial	Extraction
<i>Критерії адаптивності: Активність</i>	1,000	0,739
<i>Критерії адаптивності: Інтернальність</i>	1,000	0,841
<i>Критерії адаптивності: Осмисленість</i>	1,000	0,744
<i>Критерії адаптивності: Соціальна оцінка</i>	1,000	0,636
<i>Блоки настановленнєвої адаптації: Цілі</i>	1,000	0,700
Актуальні цінності (настановлення)	1,000	0,650
Соціальна активність	1,000	0,375
Генералізовані настановлення	1,000	0,502
Особистісно орієнтовані настановлення	1,000	0,541
<i>Мотивація: Добробут і комфорт</i>	1,000	0,211
<i>Мотивація: Розвиток</i>	1,000	0,489
<i>Сфери: Навчання і робота</i>	1,000	0,263
<i>Сфери: Здоров'я</i>	1,000	0,194
<i>Сфери: Друзі</i>	1,000	0,281
Ставлення до майбутнього	1,000	0,691
Активність	1,000	0,671

Ранжування факторних навантажень кожного параметра в загальному діагностичному комплексі набуває вигляду такої послідовності значень факторної ваги: інтернальність (0,841), осмисленість (0,744), активність (0,739); цілі (0,7); спрямованість у майбутнє (0,691), активність у життєвих завданнях (0,671); актуальні цінності (0,65), оцінка соціальної ситуації (0,636), особистісно орієнтовані настановлення (0,541), генералізовані настановлення (0,502), мотивація розвитку (0,489), соціально-психологічна активність (0,375); життєві завдання: друзі (0,281), навчання – робота (0,263), мотивація добробуту і комфорту (0,211), здоров'я (0,194).

Застосована форма аналізу підтверджує та уточнює попередні висновки про першорядність особистісної тріади (інтернальність, осмисленість, активність) у цілеспрямованості на облаштування майбутнього життя. У цьому розкладі вагома негативна оцінка соціальної ситуації (0,636) підтверджується генералізованими (0,502) та особистісно орієнтованими (0,541) настановами. Отже, не можна нехтувати “загальним негативним зсувом”, який певною мірою впливає на потреби і мотиви життєдіяльності, про що свідчать більш низькі факторні навантаження мотивацій розвитку, комфорту, добробуту, здоров’я, спілкування.

У ході компонентного аналізу було виділено головні симптомокомплекси (табл. 2.7).

Таблиця 2.7

Структурна матриця компонентного аналізу після ротації

	Component		
	1	2	3
<i>Критерії адаптивності: Інтернальність</i>	0,857	-	0,439
<i>Критерії адаптивності: Активність</i>	0,857	-	0,312
<i>Критерії адаптивності: Осмисленість</i>	0,813	-	0,507
<i>Блоки настановленневої адаптації: Цілі</i>	0,811	-	-
<i>Критерії адаптивності: Соціальна оцінка</i>	0,780	-	-
Актуальні цінності (настановлення)	0,773	-	-
Особистісно орієнтовані настановлення	0,687	-	0,378
Генералізовані настановлення	-0,612	-0,350	-
<i>Мотивація: Розвиток</i>	-	0,685	-
Соціальна активність	-	0,588	-
<i>Сфери: Друзі</i>	-	0,516	-
<i>Сфери: Навчання і робота</i>	-	0,482	-
<i>Сфери: Здоров’я</i>	-	0,437	-
Ставлення до майбутнього	0,328	-	0,827
Активність	-	-	0,815
<i>Мотивація: Добробут і комфорт</i>	-	-	-0,387

Як бачимо, структуру матриці компонентного аналізу на достовірному рівні утворюють три компоненти. Перша, найбільш вагома за факторними навантаженнями компонента, – “Актуальні адаптаційні настановлення”, до якої включено фактор “ставлення до майбутнього” як життєвого завдання. Друга компонента містить 5 факторів постановки життєвих завдань та негативні генералізовані настановлення “Життєві завдання перехідного часу”. Третя охоплює критерії адаптивності, ставлення до майбутнього (з найбільш високою вагою) і активності; особистісно орієнтовані настановлення, мотивацію добробуту і комфорту, активне наближення майбутнього.

Після ротації факторів структура матриці майже не змінилася, якщо не брати до уваги випадіння з неї деяких факторів та певну зміну їх співвідношення. З першої компоненти, наприклад, випав фактор “Ставлення до майбутнього”, а в третій компоненті фактор “Активність” набув найбільшої ваги (0,842) і разом із фактором “Ставлення до майбутнього” (0,798) “очолив” компоненту. Те, що поряд з ними розмістився фактор мотивації добробуту і комфорту (-0,342), можна інтерпретувати так: що активнішою є спрямованість у майбутнє, то як менш значущий сприймається побутовий добробут.

Таким чином, статистичний аналіз взаємозв’язків між параметрами життєвих завдань і актуальних адаптаційних настановлень показав, що успішна життєва самореалізація можлива за умови осмисленості своїх життєвих планів та раціональної спрямованості на організацію майбутнього. У соціально-психологічному механізмі досягнення цілей провідну роль відіграють активність, інтернальність та осмисленість актуалізованих адаптаційних настановлень.

Вияв соціально-психологічних властивостей особистості в постановці життєвих завдань. Постановка життєвих завдань в умовах трансформаційного періоду залежить від загального рівня поінформованості щодо усвідомлення важливості своєчасної постановки життєвих завдань відповідно до своїх психологічних потенцій (рівня пізнавальних можливостей, здібностей, інтересів, соціальної активності, уміння досягати цілей тощо); адаптованості до навколишнього світу як ступеня його прийняття та адекватного

реагування на зовнішні виклики. За всім цим стоять індивідуальні відмінності поведінки суб'єктів діяльності, і саме ці відмінності суттєво впливають на всі форми життєвиявлення (озадачування, програмування, самореалізацію). Щоб конкретно підтвердити такі взаємовпливи, ми піддали інтеркореляційному аналізу індивідуальні показники життєвих завдань та особистісні соціально-психологічні властивості старшокласників (табл. 2.8).

За результатами аналізу встановлено, що показників інтеркореляцій небагато, проте вони вказують на провідні соціальні сфери впливу. Зокрема, саме у сфері “Сім'я” знаходять свій поведінковий вияв регуляторно-особистісні властивості в аспекті стилеутворювальних суб'єктивних рис особистості ($257 \leq 0,05$), як то вияви впевненості, наполегливості, волі та гнучкості-ригідності. Далі, у межах сім'ї з найбільшою повнотою відображається особистісний потенціал як сумарний вияв поведінкових властивостей юнацтва. Тож родинне оточення все ще залишається у старшокласників значущим з погляду психологічного комфорту і вільного самовияву. Можливо, у цей період під впливом батьків у юнаків і дівчат закладаються певні переконання щодо подальшої постановки життєвих завдань.

Іншою сферою взаємовпливів для старшокласників є “Друзі” ($r \leq 263$, $p \leq 0,05$) – як те оточення, в якому реалізується їхня соціальна активність, соціально-психологічна взаємодія, набувається досвід вирішення проблем, обговорюються життєві плани майбутнього як передумова постановки життєвих завдань.

Ще один взаємозв'язок виявлено між показником життєстійкості і стилеутворювальними суб'єктивними рисами (упевненість, наполегливість, гнучкість-ригідність) на рівні $r \leq 271$, $p \leq 0,05$. Цей результат свідчить про те, що життєстійкість у старшокласників ще не є актуалізованою рисою характеру, що мала б проявлятися в подоланні життєвих випробувань, від яких наразі юнаки і дівчата захищені родиною. Проте аналіз проєктивних відповідей виразно продемонстрував, що багато учнів незадоволені розвитком у собі саме стилеутворювальних рис характеру (у першу чергу впевненості, наполегливості, волі) та активності. У групі адаптованої молоді особистісні риси впевненості в собі, наполегливості та активності займають домінантні позиції в структурі характеру.

Таблиця 2.8

Результати кореляційного аналізу показників життєвих завдань та особистісних властивостей старшокласників

	Соціальний інтерес	Соціальна активність	Ефективність особистості	Регуляторно-операційні риси	Стилетвор. суб'єктивні риси	Екстра / Інтроверсія	Цінності (СПВО)	Особистісний потенціал (СПВО)
<i>Сфери:</i> Сім'я	0,072	0,094	0,092	0,186	0,257*	0,126	0,239	0,288*
<i>Сфери:</i> Навчання і робота	-0,0129	0,001	0,009	0,094	-0,0019	0,086	0,184	-0,0045
<i>Сфери:</i> Здоров'я	0,042	0,039	0,003	-0,0067	-0,0058	0,166	0,087	0,044
<i>Сфери:</i> Друзі	-0,0063	0,263*	0,141	-0,0033	-0,0065	-0,0001	-0,0055	0,058
Структурованість часу	-0,0110	0,062	-0,0068	-0,0125	0,066	0,037	0,065	-0,0038
Ставлення до майбутнього	0,109	-0,0002	-0,0175	0,024	0,040	0,067	-0,0067	0,008
Суб'єктна активність	0,106	-0,0050	-0,0069	-0,0008	0,072	0,044	-0,0140	-0,0048
Стратегізованість	-0,0188	-0,0055	0,047	0,056	0,158	-0,0164	-0,0166	-0,0034
Життєстійкість	0,043	0,105	-0,0132	0,061	-0,0271*	-0,0021	0,021	-0,0120
Цілісність життя	0,014	0,031	0,189	-0,0081	0,026	-0,0185	-0,0221	-0,0092
Гнучкість	-0,0097	-0,0243	-0,0074	-0,0061	0,079	-0,0225	0,244	-0,0045
Активність	0,023	0,041	-0,0219	-0,0160	-0,0025	-0,0096	0,083	-0,0131

Примітка: * $p < 0,050$.

Отже, акцент на формуванні стилеутворювальних суб'єктивних рис характеру стає одним із шляхів *оптимізації* постановки життєвих завдань через усвідомлену необхідність роботи із самоконституювання.

Наступним етапом кореляційного аналізу був пошук взаємозв'язків між симптомокомплексами особистісних властивостей і показниками актуальних адаптаційних настановлень (табл. 2.9). Як свідчать коефіцієнти кореляції, прямих взаємозв'язків між пошуковими показниками мало. Можна припустити, що це пояснюється різними рівнями точності у вимірюванні параметрів особистісних симптомокомплексів (стандартизовані методики) і результатів проєктивної методики завершення речень актуальних настановлень, переведення яких у цифрову систему потребувало складного декодування з певною мірою суб'єктивності.

Проте кілька взаємозв'язків можна проінтерпретувати. Зокрема, особистісна риса соціальної активності дала позитивну кореляцію з таким критерієм адаптивності, як оцінка соціальної ситуації ($r \leq 253$, $p \leq 0,05$). Тобто, що вища *соціальна активність* особистості, то краще вона адаптована до суспільних змін перехідного часу, то менш критично до них ставиться, а тому бачить для себе шляхи успішного життєздійснення.

Кореляційні зв'язки виявлено між показниками симптомокомплексу регуляторно-особистісних властивостей, а саме “операційними” особистісними рисами – *самостійністю*, *надійністю* та *особистісною* і *соціальною відповідальністю*, з одного боку, і критеріями адаптивності – активністю та оцінкою соціальної ситуації, з другого. Взаємозв'язок між активністю як критерієм адаптивності та операційними рисами особистості від'ємний ($r = -263$, $p \leq 0,05$). Це можна інтерпретувати так, що у старшокласників рівень спонтанної, або довільної, активності перевищує рівень розвитку в них таких рис характеру, як самостійність, надійність, особистісна та соціальна відповідальність. Якщо активність має індивідуальний природний потенціал, то операційні риси є продуктом самоконституювання завдяки життєвому досвіду. Виходить так, що всіх цих рис у шкільні роки старшокласники ще не набувають через певну захищеність та підтримку оточення, а також через те, що не беруть активну участь у долатті кризових та проблемних ситуацій.

Таблиця 2.9

**Результати взаємозв'язків особистісних властивостей з актуальними
адаптаційними настановами**

	Соці- альний інтерес	Соці- альна актив- ність	Ефек- тивність особис- тості	Регуля- торно- опера- ційні рисн	Стилеут- ворюва- льні суб'- ективні рисн	Екстра/ Інтро- версія	Цінності (СПВО)	Особис- тисний потенціал (СПВО)
Активність	0,015	0,132	0,079	-0,263*	-0,059	-0,049	-0,207	-0,064
Інтернальність	0,133	0,068	-0,034	-0,200	-0,101	-0,036	-0,144	-0,119
Осмисленість	0,121	0,109	-0,022	-0,115	-0,014	0,023	-0,147	-0,043
Соціальна оцін- ка	0,097	0,253*	0,206	-0,249*	-0,004	0,048	-0,164	0,000
Цілі	0,150	0,118	0,176	-0,071	0,062	-0,026	-0,115	0,101
Робота	0,041	0,076	0,104	-0,051	0,024	-0,013	-0,032	0,052
Перешкоди адаптації	0,075	-0,150	0,060	0,026	-0,086	-0,191	-0,241	-0,144
Соціальні відносини	0,062	-0,140	0,136	-0,180	-0,047	0,048	0,021	-0,030
Актуальні цін- ності (наста- новлення)	-0,081	-0,112	0,153	-0,093	0,031	0,000	-0,217	-0,110
Особистісний потенціал	0,008	0,044	0,137	-0,213	-0,003	-0,017	-0,211	-0,072

Примітка: * $p < 0,05$.

Від'ємний взаємозв'язок виявився також між критерієм адаптивності “оцінка соціальної ситуації” та операційними рисами “самотійність, надійність, відповідальність” ($r = -0,249$, $p \leq 0,05$). Це може означати, що чим більше в соціально-психологічній структурі особистості розвинуті регуляторно-операційні риси (самотійність, надійність, відповідальність), тим вищий у неї рівень адаптаційних настановлень і тим толерантніше її ставлення до соціальної ситуації з усіма можливими негативними проявами.

Можна вважати, що має місце тенденція взаємозв'язку параметрів “оцінки соціальної ситуації” з “ефективністю особистості” – самоповагою, самооцінкою, життєвою компетентністю ($r = 0,206$): що вищий рівень “ефективності особистості”, то більше можливостей адаптуватися до несприятливих умов соціуму і знайти для себе шляхи самореалізації.

Простежуються також тенденції до від'ємних значень, коли йдеться про взаємозв'язки параметра “особистісні цінності” з показниками адаптивності: “активність” ($r = -0,207$), “перешкоди адаптації” ($r = -0,241$), “актуальні цінності” ($r = -0,217$), “особистісний потенціал” ($r = -0,211$). Це наводить на думку, що під час суспільних трансформацій загальнолюдські особистісні цінності нерідко суперечать проявам активності, актуальним цінностям та нівелюються життєвими перешкодами, що в цілому негативно відбивається на актуалізації особистісного потенціалу.

Отже, на основі статистичного аналізу взаємозв'язків життєвих завдань та адаптаційних настановлень із симптомокомплексами особистісних властивостей доведено:

- для старшокласників провідними сферами життєвих взаємозв'язків слід визнати сім'ю та друзів;
- у родинному оточенні з найбільшою повнотою виявляються регуляторні стилеутворювальні риси особистості: упевненість, наполегливість, воля, гнучкість-ригідність, особистісний потенціал;
- у дружньому оточенні реалізуються соціально-психологічна взаємодія, активність, набувається досвід обговорення і вирішення проблем молоді та планів побудови майбутнього;
- життестійкість як риса характеру у старшокласників ще не знайшла поведінкового випробування, оскільки вони перебувають під захистом дорослого авторитетного оточення;

– упевненість, наполегливість, волю та активність юнаки і дівчата визнають за необхідні особистісні риси для успішного життєздійснення.

Адаптаційні настановлення “активність”, “оцінка соціальної ситуації” взаємопов’язані як із життєвими завданнями, так і з регуляторно-особистісними властивостями та ефективністю особистості.

2.7. Соціокультурні передумови формування життєвих завдань особистості

Темп життя сьогодні невпинно зростає. Підвищуються також і вимоги до особистісних характеристик сучасної людини. Завдання практичної психології – адекватно відповідати на виклику часу. Загальна тенденція сучасних психологічних технологій полягає в концентрації зусиль клієнтів на життєвих цілях, тобто на кінцевому результаті діяльності. Але швидкоплинність змін часто-густо робить ці цілі безглуздими чи недосяжними. Так, найновіший комп’ютер стає застарілим за 5-6 місяців. 11 вересня 2001 року в одну мить змінило уявлення світової спільноти про параметри безпеки. Тому все більшої актуальності набувають процеси самореалізації особистості, формування відповідних часові життєвих завдань.

Життєві завдання, на відміну від життєвих цілей, зосереджуються на *процесі діяльності* особистості й не прив’язані жорстко до результатів людської активності. Вони стосуються скоріше тактики життєдіяльності і слугують засобами реалізації життєвого смислу та життєвих цілей особистості. Однак більшість наших сучасників, формулюючи і реалізуючи життєві завдання, зазвичай не беруть до уваги сенс свого життя чи власні життєві цілі. Тож людині для ефективного самоздійснення слід у чомусь обмежувати себе, фокусуючи свою увагу на важливому [Роменець, 2007]. Проте для бага-

тєох наших сучасників навіть сама ідея самообмеження неприйнятна і така, що веде здебільшого до фрустрації.

Одним із головних чинників, що призводять до такого стану речей, є соціально-культурне середовище, яке функціонує найчастіше за принципом підміни понять: “говоримо – Ленін, розуміємо – Партія”. Тобто цінності, які декларуються (наприклад, свобода та рівність), підміняються насправді жорсткою залежністю особи від маніпулятивних технологій медіапростору. Якщо раніше людина могла якийсь час побути в тиші, на самоті, то тепер це практично неможливо. Телебачення, радіо, інтернет, мобільні телефони наповнюють життєвий простір людини неперервними інформаційними потоками. Тож людина постійно перебуває під інформаційним пресом і часто не має змоги навіть замислитися над тим, що і для чого вона робить. Через невпинне зростання темпів життя вона відчуває фізичну та емоційну втому, відтак їй доводиться переходити на “операційний” режим, тобто бездумно виконувати всі ті справи, які видаються на цей час обов’язковими. Культура споживацтва, що утверджується, увесь час підштовхує людей до купівлі непотрібних, а то й просто шкідливих речей. Оскільки більшість наших сучасників постійно перебувають у *пасивній позиції сприймання і споживання*, вони навіть не прагнуть іншого досвіду, вважаючи себе активними учасниками суспільного життя. Підлітки та молодь намагаються протестувати, відмовляючись від цінностей своїх батьків, але найчастіше саме вони і стають жертвами як “кока-коли”, так і продавців наркотиків. А втім, ініціатори такого роду виробництв також перебувають у стані звуженого усвідомлення: вони впевнені, що шкідливі наслідки прибуткового виробництва оминуть їхні власні родини, близьких та знайомих. Індивідуалізм західної цивілізації, на наш погляд, дійшов логічного абсурду – особи почуваються настільки окремішньо від світу, що не помічають, як кожен шкодить Землі, спільноті і, відповідно, собі. Вони переживають невиразні, неусвідомлені відчуття дисгармонії, проте останні лише зрідка можуть бути ідентифіковані та правильно інтерпретовані, бо відображають тенденції колективного несвідомого. Так, наприклад, К. Г. Юнг згадує, що перед Першою світовою війною у багатьох людей, та й у нього самого, почастишали видіння й сни, сповнені сильною тривоги, рік крові [Юнг, 1998]. Аналітики були тоді спантелечені масовістю таких явищ. І лише згодом, коли війна

в Європі перетворилася на реальність, стали зрозумілими витоки спостережених психічних феноменів.

Маніпулювання масовою свідомістю призводить до того, що люди, щодня отримуючи величезні об'єми інформації, не усвідомлюють, однак, що ж, власне, вони самі переживають і відчувають. На одному із психотерапевтичних сеансів моя клієнтка на запитання “Що у Вас завжди із собою, крім голови?” із жаром відповіла: “Звичайно ж, мобільний телефон!”. Отож наші сучасники перебувають наче в гіпнотичному трансі: живуть зовнішньою інформацією й рухаються в тих ритмах, які їм нав'язує популярна музика.

Приймаючи якісь рішення щодо власного життя, людина впевнена, що керується власними бажаннями, хоча насправді діє за тими кліше, які пропонує соціум. Пересічні люди вкрай рідко при цьому адресуються до третіх осіб: у нас немає такої традиції. Звичайно, є й ті, хто звертається по допомогу до різного роду консультантів (психотерапевтів, коучів, священників), проте найчастіше передумовою такого кроку стає особистісна криза.

Ініціація як форма створення життєвих завдань особистості. Сучасна наукова думка звертає увагу дослідників у першу чергу на вивчення внутрішнього світу особистості, на її неповторність та унікальність. Біогенетичні теорії та експериментальні методи дослідження, що спиралися на ньютонівсько-картезіанську систему, втрачають нині своє панівне становище як у практиці, так і в теорії психології. Як зазначає О. Г. Асмолов, “секрет будь-яких вічних проблем у науці полягає в способі їх постановки, обумовленому прийнятими в даній культурі нормами і настановленнями наукового мислення.... До таких вічних питань належить і проблема співвідношення біологічного і соціального в людині” [Асмолов, 2002, с. 24].

У просторі постмодерністської культури сьогодні формуються нові концепції та принципово змінюються розуміння й інтерпретація особистості як такої. Зокрема, останнім часом виокремився такий методичний підхід, як постнекласичний [Леонтьев Д. А., 2005]. Якщо раніше основні дослідження були пов'язані з пошуком закономірностей природного порядку, то тут важливими елементами виступають соціально-історичний та культурний контексти. Культурне середовище при цьому розглядається як система озна-

чування реальності, а особистість – як активний суб’єкт, автор власних каузальних схем та парадигм поведінки.

Засади цього розділу психології були сформульовані ще на початку ХХ століття Л. С. Виготським. На його думку, “культура – це не просто середовище, що ростить і живить особистість. Тут немає автоматизму. Культура – це й не рушійна сила, не детермінанта розвитку... Суб’єкт вільний прийняти або відкинути запрошення, виклик. Якщо він його приймає, то може відбутися акт, подія розвитку. Цим актом суб’єкт набуває власної форми, опановує її” [Виготський, 1996, с. 17].

Велику роль у розумінні місця і ролі культури в психічному житті людини відіграють кроскультурні дослідження, які допомагають виокремити універсальні моделі з-поміж локальних сценаріїв. Такі праці дають змогу виявити ті змінні, що впливали на розвиток особистості. Як зазначає М. Коул, “культурне опосередкування передбачає такі зміни в розвитку, що акумулюють діяльність попередніх поколінь у теперішньому часі як специфічну складову середовища. Ця форма розвитку так само передбачає особливу значущість соціального світу для розвитку людини, оскільки тільки інші люди можуть створювати спеціальні умови, необхідні для того, щоб цей розвиток відбувся” [Коул, 1997, с. 169].

Таким чином було визначено механізм фасилітації розвитку особистості, що підтримувався в певному суспільстві цілком адекватними традиціями. Протягом усього періоду формування особистості традиційне суспільство крок за кроком формувало в неї такі риси, що сприяли б її ефективній адаптації в даних соціально-природних умовах. Суттєві відмінності в системі виховання спостерігаються навіть в перші місяці життя особи [Еріксон, 1996а]. О. Г. Асмолов стверджує: “На відміну від організоцентричного бачення людини системно-історичне бачення допомагає відкрити закономірності розвитку і функціонування людини як елемента, що живе життям екосистеми” [Асмолов, 1996, с. 145].

Упродовж століть умови існування спільноти змінювалися загалом дуже повільно, тому мету всіх виховних заходів доросле покоління уявляло собі дуже чітко. Зрештою, протягом тривалого часу основним життєвим завданням людини було *фізичне виживання*, що потребувало від неї концентрації всіх зусиль. Отож слід було добре розраховувати свої здібності й ресурси.

Кожна культура, виходячи з необхідності виживання в певних умовах, “ліпить” особистість по-своєму, формуючи в першу чергу певні стереотипи мислення. Е. Фромм називає це явище соціально зумовленим фільтром [Фромм, 1992]. У ньому дослідник виділяє три аспекти. Зрозуміло, усвідомлення себе і світу так чи інакше відбувається за допомогою мови (перший аспект). Кожна мова має оригінальний набір слів, який і обумовлює можливості сприймання. Скажімо, якщо в англійській мові 26 часових форм дієслів, то в українській – усього 3. Відповідно, українець ніколи не зможе відчутти тих часових нюансів, які є природними для англійця. Таким чином, мова сприяє лише певному способу переживань, зумовлюючи відтак певне ставлення до життя. Другим аспектом фільтра є логіка, яка організовує мислення людей у даній культурі. Прикладом цього може слугувати аристотелівська і парадоксальна (діалектична) логіка. Перша заперечує існування суперечностей, друга, навпаки, постулює їх існування. У результаті амбівалентні почуття в першій системі просто неможливі. Третім аспектом фільтра, на думку Фромма, є соціальні табу. Людина не може усвідомлювати ті почуття, які не вписуються в загальноприйнятну систему. Ці речі просто витісняються у несвідомі простори, щоб людина могла бути адекватною своїй репрезентативній групі.

Переживання свого віку теж неоднакове у людей різних культур. Вікові етапи (age-grade) є стадіями життєвого циклу, які особливим чином виділяються і символізуються даною культурою. Їх досягнення забезпечує індивідові соціальний статус та ідентичність. Вікові класи (age-class) є віковими стратами населення, що займають особливе місце у віковій стратифікації цього суспільства в контексті певної культури. Вікові групи (age-group) як організації, засновані на спільності хронологічного чи то умовного віку членів, мають свою структуру, функції і знакові засоби. Усі ці характеристики вікової стратифікації (за П. Галлівером) обумовлюються символічним світом культури [Кон, 1992]. Перехід від одного вікового етапу до наступного здійснювався під керівництвом старших вікових груп згідно з традиціями даної культури. Звичайно, найважливішим завданням такого переходу було визначення майбутнього особистості, сфери активності на найближчий час.

Як же у традиційному суспільстві вирішували проблему формування життєвих завдань особистості? Як у традиційному варіанті виглядав процес побудови власного майбутнього?

Формою роботи над власним майбутнім була ініціація. Ініціація – це ритуал *переходу* особистості на більш високий рівень психологічного й соціального розвитку. У традиційних суспільствах ініціації займали чільне місце в житті людини і спільноти, крок за кроком супроводжуючи цикл розвитку особистості. До цього моменту особу часто не вважали за людину, її поведінка якось особливо не регламентувалася. Ритуал проводили наймудріші та найшановніші члени спільноти. Особливо важливим був перехід із статусу дитини у статус дорослого. Саме в підлітковому та юнацькому віці молоді люди найбільше прагнуть перейти з дитячого, несамостійного, наївного стану в стан дорослості, стати членами клану досвідчених, котрі добре орієнтуються в реаліях життя і можуть приймати виважені й відповідальні рішення, спираючись на свої знання, уміння, навички, реальні можливості та обмеження.

Метою підліткової ініціації було віднайдення *справжнього імені* людини – такого, що відображало б талант цієї особи (наприклад, “Орлине око”, “Влучна рука” і т. ін.). Ця начебто проста дія допомагала молодій людині постійно пам’ятати і розвивати власні здібності, з одного боку, а з другого – отримувати шану громади за найважливіший свій хист.

Архаїчні суспільства частково інтуїтивно, а здебільшого на ґрунті довголітніх спостережень побудували свої ритуали переходів так, щоб задати особистісному зростанню максимальний поштовх. За приклад створення особистого мікрокосмосу вони взяли генезис формування світу (в їхніх уявленнях). М. Еліаде виділяє такі особливості ініціації, характерні практично для всіх культур [Еліаде, 1996].

1. Таїнство завжди пов’язане з відділенням, відмежуванням від звичного середовища сім’ї та племені. Таким чином зовнішніми обставинами провокується перехід у змінений стан свідомості, вихід за рамки буденності. Як відомо, оточення глибоко впливає на самооцінку особистості й часто зміна середовища ламає наші застарілі уявлення про себе. Окрім того, людина має можливість побути на самоті, прислухатися до себе і зрозуміти себе.

2. Навчання і випробування найчастіше проводяться в хатині, котра символізує лоно матері. Це дає змогу витримати принцип алхімічної колби, про яку пише К. Г. Юнг, наголошуючи на необхідності періоду повної інтроверсії для визрівання в особистості нових структур. Завдяки освоєнню незнайомих їм досі видів діяльності особи могли відкрити для себе свої вроджені таланти та обмеження, силу волі, наполегливість, мужність чи, навпаки, слабкість і розгубленість.

3. Усі ініціації неодмінно містять символізм смерті, де смерть розглядається як обов'язкова сходинка до переродження. Тому люди часто несвідомо прагнуть покінчити із життям, сподіваючись, що новий початок дасть їм можливість жити більш досконало. Термінальні переживання в нашому сучасному світі вже досліджено та описано як детермінанту більш повної життєвої самореалізації, як засіб психотерапії.

4. Усі ініціації реалізують також символи народження, наприклад, даються нові імена, наносяться якісь знаки на тіло людини. Лише після другого, людського, культурного, релігійного народження особа вважається рівноправним учасником подій у суспільстві, здатною реалізовувати не лише свої забаганки, а й цілі, котрі ставляться спільнотою. Залишки цих архаїчних уявлень збереглися в християнстві у вигляді першого причастя, де також бачимо всі зазначені символи (наприклад, білий одяг).

Особи, які не пройшли ініціацію, не могли бути повноправними учасниками дорослого життя. Ті ж особи, що пройшли цей ритуал, отримували і нові права, і нові обов'язки. Зокрема, право на легалізацію сексуальності та укладання шлюбу. Ініціації проводилися для хлопців і дівчат окремо. Юнаки проходили ініціації в групі, де їхнім основним завданням найчастіше було оволодіння вмінням злагоджено співпрацювати з іншими у звичайній роботі, підкорятися наказам та правилам, стояти разом у бою. Дівчата, навпаки, проходили ритуал поодиноці, за індивідуальним ритмом – після менархе. Юнку, як правило, зачиняли в окремій хатині (кімнаті), де вона виконувала копітку, марудну, працемітку роботу. Навідували її лише старші жінки (мати не допускалася), які навчали дівчину, як бути жінкою в цій громаді. Вони передавали їй сексуальні ритуали, знання про вагітність та пологи, досвід догляду за дітьми. “Ініціація міняє її фундаментальне буття, адресуючись ско-

ріше до онтологічних, ніж ієрархічних проблем. Жінка стає... більш творчою, живою, онтологічно реальною. Структура жіночих ініціацій сприяє... збагаченню й збільшенню сили, здібностей і досвіду. Вони підкреслюють радше космічні, ніж соціально-структурні параметри буття,” – зауважує І. Кон [Кон, 1998, с. 208]. Ця перша й найважливіша ініціація займала кілька років і визначала життя людини в цілому до самого його кінця. Окремі ініціації були для тих, хто проявляв незвичайні здібності у сфері знахарства чи пророкування.

Зазвичай старійшини знайомили неофіта з його життєвими перспективами і діапазоном життєвих можливостей, у межах яких він міг обирати для себе життєві завдання. Хоча життєвий шлях людини в традиційному суспільстві цілком обумовлювався соціальними потребами й традиціями громади, однак і тут були можливі варіанти переходу за звичні рамки. Наприклад, якщо виражені таланти у важливій для громади справі (скажімо, полюванні) могли підвищити статус неофіта. Так само наймудріші члени суспільства звертали увагу на сни, видіння та почуття всіх учасників процесу ініціації й відповідно коригували соціальні функції особи.

Наша технічна цивілізація не забезпечує механізму такого вікового переходу, дистанціюючись від проблем юного покоління. Фактично, підлітки залишаються сам на сам у бурхливому потоці зовсім нових почуттів і переживань. Вони несвідомо так чи інакше шукають і знаходять для себе ситуації спонтанної ініціації, тому цей віковий період називають важким.

Як бачимо, ініціація слугувала тією формою, за допомогою якої людина могла – найперше – пізнати себе, свої здібності та обмеження і вже на їх основі формувати для себе життєві завдання, продовжуючи та збагачуючи традиції своїх предків. Відповідно, саме життя для людей в архаїчних суспільствах було сповнене смислу й цілісної, логічної щоденної самореалізації. Незважаючи на те, що проблемою номер один у таких спільнотах було і є фізичне виживання, рівень депресій, психопатологій, психосоматики і самовбивств у них незрівнянно нижчий, ніж у сучасних суспільствах західної цивілізації. Особи в таких громадах спокійні, зосереджені і набагато щасливіші.

Як зазначає Юнг, африканські племена (традиційні суспільства) вважають нас, білих людей, божевільними і дикими, такими,

що не розуміють насправді життя, бо ми, білі люди, завжди поспішаємо і не чуємо голосу Богів [Юнг, 1998]. Упродовж тривалого розвитку західною цивілізацією розгублено значну частину знань традицій, що були закодовані в ритуалах і народних звичаях. Ігнорування цього потужного пласту інформації призводить сьогодні до масштабних техногенних катастроф порядку, наприклад, Чорнобильської. Однак найбільші втрати пов'язані з *культурою особистісного життя*, умінням людини жити щасливо, у злагоді із собою і світом. Звичайно, ми неспроможні кардинально змінити соціальний простір, однак можемо “переконструювати” свої звички та відродити сімейні традиції. Зокрема, нам під силу збагатити свої вміння у сфері постановки життєвих завдань.

Наші сучасники, як із жалем зазначають дослідники, мало усвідомлюють свій зв'язок із минулим, культурною міфологією, сім'єю. Їм здається, що їхнє власне майбутнє залежить лише від суб'єктивних бажань та об'єктивних чинників. Однак навіть найпростіші емпіричні дослідження демонструють помилковість таких уявлень.

Особливості творення власного майбутнього сучасника-ми. У суспільствах західної цивілізації майбутнє розглядається як важлива складова життєвої стратегії, проте одночасно спостерігається *профанація* психологічної роботи в цьому напрямку. Згадаймо, що К. Г. Юнг розглядав життя, враховуючи всі три виміри часу: “Життя має не лише деяке Вчора, і воно не пояснюється тим, що Сьогодні зводиться до Вчора. Життя має також Завтра, і Сьогодні стає зрозумілим лише тоді, коли ми здатні додати до нашого знання те, що було Вчора, ще й початки Завтра” [Юнг, 1994, с. 104].

Проблемний підлітковий період, коли за традиціями і біологічними можливостями людина найбільшою мірою здатна до самопізнання і самовизначення, ігнорується масовою західною культурою, а відтак втрачається час сензитивного періоду для творення життєвих завдань. Усі соціальні інститути працюють над тим, як спрямувати бурхливу підліткову енергію в мирне соціальне річище. Однак мало хто замислюється над тим, а для чого, власне, природа так щедро наділила підлітків. На нашу думку, весь цей запас енергії дається молодій людині для того, щоб вона могла максимально ефективно вибудувати свої життєві завдання, накреслити свій жит-

тєвий шлях, і марнотратство в цей період боляче відгукується кризами дорослого віку.

Щоб емпірично перевірити теоретичні припущення, ми провели два майстер-класи, у яких взяли участь 16 жінок та 2 чоловіки віком від 15 до 55 років. Учасникам було запропоновано створити колажі на тему “Моє майбутнє через 10 (5) років”. Колаж – техніка арт-терапії, що полягає в прикріпленні до аркуша різноманітних друкованих зображень, що продукують соціальні проекти [Копытин, 1999]. “Під час трактування образів і символів колажу вирішальне значення мають пояснення автора, його асоціації, почуття. Важливо звертати увагу на змістові взаємозв’язки символів, протилежні за змістом образи, що доповнюють один одного, повторюються, розвивають одну тему. Значущим є розгляд кожного символу в контексті всього колажу, тематики, запиту клієнта, психотерапевтичних відносин,” – зазначають українські арт-терапевти [Скнар, Реброва, 2008, с. 33].

Задана тема роботи обумовлює відображення соціальної моделі феномена на рівні індивідуальної свідомості. Обрана технологія дає змогу побачити індивідуальні проєкції частин життєвого світу, які створює особистість із того діапазону ресурсів світобачення, що їх пропонує соціальна реальність. Вибір методу колажу обумовлений тим, що для надання роботі над майбутнім *ознак реалістичності* більш доцільно використовувати фотозображення, а не просто зображення, що створюються, наприклад, у процесі малювання. Образотворчі витвори символізують скоріше внутрішній світ і його особливості, сприяють фантазуванню особи, захопленню світом мрій. Фотографії ж, навпаки, підкреслюють конкретність та обмеженість діапазону того, що пропонує це суспільство, надають створюваному образу майбутнього характеру потенційної реалізованості.

Пропонуємо розглянути три колажі, створені учасниками майстер-класів. Автор першого колажу (рис. 2.14) – учениця 9-го класу (15 років). Її творча робота є прикладом, як будують своє майбутнє підлітки. А воно, майбутнє, складається для них з типового набору (*мати* будинок, машину, диплом, закордонний паспорт, чоловіка та дитину). У центрі майбутнього – чоловік, який найчастіше і стає стрижнем формування жіночої ідентичності.



Рис. 2.14. Колаж “Мое майбутнє через 10 (5) років” представниці підліткової аудиторії майстер-класу

Другий колаж (рис. 2.15) створений дівчиною юнацького віку. У центрі роботи бачимо ігровий персонаж, а в самому колажі простежується тема маски, що відображає пошук автором власної ідентичності. Мультиплікаційні герої, використані в колажі, підкреслюють фантазійну природу уявлень про себе. Основна тематика – відносини і трохи успіху – теж стандартна. У цьому віці, як і в підлітковому, особистість ще не усвідомлює власної унікальності.

Третій колаж (рис. 2.16.) належить зрілій активній жінці й демонструє тенденцію перевантаження власного простору дорослих осіб особисто неважливою інформацією, де різноспрямовані прагнення буквально унеможливають реалізацію одне одного. У центрі – матриця чоловічої успішності та її атрибути, тож виразно проступає прагнення жінки ні в чому не поступатися чоловікові. Значну частину простору в колажі займає відпочинок як провідна тема.



Рис. 2.15. Колаж “Мое майбутнє через 10 (5) років” представниці юнацької аудиторії майстер-класу



Рис. 2.16. Колаж “Мое майбутнє через 10 (5) років” зрілої учасниці майстер-класу

Аналіз творчих робіт показав, що жоден період активного життя не дає нашим сучасникам ані простору, ані інструментів для дослідження свого внутрішнього життя та визначення життєвих цілей. Людина в наш час розгублено блукає в потоках інформації, а майже все повсякденне життя наповнене *безособовими* повідомленнями, що мають на меті підсвідоме маніпулювання поведінковими актами.

Якщо особистість, сформована сучасним соціально-культурним середовищем, і замислюється над власним майбутнім, то бере до уваги, як свідчать результати майстер-класів, передусім:

- власний досвід;
- думку референтної групи;
- телевізійні історії.

Переживання життєвих ситуацій мають вузькі субкультурні рамки, пов'язані з місцем проживання, навчання, сімейною історією. Референтна група – теж важливий чинник формування поглядів на майбутнє, особливо в підлітковому віці, коли набуває актуальності потреба належності до певної спільноти. Телевізійні історії стають для людей своєрідною матрицею життєвості їхніх планів, додають віри в те, що задумане цілком можливо реалізувати.

Проте найчастіше особистість не рефлексує щодо джерел формування свого майбутнього і зазвичай навіть не замислюється над тим, звідки пішов той чи інший імпульс. Чому ж так відбувається? Чому люди стають маріонетками в нашому на перший погляд вільному суспільстві? Це пояснюється тим, що культура самоаналізу та особистісної рефлексії в більшості з нас практично не сформована. У нас немає ні традицій, ні навчальних дисциплін, які навчали б школярів працювати над власним майбутнім. Звичайно, усі це по змозі роблять. Однак роблять хаотично, ситуативно, імпульсивно. Зрозуміло, що результати здебільшого не задовольняють особистість, проте цей факт проявляється через роки, а то й десятиліття марної щоденної метушні.

“З майбутнім будь-яка нормальна людина стикається у двох випадках. Перший умовно називатимемо «грези любови» про майбутнє... другий випадок ... «планування», «проектування», «тайм-менеджмент»... проте кожна людина стикається з «раціональним» проходом у майбутнє,” – зазначає Н. Долгополов, автор *футуро-*

практики (психотерапевтична підтримка роботи особистості з власним майбутнім) [Долгополов, 2003, с. 85]. Футуропрактика, на працювання якої використовуються в психотерапії різних напрямків (гештальттерапії, арт-терапії, психодрамі), покликана насамперед перевести процес роботи над постановкою життєвих завдань у свідомий модус.

Гендерні особливості вибудовування власного майбутнього. Життєві завдання чоловіків і жінок, як усвідомлені, так і неусвідомлені, на нашу думку, істотно різняться. Це пов'язано з характерними для кожної із цих груп культурними й соціальними заборонами та стереотипами, хоча, крім цього, жінки і чоловіки відрізняються своїми внутрішніми переживаннями, життєвим досвідом, гендерними здібностями та психологічними ресурсами, біологічними даними. Спробуймо визначити їхні відмінності ще й у площині життєвих завдань.

У традиційних суспільствах до чоловіка ставляться шанобливо – він єдиний, хто здатний забезпечити виживання родини й роду. Чоловік підтримує зв'язок із предками, божествами, природою. Міфологічна картина світу, вироблена суспільством, покладає на людей відповідальність не тільки за підтримку добробуту свого народу, а й усієї планети. Виконуючи ритуали, чоловіки відчувають нерозривний зв'язок із Землею, усвідомлюють своє значення для майбутнього життя і життя всіх прийдешніх поколінь. Відчуття своєї незамінності й значущості дає змогу чоловікам налагоджувати зв'язки, що сприяють гармонічному єднанню спільноти з навколишнім світом.

Що ж відбувається в процесі розвитку сучасної західної цивілізації? Технічний прогрес породжує в людях переживання власної всемогутності, що особливо помітно відбивається на чоловіках. Почуваючись царем природи, тобто вищою істотою, практично Богом-творцем, чоловік перестає гармонізувати свою діяльність із законами природи, потребами планети. Основним його прагненням стає свобода від усього. Поступово функціональні сімейні обов'язки чоловік перекладає на суспільні інститути – церкву, лікарів, школу, соціальні служби. І коли, нарешті, тягар відповідальності за виживання родини скинуто із чоловічих плечей, відбувається щось зовсім неймовірне – чоловіки перестають бути самі собою.

У ХХ столітті, уперше за всю історію людства, чоловіки стали жити менше, ніж жінки; вони втратили сенс існування й відтак поринули в стан руйнації (рівень самогубств серед чоловіків практично у всіх вікових групах вищий, ніж серед жінок). Для чоловіків стали характерні пасивна агресія й поступове самовбивство шляхом алкоголізації й наркотизації. З витривалих воїнів вони перетворилися у вічно незадоволених типів, яким увесь час чогось бракує; у поголовних гедоністів, що намагаються отримувати задоволення з усього й бажано безплатно; в істеричних користувачів, яким важко зачекати; у маркітних усезнайок, прикутих до світлоносного монітора і байдужних до всього світу. За даними досліджень 2007 року, 2% чоловіків-студентів (вік 21 рік) вважають себе дітьми, 42% – “не помічають” власного гендеру і лише 2% хотіли б відігравати соціально важливу роль у спільноті.

Сучасний чоловік втратив себе на шляхах розвитку цивілізації, відмовився від своєї особливої ролі, а тому й не переживає відчуття значущості. Цінності сучасного чоловіка – свобода від усього, секс без меж, досягнення за всяку ціну – не є істинно чоловічими. Скоріше можна говорити про *псевдочоловічі* цінності, тобто про культурний феномен підміни понять. Таке життя чоловіків вражає порожнечою і відчуженням, замкнутістю на собі, стражданням і безвихідністю. Така структура цінностей не припускає навіть найменшого натяку на глибокий зв’язок з іншою людиною, із суспільством, зі світом. Виходить, що вся бурхлива діяльність чоловіків тільки поглиблює почуття самотності й непотрібності, безжиттєвості життя.

Ось як, наприклад, бачить своє майбутнє учень 8-го класу (рис. 2.17). У свої 14 років він вважає, що основне місце чоловіка – на тахті. Основні складові життєвого успіху – це:

- гроші, гроші, гроші;
- власність;
- фізичне кохання.

Постає запитання: а де ж узяти ці гроші? Швидше за все така позиція обумовлена засиллям цінностей, що їх нав’язують чоловікам ЗМІ. Дивує те, що на майбутнє не прогнозується ніяка професійна діяльність, нібито такої сфери людського життя не існує.



Рис. 2.17. Колаж “Мое майбутнє через 10 (5) років” представника підліткової аудиторії майстер-класу

Як бачимо, свідомі життєві завдання сучасних чоловіків формуються здебільшого в площині соціальних досягнень. Стосунки прогнозуються лише у фізичному аспекті, сім’я проектується як сфера переважно жіночої відповідальності.

Існуючі жіночі теорії, розглядаючи розвиток *жінки* як особистості, наголошують на першочерговій важливості близьких стосунків з іншими людьми. Ідеться насамперед про таке:

1. Особистісний розвиток відбувається саме у відносинах.
2. Спілкування з людьми найбільшою мірою впливає на психологічний комфорт жінки.
3. Рух до досягнення взаємності у відносинах триває протягом усього життя, будучи результатом взаємної емпатії, чуйності і впливу цих відносин на кожного індивіда [Міллер та ін., 2001, с. 153].

Наголос на репродуктивній функції жінки робиться в суспільстві вже з раннього періоду розвитку дівчаток – першого одягу, іграшок, очікувань батьків. Результатом такого виховання, як зазначає Л. В. Попова, стає занижена оцінка здібностей дитини жіночої статі, корекція її поведінки в бік конформізму, починаючи з молодших класів та закінчуючи вищими навчальними закладами [Попова, 1996]. Батьки, учителі, навіть підручники (їхній зміст) формують образ жінки як пасивної, другорядної особи, котру постійно треба підтримувати та опікати. Життєві плани більшості дівчат, відповідно, вибудовуються навколо професій низького соціа-

льно-економічного статусу. Уже на стадії реалізації обраної професії жінка стикається з вимогами проявляти в професійній сфері суто чоловічі якості і з необхідністю бути жіночною в сім'ї. Основною проблемою в цій сфері стає самооцінка, яка є найбільш прогностичною щодо самореалізації. Тож завданням професійних консультантів стає зазвичай корекція самосприймання і синтез експресивних та інструментальних якостей дорослих, а також зміна парадигми виховання дівчаток на рівні державних програм, адже кроскультурні дослідження доводять, що жінка має не менший потенціал розвитку, ніж чоловік.

Жінки сприймають відносини як особливий вид діяльності, ставлять перед собою цілі, творчо добирають методи їх реалізації, які чоловіки можуть і не помітити, крок за кроком вибудовують свої життєві стратегії. Енергію і потенціал жінки вкладають у психологічне зростання своїх близьких і дітей, виконуючи функцію фасилітатора.

Невід'ємною частиною жіночого типу самореалізації є материнство – суто жіноча репродуктивна функція, сакральний зміст якої став темою релігій і мистецтв усіх часів та народів. Пряма причетність жінки до створення та формування людини, запевняє К. Горні, є предметом заздощів усієї чоловічої частини людства [Хорни, 1997].

Отож життєві завдання у сфері відносин та сімейній сфері більшістю жінок цілком добре усвідомлюються. Утім, за межами свідомості залишаються, і це дуже прикро, професійний та особистісний потенціали жінки. Ця проблема актуалізується найчастіше в другій половині життя, наприклад у зв'язку із синдромом “порожнього гнізда”.

Узагальнюючи гендерний аспект досліджуваної проблеми, можна зробити висновок, що процес і результат формування життєвих завдань особистості значною мірою визначаються соціально-культурними стереотипами статевих ролей, однак істотно залежать від суб'єктної активності самої особистості.

Отже, знаковими для постановки життєвих завдань особистості слід вважати:

- 1) архетипові матриці – зразки індивідуацій, які містить колективне несвідоме;

2) культурні традиції – ті традиції, що стали внутрішньою цінністю особистості;

3) історико-економічні реалії – об’єктивні соціальні умови, у яких розвивається і функціонує особистість;

4) особливості становлення, виховання й навчання особистості, інакше кажучи – власну історію життя людини;

5) субкультурні тенденції – тобто належність людини до певних субкультур;

6) вплив ЗМК – такі уявлення і сценарії поведінки, що є вигідними для суспільства постійного споживання.

Рівень зовнішньої детермінації щодо життєвих завдань залежить також від суб’єктної активності особистості, її здатності до рефлексії.

2.8. Суб’єкт-суб’єктне та суб’єкт-об’єктне соціально-психологічне самонастановлення в просторі життєвих завдань особистості

Суб’єкт-суб’єктне соціально-психологічне настановлення, або ж атитюд, постава, установка, фіксує переважне ставлення до себе як до людини. Особистість із суб’єкт-об’єктним самонастановленням переважно виявляє ставлення до себе як до речі. Даний аспект самоставлення – людина/річ, що розглядається в контексті визначення завдань власного життя, є особливо актуальним для сучасної людини через сприйняття світу як розірваного, неоднозначного, невизначеного. Для нас ці питання наразі є не лише актуальними, а й болючими – через настійливу актуалізацію проблеми традиційності, нетворчості, пасивності значної частини української спільноти, занадто повільне зростання чисельності її творчої, активної частини.

Явище соціально-психологічного настановлення щодо людини також може бути позначене словами “налаштованість”, “упередження”, “необ’єктивне ставлення”, “суб’єктивне ставлення”, “небезстороннє ставлення”. В. А. Роменець відносить до складових особистості і її ставлення до предметів, явищ та подій, її, опосередковані через суспільне життя, зв’язки із живим і неживим світом [Роменець, 2006, с. 14]. Стійкі настановлення щодо значимих об’єктів та явищ відображають ставлення людини до них і, як наслідок унікального особистісного досвіду, є складовими її внутрішнього світу. Соціально-психологічні настановлення (або ж фіксовані соціальні настановлення, або атитюди) – це результат вироблення особистістю ставлень до соціальних інститутів, норм і цінностей, людей, що її оточують [Сарджвеладзе].

Отже, соціально-психологічне настановлення може бути спрямоване на світ, абстрактну людину, самого себе, інших людей, які розглядаються як елементи соціального світу [Андреева, 2003]. Особистість, у відношенні до її життя як до завдання, можна розглядати з точки зору її “справи” та “покликання” [Маслоу, 1999], з точки зору її “діяльностей як відношень”, ієрархії та цілісності системи її діяльностей [Леонтьев А. Н., 1983а], співвідносити особистість та її “життя як проект” [Сартр, 2001], “життя як співтворення” на противагу життю як “споживанню” [Фромм, 1993]. Урешті, можна розглядати людину як “творця своєї відповідальності”, такою що “актуалізує власний потенційний смисл” [Франкл, 2001].

Соціально-психологічні самонастановлення характеризують той потенційний смисл, якого набувають для людини окремі сфери її життя, вказуючи на сутність та ступінь значущості для людини її самої в конкретному просторі життєвого завдання. Життєві завдання людини можуть бути реалізацією смислу всього її життя, або ж смислу окремого життєвого відтинку – етапу життя, або смислу певного зрізу життя – життєвої сфери. Коли ми реалізуємо власні смисли, то відчуваємо, що рухаємося, нам радісно щось робити; життя в цій сфері – чи це професійне здійснення, чи домашнє господарство – додає нам сил, здобутки окрилюють, відкривають перед нами нові можливості, ми почуваємося господарями життя та головними поціновувачами своїх досягнень. Якщо ж наше життя, можливо в якійсь його частині, навпаки, забирає сили, успіхи даються важко або ж ми тут неуспішні, якщо ми оцінюємо себе та

свої досягнення за критеріями, виробленими іншими людьми і нам не вдається тут бути творчими; якщо ми почуваємося у своєму власному житті гостями, не відчуваємо смаку життя – можливо, ми намагаємося реалізувати не власні смисли, а щось інше, щось “не своє”.

Така різниця в наповненості життєвою енергією та “освоєності” життя зумовлена, у тому числі, й різним ставленням до себе: *олюдненим* – як до суб’єкта, людини в повноті задіяння можливостей її активності, або ж *оречевленим* – як до об’єкта, речі, створіння, чия активність обмежена, зупинена на певному рівні або в певних межах.

При розгляді структури суб’єкт-суб’єктних і суб’єкт-об’єктних соціально-психологічних настановлень, на якій ґрунтуються діагностичні та корекційні методики, нам видається доцільним традиційний поділ на емоційний, когнітивний і конативний складники.

Емоційний компонент, за Н. І. Сарджвеладзе, є серцевиною соціально-психологічних настановлень, з ним пов’язують мотиваційний компонент функцій соціальних настановлень. У змістовому плані емоційний компонент містить почуття щодо різних соціальних об’єктів, такі як задоволення/незадоволення, симпатія/антипатія, любов/ненависть тощо. До характеристик емоційної сфери особистості, що дозволяють говорити про оптимальне самонастановлення, можна віднести характеристику автентичної особистості (на противагу невротичній), яка усвідомлює свої емоції [Роменець, 2006, с. 159], а також риси особистості, “здатної повноцінно функціонувати” (на відміну від непристосованої особистості), якій властиві відкритість до переживань, емоційна глибина та рефлексивність [Роджерс, 2005, с. 45; Фромм, 1993, с. 160].

Когнітивний компонент містить судження оцінного характеру, думки про соціальні об’єкти, на основі яких за атитюдними об’єктами закріплюються певні якості. На основі змісту когнітивного компонента ми визнаємо за собою безперечну цінність, неповторність, силу – або ж, навпаки, корисність, відповідність певному зразку, небажаність тощо. Якщо суб’єктність людини є оптимальною, тоді вона автономна, ставиться до себе з повагою, здатна достатньо повно та щиро виразити себе (вербальними і невербальними засобами); може зрозуміти мотиви, рушійні сили (в тому числі

неусвідомлювані) власної поведінки та їх вплив на своє життя; вона не лише усвідомлює причини, що руйнують її гармонію відносин із собою, але й спрямована на вироблення конструктивних способів їх подолання [Венедиктова, 2004, с. 18]. Це дає їй змогу відповідним чином трансформувати неоптимальне самонастановлення в окремих сферах життєвих завдань.

Поряд з когнітивним компонентом виділяють ще й смислову складову, розглядаючи самонастановлення суб'єкта в іншій площині – екзистенційній. Когнітивна складова виконує пізнавальну функцію саморозуміння суб'єкта, а смислова – буттєву [Знаков, 2005].

Конативний компонент соціально-психологічних настановлень складають різні тенденції налаштованості щодо певної поведінки стосовно соціальних об'єктів. Конативний компонент може містити як прості цілісні акти поведінки, так і складні дії, підпорядковані за їхньою інструментальною цінністю. До цієї складової атитюда, що характеризує можливість переходу до здійснення життєвого завдання в певній сфері, належать не лише раціональні, а й ірраціональні компоненти – віра у власні сили (“я можу”), у позитивний розвиток подій попри негативний досвід. У складі конативного компонента оптимального самонастановлення наявні моделі людської поведінки щодо себе самих, сприйняті від значущих інших.

Характеризуючи суб'єкт-суб'єктні і суб'єкт-об'єктні самонастановлення, слід наголосити, що у випадку об'єктного настановлення людина стає для себе об'єктом споживацького, інструментального, маніпулятивного, утилітарного підходу. Основною метою при цьому є пристосування до існуючих стандартів, трансформація себе відповідно до картини світу інших людей. Суб'єкт-суб'єктне настановлення передбачає, що себе людина сприймає як істоту, рівноцінну іншим, з такими самими потенційними можливостями, індивідуальністю, автономністю і правом на власний голос. Н. І. Сарджвеладзе підкреслює, що людина в такому випадку є кінцевою метою, а не засобом для досягнення певної мети. Суб'єкт-суб'єктне настановлення щодо себе передбачає також, на думку Маслоу і Сарджвеладзе, що в системі цінностей особистості присутні людина як самостійна цінність, як суб'єкт буття та інші буттєві

цінності. Отже, суб'єкт-суб'єктне самонастановлення протиставляється настановленню щодо себе самого як щодо об'єкта, речі.

Суб'єкт-суб'єктне самонастановлення – неодмінна умова належної енергійності зусиль, спрямованих на власне життя. Ознакою суб'єкт-суб'єктної самонастановленості, на наш погляд, є достатня вагома “присутність себе”: визнання, тобто усвідомлення і прийняття власних почуттів, думок, цілей, своїх унікальності та автентичності, права на інакшість, своєрідність; цінність, значимість “себе для самої себе”; визнання доцільності та можливості діяльності, метою якої є сама людина, готовність до такої діяльності, здатність самостійно оцінювати себе та надання більшої ваги саме власним оцінкам. В. А. Роменець підкреслює важливість суб'єктних настановлень для самоздійснення особистості та вважає, що особистість формує настановлення щодо Світу, немов отожднюється з ним у ситуаціях прийняття рішення, вибору, вчинку; іншим же чином самоздійснення як вчинкова діяльність, життєва творчість є неможливою [Роменець, 2006, с. 15]. Суб'єкт-суб'єктні чи суб'єкт-об'єктні соціально-психологічні настановлення у сферах самоздійснення є унікальними для кожної особистості, характеризують, за висловом Е. Фромма, її етичність та засвідчують рівень життєвого мистецтва. Суб'єктна настановленість у певній сфері робить її плідною для людини, тут вона відчуває свою втіленість, власні сили, почуває себе здібною та вільною [Горностай, 2001, с. 162]. У сферах життя, де людина настановлена щодо себе об'єктно, їй здається, що блага, енергія, ініціатива, авторитет, оцінка, позитивні чи негативні емоції, турбота, любов не в ній самій, а поза нею. У цих сферах людина не відчуває своєї цінності, а цінує в собі лише “корисне” або ж схвалене іншими. Залежна, пасивна, довірлива, вона порівнює себе з іншими, шукає підтримки, допомоги, схвалення інших, приписує їм власні сили, думки, любов, намагаючись отримати від інших те, від чого відмовилася [Фромм, 1992, с. 233-234], покладається на “долю” або ж очікує удачі, щасливого випадку.

Ставлення до себе в просторі життєвих завдань може бути неоднаковим (наприклад, у професійній сфері – як до суб'єкта, в особистій – як до об'єкта), що свідчить про суперечливість самонастановлення. Суперечливу настановленість у межах однієї особистості зауважує Е. Фромм, стверджуючи, що соціальний характер

людини являє собою суміш його плідних і неплодних типів [Фромм, 1993, с. 17]. Також виділяють настановлення, проміжні між суб'єктивними та об'єктивними, де міра прояву власної суб'єктивності наче коливається на межі між олюдненим та оречевленим. Ми можемо спостерігати гармонійність чи дисгармонійність, симетричність чи асиметричність настановлень щодо себе та інших людей. Наявність такого внутрішнього протиріччя може бути чинником подальшого розвитку особистості, резервом внутрішньої варіативності [Лепіхова, 1996, с. 92-93], чинником розширення сфер суб'єктивного самонастановлення, подолання суб'єктивного самонастановлення.

Життєві завдання зосереджені в певних сферах нашого життя. Це дає підстави трактувати їх як елементи організації соціального та психологічного простору особистості. Окрім того, що життєві завдання спонукають суб'єкта до активності, вони також ініціюють активність, окреслюють її межі та структурують її [Титаренко, 2005, с. 24]. Простір життя особистості, як простір соціальний і психологічний, як система “особистість – соціум”, за Н. І. Сарджвеладзе, охоплює і царину людських відносин, і царину “відносин” особистості із собою та своїм життям, тобто соціально-психологічне самонастановлення особистості та, як наголошує Т. М. Титаренко, самоозадачування особистості. Життєві завдання можна розглядати і як суб'єктивно освоєні сфери життя людини.

Життєве завдання найчастіше охоплює і минуле, і теперішнє і майбутнє людини, попри те, що формування і реалізація його відбувається в “тепер”, і водночас із тим, що життєвими завданнями властива своєрідна “необмеженість” у часі.

Отже, розгортання, вибудовування, формування життєвого завдання відбуваються як один процес постановки та здійснення, в якому можна виділити такі *етапи*: 1 – вирізнення сфери життєвого завдання серед інших частин життя; 2 – емоційна та дієва ідентифікація себе як суб'єкта в даній сфері; 3 – накопичення інформації про дану сферу та отримання систематизованих знань; 4 – “попередні”, пробні дії в цій сфері та накопичення крупинок власного досвіду, його осмислення; 5 – вироблення власних висновків, підходів та принципів щодо життєдіяльності в даній царині; 6 – усвідомлення та вербалізація життєвого завдання; 7 – формулювання життєвого завдання; 8 – формулювання власних критеріїв

самооцінювання; 9 – усвідомлення рівня життєвого завдання, його життєвого масштабу, усвідомлення покликання; 10 – оцінка власних потенцій та можливостей їх розширення, оцінка власних ресурсів та віднаходження їхніх додаткових джерел (власних рис, часу, коштів, інформації); 11 – оцінка середовища та складання уявлень щодо взаємодії з ним, оцінка його обмежень та можливостей; 12 – уявлення наслідків реалізації життєвого завдання; 13 – віднаходження та розгляд особливостей можливих форм реалізації життєвого завдання; 14 – формулювання бажаних та можливих етапів реалізації життєвого завдання.

Деякі етапи формування життєвого завдання можуть “випадати” або бути не досягнутими, не пройденими; зокрема, життєве завдання може бути взагалі або ж на певних етапах – неусвідомлене, невербалізоване, неосмислене, несформульоване, нересурсифіковане, неваріантне, не розділене на етапи, може не відбутися ідентифікація себе із суб’єктом у даній сфері.

За умови гармонійного розвитку особистості неусвідомлене, несформульоване життєве завдання може, однак, успішно здійснюватися. Проте за різкої зміни, у кризових ситуаціях, коли виникає гостра потреба в переосмисленні теперішнього та майбутнього, а можливо і всього минулого життя, невербалізоване життєве завдання становитиме проблему, без вирішення якої подальше життя може виявитися руйнівним для особистості. Життєве завдання, для втілення якого особистість не бачить, не знаходить ресурсів, залишатиметься всього лише віртуальним проектом. Неваріантне, негнучке життєве завдання, найімовірніше, виявиться нездійсненим, буде перешкодою, тягарем на життєвому шляху в плінному, мінливому світі сучасної людини. Якщо життєве завдання не розділити на частини, етапи, операції, то це зупинить особистість при здійсненні завдання на стадії обрання напрямку, вона не побачить конкретних дій, необхідних для його втілення. Відмовляючись визнати себе суб’єктом свого життєвого завдання, особистість віддається на поталу обставинам, намірам інших людей. Проте в міру розвитку особистості, протягом її життя непройдені етапи формування життєвого завдання можуть з часом “відкриватися”, ставати досяжними.

Постановка життєвих завдань здійснюється особистістю з певним рівнем зрілості в тих сферах її життя, що пов’язані з її го-

ловними життєвими смислами, відповідають їй основним цінностям, її вищим потребам, сутнісним рисам. Ознакою такої життєвої сфери є її суб'єктна "обжитість". Вона простежується на всіх трьох рівнях – емоційному, когнітивному, конативному. Про це свідчать також відчуття, переживання, роздуми щодо самої присутності цієї сфери в житті людини. Осмислюється сам факт наявності певної життєвої сфери та різні аспекти буття в ній. Таким чином зв'язок людини зі своїми почуттями, цінностями, потребами конкретизується і ці почуття, цінності та потреби усвідомлюються, враховуються. Далі власні почуття, думки визнаються важливими, власні дії – можливими і такими, що можуть щось змінювати, впливати на щось у житті.

Суперечливий характер соціально-психологічних настановлень сучасної особистості, що стосуються її суб'єктності, ставить питання про можливі підходи до розуміння і, відповідно, дослідження міри суб'єктності. Можна розглядати суперечливість суб'єктних та об'єктних настановлень як дві однозначні якісно відмінні, протилежні характеристики особистості. За такого підходу в центрі уваги опиняється модус настановлення як переважного ставлення – як до суб'єкта чи як до об'єкта, а інші, більш тонкі, відмінності не беруться до уваги. Можна також розглядати суб'єктні та об'єктні настановлення як дві протилежні характеристики, що мають різну міру вираженості – від крайніх значень до найменших. У цьому випадку ми зберігаємо уявлення про суперечливі ставлення – як до людини чи як до речі – як якісно відмінні і водночас враховуємо, наскільки яскраво вони виявляються у певної людини чи групи. Іншим підходом може бути констатація наявності суб'єктного ставлення або його відсутності. За такого підходу суб'єктне настановлення виглядає як наявність суб'єктності, а об'єктне – як її відсутність. Зазначені настановлення можна розглядати також як один безперервний континуум, на одному полюсі якого характеристика – суб'єктність – є найбільш сконцентрованою, а на іншому полюсі її вираженість зменшується. Цим ми підкреслюємо, що суб'єктність, як би там не було, притаманна людині, хоча може бути вираженою різною мірою. Нам видається найбільш доречним останній підхід до розуміння і дослідження суб'єктності, зафіксованої у вигляді суб'єктних та об'єктних соціально-психологічних настановлень особистості, як більш перспек-

тивний для можливої оптимізації настановлень у процесі особистісного розвитку.

Для з'ясування *сфер життєвих завдань* у нашому дослідженні (В. А. Крайчинська) було окреслено коло життєвих сфер, значущих для молодого особистості, а отже, перспективних як можливих сфер її життєвих завдань. Серед них було виділено навчальну, професійну, фінансову, бізнесову, творчу, наукову, сфери відпочинку, подорожей, спортивну, “автомобільну”, спілкування з домашніми улюбленцями, місця проживання, дружнього спілкування, кохання, домашню, сімейну. Спільними для більшості опитуваних виявилися сфери навчання, професійна, роботи, грошей, різноманітних захоплень, кохання, дружби та сімейна. На основі наративів “Мої життєві завдання”, в яких пропонувалося описати свої життєві завдання у вигляді невеликого оповідання, серед 21 сфери було виділено 10 сфер, що згадуються практично всіма опитуваними: самісна сфера, професійна, навчання, сімейна, творча, захоплення, спілкування, дружби, кохання, грошово-фінансова. Усі ці сфери увійшли в опитувальник “Мої життєві сфери”. В опитувальнику пропонувалося зазначити серед наведених сфер і сфер, виділених досліджуваними, найбільш значущі для них сфери та життєві завдання в них. Заняття, що проводилося у вигляді фокус-групи, підтвердило, що життєві завдання зосереджені переважно в значущих сферах, серед яких 7 було відібрано для дослідження ступеня суб'єктності самонастановлень. Задля зручності опитуваних і полегшення сприйняття матеріалу опитувальника ці сфери були означені як “навчання”, “робота”, “захоплення”, “друзі”, “кохання”, “сім'я”, “гроші”.

На цьому ж етапі було проведено емпіричне дослідження суб'єкт-суб'єктних та суб'єкт-об'єктних соціально-психологічних самонастановлень особистості, мета якого – розроблення засобів діагностики ступеня суб'єктності самонастановлення. Для цього було здійснено адаптацію до завдань дослідження “Методики діагностики ступеня суб'єктності” С. Д. Дерябо [Дерябо, 1995] та проведено невелике пілотне дослідження, у якому взяли участь 20 осіб. На основі аналізу перебігу та результатів цього попереднього дослідження було змінено формулювання окремих запитань. Потім було опитано 125 досліджуваних за допомогою 1) методики діагностики ступеня суб'єктності настановлення, очікуваного від інших;

2) методики діагностики ступеня суб'єктності самонастановлення. За основу було взято методику діагностики ступеня суб'єктності сприйняття природних об'єктів – її малий варіант, викладений С. Д. Дерябо. Методика, якщо її запитання адресувати самому собі, дає змогу визначити ступінь суб'єктності настановлення, очікуваного опитуваним щодо нього з боку інших людей. Результат від 0 до 12 балів відповідає суб'єкт-суб'єктному, від 13 до 24 балів – суб'єкт-об'єктному настановленню. Модифікований нами варіант методики дає можливість з'ясувати ступінь суб'єктності самонастановлення особистості.

Для діагностики *ступеня суб'єктності самонастановлень* особистості в кожній із запропонованих сфер життєвих завдань було модифіковано методику діагностики ступеня суб'єктності самонастановлень так, щоб запитання стосувалися кожної окремої сфери. На цьому етапі в дослідженні брали участь 74 особи.

Щоб з'ясувати *особливості постановки життєвих завдань*, у лабораторії соціальної психології особистості було створено та апробовано методику дослідження життєвих завдань особистості (ЖЗО). Ми запропонували блок запитань, що стосувалися ступеня суб'єктності особистості та особливостей постановки життєвих завдань під кутом зору сформованості життєвого завдання (виявами сформованості життєвих завдань особистості виступають їхня суб'єктна визначеність, використання минулого, теперішнього та майбутнього, сформульованість завдань, їхня варіантність, структурованість, необмеженість часовими рамками, конкретними цілями та результатами, процесність та цілісність). На основі цього блоку в методиці дослідження життєвих завдань особистості було виділено додаткові шкали “Загальний ступінь сформованості життєвих завдань” та “Загальний ступінь суб'єктності самонастановлення”, що розглядалися як окремі показники.

Також було розроблено опитувальник для діагностики *ступеня сформованості життєвих завдань* у зазначених життєвих сферах за критеріями їхньої автентичності, ресурсності, варіантності та часової необмеженості, питання якого були об'єднані з тими, що стосувалися самонастановлень особистості в кожній сфері.

Аналіз результатів дослідження особливостей життєвих завдань у сферах з різною, суб'єктною та об'єктною, самонастановленістю дав змогу розглянути розподіл сфер життєвих завдань до-

сліджуваних за модусом самонастановлення. За переважною самонастановленістю у всіх сферах життєвих завдань (у середньому) серед досліджуваних було виділено такі групи: 1 – з переважно суб'єктивним самонастановленням, 2 – зі ступенем само настановлення, близьким до проміжного між суб'єктивним та об'єктивним (близько 12 балів), 3 – із суперечливим самонастановленням (у частині сфер – із суб'єктивним самонастановленням, у частині – з об'єктивним), 4 – з переважно об'єктивним самонастановленням (табл. 2.10).

Таблиця 2.10

Самонастановленість особистості у сферах життєвих завдань та сформованість її життєвих завдань

№ пор.	Групи досліджуваних за переважною самонастановленістю у сферах життєвих завдань	Частка досліджуваних у групі (у %)	Середні значення ступеня суб'єктивності самонастановлення у сфері життєвого завдання (у балах)*	Середні значення сформованості життєвого завдання (у балах)*
1	Суб'єктивна	54	7,0	7,5
2	Проміжна	8	9,2	12,0
3	Суперечлива	21	9,7	10,8
4	Об'єктивна	17	15,0	16,0

Примітка: * Найбільша вираженість – 0 балів, найменша вираженість – 24 бали.

До *першої групи*, з переважно суб'єктивним самонастановленням, увійшов 21% досліджуваних. Ступінь їхнього самонастановлення в більшості сфер життєвих завдань досить високий – від 0 (найвищий) до 9 балів – і лише в одній чи двох сферах досягає значень у межах 10-15 балів. У середньому ступінь суб'єктивності у сфері життєвого завдання становить 7 балів. Особливістю цієї групи є те, що близько половини опитаних мають лише суб'єктивні самонастановлення з високими показниками у всіх сферах життєвих завдань – від 0 до 9 балів, окрім однієї-двох сфер, де показники близькі до середніх – від 10 до 12 балів.

Другу групу, з проміжним ступенем самонастановлення – близьким до середнього рівня (близько 12 балів), утворили 8% опитуваних. Ступінь їхніх самонастановлень у сферах життєвих за-

вдань переважно середній, від 11 до 13 балів, окрім однієї чи двох сфер, у яких значення цього показника коливаються в межах від 0 (найвищий) до 9 балів. Середній ступінь суб'єктності у сфері життєвого завдання опитуваних у цій групі становить 9,2 бала. Для другої групи характерна значна різниця між показниками у сферах суб'єктності – від 0-2 до 8-9 балів (на відміну від першої і четвертої груп, де така різниця вдвічі менша).

До *третьої групи*, із суперечливими, частково суб'єктними – частково об'єктними, самонастановленнями, увійшов 21% опитуваних. Ступінь їхніх самонастановлень в одній частині сфер життєвих завдань досить низький – від 14 до 19 балів, в іншій – досить високий, від 0 до 11 балів. Середній ступінь суб'єктності у сфері життєвого завдання опитуваних цієї групи становить 9,7 бала. Як бачимо, середнє значення ступеня суб'єктності тут майже збігається з відповідним показником для другої групи, але за рахунок зовсім інших особливостей самонастановлень у сферах життєвих завдань. Для цієї групи, як і для другої, також характерна значна різниця між показниками у сферах суб'єктності, а особливістю її є невелика різниця між показниками у сферах об'єктного самонастановлення (на відміну від четвертої групи, де вона вдвічі більша) та непередставленість сфер з високооб'єктним ступенем самонастановлення (також на відміну від четвертої групи), тут цей показник не сягає значень 20-24 бали.

До *четвертої групи*, з переважно об'єктним самонастановленням, увійшло 17% опитуваних. Ступінь їхніх самонастановлень у більшості сфер життєвих завдань переважно досить низький, від 12 до 24 (найнижчий) балів, і лише в одній чи двох сферах має значення в межах 6-10 балів. Особливістю четвертої групи є те, що в жодного з опитуваних не виявилось об'єктного самонастановлення у всіх сферах життєвих завдань (така особливість спостерігалася і в результатах іншого нашого дослідження, що стосувалося настановлень, очікуваних від інших, самонастановлень та настановлень щодо різних категорій інших людей). Середній ступінь суб'єктності у сфері життєвого завдання опитуваних четвертої групи досить низький – 15 балів.

За *сформованістю життєвих завдань* опитувані з переважно суб'єктним самонастановленням з першої групи у сферах життєвих завдань мають найвищі показники – від 4 до 11 балів (у середньому

за сферами), що відповідає досить високому рівню сформованості (див. табл. 2.10). У другій групі, з показниками ступеня суб'єктності самонастановлень, близькими до *середніх* між суб'єктними та об'єктними, спостерігаємо і середній рівень сформованості життєвих завдань – 12 балів (у середньому за сферами). *Суперечлива* самонастановленість у сферах життєвих завдань опитуваних третьої групи співвідноситься також із середнім рівнем сформованості завдань – близько 11 балів. Переважно *об'єктна* самонастановленість у сферах життєвих завдань опитуваних четвертої групи відповідає низькому рівню сформованості завдань, що в середньому становить 16 балів. Можна зауважити, що значення показників ступеня суб'єктності самонастановлення в усіх групах відповідають дещо вищим значенням показників сформованості життєвих завдань. У цілому ж, як бачимо, певний рівень сформованості життєвих завдань в усіх чотирьох групах співвідноситься з тим же рівнем суб'єктності самонастановлень. Це підтверджується і наявністю значущої позитивної сильно вираженої кореляції між цими показниками (коефіцієнт кореляції Пірсона $R = 689$, значущої на рівні $P \leq 0,05$).

Аналіз даних, отриманих за методиками діагностики ступеня суб'єктності, сформованості життєвих завдань і за методикою дослідження життєвих завдань особистості (ЖЗО), проводився за допомогою програми SPSS, її 13-ї версії. Порівнюючи особливості постановки життєвих завдань, середні значення сформованості життєвих завдань із середніми значеннями ступеня суб'єктності самонастановлень у сферах життєвих завдань за допомогою коефіцієнта кореляції Пірсона, спостерігаємо значущі позитивні кореляції між середніми значеннями ступеня суб'єктності самонастановлень та шкалою методики ЖЗО “Орієнтація на творчість” ($R = 484$, при $P \leq 0,05$), що свідчить про сильно виражений зв'язок. Така кореляція є очікуваною і підтверджує взаємопов'язаність творчості та суб'єктності особистості. Ми бачимо також значущу сильно виражену негативну кореляцію цього показника зі шкалою “Орієнтація на самоконститування” ($R = -456$, при $P \leq 0,05$), що відображає в цілому несуб'єктний характер таких мотивацій. Спостерігається також значуща сильно виражена негативна кореляція між середніми значеннями показника сформованості життєвих завдань і шкалою ЖЗО “Навчання” як актуальною сферою ($R = -721$, при

$P \leq 0,05$). Це свідчить про те, що актуальні життєві завдання у сфері навчання для студентів та учнів старших класів не виходять поки що на рівень сформованості. Зауважено, крім того, значущу сильно виражену позитивну кореляцію між середніми значеннями показника сформованості життєвих завдань і ставленням до майбутнього в шкалі “Структурування часу життя” ЖЗО ($R = 781$, при $P \leq 0,05$). Цей зв’язок виявляє пов’язаність структурування часу та структурування простору життя, також він свідчить про велике значення можливості взаємодіяти з часом життя, зокрема зі своїм майбутнім, для формування життєвих завдань. Найбільш цікавим і важливим для нас видається характер і сама наявність кореляції між середніми значеннями ступеня суб’єктності самонастановлень та середніми значеннями показника сформованості життєвих завдань, а також відповідність загального *рівня сформованості* життєвих завдань загальному *ступеню суб’єктності* самонастановлень, що підтверджує наші очікування і може слугувати основою для висновку про те, що самонастановлення особистості є чинником сформованості її життєвих завдань, зокрема й у сферах життєвих завдань. Наявність та характер кореляції між середніми значеннями ступеня суб’єктності самонастановлень і середніми значеннями показника сформованості життєвих завдань засвідчують зв’язок модусу та ступеня самонастановленості особистості у сферах життєвих завдань з особливостями життєвих завдань.

Отже, життєві завдання особистість ставить перед собою в тих сферах, які вона вирізняє серед інших царин життя, у яких вона бачить себе суб’єктом; де відбувається постійне накопичення і систематизація інформації та власного досвіду, їх осмислення; де людина робить власні висновки; де виробляються власні критерії оцінки, принципи та підходи, усвідомлюються та вербалізуються власні завдання (наприклад; “бути другом”, “бути мамою” чи “батьком”, “допомагати людям”, “бути захисником”), задаються їхній рівень та життєвий масштаб, оцінюються власні можливості, ресурси та віднаходяться їхні додаткові джерела (власні риси, час, кошти, інформація), вишукуються та розглядаються особливості можливих форм реалізації життєвого завдання, дається оцінка середовищу, ситуації та взаємодії з ними.

В. А. Роменець розглядає пізнавальну, наукову, естетичну, моральну, комунікативну, технологічну, практичну сфери діяльно-

сті як такі, що реалізують творче, активно-суб'єктне освоєння світу. Водночас сфери такої діяльності є, на його думку, формами вчинку [Роменець, 2007]. Таким чином, сфери життєвих завдань людини є формовиявом самоздійснення особистості. Сфери життєвих завдань, на наш погляд, розглядаються також у психології суб'єкта, коли йдеться про спеціальні категорії суб'єктів, що розкривають специфіку кожної сфери [Абульханова, 2006, с. 39]. Тут виділяють сфери діяльнісну, споглядальну, пізнавальну, спілкування, відносин з іншими (етичну), життєдіяльності. Ще один погляд на сфери самоздійснення розкриває поняття багатомодальності суб'єкта, яке дає змогу розглядати такі сфери як різне ставлення до світу (пізнавальне, практичне, етичне тощо). Способи самоздійснення особистості в різних сферах та способи пов'язування діяльності в них протягом життєвого шляху трактують також як особистісні характеристики процесу становлення суб'єкта [Бех, 1996, с. 40-43].

Як і інші характеристики особистості, сфери самоздійснення можна розглядати як особистісний *ресурс* людини, як сфери реального і можливого. При цьому сфери, в яких особистість оречевлено настановлена щодо себе, не закриті для неї, а залишаються простором її потенційного розвитку, простором можливого.

Якщо вчинкове освоєння світу, тобто реалізація суб'єктного до нього ставлення, є безпосередньою формою, способом укорінення в соціум, самоздійснення в ньому ("самоствердження") [Роменець, 2007, с. 27], то діяльності в окремих сферах є опосередкованими модифікаціями такого самоздійснення в соціумі.

Постановка та втілення життєвих завдань розгортаються як процес переходу від емоційно-сміслових та когнітивних побудов до конативних – дії, здійснення, які відбуваються в значущих сферах. Але, щоб здійснитися, життєве завдання має бути окреслене, визначене, сформульоване. Адже, щоб вирішити якусь задачу, ми її собі задаємо, розповідаємо. Формулювання життєвого завдання вказує на певну частину простору життя – *ділянку* докладання зусиль; на *дії*, за допомогою яких воно буде втілюватися; на *часові* обриси завдання; на *ознаки*, що свідчитимуть про його здійснення, та, найцікавіше для нас, – на того, *хто* його задає та буде здійснювати, тобто на суб'єкта життєвого завдання.

Визначення, “формули”, які задають життєві завдання, є частиною життєвої розповіді особистості, тексту “про себе”, внутрішнього діалогу, що складається з окремих висловів.

Отже, як цей “хто” – суб’єкт життєвого завдання – присутній в його озвученому чи написаному формулюванні? Дослідження з даного питання спираються на такі принципові положення: 1) у кожному вислові присутній суб’єкт, або ж агент висловлювання (в явній чи неявній формі); 2) у граматичній організації речення виражена позиція автора або агента висловлювання [Петренко, 2006]; 3) різниця в граматичній структурі речень, висловів, навіть мов свідчить про різницю в картині світу, різне його (і себе в ньому) бачення [Рікер, 2002, с. 62; Петренко, 2006, с. 23].

Формулювання життєвих завдань можна розглядати як текст, у тому числі життєвий, як мовленнєвий, дискурсивний акт, як рефлексивний акт, завдяки якому суб’єкт себе визначає, як факт, що існує в суспільному просторі й часі, навіть як подію, що відбувається в світі, а також як досвід, що ним обмінюються в ситуації співбесіди, і як висловлене, що має знакову природу і речовий статус. За одиницю аналізу беруть вислів, фразу, оскільки саме вислову притаманні певна цілісність, генералізованість: своя структура, свій план вираження, власний зміст [Гак, 1997; Рікер, 2002; Петренко, 2006] та водночас – створюваність, процесність, адже про висловлювання можна сказати, що воно, скоріше, відбувається, а не є результатом [Бахтин, 1986; Рікер, 2002].

На думку П. Рікера, “мова передбачає специфічні настанови, які роблять нас спроможними позначати індивідів” [Рікер, 2002 с. 37]. Висловлювання, як акт мовлення, рефлексивно вказує на висловлювача, зокрема про суб’єкта дії свідчить присутність у висловлюванні особового займенника “я” [Рікер, 2002, с. 53]. Висловлюючись, людина заявляє про себе як про повноправного суб’єкта, вживаючи лише займенник першої особи, натомість, говорячи про себе від третьої особи, людина чи група людей засвідчує нездатність до активних дій, брак дійових засобів [Бовуар де, 1994, т. 1, с. 30]. Як вважає Е. Бенвеніст, третя граматична особа (“він”, “вона”) завжди позначає “неособу”, те, про що говорять, – річ або людину, але об’єкт, а не суб’єкт. Отже, бачимо, що висловлювач у висловлюванні може бути позначений як річ, об’єкт, цілковито залишаючись при цьому суб’єктом [Рікер, 2002, с. 62].

Позначення дій у висловлюванні, на нашу думку, співвідносяться з визначенням особистості як дієслова [Sermijn, 2008], безперервного процесу. Висловлювання, які є водночас і дією (як у випадку визначення життєвих завдань, оскільки, виходячи з розуміння життєвого завдання як процесу, сформулювати життєве завдання можна лише вже перебуваючи “в ньому”, тобто вже здійснюючи його), можуть бути виражені лише дієсловами в першій особі однини теперішнього часу дійсного способу [там само, с. 56]. Саме вживання “я” як фіксація суб’єкта висловлювання створює ініціативу в розмові.

Зв’язок з дією – з тим, що “відбувається”, за Ч. Філмором, у висловлюванні, задається відмінком іменника, що позначає висловлювача, у нашому випадку – автора формулювання життєвого завдання [Петренко, 2006]. Відмінки віддзеркалюють глибинну семантичну роль особи в цій дії. Глибинні ролі можна поділити на активні, що вказують на суб’єкта дії: агента – ініціатора, джерело чи контрагента дії, та пасивні, що називають об’єкт дії: адресата дії, пацієнта – особу чи предмет, що відчуває на собі дію, інструмент дії та її результат.

Наявність присвійних займенників “мій”, “свій” тощо позначає, за Е. Гуссерлем, “сферу власного”, “мого” і свідчить про відповідальність, зацікавлене ставлення, почуття хазяїна [Бондаренко, 2006], а отже, у нашому випадку, про суб’єктну позицію висловлювача життєвого завдання. Цей нюанс позначення суб’єктної освоеності простору життєвого завдання, на нашу думку, пов’язаний з тим, що П. Рікер називає найціннішим досягненням теорії висловлювання: цінності події висловлювання набуває лише за умови, коли в ньому визначається *свій* досвід, *свій* погляд. Дослідник звертає увагу на незвичайність зв’язку того, хто говорить, з *множинністю* своїх висловів [Рікер, 2002, с. 65].

У нашому дослідженні ми намагалися з’ясувати, як виявляється у висловленому життєвому завданні ставлення його автора до самого себе. На основі опитувальника “Завдання мого життя”, в якому пропонувалося розповісти про завдання, які опитувані ставлять перед собою в житті, було зібрано емпіричний матеріал, що складався з 275 висловлювань.

На основі аналізу цих формулювань життєвих завдань було виділено такі особливості постановки життєвих завдань:

1) використання тверджень, що позначають певні дії, *віднесені у майбутнє* (“робити”, “буду робити”, “робитиму”), наприклад, “добре вчитися”, “вчитися з радістю”, “бути фахівцем у своїй справі”, “відкривати нові сторони проблеми”, “бути справжнім другом”, “кохати одну і ту ж людину все життя”, “подорожувати”. При формулюванні життєвого завдання таким чином забезпечується процесуальність, необмеженість, суб’єктна визначеність (суб’єктом життєвого завдання виступає автор твердження);

2) застосування тверджень, що позначають якісь дії, *уже здійснювані в теперішньому* (“роблю”): “пишу оповідання”, “люблю бувати на природі”. За такого формулювання життєвого завдання задається процесуальність, необмеженість, суб’єктна визначеність та включеність у життєве завдання;

3) використання тверджень, що позначають *заперечення*, уникнення певної дії, у даному випадку – наміри не здійснювати окремі дії (“не робити” або ж “робити не ...”): “не хворіти”, “ніколи не втрачати своїх найкращих друзів”. У разі використання такої форми не задається власне предмет завдання, а суб’єкт тут не є суб’єктом власне життєвого завдання, задана процесність та часова необмеженість також не стосуються саме завдання і є відповіддю не на запитання “що я буду робити?”, а на запитання “чого я буду уникати?”;

4) використання тверджень, що позначають якийсь *цілісний процес* (“роблення”): “щоденне тренування духу, душі і тіла”, “спілкування з природою”, “пошук і поповнення моїх колекцій”, “забезпечення своєї сім’ї”. У цьому випадку забезпечується процесність, часова необмеженість, а відтак стосується не лише майбутнього, а й теперішнього та минулого, що зумовлює певну цілісність, включеність у життєве завдання. Суб’єкт у цьому випадку залишається наче поза увагою і не заданий дієсловом, а лише позначений, у деяких випадках, присвійними займенниками “мій”, “свій”;

5) застосування тверджень, що позначають *намір здійснення чогось* (“зробити”): “обрати професію, що найбільше мені підходить”, “досягти максимального рівня професіоналізму”, “оточити себе найближчими та найкращими друзями”, “заробити гроші своїми власними руками”. Тут забезпечується процесність, визначений

суб'єкт, але час обмежений у майбутньому моментом здійснення завдання;

6) застосування тверджень, що позначають певні *цінності* та пріоритети (наприклад, “турбота”, “усмішка”, “любов”, “кар’єра”, “голове – це сім’я”). Така форма задання життєвого завдання забезпечує певний процес – рух до мети, часову необмеженість та цілісність. Суб'єкт тут присутній неявно;

7) у формулюванні чітко означений намір *привласнення* (володіння чи отримання) чогось (“мати”, “отримувати”, “це в мене буде”): “хочу мати справжніх друзів”, “хочу отримати гарну освіту”, “буду отримувати достатньо грошей”. У цьому випадку не розкривається, яке завдання стоїть перед самим суб'єктом, хоча задається бажаний результат;

8) застосування тверджень, що позначають *делегування* активних дій іншим особам, сферам завдань або речам у позитивній і негативній формах (“щоб робили”, “роблять”, “не робили”): “щоб робота приносила задоволення”, “отримувати задоволення”, “щоб робота давала можливість подальшого розвитку”;

9) використання тверджень, що позначають окремі кількісні та якісні ознаки людей, сфер життя та речей, окремі речі чи перелік речей, або складових певної сфери як *маркерів* бажаних стилю та рівня життя (наприклад, “університет”, “двоє дітей, хлопчик і дівчинка”, “дорогий автомобіль”);

10) використання тверджень, що є *визначеннями* певної сфери життя без розкриття інших її аспектів, ціннісних, цільових чи пріоритетних (наприклад, “сім’я – це...”), а також застосування асоціацій, що їх викликала певна сфера;

11) використання тверджень, що містять критичні, іронічні, жартівливі, банальні зауваження і слугують формою *захисту*;

12) *несформованість* життєвих завдань у сферах, відмічених як значущі.

Перші десять розглянутих особливостей формулювань: 1 – дієво-віднесене, 2 – процесуальне, 3 – уникнення, 4 – цілісне, 5 – здійснення, 6 – ціннісне, 7 – привласнення, 8 – делегування, 9 – маркерів та 10 – визначень – виступають *способами* задання життєвих завдань.

Важливою є наявність спектра форм задання життєвих завдань, їхня *ансамблевість* (Т. М. Титаренко), комплексність, бо

практично всі вони забезпечують кожне свою функцію – перебування в процесі життя та постановку важливих великих і малих цілей; тримання в полі уваги цінностей та пріоритетів і досягнення результатів; вкладання своїх зусиль у справу та отримання зворотного відгуку, зворотної енергії; придбання речі, що є певним символом, та відмежування від того, що не є “Я”. Несформульованість завдань у сферах, відмічених як значущі, може свідчити як про те, що їх взагалі немає чи вони не сформульовані, так і про неусвідомленість життєвого завдання. Бажано, щоб комплекс форм задання життєвих завдань не був збіднений, односторонній. Люди, яким важко бути суб'єктами свого життя, про що свідчать переважно об'єктні, проміжні та суперечливі настановлення, мають більш обмежений набір можливих форм задання життєвих завдань.

Зміна співвідношення сфер суб'єктного та об'єктного самонастановлення на користь “суб'єктних” сфер розглядається як вияв здатності, стремління людини до психологічного зростання та розвитку [Фрейджер, Фейдимен, 2001а, с. 18]. Сфери життєвих завдань також є таким просторовим ресурсом, що може бути задіяним завдяки перерозподілу активності особистості, її зосередженню на значущих сферах за рахунок соціально схвалюваних, але не значущих для неї наразі сфер.

Отже, можна вести мову про гармонійність чи дисгармонійність, симетричність чи асиметричність системи настановлень особистості щодо себе та інших людей, виділяючи при цьому суб'єкт-суб'єктне, перехідне, суперечливе та суб'єкт-об'єктне самонастановлення. Соціально-психологічне самонастановлення характеризує той потенційний смисл, якого набувають для людини окремі сфери її життя.

Сформоване життєве завдання можна охарактеризувати як усвідомлене, локалізоване, осмислене, сформульоване, ресурсифіковане, варіантне, поділене на етапи та суб'єктно визначене. У формулюваннях задаються просторові, часові, процесуальні, контекстні, суб'єктні та цілісні характеристики життєвого завдання. Кожна форма постановки життєвих завдань забезпечує свою функцію – перебування в процесі життя та постановку важливих великих і малих цілей; тримання в полі уваги цінностей та пріоритетів і досягнення результатів; вкладання своїх зусиль у справу та отри-

мання зворотного відгуку, зворотної енергії; придбання речі, що є певним символом, та відмежування від того, що не є “Я”.

Модус самонастановлення та ступінь його вираженості у сферах життєвих завдань пов’язаний з особливостями постановки життєвих завдань. Суб’єкт-суб’єктне самонастановлення відповідає високому рівню сформованості життєвих завдань особистості. Коли суб’єктність самонастановлення близька до середньої, спостерігаємо і середній рівень сформованості життєвих завдань. Суперечлива самонастановленість у сферах життєвих завдань співвідноситься також із середнім рівнем сформованості завдань. Суб’єкт-об’єктна самонастановленість у сферах життєвих завдань відповідає низькому рівню сформованості завдань. Емпіричні дані засвідчують також значущі кореляції між ступенем суб’єктності самонастановлення і сформованістю життєвих завдань, підтверджуючи гіпотезу про те, що самонастановлення особистості є чинником формування її життєвих завдань.

2.9. Життєві завдання особистості як чинник самоздійснення в сімейній сфері

Для того щоб насолоджуватися життям і користуватися свободою, людина повинна постійно мати перед очима те, що необхідно зробити сьогодні. Не те, що потрібно було зробити вчора, якщо вона не хоче впасти у відчай, і не те, що потрібно буде зробити завтра, якщо вона не хоче бути прожектором. Щасливою є лише та людина, яка в ході сьогоднішнього дня бачить закономірну частину справи всього життя.

Дж. К. Максвелл

Побудова життєвих завдань як спосіб структурування особистістю свого майбутнього в сімейній сфері. Життя – це

творчий процес, ми самі його конструємо, самі створюємо. Тож організація, проектування та структурування такої важливої його частини, як майбутнє, теж є творчою діяльністю. Особистість виступає його автором, переплавляючи свої знання та отриманий життєвий досвід у відповідності до цілей і ціннісних орієнтирів, окреслених нею самою. Зміст майбутнього не має завершеного характеру, тому воно завжди потенційно може бути змінене, перероблене, переписане; майбутнє – це широкий діапазон можливостей, віяло потенцій, кожна з яких може перетворитися на дійсність.

Розглядаючи майбутнє як результат внутрішньої роботи особистості, спрямованої на створення безперервної особистісної історії, цілісності “Я”, перспективи життєвого шляху, процес особистісного самоздійснення можна описати як послідовну побудову певних життєвих завдань, розроблення способів їх вирішення, а також реалізацію обраних стратегій.

Згідно із словниками, завдання – це, по-перше, мета, до якої прагнуть; те, що хочуть здійснити; що необхідно здійснити; а по-друге, наперед визначений, запланований для виконання обсяг роботи, справа і т. ін. [Словник української мови, 1972; Словарь русского языка, 1981]. Таким чином, життєві завдання, пов’язані зі шлюбом та сім’єю, належать до інтенціональної сфери особистості і є тим механізмом, завдяки якому вона конструє своє сімейне майбутнє і визначає його значущі події.

Життєві завдання особистості уточнюють її шлюбно-сімейні домагання, які відображають спрямованість на певні шлюбно-сімейні цілі, інтереси та моделі, та операционалізують їх. Вони, з одного боку, окреслюють напрям самоздійснення особистості, що є для неї найбільш значущим на даному етапі життєвого шляху, а з другого, визначають тактику реалізації шлюбно-сімейних домагань, яка передбачає часові параметри їх реалізації. Адже домагання, які відрізняються від очікувань чи прагнень тим, що обов’язково спираються на готовність досягти бажаного майбутнього, не можуть бути здійсненими без покрокового планування та реалізації дій, що ведуть до кінцевої мети-задуму.

Шлюбно-сімейні домагання особистості – це комплекс її вигом, бажань, очікувань, надій, що переживаються людиною стосовно свого майбутнього шлюбу та сім’ї. Їхніми взаємопов’язаними складовими є домагання щодо шлюбного партнера, дітей, себе як

шлюбного партнера та взаємин усередині родини. Життєві завдання, являючи собою їх соціально-психологічне забезпечення, стосуються всіх складових домагання і моделюють, таким чином, уявлення про майбутнього шлюбного партнера, дітей, себе як шлюбного партнера та взаємини всередині родини, враховуючи при цьому соціальний контекст, ставлення оточення та ситуаційні зміни [Кляпець, 2007; Титаренко, 2007в].

Цілісність уявлень людини про своє майбутнє життя, що є передумовою цілісності самої особистості, досягається лише в процесі рефлексії нею свого минулого, теперішнього і майбутнього життя [Абульханова-Славская, 1981]. Психологічне утворення, в якому органічно поєднуються та інтегруються минуле, теперішнє та майбутнє особистості, називається особистісною транспективою життя [Ковалев, 1995]. Формуючи транспективу, особистість конституює свою перспективу (адже вона є її частиною), що не лише дає змогу створити, розкрити й примножити власні майбутні можливості, а й побудувати життєві завдання. Крім того, сформована, усвідомлена транспектива, цілісність лінії життя слугує для людини певним психологічним захистом від негативного впливу емоційно значущих факторів на шляху вирішення її життєвих завдань [Василькова, 2002].

Дослідники психології мислення визначають завдання як мету, співвіднесену з умовами, в яких вона виникла [Леонтьев А. Н., 1977]. Таким чином, з одного боку, підкреслюється зв'язок завдання із ситуативними чинниками, а з другого, його роль у структуруванні часу життя особистістю: у життєвому завданні сходяться в одну точку майбутнє (“мета”) і минуле з теперішнім (“умови, в яких вона виникла”). Отже, можна сказати, що життєві завдання являють собою каркас особистісної транспективи, вони є тією червоною ниткою, що проходить крізь неї та надає їй глибинного смислу.

Здатність людини до організації свого життя пов'язана з вищими проявами людини як суб'єкта життєдіяльності. Суб'єктне ставлення до власного майбутнього переводить людину в активну позицію щодо власного життя, робить її автором, який власноруч здійснює життєтворення, конструює своє життя та себе в ньому. Зрозуміло, життя іноді складається незалежно від самої людини, і в ньому трапляються події, які нам залишається тільки прийняти.

Але саме це і визначає можливість розвитку людини як суб'єкта власного життя. Авторське, суб'єктне ставлення до життя проявляється, коли особистість, долаючи складні обставини і важкі життєві ситуації, не розчиняється в потоці швидкоплинних ситуацій, життєвих труднощів і миттєвих бажань, а й далі цілеспрямовано, наполегливо вирішує життєві завдання, не випускаючи з поля зору своїх головних життєвих цілей.

Дослідники вважають, що особистість стає здатною організувати своє життя, досягнувши певного рівня розвитку [Колесников, 2000; Рубинштейн, 1940], і не всім дається здатність регулювати його хід, вибирати і здійснювати свій шлях самореалізації.

Можна розглядати два крайніх варіанти позиції особистості стосовно власного майбутнього [Менегетти, 1996]. Перший варіант характеризується несвідомим ставленням до свого життя, сприйманням його як чогось такого, що принципово не може бути контрольованим. Така людина не бачить цілісності життя, взаємозв'язку минулого, теперішнього та майбутнього, а виділяє в ньому лише окремі яскраві події, не дуже пов'язані одна з одною. Ставлення до майбутнього в цьому випадку важко назвати суб'єктним, а діяльність, спрямовану на його конструювання, – свідомою і творчою. Тому сімейне життя така особистість сприймає як потік явищ, у який вона втягнута і якому повинна підкорятися, не відчуваючи себе здатною впливати на його хід. Тож її життєві завдання, зокрема пов'язані із сімейною сферою життя, виявляються цілком зовнішньообумовленими.

Життєва стратегія людей, що поділяють іншу позицію стосовно власного майбутнього, характеризується усвідомленням життя як цілісного процесу. Сформована транспектива, характерна для них, зумовлює активну позицію у творенні майбутнього в сімейній сфері. Така позиція проявляється в тому, що особистість, маючи усвідомлений, чіткий образ бажаного варіанта сім'ї та конкретне уявлення про сімейні взаємини, яким вона надає перевагу, уже в теперішньому його закладає, докладаючи всіх можливих для цього зусиль. У цьому випадку людина активно творить своє майбутнє, дійсно керує ходом свого сімейного життя, створюючи, організуючи його, будуючи життєві завдання, які враховують соціальні умови, а за основу мають внутрішній потенціал, особистісні потреби та ресурси.

Між цими двома варіантами позиції можна виділити ще багато перехідних форм, де суб'єктність у ставленні до свого майбутнього має різну силу звучання.

Серед характеристик суб'єктної позиції в побудові особистості власного сімейного життя слід назвати активність, ініціативність, готовність до дій, спрямованих на досягнення поставлених цілей та вирішення життєвих завдань, пов'язаних із сім'єю. Рішення без активності, спрямованої на його реалізацію, не може втілюватися в життя. Тому невіддільною від постановки життєвих завдань є воля, що сприяє їх утіленню.

Волю вважають тим мотиваційним процесом, що ініціює дії людини, а також зумовлює їх вибір та поточну регуляцію. Вона спрямована на здійснення намірів особистості; її функціями, окрім ініціації дій, є подолання перешкод, а реалізуються вони завдяки оцінці подій та передбаченню майбутнього. Суттю вольової поведінки є те, що людина стає здатною підпорядковувати свою поведінку свідомо поставленим життєвим завданням, навіть якщо вони суперечать її безпосереднім бажанням.

Те, як саме людина прямує до своїх життєвих завдань, А. Адлер називає її життєвим стилем [Адлер, 1997]. Центральною властивістю життєвого стилю людини, що здебільшого визначає ефективність її життєдіяльності, є вольові якості, тому їхній достатній розвиток зумовлює цілеспрямованість, з якою людина рухається до вирішення своїх життєвих завдань, пов'язаних зі шлюбом та сім'єю, її наполегливість у подоланні сімейних труднощів та прагнення побудувати життєвий шлях бажаним чином.

Недостатній розвиток вольових якостей детермінує низьку цілеспрямованість, ухиляння від постановки життєвих завдань, схильність відступати, коли трапляються якісь труднощі. Саме ці люди "складають" руки і просто плывуть у потоці сімейного життя, а у важких ситуаціях обирають такий довгий обхідний маневр, що взагалі не досягають бажаного, випускаючи своє головне життєве завдання з фокуса уваги.

Пригадаймо народні казки: у багатьох із них на головного героя очікують серйозні випробовування. Небезпека підстерігає його на кожному кроці. Але в результаті пригод, з яких герой достойно виходить, проявляючи неабияку волю, він стає сильнішим і міцнішим, досягає поставленої мети і, урешті-решт, знаходить своє щас-

тя. Випробовування ж тільки загартовують його і допомагають розкрити внутрішні ресурси.

Отже, свідоме управління сімейним життям, постановка та ієрархізація життєвих цілей, вироблення шлюбно-сімейних домагань, побудова життєвих завдань та їх вирішення нерозривно пов'язані з вольовою саморегуляцією особистості. Саме воля є силою, що надає життєвим завданням життєвості, спонукає особистість уперто добиватися бажаного, досягати того, чого вона вважає себе насправді гідною.

На думку А. Адлера, кожна людина від часу народження має три основні життєві завдання: професійне, дружби (співробітництва) та кохання [там само]. Ці глобальні завдання не орієнтовані на результат, вони не мають завершення, їх неможливо остаточно вирішити (адже самоздійснення – нескінченний процес), до них не може бути застосовано категорію часу і терміну “вирішення”. Моє життєве завдання створити гармонійну та щасливу сім'ю, побудовану на коханні, я зможу оцінити як вирішене чи ні, мабуть, тільки в кінці життя, коли побачу його одразу все: від початку до кінця. Тому успішність мого самоздійснення в сімейній сфері визначається постійністю руху до нього як до мети.

Але життєвий шлях складається з етапів. І в кінці кожного з них я переживаю відчуття реалізованості себе. Наприклад, розпочавши спільне життя із шлюбним партнером, я вирішила своє життєве завдання на даному етапі – взяла шлюб з коханим чоловіком. І деякий час відчувала себе реалізованою в сімейній сфері.

Відчуття реалізованості не є тривалим. Новий життєвий етап розпочинається з актуалізації нового життєвого завдання, що його ініціює і наповнює змістом. Це нове завдання зазвичай логічно пов'язане з попереднім і визначається глобальним життєвим завданням.

Це схоже на те, як один мій знайомий поет описує свою творчу діяльність: “Пишеш, пишеш, пишеш... І ось, нарешті, виписався. Здається, ось воно, щастя – відчуття повної самореалізованості, але ні: уже на завтра душа нудиться, і знову немає спокою, знову лізуть у голову образи, які необхідно «опредметнити»”.

Отже, рішення основних життєвих завдань потребує побудови, вирішення та верифікації менш глобальних завдань, які, враховуючи можливості та обмеження, постійно уточнюють шлях осо-

бистісного самоздійснення людини, коригують його та перетворюють лінію саморозвитку особистості з імовірної в реальну. Саме вони співвідносяться з категорією часу і змінюються відповідно до трансформацій у внутрішньому світі і зовнішніх обставинах, диктуючи що і коли треба зробити для того, щоб у результаті самореалізуватися.

Аналіз складу завдання, проведений в експериментальній психології та психології мислення [Фридман, 1977; Балл, 1990], дав змогу виділити в життєвому завданні такі компоненти:

- 1) умови, в яких виникло та має бути вирішене завдання, та чинники, що впливають на цей процес;
- 2) модель потрібного майбутнього, мета вирішення завдання;
- 3) сукупність дій та операцій, які потрібно виконати над умовами завдання, щоб досягти потрібного майбутнього.

Таким чином, самоздійснення особистості в сімейній сфері можна визначити як процес послідовного вибудовування життєвих завдань, пов'язаних зі шлюбом та сім'єю, а також розроблення тактики їх розв'язання з метою реалізації головних життєвих завдань, загальної концепції життя.

Що є цією концепцією життя?

Східна філософія називає це призначенням і стверджує, що ухилення від нього, його ігнорування загрожує людині особистісним нещастям та марністю життя взагалі. Адлер, погоджуючись із східними філософами, вважає, що концепція життя людини – це її головна життєва мета, те, заради чого вона прийшла в цей світ і що повинна здійснити. Психологи французької школи PRH-аналізу вважають, що ядром особистості є сутність. І головна концепція життя людини полягає в постійному пізнанні себе, усвідомленні своєї сутності, тієї діяльності, що є для неї природною, задля повної самореалізації.

Представники наративної психології, що засновується на ідеях пост-модернізму, стверджують, що “Я” перебуває в процесі постійного взаємообміну з іншими; воно є плинним і множинним, а сутності як якогось обтягнутого шкірою контейнера, наповненого застиглим змістом і ресурсами, узагалі не існує [Фридман, Комбс, 2001]. Ми щодня, щомиті, взаємодіючи із соціальним середовищем, конструємо, створюємо не тільки історії свого життя, а й самих

себе. Тож єдиної концепції на все життя бути не може. Протягом життєвого шляху ми можемо створити безліч історій життя, безліч концепцій, і всі вони будуть “істинними” та “загальними” за умови відповідності особистісним смислам, що поділяються нами на той час.

Отже, концепцію життя можна визначити як таке бачення життя і себе в ньому, яке, виходячи з актуальної неієрархічної системи особистісних смислів, спирається на внутрішній потенціал людини та її життєвий досвід, визначає те, як саме вона інтерпретує життєві ситуації, в яких опиняється, та зумовлює її сьогodнішню поведінку й діяльність задля ефективного самоздійснення. Усвідомлення концепції життя необхідне для того, щоб досягати понад те, що можливо в кожній конкретній сімейній ситуації, долати проблеми і труднощі теперішнього завдяки постулюванню мети майбутнього. Маючи перед очима цю конкретну мету, усвідомлюючи свої життєві завдання, людина почувається спроможною долати будь-які проблеми, бо її діяльність має сенс [Адлер, 1997].

Вірність собі, будучи базовою передумовою ефективного самоздійснення в сімейній сфері, таким чином, перестає бути чіплянням за себе вчорашнього; вона засновується на постійному самопізнанні та саморозвитку і є ознакою особистісної динамічності, гнучкості.

Жорстка фіксація на своїх життєвих завданнях, невміння враховувати зовнішні чинники (якими, до речі, є і життєві завдання шлюбного партнера), гнучко пристосовувати свої завдання до внутрішніх і зовнішніх змін звужують бачення особистістю свого майбутнього. Крім того, жорсткість життєвих завдань визначає неприйняття інших поглядів на сімейне самоздійснення та нав'язування своїх думок і принципів іншим. Така людина не бачить альтернативних шляхів, не приймає чужих поглядів і дратується, якщо її близькі роблять не так, як, на її думку, треба, чи роблять це не одразу. Усе це стає чинником внутрішньосімейних конфліктів та дегармонізації взаємин у сім'ї.

Широкий, багатоваріантний модус життєздійснення є одним з найважливіших показників психічного здоров'я. Це підтверджує емпіричне дослідження Е. І. Кологривової, яка виявила, що суб'єктивно благополучні люди до майбутнього ставляться гнучко і мають зазвичай високу здатність до прогнозування [Кологривова,

2007]. Отже, можемо припустити, що їхні завдання є гнучкими та охоплюють широкий спектр подій, а це дає змогу адаптуватися до умов життя в разі неможливості реалізувати деякі з них.

Уперше особистість набуває здатності будувати життєві завдання, пов'язані зі шлюбом та сім'єю, в юнацькому віці. Цю думку підтверджує більшість дослідників, які дійшли висновку, що тільки в юнацькому віці розвиток вольових якостей, часової перспективи та здатності прогнозувати майбутнє досягає рівня, достатнього для ефективного планування людиною свого майбутнього [Кон, 1980; Виногородський, 1999; Регуш, 2003].

Основним новоутворенням юнацького віку є життєве самовизначення як у професійній, так і в сімейній сфері. Самовизначення в сімейній сфері передбачає таку самодетермінацію особистості, в якій ключову позицію займає детермінація образом майбутнього сімейного життя – цілями, планами та завданнями. Результатом самовизначення є усвідомлення власних шлюбно-сімейних домагань та побудова значущих життєвих завдань, пов'язаних із сімейними перспективами особистості і необхідних для ефективного самоздійснення в сімейній сфері [Кон, 1980].

Процес особистісного самоздійснення в різні вікові періоди проявляється по-різному:

- як гарне самопочуття (до 1,5 року);
- як переживання завершеності дитинства (12–18 років);
- як реалізація потенціалу (у зрілості);
- як виконаність (у старості) [Маслоу, 1999].

Отже, потреба в сімейному самоздійсненні, будучи властивою кожній людині від самого народження, набуває форми свідомої реалізації потенціалу, коли вона досягає віку приблизно 18 років. Саме в цьому віці спрямованість до самореалізації стає лейтмотивом життєдіяльності та означається відповідними життєвими завданнями.

Ставити перед собою життєві завдання, пов'язані із сім'єю, особистість стає здатною в юнацькому віці, адже нижня вікова межа можливого виявлення повноцінних актів самоактуалізації теж лежить у цьому віковому відрізку. За таких умов стає можливим перехід юнака чи дівчини від фантазування та мрій, домінуючих у дитинстві, до складання реалістичних життєвих планів, побудови

життєвих завдань і спроб їх реалізації через багатокрокові стратегії і саморегуляцію [Вахромов, 2001].

Ставлячи життєві завдання, пов'язані зі шлюбом та сім'єю, молода людина може враховувати або не враховувати віддалені наслідки прийнятого рішення. Якщо вона не бачить цілісності свого життя, не усвідомлює детермінації майбутнього теперішнім і минулим, її транспектива не сформована і вона не здатна враховувати наслідки своїх виборів. У такому випадку вибір шлюбного партнера та інші вибори в сімейній сфері життєдіяльності, як досить конкретний життєвий план, не визначатимуться віддаленими життєвими цілями, вони не будуть частиною цілісної концепції життя. Коли цей конкретний життєвий план реалізується, молода людина опиниться в ситуації невизначеності і перед нею постануть питання: Чи насправді мені це було потрібно? Чи саме це? Чи саме зараз? Чи ця людина і є моєю другою половинкою?

Для того щоб шлюбно-сімейні завдання ставали чинниками сімейного самоздійснення, необхідно виходити не тільки з найближчої перспективи, а й враховувати віддалені життєві цілі, які можуть реалізуватися завдяки їм. Молоді люди повинні усвідомлювати як позитивні, так і негативні наслідки своїх виборів і на основі об'єктивної інформації, враховуючи свої внутрішні ресурси, приймати виважені рішення, від яких залежить їхнє подальше життя. Тільки завдання, що продукують одночасно бажане і ймовірне майбутнє, є адекватними та оптимальними [Титаренко, 2007в].

Недостатня усвідомленість наслідків життєвих завдань, пов'язаних із сім'єю, розмитість уявлень юнаків і дівчат про перспективи майбутнього сімейного життя можуть призводити до психологічної небезпеки, результатом чого стають неоптимальні шлюбні вибори, дисгармонійні, конфліктні шлюбно-сімейні взаємини, підвищена стресогенність сімейного життя та, в кінцевому підсумку, неефективне сімейне самоздійснення.

Адекватність життєвих завдань молоді і, відповідно, ефективність самоздійснення особистості в сімейній сфері багато в чому визначаються батьківським вихованням. Згідно з Адлером, головні життєві завдання вимальовуються вже в ранньому дитинстві і з того часу поступово формується здатність їх вирішувати. Саме в дитинстві слід шукати відповідь, чому іноді люди випускають своє життєве завдання з фокуса уваги, збиваються на другорядне та

придумують собі безконечні проміжні фініші. Сформовані батьками відчуття незахищеності, недовіра до себе, песимізм у ставленні до власного майбутнього зумовлюють ухиляння в дорослому житті від процесу побудови та вирішення життєвих завдань [Адлер, 1997].

К. Горні погоджується з Адлером і говорить про те, що невротичне “ховання голови в пісок” провокують батьки, не виховуючи в дітях внутрішньої сили [Horney, 1993]. Саме батьки багато в чому визначають, чи буде дитина в майбутньому дослухатися до своїх бажань та потреб, наскільки вона буде враховувати власний потенціал у створенні свого майбутнього, у побудові життєвих завдань, у тому числі шлюбно-сімейних.

Сім'я – це той первинний осередок, у якому починається і відтак триває життя дитини. За сприятливих умов дитина набуває в сім'ї початкових моральних знань, прилучається до міжособистісних відносин, що сприяє її соціалізації, готується до адекватного входження в інші мікрогрупи та макросоціум у цілому, формує свої шлюбно-сімейні домагання та вчиться ставити завдання.

Несприятливі умови, що характеризуються деструктивністю шлюбно-сімейних домагань батьків, неадекватністю їхніх життєвих завдань, психологічно нездоровими взаєминами всередині родини, поєднані із завищеною залежністю молоді від батьківських уявлень про шлюб (патерналізмом), можуть ставати суттєвою перепорою для розвитку здатності молодої людини висувати адекватні, конструктивні життєві завдання, пов'язані із сім'єю.

Несприятливим для якості “озадачування” молоді щодо сімейного життя є також зниження життєвого рівня, що тією чи іншою мірою стосується більшості сучасних українських сімей. Зменшення доходів призводить до обмеження матеріальних ресурсів, які сім'я може використати на дитину. Водночас у зв'язку з необхідністю працювати за сумісництвом чи десь підробляти відбувається перерозподіл вільного часу дорослих. Батьки вже не мають можливості приділяти дітям достатньо уваги, час міжособистісного спілкування батьків з дітьми суттєво скорочується. Що більше дорослішає дитина, то більше зростає відстороненість батьків від неї, що доволі часто стає джерелом непорозумінь, недовіри, конфліктів.

Ця ситуація, з одного боку, зумовлює зростання у свідомості молоді таких цінностей, як власність, багатство, матеріальна забез-

печеність тощо. Згідно з дослідженнями, матеріальні цінності вже наближаються за значущістю до таких цінностей, як здоров'я та сім'я [Хазратова, 2000]. А з другого боку, діти втрачають можливість спостерігати, яким чином батьки ставлять та вирішують життєві завдання, пов'язані зі шлюбом та сім'єю. Але тільки своїм власним прикладом батьки можуть навчити дітей будувати життєві завдання на основі внутрішньої сили та впевнено долати труднощі на шляху їх вирішення, планувати сімейне майбутнє, розвивати та розкривати свій потенціал на шляху перетворення цих планів у дійсність.

Отже, побудова життєвих завдань, пов'язаних із сім'єю, – це спосіб структурування особистістю свого майбутнього в сімейній сфері, за допомогою якого вона може передбачити бажані події сімейного життя. Адекватність життєвих завдань особистості, які є соціально-психологічним гарантуванням її шлюбно-сімейних домагань, – неодмінна передумова ефективного самоздійснення особистості в сімейній сфері. Життєві завдання формуються під батьківським впливом з раннього дитинства, але здатність особистості будувати життєві завдання, пов'язані із сім'єю, є надбанням юнацького віку.

Чинники формування життєвих завдань особистості, пов'язаних зі шлюбом та сім'єю. Формування життєвих завдань людини, пов'язаних зі шлюбом та сім'єю, відбувається в процесі взаємодії вимог соціуму щодо розвитку особистості в сімейній сфері та її смисложиттєвих значущих потреб (у безпеці, коханні та належності, у повазі та самореалізації). Потреба в чомусь переживається людиною як нестача чогось. Про те, що нам чогось не вистачає, свідчить певне внутрішнє напруження: у разі актуалізації потреб людина переживає внутрішню напругу, яка примушує її проблематизувати своє життя та шукати задоволення [Лановенко, 2004; Титаренко, 2007б].

Деякі із психологічних потреб особистості з часом можуть оформитися у шлюбно-сімейні домагання особистості (за умови, що вони є значущими для людини і вона готова докладати зусиль, щоб їх задовольнити) та конкретизуватися в життєвих завданнях, пов'язаних зі шлюбом та сім'єю. Але не завжди потреби перетво-

рюються на життєві завдання людини. Іноді вони так і залишаються мріями, надіями, фантазіями тощо.

Для того щоб, наприклад, потреба в коханні перетворилася на життєве завдання, необхідно, щоб я була в контактi зі своїм внутрішнім світом, правильно зважувала свій потенціал, розуміла себе, знала і враховувала свої можливості та обмеження. Тоді, оцінюючи ймовірність задоволення цієї потреби як достатньо високу, я ставлю перед собою життєве завдання та продумую шляхи його вирішення, встановлюючи приблизні терміни реалізації своїх дій та можливі варіанти поведінки у випадку невдачі.

Реальні дії, спрямовані на вирішення життєвого завдання, пов'язаного зі шлюбом та сім'єю, викликають почуття задоволеності, завершеності, реалізованості, оскільки послаблюється стан внутрішньої напруженості, зумовлений актуалізацією потреби. Проте не завжди це почуття має однозначно позитивне забарвлення, бо паралельно із цим кроком відбувається верифікація отриманого, оцінювання на відповідність тій потрібній моделі сімейного майбутнього, в рамках якої він був зроблений [Лановенко, 2004]. За допомогою цієї інформації (за умови прийняття відповідальності за своє життя) ми маємо можливість скоригувати наступні кроки на життєвому шляху та внести при цьому необхідні для реалізації своєї концепції життя корективи.

Реалізуючи своє прагнення бути самою собою, людина бере у свої руки керівництво власним життям і поведінкою, поступово наближаючись до побудови тих сімейних завдань, які вона хотіла б вирішити. Відповідально керувати собою означає з усіх можливостей вибирати найбільш значуще, підходяще для себе, а потім вчитися на наслідках свого вибору. Як бачимо, усвідомлення шлюбно-сімейних домагань та побудова адекватних життєвих завдань, пов'язаних із сім'єю, сприяють інтеграції особистості та її розвитку.

Суспільство впливає на вироблення особистістю життєвих завдань через соціальні норми, правила, стереотипи. Вплив групових норм на життєві завдання особистості, пов'язані зі шлюбом та сім'єю, важко переоцінити. Адже кожний з нас співвідносить себе з існуючими в суспільстві стандартами та оцінює згідно з ними практично всі свої вчинки та наміри.

Соціальні норми, штампи, стандарти, часто являючи собою оптимальний (на час їх конструювання!) алгоритм дії в певних ситуаціях, вироблений на основі життєвого досвіду багатьох людей, дають нам змогу не напружуватися зайвий раз під час побудови чи вирішення якихось життєвих завдань, знову і знову вигадуючи велосипед. Будучи спільним творінням багатьох людей, яке вдосконалювалося протягом життя не одного покоління, соціальні норми допомагають нам творити своє життя поруч з іншими людьми і спільно з ними, регулюючи колективне співжиття, яким є наше перебування в соціумі.

Але жорстка фіксація на нормах і стандартах, запропонованих суспільством та культурою, неможливість критично подивитися на них, побачити їх ніби “збоку”, відмежуватися від них у тих ситуаціях, що вимагають нових креативних рішень та свіжих поглядів, стають перешкодою в особистісному розвитку та самоздійсненні в будь-якій сфері життя – від професійної до сімейної. Ми стаємо схожими на розбійника Прокруста, який розважався тим, що, підганяючи зріст випадкових зустрічних під розмір свого ліжка, відрубав їм ноги та голови, якщо вони були довші, та розтягував їх, якщо вони були коротші за його “норму”. Прокрустове ложе – яскравий приклад небезпечної схильності міряти все і всіх однією міркою, відмовляючись від того, що в неї не “вписується”, навіть якщо воно могло б бути кращим, продуктивнішим, ефективнішим тощо.

Суспільство постійно транслює свої уявлення про “нормальне” життя, і ми поглинаємо їх від самого свого народження. “Нормальне” життя ми бачимо в рекламі і фільмах, газетах і книжках, його образ “зчитуємо” із життя друзів, колег, сусідів та знайомих. Нав’язування часом непомітне, а часом воно набуває форми насилля, і тоді ще не одружені жінка чи чоловік можуть почути: “Ти ще заміж не вийшла?”, “Тобі вже ... років, що ти собі думаєш? Час взятися за розум, одружитися та завести діточок!”, “Я у твої роки вже двох дітей виховувала!”, “Чому це в тебе немає нареченої? З тобою все гаразд?”.

Переживання своєї неповноцінності, ненормальності, несхожості, часто накладені в такій ситуації на почуття самотності, викликають неабиякі страждання та потребують великої мужності. Яким може бути вихід з такої ситуації? Поставити перед собою за-

вдання створити сім'ю та народити дітей? Тільки якщо це відповідає власним потребам, бажанням, а також можливостям. Адже іноді бездітність є не свідомим вибором, а великим горем... Якщо ж створення сім'ї являє собою просто конформну реакцію на груповий тиск, родина сприйматиметься як ярмо, свідчення своєї особистісної слабкості. Навряд чи в такому випадку може йтися про сімейне щастя.

Приймаючи (або відторгаючи) соціальні норми, ми свідомо чи неусвідомлено враховуємо власні індивідуальні мотиви, життєві прагнення та індивідуально-психологічні особливості. Таким чином, складна взаємодія зовнішнього і внутрішнього стає тлом формування індивідуальних норм, що відіграють роль "маяків" у ході побудови особистістю шлюбно-сімейних домагань та завдань, пов'язаних із сім'єю.

Отже, чинники формування життєвих завдань, пов'язаних зі шлюбом та сім'єю, умовно можна поділити на зовнішні (соціальні норми) і внутрішні (особистісні потреби та бажання, потенціал), складна взаємодія яких запускає процес сімейного самоздійснення особистості завдяки активному впливу на її внутрішній час. Співвідношення внесків кожного із цих чинників у визначення життєвих завдань людини та регуляцію її поведінки залежить від особистісної зрілості. Життєвим процесом психологічно незрілих осіб керують більшою мірою соціальні норми. Такі люди одружуються, народжують дітей, заводять коханок тощо, щоб бути не гіршими за інших. Їхні шлюбні вибори є інфантильними, а життєві завдання – зовнішньообумовленими.

Особистісно зріла людина вибудовує сімейне життя, спираючись більшою мірою на внутрішній потенціал і потребу самоздійснитися в сімейній сфері. Вона дослухається до своїх бажань та приймає виважені, відповідальні рішення, тому її шлюбні вибори є оптимальними, а життєві завдання, пов'язані із сім'єю, адекватними; вони засновуються на внутрішньому потенціалі особистості та враховують зовнішні умови.

Чому в людини часом формуються неадекватні життєві завдання?

К. Горні вважає, що основною властивістю невротичних осіб є переживання тривоги стосовно власного майбутнього. Щоб досягти хоча б нетривалого заспокоєння, невротична особистість може

скористатися двома способами. Перший – це пошук кохання, любові та прихильності, другий – пошук влади, престижу та грошей [Horney, 1993].

Бачимо, що ці способи дещо нагадують життєві завдання, описані Адлером. Напрошується висновок: виділені Горні способи заспокоєння невротиками свого страху перед життям є тими самими життєвими завданнями людини, але деформованими внаслідок переживання нею тривоги. Виходить, що несформованість у дитинстві базової довіри людини до світу, хронічна незадоволеність її потреб у захищеності, любові, емоційному теплі, прихильності зумовлюють переживання нею тривоги, ненависті, неповноцінності, непотрібності, детермінують неможливість формування адекватних, конструктивних життєвих завдань.

У цьому випадку природна потреба особистості самоздійснитися в коханні та в дружбі, налагодивши продуктивні взаємини зі значущими іншими та створивши сім'ю, перетворюється на невротичну схильність до побудови залежних, деструктивних взаємин з оточенням, а спрямованість реалізувати свій потенціал у професійній діяльності перетворюється на нав'язливий пошук можливості бути вищою за інших та самостверджуватися за допомогою влади, статусу чи грошей.

Узагалі неадекватність, деструктивність життєвих завдань завжди пов'язана з якимись значущими перешкодами в розвитку особистості, коли суб'єктність у процесі свого становлення пошкоджується та формується травмованою, викривленою. Наприклад, незадоволення в дитинстві потреби в коханні та прихильності, потреби в повазі може призвести до невміння в дорослому віці будувати здорові шлюбно-сімейні взаємини, до того, що головними життєвими завданнями такої людини в сімейній сфері можуть стати приниження партнера, самоствердження за його рахунок, підкорення його особистості, неповага до його особистісної території (“Ти повністю належиш мені!”).

Пошкоджена суб'єктність може проявлятися і в схильності до підкорення іншому, узалежненні від нього. Адже відомо, що адиктивність – риса особистості, що формується з раннього дитинства [Кляпець, 2006]. У процесі дорослішання ця особистісна властивість закріплюється, і в підсумку отримуємо особистість, схиль-

ну до залежності. При цьому її наркотиком може бути що завгодно – від героїну чи алкоголю до шлюбного партнера.

Феномен шлюбної залежності констатується тоді, коли людина зберігає взаємостосунки зі шлюбним партнером ціною порушення своїх меж, придушення власних почуттів та ігнорування своїх потреб задля потреб іншого. Коли, незважаючи на те, що таке життя її не задовольняє і, більше того, завдає неабияких страждань, людина боїться втрати партнера, вона не розриває шлюбно-сімейні взаємини, а лише накопичує образи та розчарування, переживаючи повну безпорадність.

Однією із сутнісних відмінностей між особами, здатними на здорові шлюбно-сімейні взаємини, та особами, схильними до залежності, є те, що перші автономні, цінують свій розум, свої здібності, власну особистість. Самі цінують, а не чекають, коли їх оцінить хтось інше. Ці люди усвідомлюють свої життєві домагання, сміливо висувають завдання, пов'язані зі шлюбом та сім'єю. Для них не буде проблемою скласти план життя на найближчі 5 років – вони мають розвинуту здатність до прогнозування і готові докладати активних зусиль для реалізації плану свого життя [Москаленко, 2006].

Людина, схильна до залежності, не бачить майбутнього без партнера взагалі. Вона відмовляється від власних життєвих завдань, не тільки сімейних. Її основним завданням стає підтримка взаємин з об'єктом своєї залежності. Цьому вона може присвятити все своє життя, не жалкуючи ані сил, ані часу. Зрозуміло, за таких умов ефективність її самоздійснення опиняється під великим знаком питання.

Самовизначення – це одночасно і самообмеження [Кон, 1980]. Якщо людина не може відмовитися від чогось заради втілення свого життєвого завдання – воно не є адекватним [Титаренко, 2007б]. Адже вибір – це завжди відмова від чогось іншого. Вибрати – означає залишити для себе один варіант серед багатьох інших. Обираючи чоловіка, я автоматично відмовляюся від інших залицяльників. Обираючи вагітність та народження дитини, я автоматично відкладаю свої кар'єрні домагання на потім, коли це буде більш доречним (чи змінюю їх відповідно до життєвої ситуації, яка склалася).

Намагання досягнути неосяжне може бути пов'язаним із переоцінкою своїх можливостей (“я все всюди встигну”), недостатнім саморозумінням (“чого ж я все-таки хочу?”), неможливістю визначитися з пріоритетами (“що для мене зараз найважливіше?”), безвідповідальністю (“якось буде, усе саме владається”) та іншими проблемами розвитку суб'єктності.

Ще одним чинником вироблення особистістю неадекватних життєвих завдань, пов'язаних зі шлюбом та сім'єю, є перфекціонізм. Термін “перфекціонізм” походить від англійського perfectionism, що в перекладі на українську означає прагнення до досконалості. Перфекціонізм, з одного боку, розглядається як ціннісна особистісна властивість, диспозиція, оскільки вона пов'язана з постановкою і досягненням позитивних, соціально схвалюваних цілей, а з другого боку – його надмірність суттєво шкодить сімейному самоздійсненню, бо примушує людину намагатися робити все якнайкращим чином, так щоб усе було ідеальним, тому думка про можливий провал узагалі паралізує її активність [Кляпець, 2006].

Перфекціонізм у сімейному житті – стан, коли людина, потерпаючи від хронічного невдоволення собою, намагається все зробити якнайкраще... ще краще... ще краще – і так до безконечності. А задоволеність результатом не досягається. “Самооцінка – це схильність людини переживати себе як здатну вирішувати свої життєві завдання, її впевненість у тому, що вона заслуговує на щастя”, – зазначає Наталі Бренден [Branden, 1992]. Брак позитивного ставлення до себе, невпевненість у собі викликають постійну потребу у схваленні своїх дій шлюбним партнером, формують жертвовну позицію щодо нього і дітей (“Я йому присвятила все своє життя, а він, невдячний...”).

Перфекціонізм розглядають не як самостійне порушення, а як один із симптомів загального особистісного неблагополуччя, породженого спотворенням соціалізації. Його неможливо подолати без принципової перебудови всієї системи цілей і цінностей, прагнень і мотивів, яка формується роками й не змінюється миттєво [Гуляс, 2006].

Іншою перепоною для вироблення адекватних життєвих завдань особистості, пов'язаних із сім'єю, а відтак їх вирішення є такий різновид залежності, як трудоголізм. Він часто пов'язаний з перфекціонізмом і проявляється в тому, що праця в цьому випадку

стає свого роду “захистом”, спробою втекти від тих труднощів і проблем, які виникають у житті.

Трудоголізм залежно від того, у якій сфері він виник, може бути професійним (проявляється в патологічній зануреності в трудову діяльність) і домашнім (патологічна зануреність у сімейну сферу життєдіяльності). У випадку професійного трудоголізму сімейна сфера життя людиною просто нехтується, у випадку трудоголізму домашнього життєві завдання, пов’язані зі шлюбом та сім’єю, можна сформулювати приблизно таким чином: жертвуючи своїми особистими інтересами та професійними домаганнями, робити вдома *все* самому і *найкращим чином*, весь свій час присвятити сім’ї та її добробуту.

Звуження життєдіяльності до однієї сфери, характерне для трудоголізму, викликає хронічне відчуття незадоволеності собою та іншими (у тому числі членами сім’ї), призводить до виникнення і розвитку емоційного вигорання та інших психопатологій, а також ставить під сумнів здатність особистості вирішувати свої життєві завдання, бо неминуче тягне за собою викривлення, однобокість процесу особистісного самоздійснення.

Адекватність життєвих завдань, пов’язаних зі шлюбом та сім’єю, визначається також їхньою відповідністю віковим етапам розвитку особистості. Мабуть, кожний з нас може пригадати людей, що намагалися скоріше подорослішати. Такі люди, бажаючи дістати соціальне схвалення, ставлять перед собою завдання, неадекватні їхньому віку, які часто перевищують їхні можливості. Інші, навпаки, намагаються не дорослішати якомога довше, ретельно обходячи ситуації, де необхідно приймати виважені рішення та брати на себе відповідальність. Вони бояться бути схопленими на тому, що вже вирости, а нічого “вартісного” не досягли.

Життєві завдання, пов’язані зі шлюбом та сім’єю, на різних етапах життя можуть виглядати приблизно таким чином.

1. Дитинство. Сприймання, засвоєння та програвання (з братами, друзями чи сестрами, подругами) взаємин, існуючих у батьківській сім’ї, як своєрідного еталона шлюбно-сімейних взаємин.

2. Юність. Випробовування себе, своїх можливостей та обмежень. Пізнання себе, усвідомлення своїх особистісних особливостей, що можуть сприяти чи заважати побудові сімейних взаємин. Знайомства з хлопцями (дівчатами), поява романтичних

стосунків, усвідомлення своїх шлюбно-сімейних домагань. Шлюбний вибір, спроба побудувати взаємини бажаним чином.

3. Зрілість. Погодження власних шлюбно-сімейних домагань з домаганнями чоловіка (дружини). Розвиток шлюбно-сімейних взаємин відповідно до потреб і домагань. Народження та виховання дітей. Знаходження балансу між процесами особистісного самоздійснення в різних сферах свого життя.

4. Старість. Подальший розвиток шлюбно-сімейних стосунків відповідно до етапів сімейного життя (у цей час звичайно діти вже дорослі і створюють власні сім'ї). Допомога у вихованні онуків.

Зрозуміло, що побудова життєвих завдань особистості має індивідуальні особливості, що визначаються особистісним розвитком та життєвим досвідом людини, тому такий розподіл за віковими етапами є до певної міри приблизним. Але кожний етап особистісного розвитку характеризується своїми життєвими завданнями, і в ситуації, коли людина вирішує завдання, які більшою мірою відповідають попередньому етапу розвитку, можна констатувати її особистісну незрілість [Титаренко, 2007б]. Тобто для постановки та вирішення кожного життєвого завдання необхідно “дорости”, успішно вирішивши завдання попереднього життєвого етапу.

Наприклад, досить часто можна побачити, як тридцятирічний чоловік усе ще ніяк не може зрозуміти, яка ж жінка йому дійсно потрібна; він перебирає дівчат та випробовує свої сили, як і п'ятнадцять років тому назад. Або ж інший випадок: чоловік вимушений був одружитися (причини можуть бути різними: щоб бути “як усі”, тиск батьків, несподівана вагітність дівчини тощо), з'явилися діти, але його сімейне життя не є наслідком його свідомого бажання, відповідального вибору; тому тепер, хронічно відчуваючи свою незадоволеність шлюбом, він постійно “втікає” з дому (на роботу, до друзів, на рибалку, до інших жінок тощо). В обох випадках можна говорити про інфантильність, недостатній особистісний розвиток та неадекватність життєвих завдань, пов'язаних зі шлюбом та сім'єю.

Особистісна незрілість партнерів є чинником дисгармонійних взаємин у шлюбі, що призводить до розвитку шлюбної залежності, стає причиною подружніх зрад, негативно позначається на взаєминах з дітьми. Адже незрілий батько (як і незріла мати) не може ба-

чити в народженні дитини додаткову можливість для самоздійснення; він скоріше схильний сприймати дитину як істоту, що заважає йому нормально спати, віддаватися улюбленим справам, яка до того ж відволікає на себе любов й увагу його дружини та вимагає чималих коштів. Зрозуміло, що дитина, відчуваючи до себе таке ставлення, має небагато шансів вирости психологічно здоровою.

Отже, формування життєвих завдань людини, пов'язаних зі шлюбом та сім'єю, відбувається шляхом складної взаємодії вимог соціуму щодо розвитку особистості в сімейній сфері та її значущих особистісних потреб. Але провідна роль у конструюванні життя, зокрема в сімейній сфері, належить особистості, яка "пропускає" всі соціальні впливи через власну інтерпретативну "лінзу", що складається з її мотивів, особливостей емоційно-вольової сфери, індивідуально-психологічних властивостей тощо, а також надбань життєвого досвіду. Фрустрація базових психологічних потреб особистості, травмування суб'єктності під час розвитку зумовлюють неадекватність життєвих завдань особистості, пов'язаних зі шлюбом та сім'єю.

Роль життєвих завдань особистості в сімейному самоздійсненні. Традиційно ми сприймаємо сім'ю як місце, де завжди можна знайти кохання, розуміння та підтримку. Навіть якщо все навколо руйнується, сім'я – це фортеця, за мурами якої можна завжди знайти захист та набратися сил, щоб краще справлятися із життєвими проблемами.

В успішній сім'ї людське життя та людські почуття – найбільша цінність. Сутність створення життєздатної сім'ї в тому, щоб дати можливість усім її членам зайняти своє місце в житті і насолоджуватися ним. Сім'я – єдине місце на землі, де ми всі шукаємо гармонію – спокою для пораненої душі та натхнення для майбутніх справ. Сім'я є також місцем, де можна навчитися гармонії, створити умови для особистісного зростання, де можна реалізовувати себе, свій потенціал у найбільш сприятливих умовах, серед люблячих людей.

Спрямованість до самоздійснення як тенденція до повного розгортання необмеженого творчого потенціалу в сімейній сфері властива кожній людині. Вона проявляється в особистісній активності і відповідальності, здатності до своєчасних та оптимальних

шлюбно-сімейних виборів, у побудові адекватних сімейних завдань та їх вирішенні.

Кожна реалізована можливість розгортання життєвих планів, програм та завдань породжує нові ідеальні моделі потрібного сімейного майбутнього, виводячи особистість на новий етап розвитку, перетворюючи та поновлюючи її життєвий світ [Психологія особистості, 2001]. Побудова та вирішення адекватних життєвих завдань стають неодмінною передумовою появи та реалізації нових завдань, і так триває без кінця.

Особистісне самоздійснення людини в сімейній сфері можна визначити як здатність людини об'єктивувати багатство свого внутрішнього світу у внутрішньосімейних взаєминах; як її прагнення розвивати різні сторони особистості за допомогою і разом з іншими членами родини; як найбільш повну і вільну реалізацію людиною своїх можливостей, як постійне самоконститування.

Взаємозв'язок шлюбно-сімейних стосунків і самоздійснення особистості має далеко не однозначний характер і багато в чому визначається якістю взаємин, які складаються в сім'ї, особливостями членів родини, перш за все подружжя, їхніх уявлень про себе, оточення, сім'ю в цілому. Не потребує доведень теза про те, що найкращі умови для самоздійснення головним чином складаються в щасливій, гармонійній сім'ї.

Гармонійною сім'єю можна назвати сім'ю, яка відкрита для взаємодії з навколишнім світом і надає широкі можливості для творчого зростання кожному своєму члену. У такій сім'ї теплі емоційні стосунки, впевненість у коханні партнера поєднується з чітко визначеними правилами поведінки. Завдяки таким стосункам досягається повне прийняття членами сім'ї одне одним, кожному надається особистісна свобода, а спілкування будується на діалогічній основі [Кляпеч, 2006]. Можна сказати, що гармонійні стосунки – це союз, який постійно розвивається на основі самопізнання і пізнання іншого, це рівноправне партнерство, де метою і сенсом є ефективно самоздійснення кожного.

На противагу цьому особливістю дисгармонійних взаємин є інертність, ригідність стосунків. Раз спонтанно вироблений стиль фіксується і на довгі роки залишається незмінним. Цей стереотип стосунків якоюсь мірою стабілізує шлюб, хоча й не на гармонійній основі. Відносини у шлюбі є патологічно конфліктними, напруже-

ними, відчуженими. Залежність шлюбних партнерів один від одного, їхня особистісна незрілість та інфантильність, схильність використовувати маніпуляції негативно впливають на самоздійснення членів такої родини [там само]. Зони вразливості з часом перетворюються на зони надлому – безперервне або щораз сильніше порушення психологічної рівноваги в такій сім'ї неминуче призводить до зриву.

Дисгармонійну сім'ю будує психологічно неблагополучна особистість, соціалізація якої через блокування чи фрустрацію базових потреб у дитинстві була значною мірою спотворена. Це зумовлює її нездатність будувати адекватні життєві завдання, дисгармонійні ж взаємини унеможливають цей процес і надалі. Тобто “поранена” особистість, будуючи неадекватні життєві завдання у сфері шлюбу та сім'ї, створює дисгармонійні шлюбно-сімейні взаємини, які надалі перешкоджають їй будувати адекватні життєві завдання та ефективно самоздійснюватися в цій сфері. Таке собі замкнене коло, вирватися з якого без психологічної допомоги майже неможливо.

Особливістю гармонійного шлюбу є наявність кохання між шлюбними партнерами. Кохання – це стійке інтенсивне почуття, насичене різними емоційними переживаннями, яке відповідає стосункам спільності та близькості між людьми. Воно знаходить вираження в намаганні бути поряд з іншою людиною та готовності зробити все можливе для її благополуччя. Це форма людських взаємин, яка передбачає максимальну інтимну близькість між людьми. Кохання проявляється як розумний вибір, активна діяльність, що передбачає відповідальність за іншу людину, самого себе та взаємини.

Шлюб, що сприяє особистісному самоздійсненню, крім наявності кохання, характеризується балансом емоційних станів подружжя. Шлюбні партнери тут можуть забезпечувати один одному в потрібний час релаксацію чи мобілізацію, тобто надавати необхідну та своєчасну психологічну підтримку і прийняття. Вони відрізняються більш високим рівнем емоційної зрілості і здатні відокремити, диференціювати свої *хочу, можу і треба*, тобто їхні життєві завдання враховують власні бажання, потенціал та зовнішні вимоги, а отже, є адекватними. Подружжя тут спільно встановлює оптимальний ступінь взаємної автономії і прийняття відпові-

дальності, розрізняє ті почуття, що вони відчують, очікують та передбачають. В іншому випадку спостерігається нездатність до такого розрізнення, такої диференційованості і внаслідок цього – небажання і нездатність приймати відповідальність, що, безумовно, негативно відбивається на ефективності самоздійснення шлюбних партнерів.

Ще однією особливістю гармонійного шлюбу, що впливає на ефективність самоздійснення в сімейній сфері, є узгодженість життєвих завдань партнерів.

Як поєднуються життєві плани двох людей? Наприклад, для жінки актуальним життєвим завданням, неодмінною умовою її самоздійснення є потреба реалізуватися в ролі матері. Якщо поява дитини сприймається на цьому етапі життя як життєве завдання і її чоловіком, то сімейні взаємини стають перспективними, а партнерів об'єднує спільна мета. Якщо ж актуальні життєві домагання чоловіка обмежуються лише професійною сферою, а дитину він не розглядає як цінність, то життєві завдання шлюбних партнерів опиняються у конфлікті, що нерідко призводить до розпаду сім'ї. Таким чином, подібність життєвих завдань шлюбних партнерів (не тільки в сімейній сфері) є важливим чинником успішності шлюбу.

Сімейна пара психологічно зростає, коли партнери ставлять перед собою спільні життєві завдання. Адже кохати не означає весь час дивитися один одному в очі – важливіше дивитися в одному напрямку, мати спільну мету. За цієї умови взаємини розвиваються, при цьому їхній розвиток та покращення відбуваються не так завдяки вирішенню завдань та досягненню цілей, як завдяки руху до цього.

Утім, перевантаженість життєвих завдань змістовою, предметною мотивацією і жорстка їх фіксація на однозначних цілях та планах утруднюють можливість вільного реалізування відповідно до логіки зовнішніх умов і теж стають чинником конфліктності і психологічної напруженості в сімейній взаємодії. Зазначимо, що не існує єдиної, правильної форми шлюбу, яка б найкращим чином забезпечувала умови для самоздійснення партнерів. Отож важливим є не те, яку форму має сім'я, а узгодженість завдань партнерів, повага до завдань іншого, а також готовність при побудові власних життєвих завдань враховувати завдання партнера.

Іншою особливістю гармонійної сім'ї, що створює найкращі можливості для самоздійснення її членів, є чіткість і проникливість сімейних меж. Такі сімейні межі сприяють самоздійсненню членів сім'ї, оскільки означають встановлення рівноваги між очікуваннями і домаганнями членів родини одне щодо одного та щодо оточення. Недостатньо чіткі межі заважають сім'ї розвиватися, а її членам особистісно “дорослішати”; занадто жорсткі межі звужують коло спілкування членів родини, заважають їхнім емоційним контактам, перешкоджають їхній творчості, самореалізації [Титаренко, Кляпець, 2007].

Важливим чинником особистісного розвитку та самоздійснення членів родини є труднощі, які час від часу переживає будь-яка сім'я. Долаючи перешкоди, особистість усвідомлює, глибоко осмислює свої життєві домагання, іноді лише завдяки їм вона стає здатною брати на себе відповідальність за власне життя і, нарешті, формулює відповідні завдання.

Загальновідомими є фрази типу “труднощі загартовують”, “що не вбиває, те загартовує” тощо. І справді, можливо, Бетховен не став би блискучим композитором, якби не втратив слух, а Достоевський і Толстой не змогли б створити свої безсмертні романи, якби не пережили стільки трагічного у своєму житті.

Емпіричні дослідження підтверджують, що люди, які пережили складні життєві ситуації, стають більш зрілими [Заїка, Перетятко, 2007]. Але труднощі виконують стимулювальну роль тільки тоді, коли людина здатна оцінювати життєву ситуацію з різних сторін та знаходити корисне й позитивне у випадку будь-якої складності.

Крім індивідуальних життєвих криз, що супроводжують особистісний розвиток кожної людини, існують ще й сімейні кризи, які час від часу переживає кожна сім'я. Іноді ці кризи детермінують одна одну, іноді накладаються одна на одну, інтенсифікуючи свої прояви та зумовлюючи складність переживань кожного члена родини. У кризові періоди функціонування сім'я стає нестійкою і нестабільною, а перед її членами постає необхідність перебудови сімейних взаємин у зв'язку зі зміною ситуації.

Є сімейні кризи, які переживають усі сім'ї на різних етапах свого існування та розвитку (нормативні кризи). Прикладом можуть слугувати криза початку спільного життя чи криза народжен-

ня дитини. Інші сімейні кризи спричинюються ситуативними травматичними подіями, що негативно впливають на психологічний стан членів сім'ї (ненормативні кризи). Як приклад можна навести ситуацію зради партнера чи важкої хвороби члена сім'ї.

Спільним для сімейних криз будь-якого типу є те, що вони передбачають нестабільний, напружений стан сім'ї, який призводить до порушення її звичного функціонування, порушення існуючої рівноваги. Сім'я, що перебуває в стані кризи, не може залишатися такою, якою була досі; її членам не вдається функціонувати адекватно новій ситуації, використовуючи знайомі, шаблонні уявлення і звичні моделі взаємодії [Оліфірович та ін., 2005].

Ситуація невизначеності, коли старі патерни емоційного реагування та поведінки вже не спрацьовують, а нові ще не вироблені, викликає у членів сім'ї почуття некомпетентності та низької самоефективності. Разом з тим нова ситуація висуває до сім'ї вимоги, відповідати яким вона може лише після суттєвої перебудови, для чого потрібен час. Усе це пояснює складність переживання членами родини кризових періодів сімейного життя [Титаренко, Кляпеч, 2007]. Рішенням цієї важкої ситуації стає побудова шлюбними партнерами нових життєвих завдань, пов'язаних зі шлюбом та сім'єю, які повинні відповідати новому етапові розвитку сім'ї. Криза закінчується, коли сімейні взаємини трансформуються адекватно новим завданням і сім'я переходить на новий рівень функціонування. Відмова вирішувати завдання, ухиляння від них викликають напруженість, конфліктність, стресогенність взаємин та в кінцевому підсумку можуть стати причиною розпаду шлюбу. Як бачимо, успішне вирішення сімейних криз неодмінно супроводжується особистісним зростанням членів родини.

Отже, самоздійснення особистості в сімейній сфері передбачає, окрім задоволення основних психологічних потреб усіх членів родини та розкриття й реалізації внутрішнього потенціалу кожного з них, ще й конструювання, конституювання ними самих себе, що виявляється в послідовній постановці життєвих завдань. Ефективне подолання кризових станів, що час від часу переживає кожна сім'я, відбувається шляхом висування членами сім'ї нових життєвих завдань, які відповідають змінній сімейній ситуації. Таким чином адекватні життєві завдання, пов'язані зі шлюбом та сім'єю, стають механізмом ефективного подолання сімейних криз, виступаючи

при цьому відправною точкою наступного етапу як індивідуального розвитку членів родини, так і розвитку всієї сім'ї.

Дослідження ролі життєвих завдань, пов'язаних зі шлюбом та сім'єю, в сімейній самореалізації особистості

Методика дослідження. Вище ми вже зазначали, що ефективне самоздійснення в сімейній сфері можливе за умови усвідомлення особистістю своєї життєвої транспективи та відповідності завдань, що послідовно актуалізуються в різні етапи життя, загальній життєвій меті, найбільш глобальному життєвому завданню – найефективнішому самоздійсненню, найповнішій самореалізації. Отже, спрямованість до самореалізації можна вважати базою, на тлі якої розгортається самоздійснення в сімейній сфері.

Можна виділити такі особистісні чинники сімейної самореалізації: рефлексивність, гнучкість, автономність тощо. Саме завдяки цим особливостям особистість здатна позитивно ставитися до свого майбутнього, бачити транспективу свого життя, мати чіткий та структурований образ майбутньої сім'ї, відчувати себе її автором, приймаючи на себе відповідальність за постановку та вирішення життєвих завдань та будуючи стратегію їх розв'язання. Отож ідеться про необхідні передумови здатності особистості формувати адекватні та конструктивні життєві завдання, пов'язані із сім'єю, та ефективно їх вирішувати.

З огляду на те, що не існує тестів, які безпосередньо досліджували б роль життєвих завдань особистості, пов'язаних зі шлюбом та сім'єю, у сімейній самореалізації, логічним і виправданим є емпіричне дослідження впливу таких психологічних властивостей особистості, як рівень розвитку рефлексії та спрямованість її до самоактуалізації, під кутом зору постановки життєвих завдань, пов'язаних зі шлюбом та сім'єю.

Під час дослідження ми використовували такі методи: тестування (методика “Самоактуалізація особистості (САМОАЛ)” Е. Шостром, адаптована Н. Ф. Каліною; проективна методика дослідження рефлексії та інтроспекції М. Куна і Т. Макпартленда “Двадцять тверджень”), складання твору, кількісний та якісний аналіз отриманих результатів.

Емпіричне дослідження проводилося на базі Національного педагогічного університету ім. М. П. Драгоманова (2-й курс, при-

родничо-географічний факультет). Загальна кількість учасників дослідження становила 50 осіб, серед них 49 дівчат та 1 хлопець. З огляду на те, що наша вибірка невелика, говорити ми будемо лише про тенденції, виявлені під час емпіричного дослідження.

Зазначимо також, що, незважаючи на те, що до складу вибірки входили практично одні дівчата, отримані нами тенденції можуть бути перенесені і на юнаків, адже дослідження життєвих завдань студентів, проведене колективом лабораторії соціальної психології особистості за допомогою розробленої ним методики “Життєві завдання особистості” (ЖЗО), не виявило значущих гендерних відмінностей на рівні вираженості окремих параметрів життєвого самоозадачування.

Розпочалося наше дослідження (перший етап) із застосування методики САМОАЛ, призначеної для вимірювання спрямованості особистості на самореалізацію. Цей тест являє собою опитувальник із 100 пунктів. До його складу входять 12 шкал: загальна спрямованість на самоактуалізацію, орієнтація в часі, цінності, погляд на природу особистості, потреба в пізнанні, креативність (спрямованість на творчість), автономність, спонтанність, саморозуміння, аутосимпатія, контактність, гнучкість. Ці шкали відповідають виділеним А. Маслоу характеристикам особистості, що самоактуалізується. Для обробки результатів тесту використовувався ключ, кожен збіг з яким оцінювався в 1 бал. За норму, або середній рівень, бралися оцінки в діапазоні від 45 до 55 балів [Тест по оцінке..., 1997].

Другим етапом емпіричного дослідження було вивчення здатності студентів до рефлексії. Для цього ми скористалися методикою “Двадцять тверджень”, яка належить до нестандартних самозвітів. Створили її М. Кун і Т. Макпартленд для дослідження настановлень особистості на себе [Kohn, Mc Partland, 1954]. Виконання завдань за даною методикою зайняло у досліджуваних 12 хвилин, як того й вимагає інструкція до неї.

Відповіді досліджуваних оброблялися за допомогою контент-аналізу, в якому використовувалося вісім суб’єктивних категорій [Яблонська, 2000]: соціальні ролі (“дівчина”, “студентка”, “донька”); зовнішні характеристики (“висока”, “симпатична”, “блондинка”); особистісні характеристики (“чесна”, “наполеглива”, “безвідповідальна”); типологічні характеристики (“холерик”, “терези”);

образи (“квітка”, “сумна усмішка”); потенційне “Я” (“майбутня мати”, “майбутній фахівець”); інтереси, прагнення (“люблю танцювати”, “люблю гуляти”); відображене самоставлення (“подобаюсь іншим”, “мені довіряють”).

Положення про наявність рефлексованого і нерефлексованого компонентів у структурі самосвідомості (Дж. Мід, Дж. Болдуїн та ін.) зумовлює використання у контент-аналізі відповідей досліджуваних двох макрокатегорій:

– нерефлексований компонент, який охоплює рольові позиції, опис зовнішності й типологічні характеристики (так звана анкетна інформація), що відтворюється індивідом у ході мінімального рефлексивного аналізу та являє собою певні соціально-психологічні штампи у свідомості особистості;

– рефлексований компонент, до складу якого входять особистісні характеристики, що є результатом рефлексивної діяльності і відображають певне самоставлення (можуть бути як позитивної, так і негативної модальності), а також категорії “відображене самоставлення”, “інтереси, прагнення”, що відображають усвідомлені мотиваційно-ціннісні ставлення індивіда до дійсності [Kohn, Mc Partland, 1954].

Категорії “образи” і “потенційне Я” не належать до жодної макрокатегорії, оскільки образні характеристики та перспективи особистісного розвитку, хоч і є суб’єктивними, проте недостатньо усвідомлені, щоб можна було говорити про рівень розвитку рефлексії [Яблонська, 2000].

Потужність рефлексивного компонента в самохарактеристиках досліджуваних визначається як інтенсивність рефлексії і вираховується за формулою $P/P+N$, де P – кількість рефлексивних характеристик, $P+N$ – сума рефлексивних і нерефлексивних характеристик, яка може дорівнювати 20, а може й не дорівнювати (коли респондент дає менше самохарактеристик або використовує образи).

Наступним, третім, етапом емпіричного дослідження було складання студентами твору. Після занурення в себе та запуску процесу самоаналізу, як того вимагають тест САМОАЛ та методика дослідження рефлексії, логічним і зрозумілим є подальший аналіз досліджуваними власного внутрішнього світу. Для цього їм було запропоновано написати твір на тему “Якою буде моя сім’я: мої життєві завдання”. Обробка творів студентів здійснювалася за до-

помогою контент-аналізу, в ході якого опис досліджуваними свого майбутнього в сімейній сфері життя оцінювався за таким параметрами:

- ставлення до майбутнього;
- деталізованість завдань, пов'язаних зі шлюбом та сім'єю (з огляду на кількість життєвих завдань робився висновок про чіткість бачення сімейного майбутнього);
- структурованість образу майбутнього в сімейній сфері;
- суб'єктна активність у постановці і вирішенні життєвих завдань, пов'язаних зі шлюбом та сім'єю;
- наявність стратегії їх вирішення;
- цілісність бачення життя, сформованість трансспективи.

Саме ці особливості життєвих завдань, на нашу думку, і зумовлюють їх адекватність.

Останнім, четвертим, етапом нашого дослідження був кількісний та якісний аналіз отриманих результатів, проведений уже без участі досліджуваних. Під час роботи ми використовували такі процедури: кореляційний аналіз (за Спірменом), аналіз частот, крос-стабуляційний аналіз з використанням коефіцієнта χ^2 , кластерний аналіз та порівняння середніх для двох незалежних вибірок із використанням Т-критерію Стьюдента. Достатнім рівнем статистичної значущості виявлених відмінностей вважався $p \leq 0,05$.

Аналіз та інтерпретація отриманих емпіричних даних.

Представляючи отримані під час нашого емпіричного дослідження дані, насамперед зазначимо, що повний покроковий аналіз з розгорнутими цифровими даними наведено в наукових статтях [Кляпець, 2009; 2010]. У даній роботі ми вважаємо за доцільне презентувати лише найбільш значущі та загальні результати.

Отже, за допомогою даних, що містилися у творах студентів, ми виявили дві моделі побудови досліджуваними життєвих завдань, пов'язаних зі шлюбом та сім'єю. Як видно з рис. 2.18, розподіл досліджуваних за кластерними групами приблизно однаковий (55,6% і 44,4%), що дає змогу порівнювати отримані моделі "самоозадачування". Добре видно, що друга кластерна група, до якої увійшли 44,4% досліджуваних студентів, характеризується більш позитивним ставленням до свого сімейного майбутнього, більш чітким його баченням. Їхні життєві завдання, пов'язані зі

шлюбом та сім'єю, є більш структурованими, продуманими, відповідальними, автономними, взаємопов'язаними з попередніми та наступними життєвими етапами, ніж у першій групі (до складу якої увійшло 55,6% студентів). Можемо зробити висновок, що життєві завдання студентів другої кластерної групи, пов'язані зі шлюбом та сім'єю, є більш адекватними, ніж у студентів першої групи.

Значення

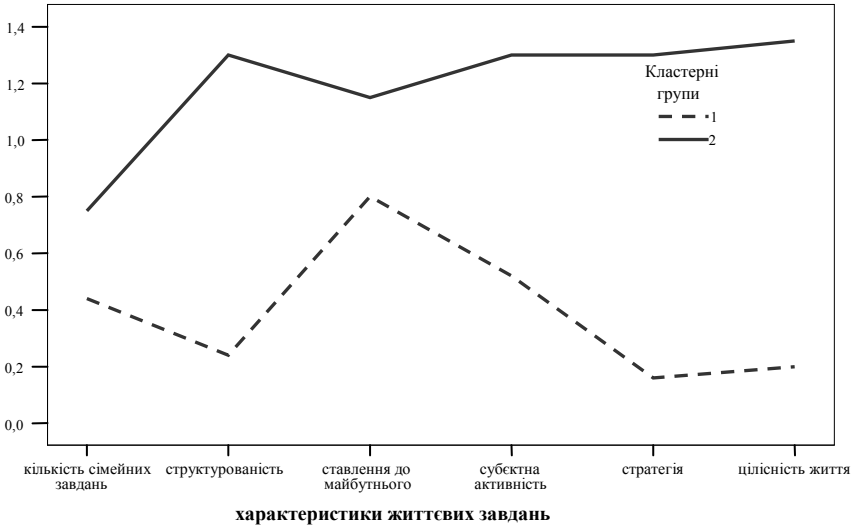


Рис. 2.18. Моделі побудови студентами життєвих завдань, пов'язаних зі шлюбом та сім'єю

Статистично значущі відмінності між двома кластерами ми отримали за показниками суб'єктної активності та стратегії. Інші ж особливості життєвих завдань, які не продемонстрували статистично значущі зв'язки з кластерною належністю досліджуваних, ми розглядаємо як тенденції, що вимагають перевірки на більшій за обсягом вибірці, але можуть бути враховані й на даному етапі дослідження.

Як це видно з рис. 2.18, найбільша різниця у двох кластерних групах спостерігається за такими параметрами життєвих завдань, як структурованість образу майбутнього, суб'єктивна активність,

наявність стратегії вирішення та цілісність бачення життя. Також виявлено різницю за параметром ставлення до майбутнього. Найменшу різницю в середніх між двома кластерними групами зафіксовано за таким параметром, як кількість життєвих завдань, пов'язаних зі шлюбом та сім'єю. Отже, можемо сказати, що кількість життєвих завдань, пов'язаних зі шлюбом та сім'єю, не є визначальним чинником у процесі структурування майбутнього; важливішими є такі "якісні" характеристики життєвих завдань, як структурованість образу майбутнього, стратегія вирішення життєвих завдань, цілісне бачення життя та суб'єктна активність.

Ця думка підтверджується результатами інтеркореляційного аналізу особливостей життєвих завдань, що обумовлюють їх адекватність. Згідно з результатами аналізу, кількість життєвих завдань (деталізованість образу сімейного майбутнього) не пов'язана із жодним іншим параметром, будучи самостійним чинником побудови особистістю сімейних завдань. Проте тісно взаємопов'язаними виявилися структурованість образу майбутнього, суб'єктна активність, стратегія та цілісність бачення життя, що дає підстави стверджувати, що ці особливості, впливаючи одна на одну, виступають єдиним чинником, який визначає процес структурування майбутнього особистістю за допомогою побудови життєвих завдань. До них приєднується ставлення до майбутнього, стаючи компонентом цього процесу, обумовлюючи його емоційне тло (ставлення до майбутнього виявилось взаємопов'язаним із суб'єктною активністю, стратегією та цілісністю бачення життя).

Отримані нами кореляційні зв'язки підтверджують припущення, що люди, які позитивно ставляться до сімейного майбутнього, краще його структурують: їхні життєві завдання відповідають життєвій меті та внутрішнім прагненням, базуються на усвідомленій транспективі життя, відрізняються більшою розбудованістю в плані стратегії та є більш суб'єктивними. Велика ж кількість завдань, пов'язаних зі шлюбом та сім'єю, не є обов'язковою умовою успішного самоздійснення в сімейній сфері.

У зв'язку з тим, що адекватність життєвих завдань, пов'язаних зі шлюбом та сім'єю, зумовлює успішність самоздійснення в сімейній сфері, логічно припустити, що група осіб з адекватними життєвими завданнями повинна мати більш високі показники рефлексії, спрямованості на самоактуалізацію та її

компонентів (орієнтація в часі, погляд на природу особистості, потреба в пізнанні, креативність тощо) порівняно з групою студентів з неадекватними завданнями.

Перевірка цього припущення частково підтвердила нашу гіпотезу: групі, до якої увійшли студенти з адекватними життєвими завданнями, пов'язаними зі шлюбом та сім'єю, притаманний більш високий рівень розвитку рефлексії, спрямованості на самоактуалізацію та розвиток таких її компонентів, як спонтанність та орієнтація на загальнолюдські цінності, а також середній рівень розвитку гнучкості. Інші компоненти спрямованості на самоактуалізацію не продемонстрували статистично значущого зв'язку із кластерною належністю студентів.

З'ясовуючи зв'язок між особистісними властивостями студентів (рефлексивність, спрямованість на самоактуалізацію і її компоненти) та окремими особливостями постановки ними життєвих завдань, пов'язаних зі шлюбом та сім'єю, ми встановили, що студенти, які мають більш високий рівень розвитку спрямованості на самоактуалізацію, відрізняються цілісним баченням життя і деталізованим образом свого сімейного майбутнього. Також було виявлено, що студенти з більш високим рівнем розвитку саморозуміння виявляють більшу суб'єктну активність у постановці та вирішенні своїх сімейних завдань. Досліджувані, що мають більш високий рівень розвитку таких компонентів спрямованості на самоактуалізацію, як контактність, позитивний погляд на природу особистості, спонтанність та саморозуміння, формують образ майбутньої сім'ї, насичений багатьма деталями. А креативні особистості мають добре усвідомлену транспективу життя і при постановці життєвих завдань, пов'язаних зі шлюбом та сім'єю, краще продумують стратегію їх вирішення.

Отже, такі психологічні особливості, як високий рівень розвитку рефлексії, спрямованість на самоактуалізацію та розвиток її компонентів, зокрема спонтанності, саморозуміння, орієнтації на загальнолюдські цінності, контактності, креативності, позитивного погляду на природу особистості, а також середній рівень розвитку гнучкості є передумовами побудови адекватних життєвих завдань, пов'язаних зі шлюбом та сім'єю, і, у кінцевому підсумку, ефективного сімейного самоздійснення.

Узагальнюючи результати дослідження, самоздійснення особистості в сімейній сфері можна визначити як процес послідовного вибудовування життєвих завдань, пов'язаних зі шлюбом та сім'єю, а також розроблення тактики їх розв'язання та її реалізації. Тож життєві завдання є тим механізмом, завдяки якому людина конструє сімейне майбутнє і визначає значущі сімейні події. У завданнях уточнюються та операціоналізуються шлюбно-сімейні домагання з урахуванням соціального контексту ставлення оточення, часових вимог, ситуаційних змін. Будучи соціально-психологічним забезпеченням домагань, завдання, пов'язані зі шлюбом та сім'єю, стосуються всіх їхніх складових і моделюють, таким чином, уявлення про майбутнього шлюбного партнера, дітей, себе як шлюбного партнера та взаємини всередині родини.

Формування життєвих завдань людини, пов'язаних зі шлюбом та сім'єю, відбувається шляхом взаємодії вимог соціуму щодо розвитку особистості в сімейній сфері і її смисложиттєвих значущих потреб. Неадекватність життєвих завдань особистості пов'язана зі значущими перешкодами в розвитку особистості, коли суб'єктність у процесі становлення травмується.

Найкращі умови для самореалізації членів родини складаються в гармонійній сім'ї, яка характеризується спрямованістю на особистісний розвиток своїх членів, наявністю кохання, узгодженістю життєвих завдань подружжя, чіткими та проникливими сімейними межами як із зовнішнім світом, так і всередині сім'ї.

Неодмінною передумовою ефективного самоздійснення особистості в сімейній сфері є адекватність життєвих завдань, пов'язаних зі шлюбом та сім'єю, що обумовлюється рядом параметрів: ставленням до майбутнього, деталізованістю образу сімейного майбутнього (кількістю життєвих завдань, пов'язаних зі шлюбом та сім'єю) та активним структуруванням майбутнього (до складу цього чинника увійшли структурованість образу майбутнього, суб'єктна активність, стратегія та цілісність бачення життя).

Емпірично отримані моделі "самоозадачування" в сімейній сфері дають підстави стверджувати, що адекватнішими є життєві завдання студентів, яким притаманні більш позитивне ставлення до сімейного майбутнього, більш чітке його бачення. Ці завдання більш структуровані, суб'єктні, продумані щодо шляхів їх вирі-

шення, взаємопов'язані з попередніми та наступними життєвими етапами.

Студенти, чиї сімейні завдання є адекватнішими, характеризуються більш високим рівнем розвитку рефлексії, спрямованості на самоактуалізацію та розвитком таких її компонентів, як спонтанність, орієнтація на загальнолюдські цінності, а також середнім рівнем гнучкості. З окремими особливостями життєвих завдань виявилися пов'язаними такі психологічні особливості, як саморозуміння, контактність, позитивний погляд на природу особистості та креативність. Отже, ці особистісні властивості є чинниками ефективного самоздійснення в сімейній сфері.

Особистість, здатна до побудови адекватних життєвих завдань у шлюбно-сімейній сфері, усвідомлює свої бажання, можливості та обмеження і поглиблює розуміння себе; вона спрямована на саморозвиток та розкриття свого потенціалу в сім'ї, спонтанна у шлюбно-сімейних взаєминах, орієнтована на буттєві цінності, контактна, креативна, довіряє своєму шлюбному партнерові і собі, досить гнучко реагує на зміни.

2.10. Життєстійкість як передумова постановки життєвих завдань

Концептуальні основи дослідження життєстійкості як чинника постановки життєвих завдань. Постановка життєвого завдання – це завжди взаємодія особистості з власним майбутнім, його проектування та моделювання. Створюючи проект власного майбутнього, людина, за Т. М. Титаренко, певним чином структурує його та наповнює особистісним смыслом. Від того, наскільки повно будуть у життєвих завданнях розгорнуті особистісні інтенції, домагання та прагнення, а також наскільки гармонійно вони будуть вписуватись у сучасний соціальний контекст, тобто від їх адекватності, залежать якість життя людини, її задоволеність життям.

Умови, в яких сучасна людина ставить життєве завдання, відшукує власний сенс та визначає напрям власного самоздійснення, навряд чи можна назвати оптимальними та сприятливими для вибудовування “життя власної мрії”, життя відповідної якості, життя, яке задовольняє та приносить щастя.

Дослідження, присвячені проблемі якості життя, доводять, що якість життя людини набувається шляхом перетворення зовнішнього соціально-економічного, політичного середовища та власної особистості в процесі її життєдіяльності. Визначається психологічний зміст цього поняття, що містить як когнітивний (суб’єктивні оцінки задоволеності життям у цілому та окремими його аспектами), так і емоційний (переживання щастя) компоненти, які є важливою психологічною складовою життєдіяльності людини, досягнення нею ціннісно-значущих цілей життя [Баранова, 2005]. У задоволеності життям відображено психологічне ставлення людини до умов життя, характер та ступінь її адаптованості до змін соціального та економічного середовища життєдіяльності, а також суб’єктивні критерії оцінювання цього середовища [Куликов, 2000].

Нестабільність соціально-економічної ситуації, переважність інформаційного простору, збільшення кількості екологічних катастроф сьогодні є реаліями нашого життя. Така сувора реальність вимагає від людини знаходити індивідуальні шляхи ефективного існування в екстремальних життєвих умовах та ставити адекватні життєві завдання, які, як зазначає Т. М. Титаренко, “сприяють не лише продуктивності, успішності, але й суб’єктивному задоволенню життям” [Титаренко, 2007, с. 306]. Отже, необхідність набувати та утримувати бажану якість життя в умовах постійних соціально-економічних та політичних змін вимагає від людини певних здібностей.

Соціально-психологічною передумовою якісного життєвого моделювання можна вважати *життєстійкість* особистості, що дає можливість людині знайти індивідуальний шлях ефективного життєвого балансування. Життєстійкість (англ. *hardiness*) – це фундаментальна особистісна характеристика, що лежить в основі здатності особистості долати несприятливі обставини життя. Як особистісний конструкт, життєстійкість характеризує міру здатності особистості витримувати стресову ситуацію, зберігаючи внутрі-

шню збалансованість, не знижуючи успішність діяльності. Таке визначення та розуміння життєстійкості ввів американський екзистенційний психолог С. Мадді, спираючись на результати багаторічного досвіду дослідницької праці. Отримані ним дані свідчать, що життєві труднощі по-різному впливають на поведінку людей. Де-хто під впливом стресу мобілізується, знаходить резервні особистісні ресурси, досягає успіху, а інші, навпаки, впадають у стан апатії, байдужості, намагаються сховатися від нових можливостей, прагнуть зберегти попередній звичний стан, бояться змінювати хоч-щось [Maddi, Kobasa, 1984; Maddi, 1999].

В основу поняття життєстійкості покладено ідею екзистенційної мужності, “відваги бути” (за П. Тілліхом). Тілліх визначає “мужність” як “силу духу, що здатна подолати все те, що перешкоджає досягненню найвищого блага” [Тілліх, 1995, с. 8]. В екзистенційній філософії мужність як раціональний та універсальний спосіб буття, як мужність бути визначає форму самоствердження особистості, як самоствердження “всупереч” (термін Тілліха). Дослідник стверджує, що людина повинна мати мужність творити, “мужність замінити старе новим – новим, для якого не існує ані норм, ані критеріїв, новим, яке є ризиком і яке є непередбачуваним з позиції старого” [там само, с. 8].

На нашу думку, екзистенційне розуміння мужності підкреслює передусім значущість особистісної активності, спрямованої на важку працю задля саморозвитку та самовдосконалення. Мужньою зазвичай вважають таку людину, яка, не маючи надзвичайних здібностей, попри це долає та усуває перешкоди, яка наполегливо працює, щоб розвинути необхідні здібності задля подолання перешкод на шляху до власної успішності та добробуту. Така людина завжди спрямована на саморозвиток, на самовдосконалення, завжди рухається вперед; як каже Ніцше, завжди досягає мети всупереч перешкодам.

Здатність мужньо протистояти труднощам, чинити опір-відповідь середовищу в сучасному суспільстві часто асоціюється, як вважає А. Пономаренко, з екстремальністю особистості. Екстремальність, яка історично сформувала в людині “геном виживання” в усіх життєвих ситуаціях, “вимагає від людини надзвичайних, перш за все духовних, моральних, психофізичних якостей, які забезпечують системну дію-відповідь у вигляді мужності подолання,

виваженої розумності” [Пономаренко, 2007 с. 38]. Дослідник зауважує, що “екстремальність уже не є чимось незвичайним, принесеним, скоріше це наш природний супутник життя в системі відносин з природою, суспільством... та з чимось Вищим...” [там само]. Екстремальність як системна дія у відповідь на різні чинники тиску (екстремальність середовища, внутрішній особистісний конфлікт, психічне напруження в ситуації змагання та ін.) має певний набір системних захисно-приспосувальних механізмів виживання.

Так, у “Новітньому філософському словнику” в статті, яка розкриває зміст екстремальної ситуації, показано, що, аналізуючи різні підходи до вивчення екстремальності, дослідники дійшли цікавого висновку. Виявляється, що універсальною ознакою екстремальної ситуації є чинник небезпеки, який перш за все пов’язаний із безпосередньою загрозою для здоров’я та життя людини, або такий, що ставить під загрозу виконання діяльності задля вирішення життєвих завдань [Грицанов, 2003].

Вивчаючи особливості прийняття рішень в аварійних, позаштатних ситуаціях, В. Пономаренко дійшов висновку, що інформаційна екстремальність ситуації, незапланованість та невизначеність інформації в першу чергу суттєво уповільнюють побудову нових планів дії та процес прийняття рішення. [Пономаренко, 2007]. Узагальнюючи, дослідник підкреслює, що саме *інформаційна екстремальність* є найбільш небезпечною та руйнівною для особистості й суспільства в цілому. Саме вона впливає на справді людські якості, цілі та смислотворення життєвих цінностей, на настановлення, Я-концепцію, ставлення людини до себе, до інших, до дійсності.

Сучасне уявлення про екстремальність не має однозначного зв’язку з екстремальністю ситуації, з її небезпечністю для людини. З одного боку, коли людина свідомо взаємодіє з небезпекою, вона завжди отримує певний заряд екстремальності. Але не кожна екстремальна ситуація є об’єктивно небезпечною для людини. Реальну небезпеку становлять тільки ті ситуації, які людина не в змозі подолати сама або навіть з допомогою інших.

Існують ситуації, які несуть у собі ресурс для розвитку особистості і не можуть бути насправді небезпечними. Це ті ситуації, що виникають в умовах навчальної діяльності, а ще пов’язані з конкуренцією чи змаганням, ситуації вибору між декількома фор-

мами поведінки, які вимагають від людини проявити власну самостійність та ініціативність [Краснянская, 2005].

Від того як людина оцінює ситуацію, наскільки вона для неї є екстремальною, залежить її індивідуальна стратегія взаємодії з небезпекою. Через індивідуальні особливості сприймання та оцінювання для кожної людини однакові ситуації наповнені різною мірою екстремальності. Одні ситуації оцінюються як складні (наприклад, складання іспитів), при цьому вони можуть мати як негативне, так і позитивне забарвлення; інші ситуації оцінюються як загрозові (наприклад, керування автомобілем у годину пік для недосвідченого водія) [Грицанов, 2003].

Високий рівень екстремальності часто пов'язаний з різкими життєвими змінами, новими нестандартними умовами, тривалою інтенсивною дією негативних обставин [Малкина-Пых, 2005; Столяренко, 2002]. За таких умов людині необхідно швидко опанувати свою екстремальність, мобілізувати власні ресурси подолання, щоб своєчасно виробити адекватну опір-відповідь загрозовим впливам. Якщо людині протягом тривалого часу не вдається мобілізувати особистісні ресурси для побудови оптимальної взаємодії із ситуацією, вона скоріше за все потрапить у полон руйнівних негативних впливів. Така затримка може істотно ускладнювати ефективне розв'язання нових, неочікуваних проблем.

Але екстремальність не тільки має різний ступінь вираженості, вона має різні наслідки для людини – чи то негативні, чи то позитивні. Отже, викликаючи негативні відчуття, екстремальність актуалізує потребу людини в безпеці. І навпаки, позитивні відчуття актуалізують потребу в нехтуванні цією ж небезпекою [Краснянская, 2005]. Наприклад, надмірна екстремальність, прагнення будь-якою ціною врятуватися від інтенсивних негативних емоцій, бажання зняти тривогу та остаточно подолати свій страх часто ведуть до виснаження механізмів психологічного захисту та соціально-психологічної дезадаптації.

Екстремальність як самоствердження дає людині можливість відчувати перемогу над власним страхом, здобути чуттєвий досвід, відчувати справжню межу між життям і смертю, випробувати в реальності таку формулу самоствердження: “Якщо я можу померти, це означає, що Я існую” [Цукерман, Местеров, 1995, с. 85].

Екстремальність як спосіб зняття психологічної напруги може формуватися в умовах життєвої кризи. Кожна життєва криза супроводжується звичайно неприємними, травмівними переживаннями, внутрішньою тривогою та дискомфортом. Якщо криза досить тривала і адаптаційні ресурси майже вичерпано, людина обирає, як їй здається, “швидкі” засоби зняття психологічної напруги та покращення власного емоційного стану. Вона вдається до вживання алкоголю, наркотичних речовин, азартних ігор, ризикованих дій, їзди на великій швидкості, екстремальних видів дозвілля.

Отже, екстремальність зумовлює готовність особистості ставити життєві завдання в непередбачуваних життєвих умовах, готовність до надійної реалізації соціальних функцій, відповідальність за вибір напрямку саморозвитку та самоздійснення.

У процесі особистісного самоздійснення, коли в людини виникає потреба, як зазначає Т. М. Титаренко, структурувати власне майбутнє, коли вона ставить чергове життєве завдання, здатність опановувати власну екстремальність утримує людину, умовно кажучи, від двох крайнощів: від прагнення до стрімкого (несвідомого) набуття життєвого досвіду і від бажання миттєво позбавитися стресу і психологічної напруги.

Обидва напрямки самоздійснення не можна вважати оптимальними з точки зору досягнення бажаної якості життя. Якщо людина нехтує небезпекою, свідомо ігнорує труднощі, що виникають на шляху реалізації життєвих планів, а також коли прагне “швидкого” щастя, навряд чи вона буде задоволена власним життям. *Таким чином, при постановці життєвого завдання життєстійкість виступає як внутрішній регуляторний механізм особистісного самоздійснення.* Разом з тим, як характеристика адаптаційного потенціалу (за Д. О. Леонтєвим), життєстійкість здатна розблокувати ресурсні можливості людини під час самореалізації в ситуації життєвої кризи, стаючи при цьому оптимальним механізмом саморегуляції подолання труднощів.

Життєстійкість особистості ґрунтується на трьох настановленнях, які визначають взаємодію людини зі світом. Це *включеність, контроль та прийняття ризику* [Мадди, 2005, с. 90]. Наявність цих компонентів перешкоджає виникненню внутрішньої напруженості в стресових ситуаціях, дає змогу стійко опановувати стреси та сприймати їх як менш значущі.

У праці Д. О. Леонтьєва і О. І. Рассказової, присвяченій адаптації тесту життєстійкості С. Мадді, докладно описано характеристики основних настановлень життєстійкості. Так, наприклад, *включеність* визначено як упевненість у тому, що долучення до всього, що відбувається, дає особистості максимальний шанс віднайти для себе щось вартісне та цікаве. Що б не відбувалося навколо, у людини має бути настановлення включеності як усвідомлення того, що життя гідне того, щоб його прожити, незважаючи на жодні обставини. Якщо людина має належний рівень включеності, то за скрутних обставин вона не буде замикатися в собі та уникати контактів з оточенням. Людина з розвинутим компонентом включеності отримує задоволення від власної діяльності. І навпаки, коли такого переконання немає, це породжує почуття відчуженості, перебування “за межами” життя. “Якщо ви відчуваєте впевненість у собі і в тому, що світ великодушний до вас, вам притаманна включеність” [Леонтьєв Д. А., Рассказова, 2006, с. 5].

Контроль – це переконаність у тому, що завдяки боротьбі можна вплинути на результат того, що відбувається, навіть якщо цей вплив не є абсолютним і успіх зовсім не гарантовано. Протилежним до такої переконаності є відчуття власної безпорадності. Людина з добре розвинутим компонентом контролю відчуває, що самостійно обирає свою діяльність, свій шлях. Така людина переконана, що завдяки ресурсам, які в неї є або яких у неї поки що немає, але їх можна отримати, вона може впоратися з проблемами, котрі постають на її шляху. Якщо у людини добре виражений компонент контролю, вона намагатиметься впливати на події, а не про-являтиме бездіяльність [там само].

Прийняття ризику – це переконаність людини в тому, що все, що з нею трапляється, слугує її розвитку, який відбувається за рахунок знань, отриманих з досвіду (неважливо – позитивного чи негативного). Людина, яка розглядає життя як спосіб отримання досвіду, готова діяти в умовах, коли немає стовідсоткової гарантії успіху, на свій страх і ризик. Така людина вважає, що прагнення до буденного комфорту та безпеки дуже збіднює життя особистості. В основу прийняття ризику покладено ідею розвитку завдяки активному засвоєнню знань із досвіду та подальшому їх використанню. Прийняття ризику дає людині змогу вчитися на власному житті,

власному досвіді, а не сподівання на легке, безтурботне життя [там само].

Усі ці настановлення, які визначають життєстійку позицію, дають силу протистояти несприятливим подіям (приймати і творчо їх переробляти), а не уникати труднощів. Людина з вираженою життєстійкою позицією схильна переживати події, що з нею відбуваються, як цікаві та радісні, як наслідок особистісного вибору та ініціативи і як найважливіший стимул для засвоєння нового [Maddi, Kobasa, 1984; Maddi, 1999]. Така людина здатна до ефективної саморегуляції діяльності не тільки в стресових ситуаціях, а й у ситуаціях досягнення успіху в різних сферах життя. Життєстійка людина використовує “гнучку” саморегуляцію, що дає їй можливість контролювати власну працездатність, приймати рішення щодо припинення чи продовження діяльності всупереч утомі. Тому життєстійка людина частіше відчуває задоволеність своєю працею і, як наслідок, демонструє досить високу ефективність діяльності в різних сферах життя [Леонтьев Д. А., Рассказова, 2006, с. 13].

Люди, в яких сильно виражений компонент *включеності*, вважають, що найкращий спосіб знайти щось цікаве і цінне для себе – це активна участь в усьому, що відбувається навколо. Протилежний до цього стан – відчуття незалученості, відчуження – вони сприймають як марнування життя.

Якщо в людини сильно виражений компонент *контролю*, вона переконана, що тільки завдяки боротьбі можна впливати на наслідки подій, що відбуваються навколо. Почуття власної неспроможності переживається нею як марнування сил і часу.

Люди із сильним компонентом *ризик* найбільше задоволення вбачають у тому, щоб ставати мудрішими, навчаючись на власному досвіді (негативному чи позитивному). Протилежне прагнення, прагнення до комфорту та безпеки, здається їм безглуздим [Мадди, 2005, с. 90].

Отже, життєстійкість як структура настановлень та вмінь є передумовою готовності людини до змін середовища, несподіванок життя.

Окрім психологічної готовності до непередбаченого, незапланованого, необхідно мати механізми взаємодії з тими проблемами, які виникають під час моделювання власного майбутнього, постановки життєвих завдань. Серед головних людських проблем

існування Е. Фромм називає проблему життя і смерті, самотності і сенсу життя. Успішне опанування проблемності життя дає можливість не втрачати сенсу власного існування в найекстремальніших ситуаціях, не піддаватися руйнівному впливу сучасності (за Т. М. Титаренко), приймати екзистенційну тривогу (за Д. О. Леонтьєвим).

Прикладом конструктивного опанування життєвих труднощів можна вважати модель опанування стресу з позицій екзистенційної парадигми (С. Мадді). Психологічний зміст цієї моделі полягає в тому, щоб змінити стресові обставини таким чином, щоб вони не переходили в напруження. Людина повинна знайти свій спосіб вирішення проблеми, свій сенс. У такому контексті життєстійка позиція стає точкою відліку, де переробляються стресові обставини, де вивільняється енергія для реалізації нових можливостей самоздійснення, передумовою творчого перетворення тієї реальності, що викликає страх та стурбованість.

Основні механізми життєстійкості спрямовані перш за все на зниження негативного впливу будь-яких стресових чинників, визначених С. Мадді. Серед цих механізмів Д. О. Леонтьєв та О. І. Рассказова називають оцінку життєвих змін як менш стресових, створення мотивації до трансформаційного опанування, підсилення імунної реакції, підсилення відповідальності щодо використання практик здоров'я, пошук активної соціальної підтримки, яка сприяла б трансформаційному опануванню. Дія наведених механізмів життєстійкості дає змогу конструктивно вирішувати проблеми, долати несприятливі життєві обставини та життєві труднощі, що постають на шляху самоздійснення особистості.

Життєстійкість як процес опанування містить дві складові: психологічну і діяльнісну. Психологічний компонент передбачає, що розвинута життєстійкість впливає на характер взаємин між людьми. Особистість стає більш відкритою, у неї зростає інтерес до навколишнього світу та інших людей. Діяльнісний компонент життєстійкості, за С. Мадді, передбачає, що дії людини спрямовані на опанування стресової ситуації, а це також і постійна турбота про своє здоров'я. Така активність потребує багато сил, наполегливості та відповідальності за власне життя, і саме життєстійкість забезпечує необхідну мотивацію для цього. Ці два компоненти формують систему, яка оберігає людину від непомірної тривоги і втрати здоров'я.

Коли людина змінює суб'єктивне ставлення до труднощів, вона зміщує акценти з особистісного смислу проблеми на особистісний смисл її вирішення. Таким чином, як зауважує Л. А. Александрова, виникає інший аспект осмислення життєвих труднощів, життєвих проблем і ми маємо справу з усвідомлено зрілою відповіддю особистості на виклики життя [Александрова, 2004].

Коли ми змінюємо ставлення до ситуації, то змінюємо й свої уявлення про взаємини між людьми, обумовлені цією ситуацією. У випадку зниження суб'єктивної складності ситуації знижується емоційна напруженість, яка може блокувати дослідницьку та пошукову активність особистості. Людина спрямовує активність на вирішення, а не на уникнення проблемної або стресової ситуації. Також, сприймаючи зміни в характері міжособистісного спілкування як менш загрозливі, людина буде спрямована на пошук й отримання соціальної підтримки, а не на уникнення контактів з оточенням.

Пошук активної соціальної підтримки змінює характер взаємин між людьми. Коли ми надаємо підтримку іншим та отримуємо від них допомогу, розширюється наше розуміння буття. Життя стає більш цікавим, складним, диференційованим. Ми стаємо більш чутливими до власних переживань та переживань інших, до власної суб'єктності. Спілкування стає більш відкритим, взаємини будуються на почутті поваги, любові та довіри [Титаренко, Ларіна, 2009]. Отже, відбувається переусвідомлення складної ситуації, формування нового її розуміння та розширення власного комунікативного контексту.

Когнітивним ресурсом подолання труднощів є *здатність оптимально оцінювати життєві труднощі*. Завдяки, оптимальним оцінкам людині вдається зберігати більш-менш позитивний емоційний стан у складних життєвих ситуаціях [Дружинин, Ушаков, 2002].

Оптимальності в оцінюванні життєвих ситуацій можна досягти різними способами. Наприклад, оптимізм як механізм взаємодії із середовищем дає можливість позитивно оцінювати життєві зміни. *Оптимістично налаштована* людина прагне покращити власний емоційний стан, тому вона часто не завжди реально, але оптимально з точки зору збереження позитивного емоційного стану оцінює ситуацію. Оптимальна оцінка життєвої ситуації як збалан-

сованість між важкістю ситуації та її суб'єктивною значущістю сприяє внутрішньому балансу, рівновазі і стійкості. Саме досягнення внутрішнього спокою та рівноваги дає можливість особистості зосередитися на аналізі причин складної ситуації та пошуку шляхів виходу з неї.

Для формування оптимальної оцінки складних життєвих ситуацій важливо, щоб *людина вірила у контрольованість подій*, у те, що вона якось може впливати на ситуацію. Віра людини в те, що вона хоч якось впливає на подію, робить досягнення успішного результату бажаної ситуації більш імовірним та сприяє позитивному ставленню до неї. Але часто віра в контрольованість ситуації є ілюзорною і тому оцінка ймовірності події може бути помилковою, завищеною або заниженою. Неадекватність суб'єктивних оцінок веде до того, що люди переоцінюють ситуацію. Наприклад, ситуація змагання та конкуренції підвищує віру в контрольованість події, і тому люди переоцінюють значущість досягнення успіху, навіть коли результат має випадковий характер, наприклад у ситуації азартних ігор [там само].

Необхідність оптимально оцінювати складну ситуацію зумовлена потребою зняти невизначеність і той емоційний дискомфорт, яким вона супроводжується. Наявність невизначеності, наприклад у ситуації життєвого планування, та її низьку контрольованість людина переживає досить хворобливо. Узагалі-то для кожного з нас є цілком природним покращувати поганий настрій та уникати невизначеності. Якщо невизначеність викликає негативні емоції, то, оцінюючи ситуацію, ми можемо перебільшувати або занижувати її значущість. Саме це і дає можливість покращувати власний емоційний стан. Що більша інтенсивність емоційного напруження, то більш актуальним стає формування оптимальної оцінки ситуації [там само].

Таким чином, оптимальна оцінка життєвих труднощів, усвідомлення того, що попри наші бажання та зусилля існують зовнішні чинники, які ми не в змозі контролювати і які можуть завадити реалізації життєвих планів, спрямовують людину на пошук оптимального рішення складної ситуації та підтримання ефективної міжособистісної взаємодії під час її вирішення. Продуктивність розв'язання цих проблем цілком залежить від таких особливостей пізнавальної діяльності особистості, як рівень рефлексії, гнучкість

у сприйманні життєвих подій, толерантність до невизначеності, усвідомлення труднощів та включення їх у життєвий контекст, зокрема у сферу міжособистісної взаємодії [Титаренко, Ларіна, 2009]. Від *рівня рефлексії*, зокрема, залежить швидкість прийняття правильного рішення в ситуації невизначеності. Високий рівень рефлексії, рівень усвідомлення життя, дає можливість зосередитися на вирішенні складного життєвого завдання, розглядати якомога більше варіантів його реалізації. Люди з розвинутими рефлексивними здібностями зазвичай приймають рішення повільно і виважено [Холодная, 2004]. Тому, напевно, вони більш ретельно аналізуватимуть життєву ситуацію та підшукуватимуть більш продуктивні стратегії здійснення життєвих планів. Людина з розвинутою рефлексивністю не буде хапатися за перше-ліпше завдання, яке часто нав'яне нашими негативними емоціями та переживаннями. *Гнучкість сприймання* життєвих подій, завдяки якій людини здатна відносно легко переключатися з однієї діяльності на іншу, дає можливість ефективно аналізувати нові, неочікувані ситуації, досить швидко долучатися до розв'язання незапланованих проблем і труднощів. Поряд із гнучкістю важливу роль під час моделювання власного майбутнього відіграє *толерантність до невизначеності*, яка дає можливість звільнитися від звичних стереотипних форм аналізу складної ситуації, зумовлює прийняття у свою свідомість нового, незвичного життєвого досвіду.

Отже, здатність до трансформаційного опанування життєвих труднощів дає змогу життєстійкій особистості здійснювати ефективне життєве планування з урахуванням складних обставин та можливих проблем у спілкуванні з оточенням.

Роль життєстійкості в моделюванні майбутнього. Побудова життя бажаної якості вимагає творчого проектування, здатності відчувати розрив між очікуваннями і реальністю, а ще, за висловом Д. О. Леонтьєва, “трансформації реальності відповідно до власних очікувань” [Леонтьев Д. А., 2003]. Моделюючи власне майбутнє людина, як підкреслює С. Мадді, завжди робить вибір між двома альтернативами: обирає невідоме (тобто майбутнє, що несе в собі ризик та викликає почуття тривоги непередбачуваного), або обирає незмінність (тобто відтворення минулого, збереження статус-кво, що викликає відчуття провини за втрачені можливості) [Maddi,

1983; 1998]. Від цього вибору залежить спрямованість самоздійснення особистості. Якщо людина обирає майбутнє, вона створює певний потенціал, перспективи для розвитку власної особистості; обираючи минуле, людина певним чином намагається “законсервуватись”, вважає Леонтєв.

Досліджуючи механізми особистісного вибору, Д. О. Леонтєв та О. Ю. Мандрикова доводять, що “безособистісні” вибори зазвичай спираються на ситуативні, скороминущі, випадкові передумови вибору. І тільки “істинні” вибори невідомості перебувають у просторі нових можливостей, що при цьому відкриваються. Отже, дослідники роблять висновок, що життєстійкість зумовлює готовність вибирати нову, незвичну ситуацію, ситуацію невизначеності на противагу безособистісному вибору або вибору звичної та знайомої ситуації [Леонтєв, Мандрикова, 2005, с. 39].

Отже, життєстійкість визначає готовність до майбутнього, відкритість новому та забезпечує перспективність самоздійснення особистості.

Вибір невідомого зумовлює специфіку планування особистісного часу. Постійний вибір невідомого передбачає здатність людини, її готовність враховувати проблеми, що, ймовірно, можуть виникати в ході реалізації життєвого завдання, та власні ресурси опанування цих проблем і труднощів. Тут доречним стає проблемне планування, коли враховуються життєві та особистісні ресурси. Таке планування має спрямованість із майбутнього в теперішнє, що значно підсилює особистісну рефлексію та позицію “Я” в теперішньому. Отже, “планування часу в контексті співвідношення минулого, теперішнього і майбутнього виступає як функція особистості, що опановує свій час, як спосіб цього опанування, як готовність зберегти віру в себе, коли змінюються обставини в майбутньому, і разом з цим як здатність до вдосконалення себе, свого життя, своєї діяльності” [Абульханова, Березина, 2001, с. 21].

Проблемне планування вимагає від людини достатніх ресурсів опанування труднощів, пов’язаних із структуруванням часу. Життєве завдання, яке визначається з позицій майбутнього та перспектив саморозвитку особистості, потребує визначення строків його реалізації, тривалості. Коли запланований строк реалізації збільшується, виникає загроза того, що поставлене завдання може бути не здійсненим. Наслідком подовження запланованих строків ре-

алізації побудованих планів є те, що завдання стає випробуванням. Щоб уникнути страждань через невідповідність у моделі майбутнього, людині потрібні ресурси для опанування часу.

Враховуючи те, що життєстійкість дає змогу гнучко використовувати адаптаційний потенціал особистості для трансформації різних форм травмівного досвіду в позитивні життєві зміни, ми вважаємо цю особистісну характеристику підґрунтям для трансформаційного опанування труднощів, пов'язаних із структуруванням часу. Таке опанування спрямоване на усвідомлення та прийняття актуальної життєвої ситуації, на узгодження власних потенційних можливостей щодо вирішення проблем, пов'язаних із структуруванням часу в процесі вирішення конкретного життєвого завдання.

Одним з особистісних ресурсів опанування часу є переживання тривалості, яке дає людині змогу активно коригувати строки вирішення окремого життєвого завдання [Стрелков, 2005]. Кожне життєве завдання планується в часі, прогнозуються строки його реалізації. Окремі життєві завдання людини можуть бути приурочені до певних подій у майбутньому. Часто трапляється, що людина планує таким чином, що за короткий проміжок часу їй потрібно виконати великий обсяг роботи, і навпаки, на певний період життя вона майже нічого не планує. Оптимальним з погляду зору самоздійснення особистості є збереження збалансованості в структуруванні часу. Тобто насиченість життєвих завдань повинна відповідати строкам їх реалізації. Для того щоб поставлене завдання не переходило в довготривалий проект, не поповнювало категорію випробувань, людині потрібно усвідомлювати тривалість кожного завдання і мати терпіння, щоб його реалізувати. Під усвідомленням тривалості мається на увазі знання труднощів та способів їх подолання, минулий досвід подолання та очікування закінчення цього процесу. Тривалість є мірою особистісного потенціалу, коли потрібно виконати великий обсяг роботи за короткий проміжок часу, достатньо підготувати підґрунтя для очікуваної події, для здійснення певного життєвого завдання [там само].

Ефективне структурування часу можливе завдяки використанню такого елемента планування та прогнозування майбутнього часу, як терпіння [Наумова, 2006]. Терпіння визначається як емоційне структурування людиною свого майбутнього часу шляхом виділення різних елементів та наповнення їх різним емоційним та

поведінковим смислом. Це оцінка людиною ресурсів межі свого терпіння, тобто прийняття соціальної реальності в різні періоди майбутнього. Терпіння може мати два різних особистісних смисли. По-перше, терпіння як збереження життєвого ресурсу, щоб вижити. По-друге, терпіння як діапазон надії, очікування, коли терпіння використовується для накопичення життєвого ресурсу, а потім легко переходить у нетерпіння. Терпіння дає змогу зберігати внутрішню рівновагу та спокій при вирішенні важливих для особистості завдань.

Терпіння можна розглядати в декількох аспектах. Терпіння як стриманість щодо себе із психологічної точки зору є одним з проявів самодисципліни, коли поведінка підпорядкована свідомому контролю людини (за Н. Д. Левитовим). Стриманість проявляється в таких вольових якостях, як витримка і терплячість. Терпляча людина здатна стримувати прояв сильних емоцій, зокрема радості, злості та гніву. Саме терпимість допомагає долати страждання, дає можливість формувати позитивне ставлення до світу, позитивне бачення дійсності. Терпляча людина залишається чутливою та емпатійною, тобто здатною до співпереживання, співчуття [Реан, 2000]. Але стриманість і терплячість, на думку Є. П. Ільїна, не завжди є проявом самодисципліни, вихованості людини, а може відображати інший, протилежний бік особистості – її легкодухість.

Терпіння на емоційному рівні постає як терпимість до фрустрації, як здатність тривалий час зберігати звичний емоційний стан під тиском життєвих труднощів. Нестача такої терпимості може провокувати різні види адиктивної поведінки, коли людина, змінюючи свій психологічний стан, намагається втекти від вирішення життєвих проблем. Прикладом такої поведінки може бути використання різних хімічних речовин або захоплення такими видами діяльності, що викликають інтенсивні емоції.

Отже, люди з низьким рівнем терпимості до фрустрації більш схильні до афективної поведінки у стресових ситуаціях. Брак терпимості стає вирішальним у кризові періоди життя, серед яких і неминучі вікові кризи, і переломні, складні події в житті. Під час життєвої кризи нестача особистого ресурсу, нестача терпимості до фрустрації посилюються підвищеними вимогами до людини, її здатності регулювати власний психічний стан.

Як бачимо, брак терпимості на емоційному рівні має здебільшого негативні наслідки, що проявляються у прагненні позбавитися негативних переживань будь-якою ціною. Таке прагнення може призводити або до фатальної бездіяльності, утечі від реального життя, реальних труднощів, або ж до надмірної екстремальності, постійного пошуку штучних труднощів.

Інший аспект терпіння – терпіння як особистісна характеристика, що допомагає стійко витримувати життєві випробування, наполегливо рухатися до поставленої мети.

Виходить, існує дві сторони терпіння. Воно може бути справжнім і несправжнім. Справжнє терпіння – це завжди активність, відповідальність та цілісність. У терплячої людини завжди є цілі, і вона їх наполегливо втілює в життя; вона самостійно приймає рішення та відповідає за наслідки таких виборів і рішень [Ключников].

Справжнє терпіння – це цілісне прийняття світу з його плюсами і мінусами, це вміння людини протистояти тиску з боку середовища, здатність не допускати формування стійких негативних емоцій щодо зовнішніх стресів. Головною ознакою терпіння є стійкий (незалежно від обставин), справжній внутрішній, а не удаваний спокій та доброзичливість щодо інших [там само]. Але терпіння не тотожне безініціативності та безвольній покірності перед обставинами і сильною волею іншого. Терпіння не є пасивністю та безвідповідальністю.

Несправжнє терпіння проявляється, коли ми імітуємо спокій, а насправді всередині переживаємо шквал почуттів, коли намагаємося надати обличчю гарного виразу при поганій грі [там само]. Несправжнє терпіння – це завжди конфлікт між нашими настановами та очікуваннями, між бажаннями і нормами соціуму.

Позитивна сторона терпіння виявляється у здатності людини чекати, не втрачаючи надії. Але це не пасивне очікування на кращі часи, не фантазійна мрійливість, що хтось змахне чарівною паличкою – і мрія здійсниться. Це активне очікування, коли людина не витрачає власні ресурси на боротьбу з вітряками, а коли вона використовує час для накопичення власної життєвої енергії, внутрішньої сили. Саме таке терпляче ставлення до подій, що відбуваються, дає можливість ефективно, з погляду оптимального

самоздійснення особистості в соціумі, використовувати власні ресурси.

На відміну від когнітивних здібностей планування (аналіз ситуації, співвіднесення варіантів рішення та ін.), якому належить прогностична функція, терпіння виконує регулятивну функцію використання свого потенціалу [Абульханова, Березина, 2001; Наумова, 2006]. Тому ми вважаємо, що терпіння дає можливість обирати відповідну стратегію самоконститування: стратегію максимальної мобілізації всіх здібностей та вмінь, стратегію економії адаптаційного потенціалу особистості. Отже, самопрогнозування, яке ґрунтується на позиції життестійкості, створює умови для збереження суб'єктивно благополучного рівня задоволеності життям на різних етапах самоздійснення та самореалізації.

Збереження позитивного ставлення до життєвих труднощів, на думку С. Мадді, є однією з функцій життестійкості. Ми ж, як і Р. Еммонс, вважаємо формування позитивного ставлення до труднощів під час постановки життєвих завдань передумовою “стрес-індукованного зростання”. Специфікою такого виду особистісного розвитку є те, що досягнення глибокого і стійкого суб'єктивного благополуччя можливе, незважаючи, а іноді тільки завдяки стражданню, яке розвиває більшу чутливість до радощів життя [Еммонс, 2004, с. 267].

Утримання позитивного ставлення до якості роботи (задоволеність досягненнями) і до якості життя (задоволеність міжособистісними контактами) дає змогу зберігати певний рівень психологічного здоров'я під час реалізації життєвих планів. Показником суб'єктивного благополуччя та психологічного здоров'я може бути рівень соціальної фрустрованості, тобто задоволення соціальними досягненнями в головних аспектах життєдіяльності. Отже, характеристикою життестійкого моделювання майбутнього є оптимальність поставлених життєвих завдань і спрямованість на досягнення суб'єктивного благополуччя та психологічного здоров'я.

Ефективність побудови особистих планів, оптимальність поставлених життєвих завдань зумовлені перш за все готовністю людини до діяльності в непередбачуваних обставинах, у ситуаціях, коли різко змінюються соціальні вимоги, коли з'являються нові можливості. Готовність до діяльності в непередбачуваних обставинах дає змогу активізувати процес трансформації різних форм тра-

вматичного досвіду в позитивні життєві зміни. Така успішна трансформація відбувається завдяки тому, що людина в непередбачуваній ситуації спрямовує свої ресурси на вироблення та прийняття рішення, на побудову особистих планів, а не на створення захисних стратегій.

Формування готовності до діяльності в непередбачуваних обставинах знаходить відображення в мотиваційно-смісловій сфері особистості, а саме в диспозиціях життєстійкості. Процес трансформації впливу негативних подій у нові можливості, за С. Мадді, відбувається завдяки розвитку трьох диспозицій життєстійкості, серед яких:

- включеність (відкритість, зацікавленість, соціальна підтримка), соціальний інтелект;
- контроль (інтернальність), відповідальність;
- виклик (прийняття ризику), готовність до ризику (до діяльності та прийняття рішення в непередбачуваних ситуаціях).

Підсумовуючи всі наведені вище міркування, можна визначити такі соціально-психологічні передумови постановки життєвих завдань, що ґрунтується на засадах життєстійкості:

- побудова моделі майбутнього, обумовлена вибором невідомого;
- спрямованість на використання ефективних способів структурування часу;
- прагнення досягти суб'єктивного благополуччя та психологічного здоров'я.

Виходячи з означених вище концептуальних положень ми сформулювали кілька припущень щодо характеру впливу життєстійкості на самопрогнозування особистості:

1. Життєстійкість актуалізує процес самопрогнозування особистості.
2. Життєстійкість сприяє формуванню позитивного ставлення до якості роботи (задоволеність досягнутим) і до якості життя (задоволеність міжособистісними контактами).
3. Підвищення ефективності самопрогнозування особистості зумовлено специфікою когнітивної та мотиваційної сфер життєстійкої особистості.

Отже, сформованість життєстійкості є умовою для оптимального самопрогнозування особистості, критеріями якого є задово-

лення соціальними досягненнями в провідних сферах життєдіяльності, толерантність до невизначеності, готовність до ефективного самопрогнозування та планування майбутнього у складних життєвих умовах. *Можна вважати, що життєстійкість як особистісна характеристика справляє оптимізувальний вплив на ефективність самопрогнозування і планування майбутнього та зумовлює постановку адекватних життєвих завдань у складних життєвих умовах.*

Організація та проведення емпіричного дослідження ролі життєстійкості в процесі постановки життєвих завдань. Серед основних завдань емпіричного дослідження ми виділили такі: 1) з'ясувати особливості впливу життєстійкості на процес моделювання і структурування майбутнього; 2) визначити специфіку побудови моделі самопрогнозування, що відбувається на засадах життєстійкості.

Вирішення поставлених завдань емпіричного дослідження вимагало розроблення специфічних методів. Тому для діагностики соціально-психологічних передумов постановки життєвих завдань авторським колективом лабораторії соціальної психології особистості Інституту соціальної та політичної психології НАПН України було розроблено особистісний опитувальник “Життєві завдання особистості”. Виходячи з припущення, що життєстійкість справляє оптимізувальний вплив на ефективність постановки завдань у ситуації невизначеності та відображається на діяльнісному рівні в особливостях спілкування, ми створили також опитувальник “Самооцінка життєстійкості”. За допомогою цього опитувальника передбачалося визначити рівень осмисленості та сформованості якостей життєстійкості, що проявляються в спілкуванні.

Теоретичною базою для створення опитувальника стала концепція особистісних диспозицій С. Мадді. На першому етапі ми визначили властивості життєстійкості, спираючись на такі конструкти, як “включеність”, “контроль”, “виклик”. “Включеність” (відкритість, зацікавленість, соціальна підтримка) являє собою характеристику таких рис спілкування, як емпатія, афіляція та ін. “Контроль”, відповідальність за своїм змістом співвідноситься з інтернальністю Дж. Роттера. “Виклик” (прийняття ризику) ототож-

нюється з готовністю до ризику (до діяльності та прийняття рішення в непередбачуваних ситуаціях).

Методологічною основою для створення методики став опитувальник М. Форверга, призначений для самооцінки якостей спілкування. Відповідно до завдань дослідження ми модифікували “Опитувальник Форверга на контактність”. Автор визначив основні якості спілкування та представив їх в опитувальнику, який дає можливість оцінити рівень осмисленості та сформованості у досліджуваних відповідних якостей спілкування, актуалізацію потреби в подальшому їх розвитку [Семченко, 1998]. Щоб доповнити вихідний опитувальник, ми визначили основні характеристики життєстійкості, а це: емпатія; тепло, повага; щирість, справжність; ініціативність; рішучість; відповідальність; терпіння; оптимістичність; мобільність (див. додаток 2). Результати, отримані за такою емпіричною схемою, дали нам змогу виокремити серед досліджуваних групи за рівнем осмисленості та сформованості характеристик життєстійкості в спілкуванні.

Отже, за допомогою створеного нами опитувальника можна визначити, оцінити ресурс, яким володіє особистість для продуктивної переробки травматичного досвіду в конструктивні життєві зміни. Що вища самооцінка життєстійкості, то більш упевнено буде почуватися людина, стикаючись із життєвими труднощами, непередбачуваними обставинами. Розвинуті якості життєстійкості дають змогу успішно справлятися з тиском, який чинить на особистість зовнішнє середовище, активно будувати особисті плани.

Загалом для з’ясування ролі життєстійкості при постановці життєвих завдань особистості та визначення специфіки побудови життєстійкої моделі майбутнього ми використовували такі методики:

- опитувальник “Життєві завдання особистості” (ЖЗО);
- авторський опитувальник “Самооцінка життєстійкості” (див. додаток 2);
- тест життєстійкості, розроблений С. Мадді та адаптований Д. О. Леонтьєвим та О. І. Рассказовою;
- методику діагностики рівня соціальної фрустрованості Л. І. Вассермана (модифікація В. В. Бойко).

На першому етапі емпіричного дослідження ми визначили характер впливу рівня життєстійкості на постановку життєвих за-

вдань особистістю. У дослідженні брали участь 189 студентів, з них 78 хлопців та 111 дівчат віком від 17 до 23 років (2 і 3-й курси юридичного факультету Державної податкової академії). Як методичний інструментарій на цьому етапі були використані вже згадані вище методики.

За результатами кореляційного аналізу показників шкал особистісного опитувальника ЖЗО та рівня життєстійкості (для кількісної обробки даних використовувався статистичний пакет SPSS) було виявлено значущі обернені кореляції показників за шкалами “Наявність структурування часу”, “Ставлення до майбутнього”, “Суб’єктна активність” та “Стійкість” (табл. 2.11).

Таблиця 2.11

Результати кореляційного аналізу даних за методикою “Самооцінка життєстійкості” та шкалами особистісного опитувальника ЖЗО

Кореляції шкал		R Спірмена
Життєстійкість	Наявність структурування часу	-0,271**
Життєстійкість	Ставлення до майбутнього	-0,264**
Життєстійкість	Суб’єктна активність	-0,275**
Життєстійкість	Стійкість	-0,248**

Примітка: ** $p < 0,01$.

Негативна кореляція між рівнем життєстійкості і структуруванням часу свідчить про те, що чим більший ресурс життєстійкості особистості, тим вища її здатність протистояти жорсткому структуруванню подій, необхідності підпорядковувати життєві події конкретній часовій перспективі.

Обернений зв’язок життєстійкості з оптимістичним ставленням до майбутнього, з одного боку, вказує на те, що оптимізм, як і життєстійкість, надає особистості впевненості, віри у власні сили. Але, з другого боку, ефективне долання труднощів передбачає адекватну оцінку ситуації, з чим оптимізм не завжди узгоджується. На нашу думку, для ефективної постановки життєвих завдань більш конструктивною є адекватна (навіть негативна) оцінка майбутніх

перспектив, аніж оптимістичне (часто нереалістичне) сприйняття власного майбутнього. Також було встановлено, що чим більш життєстійкою вважає себе людина, тим менше вона схильна самотужки організувати власний життєвий простір. Відчуття своєї життєстійкості, так би мовити життєвої впевненості, дає можливість молодій людині активно використовувати життєві шанси (про які докладно пише О. Г. Злобіна в попередніх розділах) під час моделювання власного майбутнього.

Негативний зв'язок життєстійкості зі стійкістю як психологічною властивістю особистості дає підстави говорити про те, що зі зростанням усвідомлення власної життєстійкості підвищується адаптивність, здатність пристосовуватися до життєвих труднощів. Висока життєстійкість дає можливість пристосовуватися до складних ситуацій, що виникають у процесі постановки життєвих завдань. Вважаємо, що завдяки здатності до активної взаємодії із життєвими труднощами особистість більш толерантно ставиться до непередбачуваних життєвих змін під час реалізації власних життєвих завдань.

Таким чином, отримані дані є підтвердженням того, що життєстійкість оптимізує процес постановки життєвих завдань особистістю завдяки адекватній (навіть негативній) оцінці майбутніх перспектив, здатності використовувати життєві шанси під час побудови планів на майбутнє та готовності до активного долання перешкод, що трапляються на шляху реалізації життєвих завдань.

На *другому етапі* емпіричного дослідження було отримано значущі кореляції (для статистичного вивчення зв'язку використовувався коефіцієнт рангової кореляції Спірмена) між компонентами життєстійкості (*включеність, контроль, прийняття ризику*) та шкалами ЖЗО, а саме: “Мотивація на досягнення матеріального благополуччя” ($r\ 0,462$; $p < 0,01$), “Наявність структурування часу життя” ($r\ -0,61$; $p < 0,01$), “Ставлення до майбутнього” ($r\ -0,535$; $p < 0,01$), “Суб’єктна активність” ($r\ -0,539$; $p < 0,01$), “Активність” ($r\ -0,474$; $p < 0,01$) та “Стійкість” ($r\ -0,533$; $p < 0,01$) (табл. 2.12). У дослідженні взяли участь 50 студентів 3-го курсу історичного факультету Національного педагогічного університету ім. М. П. Драгоманова (переважно дівчата, середній вік 20 років). Кількісна обробка даних проводилася з використанням статистичного пакету SPSS.

Таблиця 2.12

Результати кореляційного аналізу даних за тестом життєстійкості та шкалами особистісного опитувальника ЖЗО

Кореляції шкал		R Спірмена
Включеність	Наявність структурування часу	-0,442**
Включеність	Ставлення до майбутнього	-0,480**
Включеність	Суб'єктна активність	-0,377**
Включеність	Стійкість	-0,344*
Включеність	Активність-виснажливість	-0,376**
Контроль	Мотивація на досягнення матеріальних цінностей	0,497**
Контроль	Мотивація творчості	-0,307*
Контроль	Наявність структурування часу	-0,448**
Контроль	Ставлення до майбутнього	-0,402**
Контроль	Суб'єктна активність	-0,532**
Контроль	Стійкість	-0,588**
Контроль	Активність-виснажливість	-0,421**
Ризик	Мотивація на досягнення матеріальних цінностей	0,322*
Ризик	Наявність структурування часу	-0,394**
Ризик	Ставлення до майбутнього	-0,337*
Ризик	Суб'єктна активність	-0,454**
Ризик	Стійкість	-0,571**
Ризик	Активність-виснажливість	-0,395**

Примітки: * $p < 0,05$; ** $p < 0,01$.

У результаті проведеного емпіричного дослідження специфіки постановки життєстійкою молоддю завдань було виділено певні особливості життєстійкого життєвого моделювання. Виявилось, що життєстійкість відіграє вагомий роль при виборі першочергового життєвого завдання. Було встановлено, що чим вища життєстійкість особистості, тим більшого сенсу набувають ті її бажання та домагання, що спрямовані на досягнення матеріального добробуту та комфорту. Роблячи акцент на задоволенні матеріальних потреб, без яких повна самореалізація неможлива, молоді люди з високим рівнем життєстійкості демонструють самостійність та автономність

при постановці життєвих завдань. Було також визначено, що при цьому висока життєстійкість впливає на оцінку майбутнього та підвищує готовність враховувати можливі життєві несподіванки, неприємності й труднощі, тим самим розвиваючи рефлексивне ставлення до життя взагалі. Висока рефлексія формує у людини настановлення на те, що жити треба активно, долучатися до якомога більшої кількості подій у теперішньому, безпосередньо включаючи страх майбутнього у модель самозадачування.

Ефективність постановки життєвого завдання значною мірою залежить від того, кого молода людина вважає відповідальним за власне майбутнє. Висока суб'єктна активність говорить про те, що особистість самостійно визначає життєві завдання, розраховуючи при цьому в першу чергу на свої здібності, власні зусилля задля їх утілення в життя. Така орієнтація молодої людини, безумовно, сприяє ефективній реалізації життєвих планів, але ігнорування соціальних вимог та очікувань може призводити до певної "відірваності", ізоляції особистості в соціумі. Життєстійкість регулює цей зв'язок, підтримуючи відповідний рівень екстернальності, що дає змогу молодій людині балансувати між "так треба", "так прийнято" і "я цього хочу", "мені це потрібно".

На операційному рівні, який характеризує спосіб постановки життєвих завдань, життєстійкість також відіграє вагомий роль, регулюючи характер організації простору самоздійснення людини, її активність та стійкість у визначенні життєвих завдань. Було з'ясовано, що процес постановки життєвих завдань для життєстійкої молоді відбувається на фоні низької активності. Отже, молодь з високим рівнем життєстійкості під час планування власного життя більше спрямована на те, щоб максимально пристосовуватися до життєвої ситуації, а не "підкоряти" її за будь-яких обставин.

Висока життєстійкість розширює сприйняття часової перспективи, сприяє формуванню цілісної моделі самоздійснення молоді. Послаблення спрямованості на жорстке структурування подій посилює значущість чинника невизначеності майбутнього в процесі самозадачування. Коли молода людина бачить навколишній світ неперервним у часі, без жорсткого структурування подій, вона має можливість будувати життєві завдання, спираючись однаковою мірою як на минуле, так і на майбутнє. Враховуючи чинник невизначеності майбутнього в процесі самозадачування, людина здат-

на ставити життєві завдання з огляду на плин власного життя. Вона здатна інтегрувати досвід минулого і не боїться зазирнути в майбутнє, відкрити собі та іншим свої таємні бажання та сміливі плани, будувати такі життєві завдання, завдяки яким стає можливим реалізувати своє покликання. Молодь, яка має високу життєстійкість, у своєму життєвому плануванні більшою мірою керується усвідомленням невизначеності майбутнього, аніж жорстким сприйняттям часової перспективи, яке ґрунтується на чіткому квантуванні життя на минуле, теперішнє і майбутнє.

Регулювання характеру організації часу відбувається перш за все за рахунок таких компонентів життєстійкості, як *контроль та прийняття ризику*. Здатність до *контролю*, віра людини в те, що вона спроможна впоратися з усіма проблемами, котрі можуть виникати на життєвому шляху, певним чином позбавляють її необхідності чітко планувати своє майбутнє. Здатність активно впливати на життєві події збільшує довіру до плину подій та зменшує доцільність жорсткого структурування часу. Високий рівень *прийняття ризику*, що зумовлює готовність людини діяти в непередбачуваних умовах, послаблює спрямованість на чітке планування майбутніх подій. Прийняття ризику як готовність отримувати досвід (чи то позитивний, чи то негативний) не передбачає вибудовування конкретних планів.

За результатами дослідження було також встановлено значущий кореляційний зв'язок життєстійкості з рівнем фрустрованості соціальних досягнень ($r = -0,544$; $p < 0,01$). Отже, що вища життєстійкість особистості, то нижчий у неї рівень фрустрованості соціальних досягнень. Тобто життєстійка особистість значно більшою мірою задоволена власними досягненнями в головних сферах життєдіяльності.

Отримані дані є підставою говорити про те, що життєстійкі переконання становлять підґрунтя відкритого, вільного планування, яке дає можливість щоразу використовувати нові, відповідно до актуальної ситуації, способи постановки життєвих завдань. Така відкритість планування зумовлена безпосереднім впливом життєстійкості як здатності активно діяти в непередбачуваних ситуаціях, здатності трансформувати життєві зміни в можливості для саморозвитку, а не використовувати звичні, "готові" стратегії самоздійснення.

Життєстійкість дає змогу досягати певного оптимуму при визначенні життєвих перспектив, зберігати баланс між потребами особистості та її домаганнями й прагненнями. Таке балансування не можна зводити до адаптації в класичному розумінні цього поняття як пристосування до нових умов, у яких відбувається сенсопородження, це скоріше постійний пошук автентичних життєвих завдань. Життєстійкі переконання розширюють перспективу особистісної взаємодії зі світом, часову перспективу, уможливають співвіднесення минулого, майбутнього і теперішнього, дають змогу охопити цілісним поглядом плин власного життя, що збільшує можливості набуття нового життєвого досвіду.

Отже, життєстійкість виконує регулятивну функцію на етапі сенсопобудови та визначення векторів самоздійснення особистості. Висока життєстійкість робить перехід від одного життєвого етапу до іншого досить природним (це відбувається ніби само по собі), підтримує в цілому високу ефективність планування та самопрогнозування в ситуації невизначеності, в якій і відбувається процес постановки життєвих завдань.

Життєстійкість як ресурс екологічного самоздійснення молоді. На заваді особистісному самоздійсненню стають численні життєві зміни, які накладають свій відбиток на організацію життя, систему цінностей та їх пріоритетність. Тож в умовах постійних соціально-економічних перетворень, коли невизначеність і непередбачуваність є “звичайними” умовами соціального устрою, успішне самоздійснення особистості безпосередньо залежить від уміння вчасно та вправно вписатися, улитися в нескінченний плин подій. Прискорення і стиснення часу життя вимагають від людини постійно пристосовуватися до тих змін, які відбуваються в трансформаційному суспільстві. І сьогодні для того, щоб побудувати життя бажаної якості, стає все більш актуальним уміння оптимально використовувати власні ресурси, перш за все адаптаційні, певним чином економити життєву енергію. Щоб відчувати задоволення від власного життя, людині потрібно навчитися утримувати постійний баланс життєвої енергії та відшукувати нові способи досягнення бажаної якості життя. Необхідно мати високу життєстійкість, щоб швидко та оператив-но адаптовувати власні домагання та прагнення до мінливих соціальних вимог та очікувань. У процесі життєдіяльності життєстійкість,

як зазначає Л. В. Сохань, забезпечує адаптацію особистості до умов життя, що постійно змінюються, збереження і відтворення особистісного та енергетичного потенціалів, ціннісних орієнтацій, обраного стилю життя [Сохань, 2010].

Ми розглядаємо життєстійкість як регулятивний механізм процесу постановки життєвих завдань, який дає змогу при моделюванні бажаного майбутнього зберігати та утримувати баланс між власними домаганнями, мріями та цілями і реаліями актуальної життєвої ситуації. Узгодження між формою, тим, яким для нас є бажане майбутнє, та його змістом і смислом є, на думку Т. М. Титаренко, необхідною умовою побудови дієвої моделі майбутнього та збереження задовільного рівня життя людини, рівня задоволеності власними досягненнями.

У нашому дослідженні ролі життєстійкості в постановці життєвих завдань ми дійшли висновку, що життєстійкість є особистісним потенціалом побудови оптимальної моделі саморозвитку, моделі, яка забезпечує постійний пошук автентичних життєвих завдань, максимально наближаючи їх до втілення індивідуальних домагань, прагнень та мрій. Вважаємо, що в життєстійкій людини особистісне самоздійснення проходить досить *екологічно*, тобто перехід від одного життєвого етапу до іншого відбувається в цілому гармонійно, що відображається передусім на збереженні якості її життя під час постановки та реалізації чергового життєвого завдання.

На екологічність самоздійснення впливає здатність життєстійкої людини ефективно використовувати ресурси структурування та моделювання власного майбутнього. Отже, нестача і недосконалість ресурсів самопрогнозування, структурування та планування майбутнього і є тими перешкодами, які виникають на шляху ефективного самоздійснення особистості, зумовлюючи зростання тривоги і страху перед можливими змінами в житті. Обмеженість ресурсів самопрогнозування “утримує” людину в теперішньому, а іноді в минулому, стримує її особистісне зростання, так би мовити “закриває” для неї майбутнє.

У нашому розумінні екологічне самоздійснення – це таке самоздійснення, за якого людина досягає максимальної самореалізації в житті, зберігаючи власні життєві ресурси. Умовою такого самоздійснення є здатність утримувати оптимальний баланс між прагненням до успішної реалізації поставлених життєвих завдань

і необхідністю зберігати власне психологічне здоров'я. Переконані, що підвищення життєстійкості як ресурсу екологічного самоздійснення сьогодні є вкрай необхідним для сучасної молоді, яка буде життя бажаної якості в складних, а частіше навіть екстремальних життєвих умовах. На екологічність самоздійснення, безперечно, впливає готовність особистості до конструктивних трансформаційних процесів. Така готовність дає змогу зменшити ризик виникнення емоційного вигорання особистості за рахунок актуалізації особистісних ресурсів самопрогнозування та структурування майбутнього.

Для того щоб описати зміст екологічного самоздійснення, ми визначили особливості прояву характеристик постановки життєвих завдань молоддю з високим рівнем життєстійкості. Шляхом порівняльного аналізу було виявлено провідні стильові особливості організації життєвого простору молоддю з високим рівнем життєстійкості. Як критерій для порівняння середніх групових значень показників використовувався t-критерій Стьюдента (при $p \leq 0,05$). Нас цікавили тільки значущі відмінності між показниками кожної з трьох груп досліджуваних (рис. 2.19). Розподіл опитуваних, що увійшли до відповідних груп, не є рівномірним: маємо відповідно 9, 14 та 11 осіб. Зважаючи на нечисленність вибірки, отримані дані не можуть претендувати на сувору статистичну значущість, а лише означають найсуттєвіші тенденції та окреслюють перспективний простір для подальшого дослідження проблеми.

Як видно з рис. 2.19, життєстійка молодь демонструє значно вищий загальний рівень життєвої мотивації порівняно з представниками інших груп досліджуваних, що може свідчити про готовність цієї молоді до структурування власного майбутнього шляхом постановки життєвих завдань та наповнення їх власним особистісним смислом. Висока мотивація до сенсопобудови поєднується в життєстійкої молоді з чіткою артикуляцією та черговістю тих завдань, які вона перед собою ставить. Як ми вже зазначали, для життєстійкої молоді особистісної значущості набувають ті життєві завдання, які в першу чергу сприяють досягненню матеріального добробуту і комфорту. Отже, життєстійка молодь більшою мірою порівняно з молоддю, яка має низький рівень життєстійкості, дбає про задоволення дефіцитарних потреб.

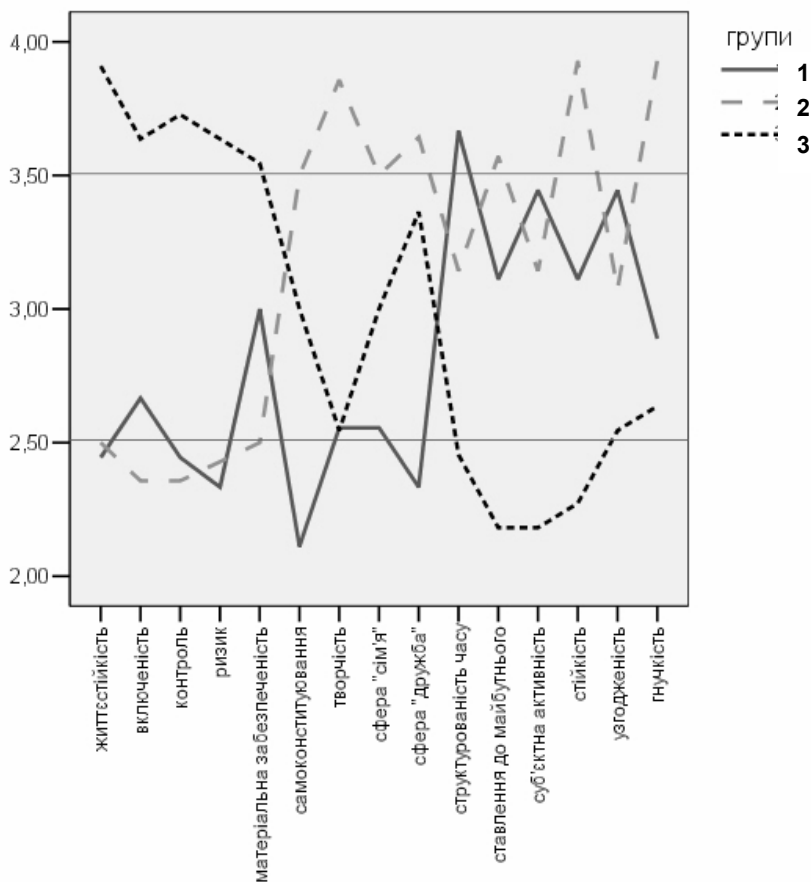


Рис. 2.19. Моделі постановки життєвих завдань

Виходячи з теорії мотивації А. Маслоу, саме задоволення цих потреб забезпечує індивідові відчуття рівноваги, стабільності та безпеки. Адже щоб людина змогла повністю реалізуватися в житті, вона повинна досягти певного балансу між фізіологічними, соціальними та психологічними потребами і визначити пріоритети їх реалізації в життєдіяльності. С. Мадді наголошує, що від того, який

спосіб задоволення основних потреб обере особистість, залежить тип особистісного розвитку (див.: [Карпинский, 2002, с. 38]).

На відміну від життєстійкої молоді молодь з порівняно невисоким рівнем життєстійкості, окреслюючи перспективи свого життя, або ігнорує необхідність самостійного задоволення матеріального добробуту на даному етапі самоздійснення, визначаючи для себе першочерговим завданням творчу самореалізацію, або гостро переживає депривацію дефіцитарних потреб; утім, необхідність їх задоволення не набуває для неї особистісної значущості, а отже, не включається в зміст моделі бажаного майбутнього.

Матеріальна неспроможність може суттєво обмежувати самоздійснення молоді. Коли молода людина будує життєві плани та окреслює орієнтири власного майбутнього не за рахунок відмови від необхідного заради досягнення нездійсненого, вона має можливість утримувати баланс між нехтуванням власними потребами і прагненням до самоствердження будь-якою ціною. Тож визначення молоддю за головне життєве завдання досягнення комфорту та матеріального добробуту є досить реалістичним та своєчасним з огляду на сучасну соціально-економічну ситуацію в українському суспільстві. Сьогодні саме фінансова спроможність дає людині відчуття стабільності та безпеки і є однією з умов досягнення належної якості життя.

Отже, для життєстійкої молоді комфорт і матеріальний добробут стають тим актуальним змістовим наповненням бажаної моделі майбутнього, що зумовлює спрямованість самоздійснення молодого покоління на досягнення стабільності та захищеності.

Не менш значущими виявилися відмінності щодо бачення життєстійкою молоддю пріоритетних сфер життя, в яких передбачається розгортання її особистісного потенціалу самоздійснення.

Життєві завдання життєстійкої молоді спрямовані на таку сферу життєдіяльності особистості, як навчання і робота. Здобуття освіти та кар'єрне зростання – ось що цікавить її в першу чергу. Така локалізація життєвих завдань цілком відповідає бажаній моделі майбутнього, в якій комфорт та матеріальне забезпечення набувають особливої особистісної значущості. На відміну від життєстійкої молоді молодь з низьким рівнем життєстійкості демонструє певну неузгодженість життєвих завдань з актуальними особистіс-

ними смислами. Наприклад, визначаючи творчість як бажану для себе форму самоздійснення, така молодь бачить реалізацію своїх життєвих завдань у сфері “дружні стосунки”, або, відводячи належне місце в моделі власного майбутнього комфортові та матеріальному добробуту, молоді люди зосереджуються на зміцненні свого здоров’я.

Відповідність життєвих завдань бажаній моделі майбутнього наповнює життя сенсом; як зауважує Т. М. Титаренко, “надає безпосередньому плинові життя певної спрямованості, динамічності, конструктивності” [Титаренко, 2007а, с. 307]. *Словом, життєстійка молодь здатна узгоджувати свої життєві завдання з актуальними для неї особистісними смислами та спрямовувати власне самоздійснення на здобуття освіти і кар’єрне зростання.*

Особливістю життєвого моделювання життєстійкої молоді є також у цілому невисокий рівень суб’єктної активності, коли йдеться про реалізацію поставлених завдань. Проявляючи порівняно низьку особистісну активність, життєстійка молодь у ході реалізації життєвих завдань використовує стратегію резервування та економії особистісних ресурсів. Така життєва стратегія може бути досить продуктивною з огляду на мінливість і тотальну непередбачуваність життя, коли успішна реалізація життєвого завдання залежить від здатності вчасно оцінити власні можливості щодо розв’язання життєво важливих питань. Так, життєстійка молодь здатна підтримувати досить стабільний рівень активності в ході реалізації життєвих завдань, вчасно “перекладаючи” відповідальність за прийняття життєво важливих рішень на “саме життя”. У такий спосіб їй вдається економити особистісні ресурси для реалізації життєвого завдання; вона скоріше відкладе його реалізацію, зберігаючи надію, до кращих часів, аніж прагнучиме успіху будь-якою ціною.

Натомість нежиттєстійка молодь, беручи на себе всю відповідальність за реалізацію того чи того життєвого завдання, ризикує зіткнутися з тим, що воно для неї стане непосильним випробуванням, а його реалізація принесе більше страждань, аніж задоволення. Для молодої людини, яка впевнена, що успішна реалізація життєвих планів залежить тільки від її здібностей, може стати неприйнятним той факт, що поставлене нею життєве завдання здійснити не вдалося. Така людина, прагнучи до реалізації життєвого

завдання за будь-яких умов, ризикує досить швидко вичерпати власні життєві ресурси та дійти до психологічного виснаження.

Зі сказаного виходить, що порівняно низька особистісна активність життєстійкої молоді під час моделювання власного життя дає їй можливість використовувати стратегію резервування та економії суб'єктної активності для реалізації життєвих завдань, що допомагає їй підтримувати відповідний рівень психологічного комфорту в процесі самоздійснення.

Ще однією особливістю життєвого моделювання життєстійкої молоді є песимістичне ставлення до майбутнього. Песимістичні настановлення дають людині змогу сприймати негативні події як такі, що постійно відбуваються і будуть відбуватися в її житті [Когнітивна психологія, 2002, с. 156]. Тому для песимістично налаштованої людини більш природним є усвідомлення непередбачуваності майбутнього. Така людина завжди готова до несподіванок життя, його мінливості. Як зауважує С. Мадді, у майбутньому завжди є невідоме, його неможливо передбачити, навіть якщо ми його ретельно плануємо [Мадді, 2005, с. 91].

Можемо припустити, що песимістичне ставлення людини до майбутнього в процесі моделювання свого життєвого шляху дає їй ресурс, потрібний для трансформування реальності відповідно до власних очікувань та водночас угамування невротичної тривоги. Якщо ж людина не здатна усвідомити певну непередбачуваність і непрогнозованість власного майбутнього, якщо вона неадекватно сприймає тривогу, прагнучи до переживання постійної радості та задоволеності життям [Мэй, 2005], то, ставлячи життєві завдання, така людина скоріше за все буде вдаватися до різних форм психологічного захисту, аж до невротичного спотворення реальності [Леонтьев Д. А., 2003].

Усвідомлення людиною того, що на шляху самореалізації можуть поставати непереборні труднощі, сприяє більш толерантному ставленню до проблем, які виникають під час реалізації поставлених життєвих завдань. Коли людина оцінює проблемну ситуацію як менш травматичну, вона здатна, переконаний С. Мадді, трансформувати проблеми в можливості, тобто знаходити можливості для особистісного розвитку в найскладніших життєвих ситуаціях. Трансформаційне опанування труднощів у процесі особистісного самоздійснення актуалізує готовність людини до активної

соціальної взаємодії та підтримувальної поведінки, сприяє розвитку “соціального почуття” (термін А. Адлера). Спрямованість на відкрите міжособистісне спілкування, на відкритий діалог, за К. О. Черемних, дає можливість під час постановки життєвих завдань зберігати певний “кредит довіри” до власного оточення, що підтримує відчуття надійності та стабільності в процесі особистісного самоздійснення. Отже, певна міра песимістичності людини утримує її від надмірної невротизації щодо перспектив власного майбутнього та спонукає в ході постановки життєвих завдань вдаватися до проблемного планування [Абульханова, Березина, 2001], безпосередньо включаючи проблеми і труднощі в модель власного майбутнього. Така людина не боїться ставити складні життєві завдання, якими і є завдання саморозвитку та самовдосконалення.

Це значить, що готовність життєстійкої молоді до майбутнього зумовлює відкритість і діалогічність процесу постановки життєвих завдань, а готовність до труднощів – її здатність до проблемного планування часу власного життя. Такий спосіб постановки надає молоді впевненості при постановці складних життєвих завдань, забезпечує соціальну підтримку під час їх реалізації, певним чином зміцнюючи “психологічний імунітет” до життєвих труднощів у процесі особистісного самоздійснення.

Важлива відмінність щодо постановки життєвих завдань життєстійкою молоддю проявляється в особливостях організації нею власного часу життя. Така молодь, досить упевнено почуваючись щодо організації життєвого простору самоздійснення, зазвичай не структурує час життя, не вибудовує жорсткі стратегічні життєві плани, не узгоджує та не упорядковує події свого життя. Аналізуючи постановку життєвих завдань життєстійкою молоддю, можемо зробити висновок, що молоді люди досить стримано ставляться до необхідності будь-яким чином організувати свій життєвий простір. Така “байдужість” до планування і структурування життєвих подій дає людині можливість гнучко коригувати строки постановки та досягнення окремого життєвого завдання. Часто трапляється, що людина планує життя таким чином, що за короткий проміжок часу їй потрібно виконати великий обсяг роботи, і навпаки, на певний період життя вона майже нічого не планує. Як ми вже зазначали, збереження збалансованості в структуруванні часу є досить оптимальним з точки зору ефективності самоздійс-

нення особистості. Вважаємо, що, виявляючи стриманість і терпіння під час постановки життєвих завдань, людина здатна підтримувати задовільну якість свого життя на окремих етапах самоздійснення, а її життєві завдання навряд чи будуть сприйматися при цьому як випробування. Спираючись на такий ресурс планування і прогнозування часу життя, як терпіння, людина має можливість зберігати й поповнювати життєвий потенціал, щоб створити і більш-менш чітко окреслити для себе певний діапазон шляхів саморозвитку та самореалізації [Наумова, 2006].

На відміну від життєстійкої молоді молодь з низьким рівнем життєстійкості досить уважно ставиться до вибудовування власної життєвої перспективи. При цьому, спираючись на запропоновану К. О. Абульхановою і Т. М. Березіною типологію життєвих перспектив, можемо стверджувати, що ці молоді люди більшою мірою спрямовані на побудову саме когнітивної життєвої перспективи, ознаками якої є детально побудовані життєві плани, висока структурованість майбутнього, окресленість власних майбутніх перспектив. Утім, спрямованість на побудову виключно когнітивної перспективи ставить під загрозу можливість побудови власне особистісної перспективи [Абульханова, Березина, 2001, с. 37].

Цілком погоджуючись із такими міркуваннями, вважаємо, що зайва зосередженість на вибудовуванні когнітивної життєвої перспективи може відвертати увагу особистості від постановки життєвих завдань, спрямованих на максимальну самореалізацію в житті, досягнення “бажаної ідентичності” [Титаренко, 2003]. До того ж прагнення нежиттєстійкої молоді все зробити своєчасно, у відведені терміни та в чітко визначеній послідовності може призводити до так званої життєвої покvapливості. За висновками К. О. Абульханової, життєва покvapливість не співвідноситься з реальними, об’єктивними обставинами життя. Споглядаючи плин свого життя, людина перебуває в ситуації, як зазначає дослідниця, коли час ніби постійно підстерігає її, ніби вона постійно боїться втратити головне. Напевне, поспішність, покvapливість при постановці життєвих завдань можуть негативно впливати на оцінку власного життя. Усвідомлення людиною того, що вона не встигла вчасно одружитися, отримати освіту, зробити кар’єру, суттєво знижує її самооцінку та задоволеність життям. Отже, висока життєстійкість надає життєвої впевненості молодій людині в умовах, у яких

“час наставання подій не визначено, коли немає жорсткої детермінації часу” [Абульханова, 2001, с. 25]. І справді, коли людина в процесі самоздійснення не залежить від необхідності постійно визначати головні життєві події та їх послідовність, вона здатна більш якісно використовувати час свого життя для досягнення повної самореалізації.

Таким чином, актуалізація в життєстійкій молоді такого елемента планування та структурування часу життя, як терпіння, дає змогу утримувати баланс між насиченістю життєвих завдань і строками їх реалізації, що забезпечує адекватний рівень самооцінки та задоволеності власним життям у процесі особистісного самоздійснення.

Останньою в переліку наведених особливостей постановки життєстійкою молоддю життєвих завдань є така характеристика, як низький рівень фрустрованості соціальних досягнень. Рівень соціальної фрустрованості, тобто задоволеності соціальними досягненнями в провідних сферах життєдіяльності, розглядають як показник суб'єктивного благополуччя та психологічного здоров'я особистості. Отже, у молоді з високим рівнем життєстійкості постановка життєвих завдань відбувається на позитивному емоційному тлі, яке, за В. В. Бойко, є однією з умов розгортання інтелектуального потенціалу особистості [Практическая психодиагностика, 2000, с. 160].

Як бачимо, позитивне ставлення до якості своєї роботи, переживання власної успішності в провідних сферах життєдіяльності сприяють розгортанню інтелектуальних ресурсів при постановці життєвих завдань та забезпечують відповідний рівень психологічного здоров'я в процесі самоздійснення.

Відтак можна говорити про те, що життєстійкість особистості, зумовлюючи процес постановки життєвих завдань, дає їй змогу будувати життя бажаної якості із збереженням психологічного здоров'я під час самоздійснення в соціумі. Суб'єктивна привабливість процесу постановки життєвих завдань та здатність обирати психологічно здорові способи їх реалізації є чинниками оптимізації особистісного самоздійснення молоді та надання цьому процесу певної екологічності.

Отже, ідеться про переваги життєстійкої молоді, які досить “екологічно” наближають її до бажаної якості життя, а це:

- усвідомленість дефіцитарних потреб;
- спрямованість самоздійснення на здобуття освіти та кар'єрне зростання;
- дотримання стратегії резервування та економії суб'єктної активності під час реалізації життєвих завдань;
- упевненість при постановці складних життєвих завдань та відчуття соціальної підтримки під час їх реалізації;
- дотримання балансу між насиченістю життєвих завдань і строками їх реалізації, що забезпечує адекватний рівень самооцінки та задоволеності власним життям у процесі особистісного самоздійснення;
- збереження психологічного здоров'я в процесі особистісного самоздійснення.

Механізмами екологічного самоздійснення є здатність життєстійкої молоді:

- підтримувати оптимальний рівень психологічного комфорту, відчувати безпеку, стабільність та захищеність;
- зберігати власне психологічне здоров'я, підтримувати віру в себе та довіру до оточення під час реалізації життєвих завдань.

2.11. Життєві завдання як форми моделювання майбутнього проблемною молоддю

Поняття проблемної молоді в сучасній соціальній психології не є усталеним і чітко визначеним. У ролі терміна його використовують переважно як збірне, описове, як таке, що вказує на певну частину молоді, яка має проблеми з долученням до соціального життя. У західній соціальній психології та соціальній роботі цю молодь визначають як таку, що має зумовлені тими чи іншими соціальними або особистісними причинами відхилення (deviation) від суспільних стандартів, норм у своїй поведінці. У зв'язку із цим

виділяють типи девіантної поведінки і групи молоді, які утворюються на основі спільності цієї поведінки [Шибутани, 2002, с. 484–489; Наркомания ..., 1997].

Основні підходи до визначення специфіки проблемної молоді як певного соціально-психологічного явища спираються на аналіз причин, які зумовлюють її існування та відтворення. Такий підхід є панівним у вітчизняній соціології, юридичній психології, культурологічних дослідженнях. Зокрема, у соціологічних дослідженнях проблемну молодь розглядають крізь призму соціальної стратифікації, її специфічної поведінки (поведінкові дослідження), ціннісних орієнтацій, впливу соціальних чинників, органічного зв'язку з проблемними сім'ями [Глинский, Афанасьев, 1993; Балакірева, Яременко, 2001; Проблемні сім'ї..., 2001].

З точки зору юридичної психології проблемну молодь можна визначити як молодіжне кримінальне середовище. У ньому виокремлюються окремі групи – зокрема за видами проблемної поведінки (наприклад, наркозалежна молодь); за ступенем асоціальності – групи ризикованої поведінки, делінквентна (що порушує норми права) молодь; виділяються схема девіантної поведінки, її рівні відповідно до рівня порушення норм і стереотипів поведінки, основні форми [Харитонов, 2003; Горват, 2003].

У контексті культурологічних досліджень проблемну молодь виокремлюють з-поміж інших субкультурних її формувань [Невядомська, 2004].

Разом з тим проблемну молодь, як і інші соціальні групи, можна досліджувати і у власне людських вимірах та устремліннях у майбутнє. Вона відрізняється від інших не тільки причинними детермінантами життєдіяльності, а й притаманними їй ціннісно-смысловими мотивами, які формують і скеровують її життєву активність у майбутнє. Певними специфічними формами такої ціннісної і смислопокладальної активності є життєві завдання. Узагальнюючи проведені теоретичні та емпіричні дослідження в молодіжному середовищі, проблемну молодь можна визначити як таку, що має деформовану суб'єктність, унаслідок чого ставить перед собою відповідні життєві завдання, реалізація яких веде до узаалежненого і узаалежнювального способу життя. Це також зумовлює те, що проблемна молодь є носієм і реалізатором деструктивного стосовно себе і свого близького оточення психосоціального капіта-

лу, оскільки порушує загально визнані соціальні норми поведінки на шкоду собі і суспільству.

За критерієм схильності до проблемної поведінки та ступенем її деструктивності щодо особистості і суспільства доцільним є виділення ядра і периферії проблемної молоді. Ядро проблемної молоді, беручи до уваги порушення соціальних норм у суспільстві та відповідно деструктивний вплив, складають молоді люди, які практикують кримінальну поведінку, систематично вживають наркотичні та психотропні речовини, алкоголь, постійно хворіють на інфекції, що передаються статевим шляхом (ІПСШ), поширюють ВІЛ-інфекцію статевим та ін'єкційним шляхом. До периферії проблемної молоді слід віднести тих, хто експериментує з алкоголем і наркотиками, схильний порушувати громадський порядок і вести безладне статеве життя.

Слід зазначити, що проблема молоді формується за рахунок уразливої до негативних явищ молоді, котра становить важливий резерв проблемної молоді, за рахунок якого та весь час поповнюється. На нашу думку, уразлива молоді має деформований унаслідок несприятливих сімейних умов виховання й проживання особистісний потенціал і за негативних або позитивних соціальних умов і впливів може стати як проблемною, так і звичайною молоддю. Особлива увага до цієї групи зумовлена тим, що саме вона є середовищем відтворення та поширення негативних явищ серед молоді і в суспільстві в цілому.

З-посеред проблемної молоді наркозалежна молоді (далі НЗМ) є основою і ядром формування інших її груп. Вона становить більшість молоді, що реалізує кримінальну поведінку, бере участь у нарко- і секс-бізнесі, а також становить більшість ВІЛ-інфікованих, які схильні до безладного статевого життя і небезпечного (щодо поширення ВІЛ-інфекції в середовищі ін'єкційних споживачів наркотиків) наркоспоживання. Наркозалежна молоді активно залучає (негативний приклад взаємодії рівний-рівному) до небезпечного життя своє найближче оточення, ефективно поширює проблемну поведінку в молодіжному середовищі.

У цьому контексті продуктивними є підходи до розуміння проблемної молоді як соціального явища з точки зору теорії та практики соціальної роботи [Соціальна робота, 2002; Шанин, 1997]. Власне, сучасні форми соціальної роботи виникли як реакція

на виклики глобалізації суспільного життя. Їхня характерна особливість полягає в трактуванні клієнта як суб'єкта свого власного життя, який через особистісні деформації, незнання та невміння діє всупереч власним інтересам та на шкоду суспільству і тим самим прирікає себе на неминучу поразку. Тому важливим підходом у тлумаченні феномена проблемної молоді є з'ясування цінностей і настановлень особистості, специфіки постановки та реалізації нею своїх власних життєвих завдань.

Особливості постановки життєвих завдань наркозалежною молоддю. Проблемна молодь і її репрезентативна група – наркозалежна молодь – не є однорідними. Це зумовлює специфіку постановки життєвих завдань окремими її підгрупами, враховуючи особливості досвіду наркозалежності і ступінь звільнення від неї [Лазоренко, 2007]. Хтось ставить завдання збереження свого наркозалежного способу життя, хтось усвідомлює органічний зв'язок наркотичного і криміногенного життя, але не в змозі відмовитися від наркотиків і долучається до програм “зменшення шкоди” від вживання наркотичних речовин, зберігаючи свою залежність. Певна частина бере участь у світських та релігійних реабілітаційних програмах і відмовляється від вживання наркотиків. У результаті успішної реабілітації молодь приходить до усвідомлення необхідності постановки та вирішення важливих життєвих завдань, які вона оминала в попередні роки свого життя. Від ступеня позитивності та реалістичності цих завдань багато в чому залежить ефективність їх вирішення, а значить майбутнє цієї молоді і майбутнє її найближчого оточення.

Формування життєвих завдань суттєво залежить від попереднього життєвого досвіду людини. Для наркозалежної молоді це її попередній життєвий досвід залежності. У зв'язку із цим важливо з'ясувати вплив досвіду наркозалежності проблемної молоді на формування її життєвих завдань, беручи до уваги такі її групи, як власне наркозалежні, ветерани наркозалежності – учасники програм “зменшення шкоди”, що продовжують вживати наркотичні речовини, і споживачі наркотичних речовин, які починають нове, тверезе життя після проходження реабілітаційних програм.

Цей вплив ми розглянемо на основі аналізу життєвих історій проблемної молоді (тих, хто продовжує вживати наркотичні речо-

вини, і тих, хто відмовився від вживання, у тому числі хворих на ВІЛ/СНІД), які були опубліковані в спеціалізованих виданнях. Також ми будемо спиратися на власний досвід консультативної та психокорекційної роботи з проблемною молоддю в рамках діяльності державних і громадських організацій (центри соціальних служб для сім'ї, дітей та молоді; Всеукраїнська мережа людей, що живуть з ВІЛ/СНІД; Всеукраїнська благодійна організація “Час життя плюс”; Інститут проблем наркоманій та наркозлочинності). Основним джерелом для нас є життєві історії різних груп наркозалежної молоді: діючих представників НЗМ; користувачів наркологічної та психосоціальної допомоги – учасників програм зменшення шкоди від вживання наркотичних речовин; тверезих представників НЗМ, що пройшли реабілітаційні програми. Життєві історії НЗМ відображено в таких періодичних виданнях, як “МОЗГ. Проект зниження вреда” (www.drugscene.ru), “Ключ. Журнал для потребителей наркотиков и их родителей”, “Информационный дайджест. Программа снижения вреда от употребления наркотиков”, журнал “СПИД”. Життєві історії тих, хто не вживає наркотики, розміщені також у спеціальних, крім уже згаданих, збірниках: “Взгляд изнутри”, “Ваше майбутнє – у ваших руках”, “Наша жизнь. Бюллетень Всеукраинской сети людей, живущих с ВИЧ”, “Exit/выход есть...”, у журналі “Молодость – наше оправдание”.

Вивчаючи життєві історії, ми звертали увагу передусім на ті висловлювання представників цільової групи, які найбільшою мірою характеризують особливості їхнього досвіду щодо вирішення життєвого завдання виживання в умовах наркозалежності, зокрема описують життєві кризи, пов'язані з пережитою загрозою смерті, та висловлювання, що характеризують особливості формування життєвих завдань у трьох основних сферах самоздійснення молоді – професійній, сімейній та особистісній. Найбільш яскраві з них пропонуються в наведеному нижче тексті. У визначенні поняття “життєві завдання”, зокрема щодо проблемної молоді, ми спираємося на напрацювання Т. М. Титаренко [Титаренко, 2007а].

Особливе значення для постановки проблемною молоддю життєвих завдань має попередній досвід залежної поведінки. Практика консультативної роботи з НЗМ переконує в тому, що досвід наркозалежності зумовлюється також найважливішим життєвим конфліктом – між потягом до життя і потягом до смерті

(В. Штекель, З. Фройд). Основна соціально-психологічна динаміка життєвого шляху цієї молоді – неусвідомлювана спрямованість у вирішенні цього життєвого конфлікту до смерті, суїцидальна поведінка і вмирання. У психоемоційному плані цей шлях представлено палітрою агресивних і депресивних станів, які з точки зору транзактного аналізу Е. Берна можуть бути представлені такими базовими настановленнями щодо світу, як “Я – благополучний, світ – неблагополучний”; “світ – благополучний, Я – неблагополучний”; “і Я, і світ – неблагополучні”. Ці базові настановлення зумовлюють песимістичну життєву стратегію, вирішення конфлікту на користь смерті, рух особистості назустріч їй, стратегію безуспішної боротьби із життям і звірами в ньому, потрапляння, урешті-решт, в обійми смерті. Переважання цієї життєвої стратегії у НЗМ є підставою для того, щоб фахівці-наркологи розглядали наркотичну поведінку як суїцидальну.

На протипагу цьому потяг до життя тісно пов’язаний з оптимістичним, “здоровим” настановленням благополуччя: “Я благополучний, і світ благополучний”. Це настановлення зумовлює укорінення особистості в бутті – радісне, щасливе життя, задоволеність собою і зовнішніми обставинами, навіть якщо вони не є в повній мірі сприятливими.

На жаль, переважною динамікою в житті багатьох представників НЗМ є потяг до смерті. У реалізації цього потягу вони проходять різні етапи вмирання – соціального, особистісного, психоемоційного і фізичного. Починається цей шлях до смерті з проживання психологічної депривації та фрустрації дитини з боку батьків та рідних, набуття досвіду агресивних та депресивних станів. Потім він продовжується через подолання бар’єрів соціально неприйнятних, неможливого, перепон на шляху до соціальної, психічної (душевно-духовної) і фізичної смерті. Перш за все це досвід:

- “кумару”, “ломки”, перебування та лікування в наркологічних диспансерах, психіатричних лікарнях;
- забезпечення своїх потреб антизаконним шляхом – за рахунок крадіжок у власних батьків та родичів, участі в кримінальній діяльності, яка дає прибуток (дрібні крадіжки, організована злочинність, наркобізнес, секс-бізнес та ін.);
- відбування покарань у місцях позбавлення волі;
- захворювання на туберкульоз і ВІЛ/СНІД, передозування.

“Дивлячись на себе, я розумів, що до самої смерті я не звільнюся від цього жаху і безнадії... Шість разів лікувався в нарколікарнях. Багато разів намагався “зіскочити” сам, і вже втратив усяку надію. Вен майже не залишилось, уже давно коловся у пах, здоров’я з кожним місяцем ставало все слабшим, “кумару” боявся більше за все на світі. Але найжахливіше діялося в душі. Стан душі був набагато страшнішим за стан тіла” [Exit..., 2004, с. 35].

“Знайомство з міліцією почалося рано. На мене заводилися кримінальні справи. З 14 років у мене вдома була зброя – ножі, шапка і бойова граната. Через деякий час я потрапив у «бригаду». В одній із чергових розборок убили мого друга Ігоря. Йому було 19 років, а мені – тільки 15. У своєму житті я побачив багато смертей друзів та знайомих. Одних вбили, інші вмерли від наркотиків, а деякі покінчили життя самогубством” [там само, с. 24].

Зустріч зі смертю, перш за все із власною, зумовлює кардинальну життєву кризу молодой людини. Залежно від того, де відбудеться ця зустріч, на якому відтинку шляху до смерті, і яким буде вихід із цієї зустрічі, залежить, чи людина загине, чи ж відбудеться радикальне її повернення до життя: *“Звичайно, я чудово знала, що існує ризик інфікування, коли брала в руки чужий шприц. Але мені завжди здавалось, що це може трапитися з ким завгодно, окрім мене. І ось коли мені це сказали, я відчула запах смерті...” [Взгляд изнутри, 2002, с. 46-47].*

Саме з цього поворотного пункту в певній частині НЗМ прокидається потяг до життя. У молодих людей “відкриваються очі”. Життя набуває для них власного сенсу: *“Бог втопився дивитись, як я живу в мотлосі і безладі, от Він і дав мені останній шанс у житті. Бог нагадав мені, що я все-таки колись помру” [там само, с. 39].* Вони починають долучатися до програм світських та релігійних реабілітаційних центрів. З цього часу в них виникає потреба в постановці власних життєвих завдань. При цьому як найперше ставиться завдання звільнення від наркотичної залежності.

Досвід показує, що поверхове втручання рідних, лікарів, психологів і психотерапевтів, представників церкви до цієї доленосної зустрічі – реального попередження про смерть, як правило, не має для молодой людини значення; вони не можуть достукатися, докричатися чи зачепити її “за живе”. Щоб відбувся цей радикальний поворот, людина повинна дістатися до “власного дна”, щоб, від-

штовхнувшись від нього, почати нове життя. На жаргоні НЗМ це означає “вдосталь наїстися лайна”: *“Схаменувшись на решті й озирнувшись назад, я усвідомив, що пройшло дев’ять років і що я опустився на саме дно, і втратив усе, що мав”* [Наше місто..., 2004, с. 3]. Якщо ж фахівці змогли зачепити людину “за живе” на глибинному, підсвідомому рівні і перемкнути напрям її магістрального руху від смерті в бік життя, то в таких непоодиноких випадках вдається перехопити занепалу людину ще на певних підступах до цього дна. Далі, за сприятливих умов, можливе звільнення її від залежності, реалізація нею власного суб’єктного потенціалу та повернення до нормального життя.

Часто таке “перемикання” відбувається внаслідок інфікування ВІЛ. Певною відстрочкою від передчасної смерті може стати відбування покарання в місцях позбавлення волі. У зв’язку із цим зрозумілими стають парадоксальні зізнання: *“Моє життя – справжнє, повноцінне, щасливе життя – почалося після того, як мені поставили діагноз ВІЛ. ... У мене все тепер на своїх місцях, можливо, навіть завдяки хворобі... Зараз у моєму житті на першому місці стоїть духовне... Також кохання, яке я маю. Я щасливий!”* [Взгляд изнутри, 2002, с. 20]; *“Тоді я почав думати: для чого я живу, невже я закінчу своє життя в лікарні чи тюрмі?”; “Тюрма врятувала мене від смерті; усі мої товариші, з якими коловся, уже давно на тому світі!”* [Exit..., 2004, с. 27]. Таким чином, зустріч з реальною загрозою смерті дає шанс молодим людям подолати життєву кризу і розпочати справді нове життя. Перед ними постають нові завдання усвідомленої побудови свого майбутнього, зважаючи на те, що багато часу вже втрачено, а для багатьох ВІЛ-позитивних людей цей час попереду теж означений певною кінечністю.

Наведені вище характеристики проблемної молоді і спосіб її життєдіяльності зумовлюють особливості постановки цієї молоддю основних життєвих завдань. Найголовнішим таким завданням є збереження свого наркотичного способу життя, досягнення за допомогою наркотичного сп’яніння позірної свободи – звільнення від набридлого сімейного оточення та особистісне самоствердження у спільноті проблемної молоді всупереч визнаним нормам суспільного життя.

На відміну від тих представників НЗМ, хто усвідомив органічний зв’язок наркотичних речовин зі смертю і втратою життя, пев-

на її частина ще перебуває в полоні ілюзій, захисних психологічних механізмів, тому ставить собі за завдання утриматись у сфері помірного вживання наркотичних речовин і, більше того, виступає за легалізацію легких наркотиків: *“Почнімо з того, що себе наркоманом не вважаю. Так, я вживаю наркотики, якщо марихуану так можна назвати... Кому я заважаю, гуляючи з пакетом трави в кишені? Чому я повинен боятися міліції?...Піднімись і стій за свої права! Ні – алкоголізму і важким наркотикам. Так – легалізації марихуани в Україні”* [Піднімись ..., 2000, с. 8-9].

Для такої молоді характерне безвідповідальне ставлення до часу свого життя. Як правило, вона живе “тут і тепер”, не переймаючись майбутнім. Для проблемної молоді, що вживає наркотичні речовини, життєві події, які зовнішньо схожі на вирішення життєвих завдань, – пошук і знаходження роботи (на короткий час), створення сім’ї, народження дитини – у цілому не є результатом свідомої постановки і вирішення нею життєвих завдань. Вони перш за все є наслідком впливу близького оточення, зовнішніх випадкових обставин – батьків, ситуацій, збігу обставин. Саме тому такі молоді люди не цінують те, що вони отримали “задарма”, без докладання до цього власних зусиль. Вони з легкістю “кидають” і роботу, і сім’ю, і своїх батьків та близьких.

Певна частина “ветеранів” наркоспоживання, як правило хворих на ВІЛ/СНІД і туберкульоз, з іншими супутніми хворобами, що супроводжуються хронічними болями, уже зневірилися у своїй спроможності відмовитися від наркотиків (оскільки вживають їх як знеболювальний засіб). Вони не мають підтримки від рідних та інших можливостей здобути кошти для придбання наркотичних речовин. Проте вони все ж зацікавлені у власному фізичному виживанні. Саме такі наркозалежні “ветерани” є активними поборниками впровадження програм замісної терапії, оскільки завдяки їм мають можливість, як учасники цих програм, безкоштовно отримувати наркотичні речовини. Це для них чи не єдиний спосіб продовжити своє фізичне існування, перебуваючи в системі вживання психоактивних речовин, що заміщають нелегальні наркотики: *“Бу-пренорфін – це як для людини з переламаною ногою милиця: людина все одно залишиться хворою, але їй, звичайно ж, легше. Набагато безпечніше... так як усім відомо: щоб знайти гроші на ширку, ку-*

повану з рук, – *несамохіть станеш криміналом*” [Отзывы ..., 2003, с. 150].

Отже, замісна терапія забезпечує баланс виживання у стані систематичного вживання лікарських засобів, що заміщають наркотичні. Участь у програмах “зменшення шкоди від вживання наркотичних речовин” формує у проблемної молоді, яка не може з тих чи інших причин не вживати наркотики, усвідомлене життєве завдання збереження власного життя шляхом усебічної прихильності до цієї терапії. Такі програми наркозалежні люди розглядають як важливий засіб забезпечення власного існування. У рамках цього існування вони можуть виконувати ті чи інші соціальні функції – підтримки власного життя (посильна праця, зважаючи на свій фізичний стан та необхідність щоденного прийому спеціальних лікарських засобів), підтримки сім’ї та дітей у разі, якщо з ними збережені якісь стосунки.

Специфіка самоозадачування проблемної молоді, яка не вживає наркотичні речовини. Серед життєвих завдань наркозалежної молоді, яка не вживає наркотичні речовини, основними є: отримання професії, кар’єрне зростання; створення сім’ї; особистісне (духовне) зростання, пошук та знаходження власного сенсу життя, включаючи актуалізацію потреби передачі власного досвіду виживання в умовах звільнення від залежності та опанування суб’єктного способу життя.

У переважної більшості проблемної молоді, яка відмовляється від вживання наркотиків, відтак виникає гостре відчуття марно згаяного часу життя, пустки позаду. Постає нагальна потреба, і реалізується домагання надолужити втрачене, заповнити своє життя справжніми важливими подіями: *“Від першого уколу до сьогоднішнього дня пройшов значний шмат життя... усе якоесь пусто. Весь період від 16 до 30 років можна назвати одним словом – «Nirvana»”* [Взгляд изнутри, 2002, с. 62]. Така молодь усвідомлено формує свої життєві завдання, має гостре бажання надолужити втрачене, зважає на реальні труднощі та проблеми, що пов’язані як з вадами власної особистості, так і з настороженим, а часто й ворожим ставленням з боку оточення.

Оскільки всі наркозалежні набували досвіду реабілітації у відповідних центрах та організаціях, вони усвідомлюють важли-

вість для людини, її виживання в цьому світі саме сфери соціальної допомоги. Тому у сфері професійного самоздійснення переважна більшість цієї молоді ставить собі за життєве, а якщо бути більш точним – смисложиттєве завдання опанування професії перш за все з переліку професій соціальної роботи. Як правило, вони хочуть бути соціальними або медичними працівниками, психологами, юристами, менеджерами громадських нарко- та СНІД-сервісних організацій з тим, щоб надалі працювати у сфері боротьби з епідемією ВІЛ/СНІДу: *“І тепер у нас є спільна мета – максимально локалізувати цю епідемію... Я хочу і буду працювати”* [Взгляд изнутри, 2002, с. 48]; *“Я стала регіональним представником Всеукраїнської мережі людей, що живуть з ВІЛ/СНІД, у м. Полтаві. Це моя робота і, не побоюся цього слова, – моє життя. Я знайшла своє місце і призначення в цьому безумному світі хаосу”* [там само, с. 35]; *“Працюю я в реабілітаційному центрі, у тому самому, де майже рік тому сама була пацієнткою. Нічого не дає мені більшого задоволення, ніж самій брати участь у процесі видужання і допомагати людям починати нове життя”* [там само, с. 44]. Ті молоді люди, які мали розвинені лідерські, організаторські здібності і відповідні комунікативні навички, як правило, обирають професії приватного підприємця, комерційну діяльність.

У сімейній сфері (у створенні сім'ї) колишні наркозалежні, особливо ВІЛ-інфіковані, відчують певні труднощі, оскільки не мали власного досвіду проживання у здорових, благополучних (у соціально-психологічному сенсі) сім'ях: *“Я хочу створити сім'ю, але не знаю, як це зробити. Я боюся реакції, оскільки заздалегідь знаю, якою вона буде... Можливо, мені і не судилося мати дітей”* [там само, с. 37]; *“Про що мрію? Хочу створити повноцінну родину – спілкуючись у якій кожна людина знає своє місце і готова жертвувати заради іншого (але ж я ніколи не бачив повноцінної родини!)”* [Ваше майбутнє ..., 2005, с. 29].

Зрозуміло, наркозалежність створює певні перепони на шляху постановки та вирішення проблемною молоддю життєвого завдання створення сім'ї. Досить широкий досвід статевої стосунку під час наркозалежного життя не був та й не міг бути досвідом інтимного, близького спілкування. Це зумовлено, на нашу думку, тим, що переважній більшості наркозалежних притаманні психотравми у близьких стосунках з батьками, так званий феномен “пе-

рерваної любові” (Б. Хеллінгер, Г. Вебер) з боку матері або батька, а то й обох батьків. Тому успішне формування і вирішення цього життєвого завдання проблемною молоддю має включати відновлення цього втраченого зв’язку і здатності молодих людей до життя в близьких стосунках.

Досить поширеними серед проблемної молоді є побоювання мати дитину. Особливо вони проявляються у ВІЛ-інфікованої НЗМ з огляду на ризики народити ВІЛ-інфіковану дитину та острахи щодо спроможності її виростити (дожити до її повноліття): *“Я люблю себе на думці, що хочу... народити ще одного малюка. Але... чи встигну я їх виростити хоча б до підліткового віку...?”* [Взгляд изнутри, 2002, с. 18]. Ці переживання не є безпідставними, зважаючи на сказане вище. Якщо людина не має власного дитячого досвіду доброзичливого спілкування з батьками, вона боїться, що не зможе бути люблячою матір’ю чи батьком для власної дитини.

Тому для багатьох молодих людей, що повернулися від наркозалежності до життя, одним із найважливіших життєвих завдань є подолання власних особистісних проблем та обрання шляху особистісного зростання. Ось ще одне зізнання: *“Усе одно залишилося багато комплексів і бар’єрів. Я й досі замкнута в собі.... Я звертаюся по допомогу до фахівців – психологів, психотерапевтів. І маю надію, що... знайду душевний спокій, побачу сенс життя”* [там само, с. 34].

Дехто з молодих це завдання ставить і вирішує повсякденно: *“Ось уже більше трьох з половиною років дві години протягом дня я присвячую тільки собі. Це заняття самоаналізом і медитацією, читання філософії або психології, афірмація чи робота за програмою Анонімних наркоманів... Це один із моментів, що наповнює моє життя радістю та відчуттям осмисленості. Свобода і відповідальність – ось девіз мого сьогоденнього життя. Глянувши в обличчя своїй смерті, я сьогодні вчуся бути вдячним і здатним цінувати незліченні даності свого існування”* [там само, с. 52-53].

Значна частина колишніх наркозалежних, особливо тих, хто пройшов реабілітацію в релігійних центрах, ставить собі за завдання духовне самоздійснення, перш за все у релігійній сфері: *“Більше стала приділяти уваги своєму духовному розвитку, зосередившись на самій собі”* [Ваше майбутнє ..., 2005, с. 30].

Найчастіше молоді люди ставлять перед собою завдання підвищення фахової кваліфікації (залучаючи власні ресурси та ресурси громадських, у тому числі релігійних, організацій). Вони беруть участь у терапевтичних групах, групах взаємодопомоги, здобувають вищу фахову освіту (медичний працівник, психолог, соціальний працівник, юрист, менеджер з персоналу): *“А ще хочу здобути вищу освіту; вона буде пов’язана або з медициною, психологією, або з управлінням”* [там само, с. 29]. Ця молодь ставить та вирішує завдання участі в психологічних та професійних тренінгах, вивчення іноземних мов, проходження курсів підвищення кваліфікації в системі Міністерства освіти і науки, молоді та спорту України: *“Зараз я ... працюю в громадській організації консультантом “рівний-рівному” і тренером. У мене далекосяжні плани – стати гарним фахівцем і навчати соціальних працівників професійно надавати допомогу людям, які живуть з ВІЛ/СНІД”* [там само, с. 12]; *“У мене тепер є плани «на життя» – торік я вступив до університету «Україна», здобуваю спеціалізацію «фізична реабілітація», стану реабілітологом. Ставлення до життя в мене – вищою мірою позитивне. Я навіть іноді думаю: «якби не був позитивним, то не вступив би до університету»”* [там само, с. 24]; *“Я мрію бути служителем у церкві, служити Богові і людям. Моя мета – дарувати радість ближнім”* [там само, с. 30].

Наведені вислови із життєвих історій наркозалежної молоді, що вже не вживає наркотичні речовини, переконує в тому, що вона здатна свідомо ставити життєві завдання в основних сферах самоздійснення. Досвід наркозалежності, з одного боку, скеровував її життєву енергію в бік відсторонення від життя, зумовив значні втрати здоров’я, соціальних зв’язків, часу життя, а з другого, забезпечив ефективний процес зворотного стрімкого руху до справжнього, повноцінного життя. Аналіз життєвих історій проблемної наркозалежної молоді показує, що життєві події, які зовнішньо нагадують вирішення важливих життєвих завдань, такі як влаштування на роботу, створення сім’ї, народження дитини, є для неї не результатом свідомого рішення, а наслідком впливу близького оточення та збігу зовнішніх обставин. Для наркозалежної молоді, яка бере участь у програмах “зменшення шкоди від вживання наркотичних речовин”, найбільш актуальним є життєве завдання долучен-

ня до участі в замісній терапії і продовження життя шляхом збереження прихильності до неї.

У проблемної молоді, яка відмовилася від вживання наркотичних речовин, досвід наркозалежності зумовлює формування життєвих завдань у сфері професійного зростання таким чином, що вона обирає професії у сфері соціальної роботи – медичного або соціального працівника, лікаря, психолога, юриста, служителя церкви тощо. У сімейній сфері цей досвід зумовлює життєве завдання подолання труднощів та острахів щодо створення сім'ї і народження дитини. Особливо це стосується ВІЛ-позитивної молоді. В особистісній сфері найважливішими завданнями є розв'язання власних психологічних проблем та забезпечення подальшого особистісного зростання.

2.12. Особливості самоозадачування проблемної молоді в порівнянні з благополучною молоддю

У попередньому розділі було з'ясовано загальні характерні особливості постановки життєвих завдань наркозалежною молоддю. Безперечним фактом є те, що планування проблемною молоддю свого майбутнього, особливості постановки нею своїх життєвих завдань суттєво відрізняються від самоозадачування благополучної молоді. Щоб визначити основні відмінності самоозадачування, було проведено експериментальне дослідження особливостей постановки основних життєвих завдань проблемною молоддю, зокрема вживачами наркотичних речовини, які прийняли рішення про участь у реабілітаційних програмах, і ВІЛ-інфікованими, які не вживають наркотики, у порівнянні з благополучною молоддю. З'ясування цих відмінностей передбачає також виявлення співвідношення значення окремих життєвих завдань самореалізації молоді в соціумі шляхом визначення їх ієрархії в різних груп молоді.

Для більш детального дослідження постановки життєвих завдань проблемною молоддю в конкретних сферах життєдіяльності було сформовано вибірку із числа наркозалежних і ВІЛ-інфікованих молодих людей, які стали учасниками реабілітаційної програми звільнення від наркозалежності в Київській міській наркологічній лікарні “Соціотерапія”. Зважаючи на незначну представленість жінок у вибірці проблемної молоді, досліджувалися лише життєві завдання чоловіків (19 представників ВІЛ-інфікованої молоді і 19 наркозалежних).

Щоб виявити особливості у ставленні проблемної і благополучної (студентської) молоді до тих чи інших життєвих завдань, ми вдалися до порівняння чоловіків з числа проблемної молоді (38 осіб) з чоловіками, яких можна віднести до благополучної молоді (теж 38 осіб). Останні випадковим способом були вибрані з досліджуваного масиву Т. О. Ларіної та В. В. Посохової, які за аналогічною методикою вивчали особливості постановки життєвих завдань студентською молоддю.

У результаті обробки запитань анкети було виокремлено чотири життєвих завдання, вирішення яких свідчить про соціальну самореалізацію молодої людини: 1) досягнення матеріальної забезпеченості і комфорту; 2) досягнення влади та успіху; 3) забезпечення професійного та особистісного саморозвитку; 4) здобуття освіти-самостійності. Крім того, визначено чотири життєвих завдання, які сприяють соціальній самореалізації молодої людини: 1) реалізація життєтворчості; 2) створення сім'ї; 3) забезпечення здоров'я; 4) знаходження друзів.

Життєве завдання досягнення матеріальної забезпеченості і комфорту. Це завдання (W5)^{*} має на увазі забезпечення матеріального достатку (речі, гроші, комфорт, задоволення) і передбачає спрямованість активності молоді на досягнення відповідного соціального статусу та соціальної свободи особистості і, як результат, задоволеності в цілому власними соціальними досягненнями. Ця шкала об'єднує такі твердження анкети: “У наш час роботу треба обирати радше за зарплатнею, ніж за уподобаннями”; “Комфорт і

* Позначення життєвих завдань латинськими літерами відповідають подаючим нижче графікам; цифра “5” означає, що середні значення обчислюються за п'ятибальною шкалою.

безтурботність – у майбутньому мені більше нічого не треба”; “Головне для мене в майбутньому – це матеріальна забезпеченість”; “Усі хочуть мати престижні речі”; “Для щастя необхідні гроші”.

Як показали результати висловлених ставлень молоді до цих тверджень, вирішення життєвого завдання з досягнення матеріальної забезпеченості і комфорту є більш важливим для проблемної молоді. Середній показник значимості цього завдання для проблемної молоді (далі mean 1) становить 3,72 бала*, тоді як для благополучної молоді середнє значення даного показника (далі mean 2) лише 2,73 бала, при $t=4,55$, $p \leq 0,01$. Різниця в значимості вирішення цього завдання між двома групами молоді має статистично значущий характер. Її можна пояснити тим, що проблемна молодь більшою мірою почуває невпевненість у власних силах, своєму майбутньому і вбачає компенсацію цієї непевності у високому рівні матеріальної забезпеченості. На противагу благополучній молоді ВІЛ-інфіковані молоді люди мають знаходити засоби для лікування (не пов’язаного з антиретровірусною терапією, яку вони отримують безкоштовно), а також матеріальні засоби для утримання сімей. Наркозалежна молодь має постійну потребу в наркотичних речовинах, що також вимагає значних і постійних матеріальних витрат. Ці нагальні потреби матеріального забезпечення є менш актуальними для благополучної студентської молоді, у якої рівень упевненості в собі і в майбутньому більш високий, а “тили” зазвичай прикриті батьками.

Якщо порівнювати середні значення життєвого завдання із забезпечення матеріального достатку двох груп проблемної молоді, то слід зазначити, що для наркозалежної молоді це завдання є більш значущим (далі mean 3) й оцінюється в 3,94 бала, тоді як для ВІЛ-інфікованої (далі mean 4) це значення становить 3,39 бала. Різниця між середніми значеннями досить помітна, але не є статистично значущою, хоча й може свідчити про тенденцію переважання значення цього життєвого завдання для наркозалежної молоді порівняно з ВІЛ-інфікованою. На наш погляд, це можна пояснити потребою цієї молоді в наркотичних засобах, зумовленою соціально-психологічною залежністю, невпевненістю у своїй здатності забез-

* Тут і далі середні значення показників наведено за п’ятибальною шкалою.

печити власне життя. Ця непевність, невизначеність у майбутньому набуває гіпертрофованого вигляду у свідомості наркозалежних, які позірно вважають, що у випадку належної матеріальної забезпеченості всі їхні проблеми будуть вирішені.

Життєве завдання досягнення влади та успіху. Це життєве завдання (A5) виражає прагнення молоді досягти успіху, престижу, влади, визнання. Воно окреслюється такими висловомитвердженнями: “Мені дуже хотілося б стати помітною людиною в цьому житті”; “Усі, урешті-решт, прагнуть влади”; “Досягненням є те, що визнають інші”; “У житті мало речей, важливіших за успіх”; “Між престижною і цікавою роботою я радше оберу престижну”.

Щодо цього життєвого завдання проблемна молодь демонструє дещо вищий рівень значущості (mean 1 = 3,33 бала), ніж благополучна молодь (mean 2 = 2,81 бала, при $t = 4,55$, $p \leq 0,01$). Різниця між показниками є статистично значущою; її можна пояснити тим, що проблемна молодь більшою мірою, ніж благополучна, сподівається вирішувати свої нагальні життєві потреби за рахунок досягнення влади та успіху, враховуючи, безперечно, тісний зв'язок владного соціального статусу з можливістю забезпечення інших потреб.

Порівняння значущості цього завдання для ВІЛ-інфікованої і наркозалежної молоді дає змогу виявити незначну різницю між ними (у ВІЛ-позитивних – mean 3 = 3,11 бала, у наркозалежних – mean 4 = 3,32 бала), що не є статистично значущою і свідчить про те, що і ВІЛ-інфіковані, і наркозалежні молоді люди однаково високо цінують владний статус та успішність як засіб забезпечення інших своїх потреб.

Життєве завдання забезпечення професійного та особистісного саморозвитку. Це завдання характеризується мотивацією самоконститування (D5), яка, на наш погляд, найбільшою мірою визначає прагнення молоді до соціальної самореалізації та особистісного самоздійснення. Завдання об'єднує такі твердження: “Я хочу багато чого змінити в собі”; “Найголовніше життєве завдання людини – стати професіоналом у своїй справі”; “Єдине справжнє життєве завдання – це пошук себе, самовдосконалення”; “Я думаю, що впливати на власний розвиток дуже важко”; “Життєві труднощі радше перешкоджають моєму розвитку, ніж допомагають”.

Реалізація цього завдання для проблемної молоді (mean 1 = 3,76 бала) є більш значущою, ніж для благополучної молоді (mean 2 = 2,69 бала, при $t = 6,95$, $p \leq 0,01$). Різниця між отриманими показниками сягає трохи більше одного бала і є статистично значущою. Більш високий показник значущості цього завдання для проблемної молоді свідчить про більшу важливість в її очах завдання забезпечення професійного та особистісного саморозвитку, адже вона через різні обставини в переважній більшості ще не знайшла себе в житті. Натомість благополучна молодь визначилася щодо самореалізації на даному етапі свого життя і це життєве завдання певною мірою нею вже виконується.

Значущість життєвого завдання щодо професійного та особистісного самоздійснення для ВІЛ-інфікованої молоді (mean 3) оцінюється у 3,53 бала, а для наркозалежної (mean 4) – у 3,78 бала. Різниця не є статистично значущою. Проте вона свідчить про більшу гостроту цього завдання для наркозалежної молоді, яка помітно активніше, ніж ВІЛ-інфікована, віддається пошуку себе, свого місця в житті. Остання вже пережила життєву кризу і в чомусь визначилася щодо пріоритетів життя, хоча й не такою мірою, як благополучна молодь.

Життєве завдання здобуття освіти-самостійності (SW5) визначається такими твердженнями: “Думаю, що головне моє завдання – учитися”; “Спочатку треба стати на ноги, а вже потім думати про все інше”. Актуальність його вирішення для проблемної молоді (mean 1 = 3,38 бала) є більш значущою, ніж для студентської молоді (mean 2 = 3,58 бала, при $t = 6,36$, $p \leq 0,01$). Різниця між показниками має статистично значущий характер і видається зрозумілою з огляду на те, що благополучна молодь уже вирішує завдання здобуття освіти, а проблемна лише прагне до цього, усвідомлюючи необхідність належного рівня освіти для вирішення багатьох інших життєвих завдань.

У своєму прагненні до освіти-самостійності наркозалежна молодь (mean 4 = 3,47 бала) дещо випереджає ВІЛ-інфіковану молодь (mean 3 = 3,31 бала); хоч ця різниця і не є статистично значущою, проте свідчить про певну демонстрацію наркозалежною молоддю своїх намірів і прагнення до соціально схвалюваної поведінки.

Відтак розгляньмо *життєві завдання особистісної сфери, спрямовані на забезпечення соціальної самореалізації в соціумі*. Се-

ред життєвих завдань можна виокремити такі, які безпосередньо не направлені на соціальну самореалізацію молоді в соціумі, проте суттєво сприяють їй і забезпечують її ефективність. Це такі завдання, як реалізація життєтворчості, створення сім'ї, забезпечення здоров'я, знаходження друзів.

Завдання реалізації життєтворчості (C5) описується такими твердженнями: “Я б хотів(-ла) у майбутньому робити улюблену справу, але важливіше заробляти гроші”; “Оскільки я не можу всіх зробити щасливими, я повинен(-на) подбати про себе”; “Мені подобається допомагати іншим, коли це не заважає кар'єрі”; “Покращити світ навіть у чомусь незначному – моє життєве завдання”; “Більшість завдань у житті вимагають насамперед сумлінної праці, а не творчості”.

Рівень прагнення до вирішення завдання життєтворчості у проблемної молоді (mean 1 = 2,49 бала) є суттєво нижчим, ніж у благополучної (mean 2 = 3,30 бала при $t = -4,02$, $p \leq 0,01$). При цьому різниця між показниками за цією шкалою є статистично значущою. Вона може свідчити про те, що творчий потенціал і здатність його реалізувати в соціально значущій формі у благополучної молоді є більш високими, ніж у проблемної.

ВІЛ-інфікована молодь за шкалою прагнення до життєтворчості (mean 3) має 2,63 бала, наркозалежна – дещо менше (mean 4) – 2,33 бала. Різниця не є статистично значущою, але може вказувати на певну тенденцію проживання життєвої кризи, пов'язаної з ураженням ВІЛ, мобілізує творчий потенціал особистості до постановки та реалізації нею задач життєтворення.

Життєве завдання створення сім'ї. Хоча завдання створення сім'ї і відображає вагомий соціальний аспект, проте для особистості воно зазвичай є не так засобом соціальної самореалізації, як сферою облаштування особистого життя і задоволення особистих потреб. Однак на певному етапі життя вирішення цього завдання суттєво сприяє соціальній самореалізації, соціальному визнанню особистості як такої, що живе відповідно до соціальних норм.

Життєве завдання створення сім'ї (F5) описується такими твердженнями: “Найактуальніше для мене сьогодні – створення сім'ї”; “Сім'я і діти – це поки що не для мене”.

Благополучна молодь (mean 2 = 3,46 бала) майже на півбала випереджає за шкалою цього життєвого завдання проблемну мо-

лодь (mean 1 = 3,04 бала при $t = -2,56$, $p \leq 0,012$). Різниця може бути зумовлена тим, що певна частина проблемної молоді є старшою за віком, тож уже створила сім'ю, і це завдання втратило для неї свою актуальність.

Порівняння груп проблемної молоді виявило, що ВІЛ-інфікована молодь (mean 3 = 2,95 бала), так само як і наркозалежна (mean 4 = 3,06 бала), прагне до створення сім'ї. Слід підкреслити, що прагнення неодруженої проблемної молоді до створення сім'ї все ж є досить вираженим, а відповідні показники становлять три п'ятих від загальних показників шкали оцінки цього завдання.

Життєве завдання забезпечення здоров'я (H5) описується в анкеті такими твердженнями: “Життєвий успіх неможливий без доброго здоров'я”; “Молода людина може поки що не замислюватися серйозно про своє здоров'я”.

Значущість цього життєвого завдання для проблемної молоді (mean 1 = 3,44 бала) на бал вища, ніж для благополучної (mean 1 = 2,29 бала при $t = 10,33$, $p \leq 0,01$). Ця різниця має статистично значущий характер, що й зрозуміло з огляду на те, що для проблемної молоді завдання збереження здоров'я є смисложиттєвим. Завдання забезпечення здоров'я практично однаковою мірою актуальне як для ВІЛ-інфікованої (mean 3 = 3,42 бала), так і для наркозалежної (mean 4 = 3,37 бала) молоді. Правда, ці завдання різняться за своїм смислом. Для ВІЛ-інфікованої молоді це завдання збереження і підтримки здоров'я в умовах боротьби з вірусом імунодефіциту, боротьби за життя, тоді як для наркозалежних, на нашу думку, – це завдання знаходження наркотичних речовин для підтримки наркотичного способу життя та уникнення абстинентного стану.

Життєве завдання знаходження друзів (Fr5) визначається за такими твердженнями: “Без друзів я не досягну успіху в житті”; “На першому місці завжди мають бути друзі”.

Значущість вирішення життєвого завдання знаходження друзів проблемної молоді (mean 1 = 2,87 бала) є такою ж, як і для студентської молоді (mean 2 = 2,85 бала). Потреба у вирішенні цього життєвого завдання у ВІЛ-інфікованої молоді (mean 3 = 3 бали) є дещо більшою, ніж у наркозалежної молоді (mean 4 = 2,72 бала). Це, на наш погляд, зумовлено тим, що ВІЛ-інфіковані звільнилися від залежності і більшою мірою відчувають потребу в справжніх

друзях, тоді як у наркозалежних поняття дружби обмежується спільними інтересами щодо наркоспоживання.

Отже, найбільші розбіжності у значущості життєвих завдань проблемної і благополучної молоді (рис. 2.20) спостерігаються щодо таких завдань, як забезпечення здоров'я, професійний та особистісний саморозвиток. Найбільш близькими за своїм значенням і для проблемної, і для благополучної молоді є життєве завдання знаходження друзів.

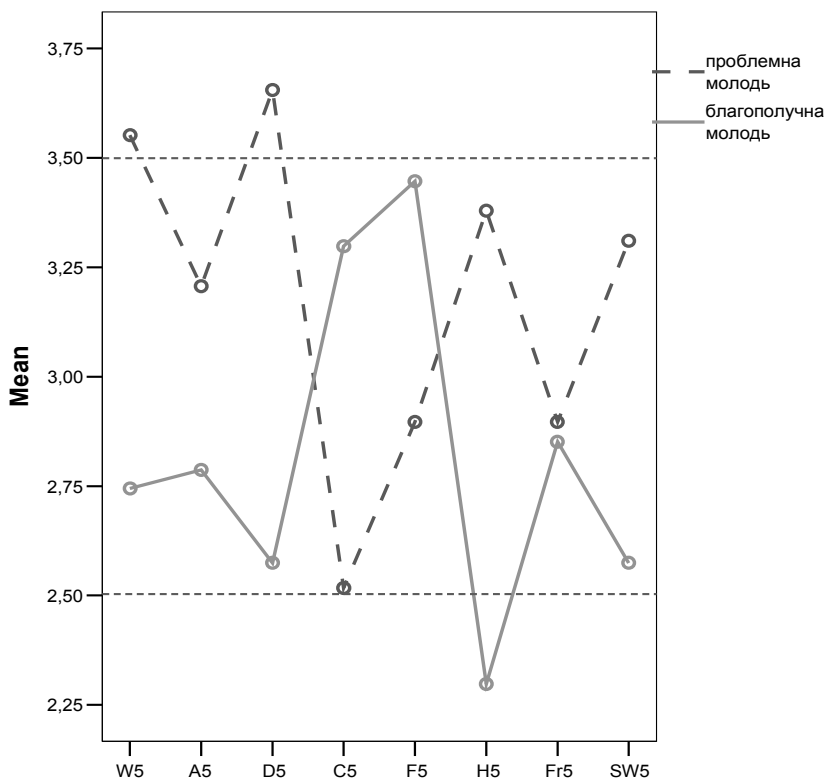


Рис. 2.20. Співвідношення показників значущості життєвих завдань проблемної і благополучної молоді

Певні відмінності в значущості життєвих завдань між ВІЛ-інфікованою і наркозалежною молоддю (рис. 2.21) виявлено щодо таких завдань, як досягнення матеріальної забезпеченості і комфорту, забезпечення професійного та особистісного саморозвитку, реалізація життєтворчості, знаходження друзів. Однаковою мірою актуальним для обох підгруп проблемної молоді є завдання збереження здоров'я.

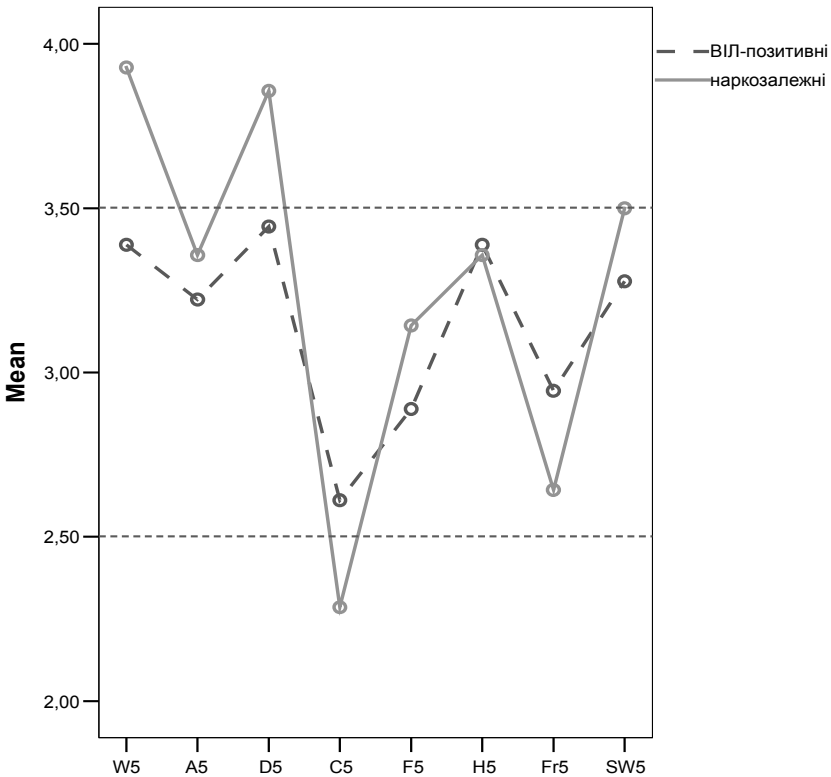


Рис. 2.21. Співвідношення показників значущості життєвих завдань ВІЛ-інфікованої і наркозалежної молоді

Аналіз ієрархічного співвідношення життєвих завдань проблемної та благополучної молоді. Порівняння значущості

життєвих завдань цих категорій досліджуваних говорить про більшу гостроту для проблемної молоді основних життєвих завдань самореалізації в соціумі. У той час як благополучна молодь покрово-планує та вирішує свої основні завдання, проблемна молодь, яка згаяла час життя, має наздоганяти упущене (ВІЛ-інфікована); вона демонструє певні деформації в розумінні значущості і пріоритетності тих чи інших життєвих завдань, має завищені оцінки власного потенціалу щодо їх реалізації (наркозалежна), що зумовлено її залученням до систематичного наркоспоживання.

Аналіз рейтингів значущості життєвих завдань проблемної і благополучної молоді показує, що найбільш важливими життєвими завданнями для проблемної молоді є забезпечення особистісного та професійного саморозвитку (D5) – 3,76 бала, досягнення матеріальної забезпеченості і комфорту (W5) – 3,72 бала, здоров'я (H5) – 3,44 бала. Найнижчі показники характеризують завдання з реалізації життєтворчості (C5) – 2,49 бала.

Найбільш значущими життєвими завданнями для благополучної молоді є створення сім'ї (F5) – 3,46 бала і реалізація життєтворчості (C5) – 3,30 бала. Найнижчі показники у завдання забезпечення здоров'я (H5) – 2,29 бала. У цьому плані рейтинги життєвих завдань проблемної і благополучної молоді суттєво різняться. При цьому деякі середні показники значущості життєвих завдань проблемної молоді, таких як забезпечення здоров'я, особистісний та професійний саморозвиток, здобуття освіти-самостійності, досягнення матеріальної забезпеченості, досягнення влади-успіху, є порівняно вищими, ніж у благополучної, і навпаки, у благополучної молоді вища значущість таких життєвих завдань, як реалізація життєтворчості і створення сім'ї.

Аналіз ієрархічного співвідношення життєвих завдань ВІЛ-інфікованої і наркозалежної молоді. Розгляд тенденцій у співвідношенні рейтингів значущості життєвих завдань цих категорій досліджуваних показує, що у ВІЛ-інфікованих найбільш значущими є завдання забезпечення особистісного та професійного саморозвитку (D5) – 3,53 бала, забезпечення здоров'я (H5) – 3,42 бала і досягнення матеріальної забезпеченості і комфорту (W5) – 3,35 бала. Найнижчі показники у завдань реалізації життєтворчо-

сті (C5) – 2,63 бала, створення сім'ї (F5) – 2,95 бала, знаходження друзів (Fr5) – 3 бали).

Найбільш значущими життєвими завданнями для наркозалежної молоді є досягнення матеріальної забезпеченості і комфорту (W5) – 3,94 бала і забезпечення особистісного та професійного саморозвитку (D5) – 3,78 бала. При цьому слід пам'ятати про специфічність змісту цих завдань і підпорядкованість їх забезпеченню наркотичного способу життя.

Найнижчі показники пов'язані з такими життєвими завданнями, як реалізація життєтворчості (C5) – 2,33 бала і знаходження друзів (Fr5) – 2,72 бала.

Як бачимо, спільним значущим життєвим завданням для ВІЛ-інфікованої і наркозалежної молоді є забезпечення здоров'я, хоча смисли, які закладаються в це завдання представниками кожної із двох груп проблемної молоді, суттєво різняться. Для ВІЛ-інфікованих це збереження життя шляхом долучення і прихильності до антиретровірусної терапії, а для наркозалежних це в основному забезпечення систематичного наркоспоживання, що має на меті уникнення абстинентного стану. При цьому слід зазначити, що такі життєві завдання, як забезпечення особистісного і професійного саморозвитку, досягнення влади-успіху, досягнення матеріальної забезпеченості, є більш значущими для наркозалежної молоді (враховуючи специфіку її способу життя), ніж для ВІЛ-інфікованої. У той же час завдання реалізації життєтворчості є більш значущим для ВІЛ-інфікованих. Що ж до інших завдань, то їхня значущість перебуває приблизно на однаковому рівні.

У результаті проведеного аналізу виявлено значну статистично значущу різницю у співвідношенні окремих життєвих завдань проблемної і благополучної молоді. Встановлено також певні (статистично незначущі) відмінності між життєвими завданнями різних груп проблемної молоді. Для неї найбільш значущими є завдання забезпечення особистісного та професійного саморозвитку, досягнення матеріальної забезпеченості і комфорту, здоров'я, тоді як для благополучної молоді – це завдання створення сім'ї і реалізація життєтворчості. Найменшим показником у проблемної молоді характеризується завдання з реалізації життєтворчості, а у благополучної – забезпечення здоров'я.

Для ВІЛ-інфікованої молоді найбільш значущими виявилися завдання забезпечення особистісного та професійного саморозвитку, підтримання здоров'я, досягнення матеріальної забезпеченості і комфорту. Найнижчі показники у завдань реалізації життєтворчості, створення сім'ї, знаходження друзів. Найбільш значущими життєвими завданнями для наркозалежної молоді є досягнення матеріальної забезпеченості і комфорту, особистісний та професійний саморозвиток. Найнижчі показники у таких життєвих завдань, як реалізація життєтворчості і знаходження друзів. Це свідчить про те, що значна частина проблемної молоді ставить перед собою завдання реалізації свого людського потенціалу, проте не має для цього достатніх можливостей, а тому потребує допомоги суспільства.

У цілому виявилось, що життєві завдання самореалізації в соціумі мають більшу гостроту для проблемної молоді порівняно із благополучною її частиною. Для більш глибокого розуміння особливостей самоозадачування проблемної молоді було важливо порівняти взаємозв'язки між життєвими завданнями проблемної і благополучної молоді. Щоб виявити особливості цих взаємозв'язків, було проведено кореляційний аналіз виокремлених вище чотирьох основних життєвих завдань у сфері соціальної самореалізації молоді людини [Лазоренко, 2010, с. 140-141]. Ідеться про такі завдання: досягнення матеріальної забезпеченості і комфорту (Wants), досягнення влади та успіху (Ambitions), професійний та особистісний саморозвиток (Development aspirations), здобуття освіти-самостійності (Study-Work). Крім них, аналізувалися чотири життєві завдання, які забезпечують особистісну самореалізацію молоді людини. Це завдання реалізації життєтворчості (Creative aspirations), створення сім'ї (Family), забезпечення здоров'я (Health), знаходження друзів (Friends). За результатами опитування проблемної і благополучної молоді та на основі аналізу отриманих даних було проведено кореляційний аналіз життєвих завдань досліджуваних категорій респондентів, у тому числі життєвих завдань двох груп проблемної молоді – ВІЛ-інфікованої і наркозалежної (табл. 2.13; 2.14).

Таблиця 2.13

Кореляція життєвих завдань проблемної і благополучної молоді

	Створення сім'ї	Здобуття освіти, самостійності	Забезпечення здоров'я	Знаходження друзів	Досягнення матеріальної забезпеченості і комфорту	Досягнення влади та успіху	Професійний та особистісний саморозвиток	Реалізація життєвості
<i>Проблемна молодь</i>								
Створення сім'ї	1	0,191	-0,129	-0,215	0,210	0,134	0,308*	-0,321*
Здобуття освіти, самостійності	0,191	1	0,053	0,155	0,254	-0,086	0,384**	0,248
Забезпечення здоров'я	-0,129	0,053	1	0,067	0,411**	0,041	-0,129	-0,132
Знаходження друзів	-0,215	0,155	0,067	1	0,042	-0,083	-0,127	0,188
Досягнення матеріальної забезпеченості і комфорту	0,210	0,254	0,411**	0,042	1	0,313*	0,159	-0,337*
Досягнення влади та успіху	0,134	-0,086	0,041	-0,083	0,313*	1	0,027	-0,216
Професійний та особистісний саморозвиток	0,308*	0,384**	-0,129	-0,127	0,159	0,027	1	-0,110

Реалізація життєтворчості	-0,321*	0,248	-0,132	0,188	-0,337*	-0,261	-0,110	1
<i>Благополучна молодь</i>								
Створення сім'ї	1	-0,226	-0,157	-0,166	-0,158	0,007	-0,140	0,119
Здобуття освіти, самостійності	-0,226	1	0,212	0,202	0,085	0,289*	0,124	0,095
Забезпечення здоров'я	-0,157	0,212	1	0,158	-0,221	-0,091	-0,004	-0,010
Знаходження друзів	-0,166	0,202	0,158	1	0,280	-0,116	-0,128	0,021
Досягнення матеріальної забезпеченості і комфорту	-0,158	0,085	-0,221	0,280	1	0,318*	-0,164	-0,255
Досягнення влади та успіху	0,007	0,289*	-0,091	-0,116	0,318*	1	-0,137	-0,019
Професійний та особистісний саморозвиток	-0,140	0,124	-0,004	-0,128	-0,164	-0,137	1	0,576**
Реалізація життєтворчості	0,119	0,095	-0,010	0,021	-0,255	-0,019	0,576**	1

Примітка: *Кореляції, значущі на рівні 0,05.

**Кореляції, значущі на рівні 0,01

Таблиця 2.14

Кореляція життєвих завдань ВІЛ-позитивної і наркозалежної молоді

	Створення сім'ї	Здобуття освіти, самостійності	Забезпечення здоров'я	Знаходження друзів	Досягнення матеріальної забезпеченості і комфорту	Досягнення влади та успіху	Професійний та особистісний саморозвиток	Реалізація життєвості
ВІЛ-позитивна молодь								
Створення сім'ї	1	0,007	0,112	-0,030	0,368	0,065	0,094	-0,253
Здобуття освіти, самостійності	0,007	1	0,117	0,418	0,296	-0,082	0,517*	0,210
Забезпечення здоров'я	0,112	0,117	1	0,013	0,414	-0,037	0,050	-0,470*
Знаходження друзів	-0,030	0,418	0,013	1	-0,183	-0,450	0,266	0,404
Досягнення матеріальної забезпеченості і комфорту	0,368	0,296	0,414	-0,183	1	0,113	0,174	-0,452
Досягнення влади та успіху	0,065	-0,082	-0,037	-0,450	0,113	1	0,094	-0,188
Професійний та особистісний саморозвиток	0,094	0,517*	0,050	0,266	0,174	0,094	1	0,055

Реалізація життєтворчості	-0,253	0,210	-0,470*	0,404	-0,452	-0,188	0,055	1
---------------------------	--------	-------	---------	-------	--------	--------	-------	---

<i>Наркозалежна молодь</i>								
Створення сім'ї	1	0,285	-0,320	-0,299	0,032	0,199	0,442	-0,422
Здобуття освіти, самостійності	0,285	1	0,110	0,165	0,248	-0,020	0,018	0,421
Забезпечення здоров'я	-0,320	0,110	1	0,240	0,351	-0,082	-0,383	0,208
Знаходження друзів	-0,299	0,165	0,240	1	0,218	0,058	-0,851**	0,080
Досягнення матеріальної забезпеченості і комфорту	0,032	0,248	0,351	0,218	1	0,289	-0,095	-0,070
Досягнення влади та успіху	0,199	-0,020	-0,082	0,058	0,289	1	-0,084	-0,484*
Професійний та особистісний саморозвиток	0,442	0,018	-0,383	-0,851**	-0,095	-0,084	1	-0,216
Реалізація життєтворчості	-0,422	0,421	0,208	0,080	-0,070	-0,484*	-0,216	1

Примітка: *Кореляції, значущі на рівні 0,05.

**Кореляції, значущі на рівні 0,01

Кореляція життєвих завдань ВІЛ-інфікованої молоді. Серед життєвих завдань ВІЛ-інфікованої молоді завдання “здобуття освіти-самостійності” позитивно корелює із завданням “забезпечення професійного та особистісного саморозвитку” (коефіцієнт Пірсона 0,517, двосторонній тест значущості $\leq 0,05$). Це свідчить про те, що ця категорія молоді усвідомлює взаємозв'язок професійного та особистісного саморозвитку з належним рівнем освіти, які значною мірою зумовлюють самостійність людини в сучасному соціумі.

Інша статистично значуща кореляція спостерігається між життєвими завданнями “забезпечення здоров'я” і “реалізація життєтворчості” (коефіцієнт Пірсона -0,470, двосторонній тест значущості $\leq 0,05$). Цей зв'язок має обернений характер. Життєтворчість ВІЛ-інфікована молодь розуміє як таку діяльність, яка вимагає значних затрат життєвої енергії, а збереження здоров'я, на їхнє переконання, потребує передусім зосередження на власних життєвих потребах. Це й зумовлює, на нашу думку, обернено пропорційний зв'язок між цими завданнями.

Кореляція життєвих завдань наркозалежної молоді. Статистично значущі кореляції життєвих завдань наркозалежної молоді мають обернений характер. Так, завдання “знаходження друзів” негативно корелює із “забезпеченням професійного та особистісного саморозвитку” (коефіцієнт Пірсона -0,851, двосторонній тест значущості $\leq 0,01$). Це можна пояснити тим, що друзі для наркозалежної молоді – це насамперед споживачі наркотиків; зрозуміло, що такі друзі і така дружба не можуть сприяти професійному та особистісному саморозвитку. Ще одна обернена кореляція спостерігається між завданнями “досягнення влади та успіху” і “забезпечення реалізації життєтворчості” (коефіцієнт Пірсона -0,484, двосторонній тест значущості $\leq 0,05$). Вона свідчить про те, що наркозалежна молодь досягнення у сфері владних стосунків і життєвого успіху протиставляє високим здобуткам у життєтворчості.

Цікавим видається те, що значущі кореляції життєвих завдань двох груп проблемної молоді, взятих окремо, різняться між собою, хоча значну частину ВІЛ-інфікованих становлять колишні

наркозалежні. Це може свідчити про відмінності в особистісній і соціальній спрямованості щодо постановки життєвих завдань між цими групами молодих людей. Зазначені відмінності пов'язані, на нашу думку, з тим, що ВІЛ-інфікована молодь пережила суттєву життєву кризу, що прискорило усвідомлення власного діагнозу безпосередньої загрози смерті.

Кореляція життєвих завдань проблемної молоді в цілому. Кореляції життєвих завдань проблемної молоді утворюють три групи статистично значущих зв'язків, які об'єднуються навколо таких життєвих завдань, як досягнення матеріальної забезпеченості і комфорту, забезпечення професійного та особистісного саморозвитку, створення сім'ї.

Завдання “досягнення матеріальної забезпеченості і комфорту” позитивно корелює із завданнями “досягнення влади та успіху” (коефіцієнт Пірсона 0,313, двосторонній тест значущості $\leq 0,05$) і “забезпечення здоров'я” (коефіцієнт Пірсона 0,411, двосторонній тест значущості $\leq 0,01$).

Це свідчить про те, що проблемна молодь усвідомлює взаємопов'язаність досягнення владного статусу з вирішенням питань матеріальної забезпеченості, а також значущість матеріального становища для збереження здоров'я. Проте варто пам'ятати про різницю в розумінні забезпечення здоров'я ВІЛ-інфікованою і наркозалежною молоддю. Якщо для першої це можливість отримувати необхідні ліки, у тому числі і для антиретровірусної терапії, то для наркозалежних це перш за все вільний доступ до наркотичних речовин.

Крім того, завдання “досягнення матеріальної забезпеченості і комфорту” негативно корелює із “забезпеченням життєтворчості” (коефіцієнт Пірсона -0,337, двосторонній тест значущості $\leq 0,05$). Характер зазначеного зв'язку є аналогічним кореляції цих життєвих завдань у ВІЛ-інфікованої молоді, хоч і відрізняється дещо меншою інтенсивністю.

Друга група кореляцій характеризує зв'язки життєвого завдання “забезпечення професійного та особистісного саморозвитку” із завданням “здобуття освіти-самостійності” (коефіцієнт Пірсона 0,384, двосторонній тест значущості $\leq 0,01$) і “створення сім'ї”

(коефіцієнт Пірсона 0,308, двосторонній тест значущості $\leq 0,05$). Ці кореляції є позитивними і свідчать про те, що проблемна молодь пов'язує професійні та особисті успіхи із здобуттям належної освіти. Стосовно завдання “створення сім'ї” можна зазначити, що представники проблемної молоді є дітьми з неблагополучних – і в матеріальному, і в психологічному сенсі слова – сімей. Тому вони потребують підтримки близького сімейного оточення, у тому числі і для вирішення завдання “забезпечення професійного та особистісного саморозвитку”.

Третя група кореляцій стосується зв'язку життєвого завдання “створення сім'ї” із завданнями “забезпечення професійного та особистісного саморозвитку” і “реалізація життєтворчості” (коефіцієнт Пірсона -0,321, двосторонній тест значущості $\leq 0,05$). Остання кореляція є негативною. Проблемна молодь вважає, що створення власної сім'ї заважає реалізації життєтворчості – і навпаки: зосередження уваги та особистісного ресурсу на виконанні життєвого завдання реалізації життєтворчості згубно впливає на сімейні стосунки і реалізацію в сімейній сфері. Це, на наш погляд, може бути пов'язано з власним, переважно негативним, сімейним досвідом.

Аналіз життєвих завдань благополучної молоді свідчить про утворення однієї групи їх кореляцій, а саме завдання “досягнення влади та успіху” позитивно корелює із завданнями “здобуття освіти-самостійності” (коефіцієнт Пірсона 0,289, двосторонній тест значущості $\leq 0,05$) та “досягнення матеріального забезпечення і комфорту” (коефіцієнт Пірсона 0,318, двосторонній тест значущості $\leq 0,05$). Це підтверджує те, що благополучна молодь усвідомлює зв'язок між високим владним статусом у суспільстві і відповідною освітою, а також між владним становищем і матеріальною забезпеченістю. Крім того, цікавою є позитивна, досить інтенсивна і з високою статистичною значущістю кореляція між завданнями “забезпечення професійного та особистісного саморозвитку” і “реалізація життєтворчості” (коефіцієнт Пірсона 0,576, двосторонній тест значущості $\leq 0,01$). Це може свідчити про глибоке усвідомлення благополучною молоддю суттєвого зв'язку високого професійного та особистісного розвитку із життєтворенням. Останнє, на наш по-

гляд, зумовлює і благополучність, і здатність до благодворення цієї молоді на відміну від проблемної, для якої цей зв'язок ще не став смисложиттєвим.

Порівняння кореляцій життєвих завдань проблемної і благополучної молоді показало, що кількість статистично значущих кореляцій завдань проблемної молоді значно більша і вони утворюють певні групи, тоді як у благополучної їх суттєво менше. Зусилля проблемної молоді спрямовуються на такі життєві завдання, як “досягнення матеріальної забезпеченості і комфорту”, “забезпечення професійного та особистісного саморозвитку” та “створення сім'ї”.

Життєві завдання благополучної молоді утворюють одну групу навколо завдання “досягнення влади та успіху”. Але при цьому у благополучної молоді спостерігається інтенсивна позитивна кореляція життєвих завдань “забезпечення професійного та особистісного саморозвитку” і “реалізація життєтворчості”, тоді як у проблемної молоді ця кореляція має обернений характер.

Одне із провідних соціально значущих життєвих завдань, яке тісно пов'язане із життєвим самоздійсненням (“реалізація життєтворчості”), у проблемної молоді негативно корелює з іншими життєвими завданнями, тоді як у благополучної молоді спостерігається позитивна кореляція цього завдання з таким важливим для самоздійснення в соціумі завданням, як “забезпечення професійного та особистісного саморозвитку”.

Якщо звернути увагу на кореляції одного з провідних для молоді життєвих завдань “здобуття освіти-самостійності”, можна бачити, що у проблемної молоді воно значуще пов'язане із “забезпеченням професійного та особистісного саморозвитку”, тоді як у благополучної молоді істотним є зв'язок цього завдання з “досягненням влади та успіху”.

Важливо підкреслити, що кореляції життєвих завдань ВІЛ-інфікованої і наркозалежної молоді мають схожість і відмінність між собою і завданнями групи проблемної молоді як цілого. Отримані результати кореляцій життєвих завдань проблемної молоді, враховуючи особливості цих кореляцій у ВІЛ-інфікованих і наркозалежних осіб, свідчать про необхідність відповідних мотиваційних

акцентів у ресоціалізаційній роботі з ними. Разом з тим окремі кореляції відповідних завдань благополучної молоді, а також їх відсутність там, де, здавалося б, вони повинні бути, свідчать про необхідність певної соціалізаційної роботи і з цією молоддю, оскільки певна її частина становить групу ризику з погляду можливості переходу за несприятливих умов до групи проблемної молоді.

Отже, порівняльний аналіз взаємозв'язків життєвих завдань проблемної та благополучної молоді дав змогу встановити, що життєві завдання проблемної молоді характеризуються більшим, ніж у благополучної, ансамблем значущих позитивних і негативних кореляцій. Кореляції життєвих завдань благополучної молоді мають лише позитивний характер. На наш погляд, це свідчить про більшу рефлексивність значущих життєвих устремлінь проблемної молоді завдяки її більш варіативному життєвому досвіду порівняно із благополучними ровесниками.

Також слід відмітити наявність у проблемної молоді глибинних особистісних суперечностей, які зумовлюють негативні кореляції окремих її життєвих завдань. Натомість особистісна сфера благополучної молоді характеризується більшою гармонійністю, проте багатьох життєвих завдань цієї молоді ще не торкнувся життєвий досвід. Тому вони значною мірою пов'язані для неї зовнішнім впливом.

Ядром позитивних кореляцій проблемної молоді є зв'язки життєвого завдання “забезпечення професійного та особистісного саморозвитку” із завданнями “здобуття освіти-самостійності” і “створення сім'ї”. Проте таке вагоме завдання, як “реалізація життєтворчості”, є епіцентром негативних кореляцій із завданнями “забезпечення професійного та особистісного саморозвитку” і “досягнення матеріальної забезпеченості і комфорту”. Це, власне, і пояснює те, чому ця молодь є проблемною: вона не бачить органічного зв'язку між своїм глибинним життєвим потенціалом і власними нагальними життєвими завданнями. У цьому її істотна відмінність від благополучної молоді.

Кореляції життєвих завдань студентської молоді утворюють одну групу навколо завдання “досягнення влади та успіху”, до яко-

го входить і провідне завдання цієї молоді – “здобуття освіти-самостійності”. Слід підкреслити наявність у благополучної молоді інтенсивної позитивної кореляції життєвих завдань “забезпечення професійного та особистісного саморозвитку” і “реалізація життєтворчості”, що розкриває сутнісні взаємозв’язки процесу самоздійснення благополучної молоді в особистісному та соціальному житті.

Частина третя

ЗАВДАННЄВІ ТЕХНОЛОГІЇ ОПТИМІЗАЦІЇ ОСОБИСТІСНОГО САМОЗДІЙСНЕННЯ

3.1. Характеристики особистості, що сприяють самоздійсненню

Говорячи про постмодерну епоху та постнекласичний етап розвитку науки, не будемо забувати, що доба модерну все ще триває, співіснуючи із зародками постмодерну. Зовсім не кожний персонолог готовий сьогодні розглядати особистість як текст, рефлексивний проект, а реальність – як взаємодію контекстів, середовище знаків. І від того, як саме розуміється природа особистості, великою мірою залежить бачення перспектив її самоздійснення.

Особливо активно живе модерна особистість у дослідженнях тих психологів, які сприймають людей як істот дуже схожих на машини, а за головний інгредієнт “Я” вважають мислення, пізнання, улаштоване як комп’ютер. Вони гадають, що за допомогою соціальної інженерії правильні особистості можна буде виробляти як автомобільні мотори. А якщо виникнуть певні розлади, то терапевти, як механіки, усе знову налагодять [Sermijn, 2008]. У цьому контексті якістю особистості, що оптимізує самоздійснення, буде передусім адаптивність, здатність відповідати вимогам соціуму.

Наприкінці ХХ – на початку ХХІ століття, коли загальний контекст відчуження людини від суспільства, її самотності, проти-

стояння ворожому соціуму починає змінюватися, модифікуються і вимоги до особистості, яка прагне самоздійснення. Подальший розвиток адаптивності у традиційному його розумінні стає безпідставним, оскільки неясно, до чого саме особистість має пристосовуватися, до якої реальності адаптуватися. Адже знімається сама проблема реальності, як зауважує М. Епштейн. Реальність не просто відчувається, уречевлюється або втрачає сенс – вона зникає, а разом із нею зникає і загальний субстрат людського досвіду, змінюючись на численні знаково довільні і відносні картини світу. Кожна раса, вік, місцевість, індивід створюють свою “реальність” [Эпштейн. Информационный...].

У сучасних умовах, коли реальності починають соціально конструюватися, особистість усередині них активніше і цілеспрямованіше налаштовується на все численніші контакти зі світом. Постнекласичну особистість неможливо розглядати саму по собі, відірвано від оточення, окремо від актуальної життєвої ситуації чи стану суспільства. Її розвиток уже не є векторним і лінійно детермінованим, як це було характерно для особистості класичного типу, і його важко аналізувати в єдиних чітко заданих координатах. Нова особистість перестає бути передбачуваною і керованою.

Не є вже вона і “романтичним Я”, що, на думку К. Джерджена, має могутні внутрішні сили, темні пристрасті, глибокий внутрішній світ, який називають душею, джерелом натхнення, творчості, моральної мужності. Коли сучасні психотерапевти говорять про тенденції до самоактуалізації, катарсис, захисні механізми чи ребефінг, вони не дають згаснути романтичному вогнищу. Але для більшості роман із романтизмом уже давно закінчено [Gergen, 1992, p. 60].

По-новому виглядає постнекласична особистість і порівняно з некласичним етапом її розвитку, гуманістичні джерела якого можна побачити вже в працях С. К’еркегора, А. Шопенгавера, Ф. Ніцше, а пізніше – у релігійному персоналізмі Е. Муньє, у творах Ж.-П. Сартра, А. Камю, Е. Фромма. Якщо некласична особистість уже не дистанціювалася від реальності, у якій існувала, і сприймалася такою, що перебуває всередині світу, зумовлюється ним, то сьогоднішня самоорганізована, постнекласична особистість не готова визнати якусь одну пріоритетну реальність, що її детермінує. Таких реальностей, які мають вплив на самоздійснення, за-

звичай кілька, і процес їх конструювання стає водночас процесом самотворення.

Отже, серед характеристик особистості, що сприяють оптимізації її самоздійснення, назовемо передусім пробудження її здатності жити водночас у численних реальностях, у тому числі і у віртуальних.

У неklasичний період колишня лінійна детермінація особистісних феноменів змінилася на пошук статистичних закономірностей. Стало ясно, що хоча в кожному конкретному випадку особистість неklasичного типу може поводитися непрогнозовано, загалом траєкторію її спрямованості можна певною мірою ймовірно прорахувати, передбачити. Особистість як суб'єкт власної життєдіяльності, автор свого єдиного і неповторного життя хоча й відчувала напір соціуму, усе ж могла виборювати певну свободу самоздійснення.

Постнеklasична особистість, на відміну від особистості неklasичної, уже здатна розглядати не одну життєву траєкторію, а ціле віяло потенційно можливих ліній самоздійснення. Вона поновому бачить життєві кризи як певні точки біфуркації, що стають механізмами породження нових реальностей та випробування несподіваних життєвих траєкторій.

Виникає також більш глибоке розуміння категорії детермінації, оскільки стає очевидним, що кожного разу поновому асимільована, осмислена, відрефлексована життєва історія визначає вибірковість реагування особистості на зовнішні впливи.

Фіксується певна загальмованість загальної чутливості, наприклад, у мегаполісах порівняно із сільською місцевістю. Але вона зовсім не обов'язково є наслідком загальної травми, спричиненої інформаційним вибухом. Підвищена кількість подразників сприяє розитковій експансивності і вибірковості.

Отже, наступною характеристикою особистості, що оптимізує її самоконституювання, є її відкритість світові, що породжує готовність адаптуватися до найрізноманітніших контекстів життєздійснення.

Від лавини політичних, економічних, культурних, релігійних, професійних новин нікуди не сховатися. Численні традиційні і нові контексти, яким постійно відкрита особистість, не можуть не впливати на її індивідуальні межі. Стаючи відверто контекстуальною,

особистість, з одного боку, гнучкіше відгукується на різні голоси оточення, а з другого – може розчинитися у проблемах інших, перестати відчувати межі, що відокремлюють її мрії від очікувань оточення, власні життєві завдання від планів родини чи професійної спільноти, “Я” від “не-Я”.

Відчувається нова, постмодерна площинність або нестача глибини, нова поверховість у буквальному розумінні цього слова, про яку пише Ф. Джеймісон [Джеймісон, 2008, с. 31]. Це та сама знайома кожному поверховість, яку створює потік повсякденності. Усе більшу увагу привертає поверхня життя, на якій нерозривно пов’язані зворотний бік, прихований спід особистості і її презентаційна, лицьова сторона. Як формулює К. Джерджен, “якщо ви часом починаєте сумніватися в тому, що за фальшивістю сховане справжнє Я, і відчуваєте, що маска, можливо, і є справжнім обличчям, що «імідж – усе», ви вступате в новий світ постмодерної свідомості” [Gergen, 1992, p. 59].

Сучасна культура є культурою екстазу комунікації, як підкреслює Ж. Бодріяр. Перебуваючи в цьому комунікативному екстазі, новітня особистість уже не є тим звичним системним утворенням, яким вона була в неklasичний період розвитку науки. Її ще називають за традицією особистістю, але вона вже не константна, не цілісна, не стабільна і не самодостатня. Цей феномен цілком перетворюється на процес, легко мандруючи з контексту в контекст, припускаючи нескінченні комунікативні ігри, плюралізм розуміння і прийняття.

Для порівняння згадаймо, що в часи модерну особистість була сповнена уваги до себе, своїх потреб. Її соліпсизм призводив до розуміння себе як центру Всесвіту, єдиної реальності, яку слід враховувати. Сьогодні така моноцентрична світопобудова змінюється на поліцентричну. Стрімкість, інтенційність особистості, її чутливість до оточення сприяють постійній змінюваності. Може здатися, що за варіаціями взагалі втрачається явище, але насправді воно набуває виразної мозаїчності, колажності.

Контекстуальність стає однією з характеристик сучасної чутливої до найрізноманітніших впливів особистості. Така сензитивна особистість може легко “вписатися” в будь-який контекст, культурний, політичний, економічний, робочий, дружній, сімейний, і так само стрімко змінити свою локалізацію, свої пріоритети. Вона по-

ліфонічна, тому що здатна водночас вслухатися в різні зовнішні “голоси”, які для неї не менш важливі, ніж ті, що звучать усередині. Вона резонує на ці “голоси”, відповідає на них, синтезує, поєднує.

Ще одна характеристика постмодерної особистості, що оптимізує її самоконституювання, може бути названа рухливістю, процесуальністю, що сприяє новому – динамічному, трансформаційному – розумінню цілісності та автентичності.

Постмодернізм, соціальний конструктивізм як його напрям зрушили особистість із місця, децентралізували її та підпорядкували часові. Теперішня особистість (self у концепції П. Гудмена) уже не є єдиною реальністю, як це було в часи модернізму з його повним соліпсизму, індивідуалізованим “Я” (див.: [Робін, 2008, с. 45]). Як влучно зауважує Ж.-М. Робін, модернізм спирається на передумови, які можна визначити фразою: “Я вірю лише в те, що бачу”. Конструктивіст більш охоче сказав би: “Я бачу лише те, у що вірю” [там само, с. 49].

Колишня чітка структура особистості перетворюється на щось ацентроване, неієрархічне. Таку специфічну структуру в постмодерні прийнято називати ризомою (фр. rhizome – коріння). Кожна її частина взаємодіє з іншою без заздалегідь заданого порядку, а їхній зв’язок є неповторним, неоднозначним, ексклюзивним [Мерфі, 2003, с. 361-362].

Ризома – це коренева система, схожа на динамічну, децентровану мережу, яка випускає непередбачувані пагінці у всі боки. Побачити її всю, цілком неможливо, оскільки вона може прибирати найрізноманітніших форм: розгортатися, ділитися на частини, формувати цибулини і бульби. Її найважливішою характеристикою є здатність до численних проникнень будь-куди. У ризомі немає головного шляху, входу або початкового пункту, що виводив би до “істини”, “правди”, “реальності”. Завжди залишається чимало можливих “правд” і “реальностей”, які можна розглядати як соціальні конструкти. Ризома не передбачає чіткої ієрархії, структури, порядку. Будь-яка її частка може виявитися пов’язаною з іншою, а може, навпаки, зруйнувати усталений зв’язок. І всі ці частини ризоми однаково важливі й значущі [Sermijn, 2008, p. 637-638].

До речі, ризома, якщо її перекладати на мову науково-філософської раціональності, характеризується поліморфізмом, з одного боку, і мультифінальністю або навіть нонфінальністю, з

другого. Як пише О. Ф. Степанищев, образ ризоми дуже глибокий. Його онтологічний зміст добре відтворює множинність зв'язків у загальній універсальній взаємодії [Степанищев, 2008].

Чергова характеристика постмодерної особистості, яка оптимізує самоконституювання, – це децентрованість, неієрархічність, мережевість її динамічної структури, що забезпечує нон-фінальність змін.

Постмодерну особистість, що має таку ризоморфну структуру, уже майже неможливо уявити в якомусь завмерлому, однорідному, напівсонному стані. “Self як іменник (стабільний і відносно зафіксований) рушив до Self як дієслова, завжди перебуваючи в процесі”, – як удаło сформулював Б. Дейвіс. Кожного разу, коли ми говоримо (чи, точніше, розмовляємо, розповідаємо. – Т. Т.), народжується нова особистість (див.: [Sermijn, 2008, p. 638]).

Постмодернізм наполягає на первинності поля, простору, соціуму, культури, а не загадкової внутрішньої сутності у визначенні особистості. Конструювання себе у власному життєвому світі здійснюється не в абстрактному, лабораторному вакуумі, а в живому, клетотливому просторі значущих стосунків, у діалозі. Згадаймо Ж. Бодріяра з його привабливістю трансценденції, яка поступається місцем принадливості середовища.

Руйнуючи відмінності між внутрішнім і зовнішнім, високим і низьким, грішним і праведним, постмодернізм пропонує розглядати особистість як плинне явище, феномен, який можна самостійно будувати, змінювати, конституювати.

Особистість великого міста стає кочовою, втрачаючи звички осілого життя. Її нова стабільність – це стабільність змін, пригод, ризиків, неспокою. Перебуваючи в плинному, непередбачуваному світі, мандруючи ним, особистість має розвинути в собі рухливість, подолати страх та інертність. Як пілігрим, вояжер, подорожній, вона легко мігрує, ніде не залишаючись надовго. Йдеться не про реальні зміни місця проживання, не про психологічну залежність від рідного обійстя, а про зникнення в наш час постійної прописки і “залізної завіси” між культурами, державами, мегаполісами. Серед можливостей “бродяжництва” по країнах і континентах слід назвати, наприклад, дедалі доступніший інтернет, віртуальний і реальний туризм, перспективи познайомитися, знайти роботу, купити потрібні речі, замовити подорож.

Як мандрівник, особистість утрачає характерні для осілого життя спокій, захищеність і надійність. Вона вже не має потреби орієнтуватися насамперед на прийняті серед її оточення норми й цінності. Погоджуючись на постійні переміщення у просторі, вона ризикує, але й активізує свою креативність.

Схильність до мандрів поширюється не лише на простір, а й на час життя. Кочова особистість здатна рухатися власним життєвим шляхом у різних напрямках: повертатися в минуле, антиципувати майбутнє, інтегруючи кожного разу по-іншому ці часи з теперішнім. Рух життєвим шляхом у такої особистості не є векторно-поступальним, чітко лінійно детермінованим. Життя стає антигенеалогічним, і тому численні конфігурації саморозвитку створюються нефінально.

Отже, наступна характеристика постмодерної особистості, що оптимізує її самоконститування, – це прага до новизни, креативність, життєстійкість, відмова від усталеного, осілого життя заради життя кочового, ризикованого, мандрівного.

Особистість уже не орієнтується лише на прийняті серед її оточення норми й цінності, її горизонти розсуваються. Відповідно до запропонованої Ж. Дельозом і Ф. Гваттарі концепції номадології, у неї немає потреби жорстко структурувати своє буття навколо якогось центру [Можейко. Номадологія]. Нелінійна, аструктурна цілісність такої особистості дає їй змогу іманентної рухливості і, відповідно, реалізації креативного потенціалу самоконфігурування.

Якщо змінити ракурс із геологічних розвідок сутності на конструювання особистості, її самотворення, то відбудеться занурення в соціальний дискурс як найважливіший компонент комунікативного процесу. Самотворення, що чиниться шляхом конструктивного переосмислення минулого і моделювання бажаного майбутнього, здійснюється в умовах перманентного діалогу людини зі світом.

Заходячи в контакт, спілкуючись, сучасна особистість намагається підтримувати, підживлювати власний – психологічний – простір, простір свого життєвого світу. Цей простір взаємин уже не є таким гостинним, як це спостерігалось в традиційних культурах. Замість значущого Іншого тепер нерідко спостерігається надпродуктивний аутичний розум-мутант комп'ютера, як сказав би Ж. Бодріяр.

І все ж у плинному, релятивному, ненадійному соціумі значення психологічного простору не зменшується. Щоб змінюватися, людині потрібні інші люди, інакше в неї починається алергія на саму себе. Із діалогу із соціумом вона бере поживні речовини, потрібні їй для власного сенсопородження.

Задовольняючи потребу у прийнятті, особистість стає членом певних спільнот. За З. Бауманом, саме світ спільноти є досконалим, оскільки всі інші світи недоречні, а точніше, ворожі. Дика місцевість, повна засідок і змов, рясніє ворогами, що використовують хаос як свою головну зброю. Внутрішня гармонія спільноти сяє і блищить на тлі незрозумілих і непролазних джунглів, які починаються по той бік шлагбаума. Там, у цій дикій місцевості, люди, притулившись одне до одного в теплі спільної ідентичності, відкидають свої побоювання, що примусили їх шукати гуртову схованку [Бауман, 2008, с. 185].

В епоху модерну суспільство примушує особистість відмовлятися від себе заради статків, кар'єри, визнання. У постмодерну добу, спілкуючись із соціумом, видозмінюючи не лише себе, але і його, особистість набуває справжньої діалогічної майстерності, не відмовляючись від власної своєрідності. Замість усталеної ідентичності вона занурена в процес множинного ідентифікування.

Таким чином, ще однією характеристикою постмодерної особистості, що оптимізує її самоконституювання, є здатність до нескінченного, гнучкого, множинного ідентифікування, що відбувається в діалозі із соціумом.

За К. Джердженом, усталена, фіксована ідентичність багато в чому лімітує людину. Здоровішими і повноціннішими є ті, хто демонструє різнобічність і гнучкість. Старі чесноти послідовності та істинності обмежені. Виступаючи за фіксовану ідентичність, ми обираємо влаштований і передбачуваний життєвий шлях, надійність, почуття безпеки, спокою. Нас жахає сама тільки думка про те, що все це може зникнути. Але ми не живемо більше у світі, у якому цінуються саме такі способи життя. І навіть якщо це боляче, нам усе-таки потрібно ставити під питання адекватність минулих традицій викликам сьогодення [Gergen, 1992, p. 59].

Чи шукає сучасна людина взірці, на які хоче походити? Не менше, ніж раніше. Соціалізуючись, вона перебуває в потоці численних ідентифікацій, інколи підпорядковуючись його плинові і

виявляючи готовність наслідувати, а інколи чинячи спротив залежності, намагаючись будь-що відрізнятись. У постмодерну епоху вже не знайдеш сталої, непорушної Я-концепції, оскільки особистість як самотворення стає “вічним двигуном” – невинним процесом самозмін.

На думку сучасних бельгійських дослідників Ж. Сермійн, Р. Девлігера та Дж. Лутса, Self стає амальгамою розрізнених – інколи суперечливих – фрагментів, спогадів, почуттів, подій, ідеалів. Особистість сприймається як гетерогенна колекція певних елементів життєвої історії [Sermijn, 2008, p. 634]. Так виникає метафора Self-як-історії, Я-як-наративу. Особистість стає схожою на вулик, або, точніше, бджолиний рій, який ніколи не є сталим. Він постійно рухається, гуде, видозмінюється, модифікується [там само, p. 636].

Постнекласична персонологія кохається в індивідуальній своєрідності людини. Мається на увазі дедалі характерніша для постмодерну повага до унікальності кожної особи, цінності приватного буття, збереження неопублічності. Сучасна людина прагне своєрідності, отримує суспільний дозвіл її мати і готова чинити опір, якщо їй заважають бути собою.

Важливою характеристикою постмодерної особистості, що сприяє оптимізації її самоконституювання, є толерантність до індивідуальної своєрідності, готовність до прийняття чиеїсь інакшості, свобода від типовості, внормованості, стереотипності.

Хочеться сподіватися разом із Ф. Джеймісоном, що кінець буржуазного Его, безперечно, тягне за собою кінець психопатології Его [Джеймісон, 2008, с. 36]. Постмодерна особистість уже не жахається, коли стикається з різними сексуальними орієнтаціями, естетичними, політичними чи релігійними уподобаннями. Вона відчуває зачарування інакшістю, оскільки жорстке поняття норми зникає, і особистість готова прийняти не лише власну своєрідність, а й своєрідність іншого, не схожого на неї індивіда. Вона погоджується з правом кожного бути інакшим, по-своєму розуміти сенс життя, щастя, благополуччя.

Постнекласична особистість занурюється в соціальну семантику, розуміючи навколишню дійсність насамперед як світ мови, а себе – як автора текстів про себе, своє життя та оточення. Тепер саме її здатність означувати реальність, проговорювати пережите,

створювати розповіді, наративи пояснює їй навколишній світ і саму себе. Згадаймо в цьому зв'язку запропоноване бельгійським філософом А. Ван Ліром визначення людини як “означеної тварини” (див.: [Робін, 2008, с. 66]).

Постмодерністський дискурс інтерпретується як такий, що має креативний потенціал, яким він постійно підживлює особистість. Завдяки закладеній у ньому тенденції до галуження, гілкування смислів цей новітній дискурс забезпечує поліфонічність, ситуативність, релятивність особистості. “Схопити”, “утримати” цей плинний феномен, що інколи вже починає здаватися міфом, можна лише за допомогою соціальної семантики. Тоді все, чого не вдається описати, використовуючи мову, розглядається як позасеміотична сфера, якої ніби взагалі немає, не існує.

Нарешті, ще однією характеристикою постмодерної особистості як такої, що конститує саму себе, стає її семантична заангажованість. хист до семіотизації та наративізації себе і світу, що забезпечує нову – поліфонічну та релятивну – особистісну цілісність.

Чарівність персональної історії, її варіативність демонструє нові ступені свободи особистості. Калейдоскопічна зміна контекстів тягне за собою і нові особистісні перспективи. Як зауважує Ж.-М. Робін, проблема віднині не в тому, щоб бути чи не бути в повному контакті з реальністю, із власною “глибинною” ідентичністю, а в тому, щоб набути гнучкості у вигадках, розповідях, історіях, оповіданнях, міфах [там само, с. 50-51].

Хочу лише підкреслити разом з І. А. Погодіним, що нігілізм постмодерну з його антиесенціалізмом, антиреалізмом, антиосновністю має на психологію особистості не так деструктивний, як деконструктивний вплив. Завдяки йому особистість зрушила з місця, ставши процесом у динамічному полі, а її бажання і потреби віднині сприймаються як похідні від контексту життєвої ситуації. Реальність отримала статуси такої, яку приймають, і такої, яку не приймають. Введення семантики численних світів зняло гостроту протиставлення норми і патології. Так звана смерть автора тексту насправді сприяла перенесенню акценту на читача, який не менше, ніж автор, наділяє текст власними смислами [Погодин].

У постнекласичному світі увагу науковців привертають не так явища, що повторюються, маючи певну регулярність, як явища

випадкові, побічні, невпорядковані. І тут уже методи математичної статистики втрачають свою колишню могутність, поступаючись більш тонкій якісній дослідницькій методології. У сучасній персонології дедалі популярнішими стають дослідження індивідуальної своєрідності, усіяких “винятків із правил”, численних девіацій.

Коли об’єктом дослідження стає людське життя, у якому розгортається самоконструювання особистості, серед методів основний акцент переноситься на наративний аналіз, дискурс-аналіз, case-study (метод вивчення окремих випадків, життєвих історій), опрацювання біографій тощо. Адже здатність людини до саморозвитку, конструювання себе і свого світу, до життєздійснення навряд чи можна вимірювати в параметрах кількості, інтенсивності чи повторності.

До вибору сучасних якісних методів приводить і повага до випробуваного, бажання залучити його до рівноправного дослідницького діалогу, щоб разом намагтися якомога повніше зрозуміти його особистісну своєрідність. Запрошення до діалогічної комунікації передбачає відкритість світові, увагу й довіру до нього. Мається на увазі спілкування особистості з реальним та уявним оточенням, зі своїм історичним минулим, актуальним теперішнім і передбачуваним майбутнім.

У сучасній персонології дедалі потужнішим стає постмодерністський дискурс із його зміною індивідуалістичної парадигми на парадигму діалогічну, комунікативну, соціокультурну. Не шукаючи більше єдиної для всіх об’єктивної реальності, особистість тепер створює реальність власну, свій окремий життєвий світ, орієнтуючись на численні економічні, політичні, етнічні, релігійні, гендерні та інші контексти. Взаємодіючи з усіма цими контекстами, відгукуючись на виклики повсякдення, особистість втрачає сталість, константність, цілісність і набуває ознак процесуальності, змінюваності, мандрівності.

Отже, *оптимізація особистісного самоконституювання в новій постнекласичній парадигмі відбувається завдяки пробудженню здатності до конструювання численних світів, підвищенню адаптивності до різноманітних соціокультурних контекстів, новому, динамічнішому розумінню цілісності й автентичності, появі децентрованої, неієрархічної, мережевої структури, посиленню інтересу до новизни, схильності до множинного ідентифіку-*

вання, толерантності до індивідуальної своєрідності, розвиткові психосемантичної обдарованості, хисту до семіотизації себе і світу та наративізації свого життя.

3.2. Оптимізація способу моделювання життєвого шляху

Згадаймо, що традиційно життєвий шлях розумівся як історія формування особистості в її подієвому наповненні, що поєднувала біографічне та історичне. Завдяки шляхові, який людина долала, вона встигала або не встигала стати зрілою особистістю, типовим представником своєї соціальної страти, покоління, а зрідка і яскравою історичною постаттю. Значущі події детермінували подальший рух уперед, хоча могли спочатку здаватися тривіальним збігом обставин.

Аналіз сучасної західної літератури дозволяє виділити, як мінімум, чотири підходи до вивчення життєвого шляху: віково-психологічний, подієвий, трансгенераційний та наративний [Бочавер, 2008, с. 55].

Найперспективнішим, на наш погляд, є наративний підхід до життєвого шляху як до історії, яку особистість складає, враховуючи набутий досвід. Саме цей підхід передбачає авторство особистості, її здатність багаторазово редагувати, змінювати, ускладнювати чи спрощувати текст свого життя. О. О. Бочавер вважає, що завдяки зверненості до нових смислів, метафор і символів цей підхід є найпотужнішим методологічним підґрунтям терапевтичної роботи [там само, с. 60].

Якісним методом вивчення життєвого шляху особистості, що відчутно набуває популярності, стає біографічний метод, який є методом аналізу наративів. У біографіях реєструються не лише події, які міг би зафіксувати сторонній спостерігач, а й життя як пережите: образи, почуття, значення, пов'язані із життєвими подіями [Скокова, 2004, с. 5]. У них зазвичай є інтерпретація набутого до-

свіду, його переосмислення, структурування, пов'язування з пережитим минулим і прогнозованим майбутнім. Аналіз тексту біографії дає змогу виявити, який саме життєвий світ вибудовує собі людина на певних відрізках свого життя, як осмислює і переосмислює власну роль у побудові життєвого шляху, яким чином оцінює вплив на нього соціокультурних та інших чинників.

Щоб уявити, як можна змінювати розуміння людиною поступальності руху життєвим шляхом, зупинімося на віковій модальності. Продуктивною видається гіпотеза М. Епштейна щодо віку як фракталу, як фрагмента часу, який піддається нескінченному діленню. Неоднорідність віку полягає в тому, що на кожному етапі ми починаємо з дитячої невпевненості, зацікавленості, подиву, переходимо до підліткової нестабільності, кризи довіри, відчуження від оточення, далі настає молодий вік визначеності, самостійності, за ним – зрілий розквіт, гармонія, акме і, нарешті, старіння, вичерпаність. Так віки не лише поступально змінюють одне одного, а й повторюються на нових етапах людського життя. Ми встигаємо кілька разів по-різному побути дітьми, підлітками, молодими людьми, зрілими особистостями і навіть старими [Епштейн. К філософії...].

Людське життя відтворюється в життєвому шляху особистості нелінійно. Як зауважує Епштейн, якщо вже буває затяжна весна, із заморозками і холодними вітрами, що ніяк не переходить у літо, то тим паче буває дитинство, яке затягується. Є люди, які ніби завжди сорокарічні або завжди підлітки. Поети нерідко залишаються на межі отрочтва, тоді як філософи схильні до сенільності і вже в дитинстві схожі на маленьких старих. Парадоксальна вікова динаміка, що відтворюється в життєвому шляху, пов'язана ще й з професійно-творчим складом особистості.

Минулі віки всередині нас, як спостеріг Епштейн, не лише продовжують жити, вони ще й періодично загострюються, а інколи навіть уперше по-справжньому прокидаються, коли їхній час, здавалося б, давно минув. Рокірування віків, наприклад, зрілість у ранній молодості або молодість у пізній зрілості, особливо характерне для постмодерного суспільства. Зацікавлює теза щодо одночасного прояву кількох віків в одній людині, такої собі “всевіковості”, коли всі віки по-різному говорять, як усі клавіші звучать на добре налаштованому інструменті. Інколи ці віки перебивають один

одного, захлинаючись від повноти самовираження, яку важко вмістити в манеру одного віку. Людина може рухатися шкалою часу водночас уперед і назад, як пише Епштейн, ніби граючи на своїх віках як на клавіатурі. Справді, бувають особистості, вік яких дуже важко визначити, спираючись на зовнішність, творчу продуктивність або стан здоров'я.

Поняття “вік”, яке завжди правило за одну з детермінант життєвого шляху, останнім часом деконструюється завдяки новому розумінню процесу старіння. Відомі дослідники старості К. та М. Джерджени стверджують, що старіння в традиційному розумінні поза соціальними стереотипами просто не існує. Лише в контексті протестантської етики і духу прагматизму, що сприяли отожднюванню значущості людини, її досягнень та заробітної платні, людина з віком починала втрачати свою цінність [Gergen K., Gergen M., 2000].

Натомість, з погляду соціального конструктивізму, усе насправді цінне в житті має джерела в стосунках, до яких людину включено, і саме це забезпечує можливість численних життєвих траєкторій (і, напевно, зовсім різних темпів проживання певних віків. – *T. T.*). Є сподівання, що ми поступово перетворимося на незалежне від віку суспільство, оскільки вже сьогодні готові приймати тридцятирічного міністра, п'ятдесятирічну породіллю, сімдесятирічного батька новонародженої дитини.

Як формулює Г. Газан (H. Hazan), дискурс старіння народжується із взаємин усередині певної культури в цілком певний час. В інших культурах можливі альтернативні інтерпретації віку людини. Так, наприклад, у народів Західної Кенії старіння асоціюється не з відторгненням, а з досягненням дедалі вищого соціального статусу і поваги [там само].

Те, що наявність букету хвороб і втрата певних здібностей асоціюються в нашій культурі з похилим віком, є нічим іншим, як звичною інтерпретативною схемою, що базується на модерністських ідеях продуктивності та індивідуалізму. Насправді старість, яку Джерджени називають “темним віком”, тісно пов'язана зі специфічною конфігурацією соціально-економічних умов. Коли ці умови змінюються, якість життя зростає і виникає можливість суттєвої трансформації колишніх поглядів.

Завдяки зростанню тривалості життя кількість літніх людей постійно збільшується. У США, наприклад, уже майже 25% електорату становлять люди, яким за 65. Старі стають не лише активнішими політично (згадаймо, хто двічі обрав мера Києва. – Т. Т.), вони також дедалі краще організуються, створюють певні асоціації і спілки. До того ж у розвинутих країнах вони стають могутнішими економічно й інформаційно. Нові веб-сайти, чати для людей літнього віку дають змогу вступати в діалог у будь-який час дня і ночі з мешканцями різних країн, і самотність відступає.

Сьогодні пропонується спеціальний термін “герофобія” для опису надмірного страху перед старінням. М. Галлетт (M. Gullette) називає похилий вік стресором, депресантом і навіть “психокультурною хворобою”. Добре, що людей, які страждають на цю хворобу, стає все менше. За даними американських дослідників, незважаючи на календарний вік, сьогодні менше ніж 10% людей ідентифікують себе із старими. Замість жорсткої опозиції “молодість – старість” виникає реальна можливість говорити про численні варіації зрілості (див.: [Gergen K., Gergen M., 2000]).

Серед мішеней для деконструкції віку слід згадати важливий для самоідентифікації та самоприйняття образ тіла, яке незворотно змінюється, марніє, в’яне, старіє. Щоб зберегти тіло немолодої людини, працюють цілі армії косметологів, фармацевтів, пластичних хірургів, протезистів, офтальмологів, дієтологів, тренерів фітнес-центрів. Вони демонструють великі ресурси, які кожний з нас як тілесна істота має для підтримки й оновлення. Отже, життєвий шлях стає майже нічим не обмеженим і відкритим. Американські колеги говорять навіть про гламуризацію старіння [там само], і їхні зовсім не молоді, але привабливі та елегантні телевізійні диктори, політики, актори стають підтвердженням цього.

Такий знайомий кожному страх безпорадності, болю, смерті долається завдяки можливості немолодих людей функціонувати як справжні майстри, керманічі свого власного життя навіть на його останніх етапах. Чимало людей дуже поважного віку ефективно працюють на робочому місці, демонструючи високий професіоналізм. Будучи економічно незалежними, навіть ті старі, хто вже давно не працює, прагнуть бути автономними від родичів і мешкати окремо. Активні й небідні пенсіонери ставлять перед собою нетрадиційні життєві завдання, пов’язані з тривалим збереженням влас-

ної сперми та яйцеклітин для майбутніх нащадків. Багато старих планує, як найкраще розподілити власне майно, та організовує заздалегідь навіть майбутній похорон.

Старі люди, на відміну від їхніх молодших родичів і знайомих, устигли бути історичними свідками великих подій ХХ століття, і цей безперечний факт також є їхньою перевагою. Старі мають великий життєвий досвід, який допомагає приймати виважені рішення, виявляти терплячість і доброзичливість. До мудрості треба ще дожити, і тривалий життєвий шлях, який приводить до неї, заслуговує на пошану.

Але найголовніша перевага старості – вільний час. Нарешті час удається використовувати так, як хочеться, витратити на те, на що його катастрофічно бракувало протягом перевантаженого трудового життя. Хтось знайде час для рибалки, круїзів, відвідування концертів і театрів, хтось заглибиться в медитації, піде до церкви, зацікавиться йогою, а хтось почне малювати, танцювати і співати в хорі. Для суспільства вільний час старих людей також стає відчутним ресурсом: бабусі й дідусі нерідко перетворюються на центральні постаті в житті їхніх онуків, старі люди допомагають у лікарнях, центрах реабілітації інвалідів, психічно хворих. Волонтери-пенсіонери сприяють вирощуванню лісів, збереженню природи, долучаються до боротьби зі шкідливими звичками.

Завдяки новим, продуктивним формам старіння дедалі більше старих сьогодні задоволені зі свого життя. Вони відчувають свою інтегрованість у суспільство, корисність, запитаність, не скаржаться на погане здоров'я і мають сили продовжувати перебувати та реконструкції власного життєвого світу.

Отже, вік у постнекласичній парадигмі стає поняттям умовним. Близькою до підходів Епштейна та Джердженів є гіпотеза Ю. О. Єлисеєвої щодо гносеологічної вичерпаності традиційної лінійно-циклічної моделі “віків життя” і потреби в новій – мережевій – моделі. Згадавши нову – мережеву, ризоморфну – структуру особистості, зрозуміємо, що така особистість, безумовно, переосмислює минуле і моделює власне майбутнє не лінійно-поступально. Її віковий рух набуває більшого авторства і, відповідно, більшої свободи.

Актуалізується евристична аналогія віку з текстом, до якої додається синергетичне трактування принципово нелінійних траск-

торій вікового руху. Вікові кризи розглядаються як точки галуження, що генерують стохастичність (імовірнісність) вибору наступних віків. “Наступні” вікові світи не ускладнюються порівняно з “попередніми” в традиційному розумінні, тобто не вишиковується ієрархія. Радше йдеться про гіпертекстову організацію. Тоді *зонами активного смислопородження стають не самі вікові світи, а межі, кордони між ними.*

Ви-ростання, з-ростання трактуються не як екстенсивні, а радше як інтенсивні біосоціокультурні процеси, що самоорганізуються. Онтологічно вікові світи базуються на внутрішньо- і міжвіковій комунікації, що забезпечує інкультурацію і соціалізацію їхніх суб’єктів. Вік, за Єлисеєвою, є соціокультурною роллю, що постійно трансформується. Пластичність цієї ролі природно стимулює рефлексію з приводу особистісної ідентичності [Єлисеєва, 2007, с. 99]. До речі, якщо оглянути сучасні гендерні дослідження, то можна побачити схожі деконструкції поняття “стать”, яку теж пропонують розглядати передусім як соціокультурну роль, змінювану, не задану раз і назавжди.

Отже, життєвий шлях, що відтворює просування особистості від віку до віку, не є єдиною, послідовною, цілісною, векторною траєкторією життя. Ця життєва дорога не заасфальтована, не пряма і не лінійна. Вона більше схожа на численні галуження актуальних і потенційних смислів, пугівців, стежок, манівців. Життєвий шлях має власний креативний потенціал і не підпорядковується примусовій зовнішній каузальності. Прийдешнє приходить, наближається, твориться самою людиною як у теперішньому, так і в минулому завдяки його новим тлумаченням.

Розгляд життєвого шляху як особистісного наративу дає змогу побачити реальні можливості його оптимізації. Життєві завдання формуються у вигляді футурологічних наративів, що, відповідно до обраного сюжету, асимілюють набутий досвід і спрямовують життєвий шлях у певному напрямку. Сучасна особистість, утрачаючи схильність до усталених традицій, змінюючи звички осілого, передбачуваного життя, розвиває в собі здатність до світопородження, створення нових, інколи несподіваних шляхів саморозвитку.

Саме завдяки цій здатності особистості до породження нових реальних і віртуальних реальностей можливості конструювання різноманітних життєвих історій збільшуються.

Уже не лиха чи щаслива доля визначає розгортання життєвого шляху, не традиційно визначений відповідно до походження людини спосіб побудови власного життя, навіть не батьківські сценарії, що обмежують людину ще з дитинства. Локус контролю ніби переноситься ззовні всередину, але це вже не інтровертована замкненість на власному внутрішньому житті, а радше відкритість, відімкненість. Особистість не пасивно підкорюється певним – зовнішнім чи внутрішнім – детермінантам. Вона їх усвідомлює, враховує, але залишається вільною у своїх життєвих рішеннях.

Авторське право віднині належить особистості, яка перебуває у перманентному діалозі зі світом, створюючи із значущим оточенням певну відкриту систему. Тут слід згадати парадигмальне настановлення постмодернізму на відмову від семантичної фігури Автора (з великої літери), що символізує собою ідею зовнішньої насильницької детермінації.

Не відмовляючись від особистісного авторства в конституюванні життєвого шляху, зазначимо, що в написанні історії життя реалізується креативний потенціал не лише особистості, а й тієї системи, в яку вона включена, того простору значущих стосунків, у який вона органічно вплетена.

Створення нарративу про пережите минуле і бажане майбутнє стає створенням відкритого тексту, що взаємодіє з усім культурним полем, у якому перебуває особистість, політико-економічною ситуацією, комунікативним простором, масовою культурою і високим мистецтвом, повсякденною філософією, релігією тощо. Індивідуальний текст про минуле, теперішнє і майбутнє, стихійно контекстуалізуючись, набуває численних смислових валентностей, стаючи частиною гендерного, сімейного, національного нарративу, свідочством певного покоління, а інколи й документом епохи.

Оскільки в особистості підвищується відкритість світові, це посилює адаптивність до різноманітних соціокультурних контекстів. Життєвий шлях перестав бути просто траєкторією окремого індивідуального життя, відчутно контекстуалізуючись.

Життєвий шлях пілігрима, подорожнього втрачає колишню жорстку залежність від сімейного походження, здобутої освіти,

професійного старту. Розсуваючи горизонти, людина готова неодноразово розпочинати все спочатку, і для неї ніколи не пізно змінювати ціннісні пріоритети, значуще оточення, місце проживання, способи самовияву. Так саморозвиток особистості в новому дискусії збагачується негаданими можливостями, а численні конфігурації життєвого шляху тепер можна створювати практично нефінально.

Будучи динамічною, постмодерна особистість по-новому вибудовує цілісність власного життєвого шляху. Зв'язки минулого, теперішнього і майбутнього стають рухливими, змінними. Кожна набута цілісність стає не остаточною, сприймаючись радше як ситуативно значущий модус.

Будь-яка подія може по-новому зв'язуватися з попередніми і наступними, створюючи сьогочасну конфігурацію життєвого шляху. “Поняття єдності з'являється тоді, коли в множині відбувається процес суб'єктивізації і владу захоплює означальне”, – так Ж. Дельоз і Ф. Гваттарі формулюють дуже важливу для нашого контексту думку про нову тимчасову цілісність (див.: [Можейко. Детерриторіалізація]).

Життєвий шлях кожної окремої людини, безумовно, може час від часу сприйматися як цілісний, коли особистість докладає до цього відповідних зусиль, коли вона про цю цілісність починає спеціально дбати. Можливо, точніше було б сказати, що життєвий шлях сприймається як цілісний, але інколи, наприклад у кризовий період, він цю цілісність втрачає, щоб поновити на новому рівні навколо нових смислів.

Погоджуючись із К. Джердженом щодо лімітів, які накладає усталена ідентичність на саморозвиток [Gergen, 1992], підкреслимо самоцінність особистісної колажності, процесуальності, неоднозначності, гнучкості в трактуванні минулих і теперішніх життєвих подій та плануванні майбутнього. Ті, хто виступає за фіксовану ідентичність, прагне обрати влаштований і передбачуваний життєвий шлях, хоче надійності, безпеки, спокою. Але ми не живемо більше у світі, у якому цінуються насамперед такі способи життя. І навіть якщо це боляче, нам усе-таки потрібно ставити під питання адекватність минулих традицій викликам сьогodenня [там само, р. 59].

У сучасному світі життєвий шлях уже не є єдиною траєкторією, прямою лінією життя. Він радше скидається на постійно створювану особистістю мозаїку шляхів, що складаються під впливом по-різному трактованих реальних та уявних подій, між якими важко побудувати ієрархічний зв'язок, знайти єдину чітку послідовність. Особистість тепер не долає свого життєвого шляху, а конструює його, відшукуючи нові й нові міжподієві конфігурації, обираючи несподівані манівці та інтерпретації їхньої значущості.

Як пише Можейко, та чи інша територіальна конфігурація простору, що має властивість визначеності, виступає в якості принципово нефінальної і минулої, такої, що має лише ситуативну значущість [Можейко. Детерриториализация].

Людське життя – це спочатку географія, а вже потім історія. На певних етапах життя людина інтерпретує свій нефінальний і минулий життєвий шлях, виходячи зі стану самоорганізації тієї нелінійної відкритої комунікативної системи, в яку вона включена.

У постмодерну еру особистість навчається організовувати та проживати час свого життя історично. Історичність, за Ф. Джеймісоном, не є ані репрезентацією минулого, ані репрезентацією майбутнього. Теперішнє сприймається як історія, що дає змогу досягти певної дистанції щодо наявності, яку характеризують як історичну перспективу [Джеймісон, 2008, с. 320].

Будь-яка реальна подія може стати тлом, малозначущим епізодом або кульмінацією зовсім різних оповідань залежно від того, хто стає наратором, для кого, в якому контексті автор творить текст свого життя, з якою метою його розповідає. Згадаймо, що серед умов оптимізації особистісного самоконституювання ми визначили появу в особистості хисту до семіотизації та наративізації власного життя, і саме цей хист стає в пригоді під час продукування варіантів бажаного майбутнього, з яких поступово складаються життєві завдання.

Якщо історія не лише охоплює минуле і теперішнє, а й поширюється на невизначене майбутнє, її автор отримує безліч можливостей видозмінити сюжет, розставити інші акценти, запропонувати варіанти розв'язання колізій. Незавершені, відкриті історії про завтрашнє життя, що постійно змінюються відповідно до того, як переживаються та інтерпретуються сьогоднішні події, багато в чо-

му детермінують майбутнє, оскільки непомітно тчуть життєвий контекст, у якому здійснюються відповідальні вибори, визрівають напівусвідомлені домагання, формулюються великі і малі життєві рішення. *Саме історії про себе і своє життя стають своєрідними смисловими домінантами, маркуючи й організовуючи життєвий шлях, спрямовуючи самоконституювання.*

Зрозуміло, що цілком правдивих, повністю об'єктивних розповідей немає і не може бути, адже постать автора, його діалоги з оточенням, що змінюють уявлення про себе і світ, набутий і відрефлексований досвід, навіть наявний емоційний стан як розповідача, так і його співрозмовника вносять свої корективи. У кожному наративі правда співіснує з вимислом, реальність уплітається в міф. Коли людина описує майбутнє у формі історії, вона звичайно не забуває про контекстуальні маркери, тобто не тільки знаходить більш-менш точні слова для своїх мрій, передчуттів, домагань, а й вимальовує художні деталі, конкретизує подробиці, акцентує бажаний поворот сюжету, шукає пояснення майбутніх учинків свого оточення. Контексти таких оповідань є плинними, динамічними.

Життєвий шлях змінює семантику, уже не сприймаючись як єдина верстова дорога від народження до смерті. Набувають значення малопомітні стежки, об'їзні маршрути, можливості повертання назад, застрягання на бездоріжжі, вигадкування і втілення в життя нових шляхів. Навіть смерть перестає сприйматися як остаточний фініш, як фінальний акорд, припускаючи трансцендування в інші культурні виміри.

Із віком змінюється співвідношення між “простором досвіду” і “горизонтом очікувань”, як сказав би Р. Козеллек. У сюжет пакується вміст проживаного життя, допомагаючи вибору подальшої траєкторії руху. Креативні наративні практики, стаючи домінантними, підтримують широкий горизонт очікувань і, таким чином, відсувають старість, продовжуючи продуктивний вік зрілості. Екологічні сюжети, які обирає певна частина молоді, що ховається від цивілізації, привносять у життя такі характерні для пізньої зрілості цінності, як цінність повільного споглядання, мудрого невтручання, спокійного прийняття всього, що відбувається. Простір досвіду стає більшим за простір очікувань, і психологічний вік починає перебільшувати фактичний.

Концепти життєвої історії зосереджуються на індивідуальному прогнозі, спрямованому на підвищення якості життя. А час, якщо він прискорює свій плин, стискає простір досвіду, як пише Козеллек, позбавляє його сталості і щоразу привносить у гру якісь нові невідомі величини, через які навіть теперішнє вислизає за межі нашого чуттєвого досвіду [Козеллек, 2005, с. 40]. Так щоразу виникають нові підстави для побудови чергових текстів про власне життя, наступних варіантів життєвого шляху.

Не занурюючись у “тут і тепер”, не шукаючи насолоди лише від сьогодення, особистість бачить своє буденне теперішнє як підґрунтя, що забезпечує завтрашнє втілення найважливіших життєвих задумів, першочергових життєвих завдань. Вільно мандруючи часовими модальностями, вона самостійно будує різноманітні містки між своїм минулим, теперішнім і майбутнім. Інколи їй вдається міняти місцями причини і наслідки, щоб побачити різні варіанти розвитку подій. Авторське право побудови свого життя вже не вимагає від неї бачення сьогодення як логічного продовження вчорашнього. Вона вміє звільнитися від жорстких детермінант, що заганяли її в пастку обумовленостей і обмежень.

Отже, сучасна особистість набуває можливості, розгортаючи життєвий шлях, самостійно конституювати себе в різних життєвих контекстах. Крім здатності передбачати завтрашній день, редагувати й переписувати минуле, переструктурувати сьогодення, вона розвиває здатність організовувати нові зв'язки між часами життя, самостійно змінювати напрямки і швидкість руху. Створення власних життєвих історій є звільненням від примусової зовнішньої каузальності, що дає змогу занурюватися в гру інтерпретативних кодів і набувати свободи самовиявів.

Життєвий шлях у сучасному його розумінні втрачає колишню векторність, лінійність, ієрархічну підпорядкованість та набуває виразної динаміки, несподіваності, різнобарвності. Людина вільно мандрує власним життєвим шляхом, маючи змогу багаторазово в різних контекстах пережити дитинство, отрочтво, молодість, зрілість, старість. Детермінація життєвого шляху віком людини, її статтю, походженням, освітою, професією стає еластичнішою, гнучкішою, забезпечуючи пластичне засвоєння нових соціокультурних ролей.

3.3. Вплив життєвих завдань на моделювання майбутнього

Першим кроком для визначення впливу життєвих завдань на особистісне самоконфігурування має стати визначення залежності моделювання майбутнього від характеру взаємодії особистості зі світом (рис. 3.1). Враховуючи соціально-психологічні чинники, що обумовлюють у сучасному світі життєздійснення особистості, а саме чинник соціокультурної контекстуальності, чинник діалогічної комунікації, чинник множинної ідентифікації, чинник аксіологічної своєрідності та чинник соціальної семантики, можна визначити такі способи взаємодії особистості і світу, що її оточує:

- включення особистості одночасно в різні соціокультурні контексти;
- досягнення діалогічної відкритості;
- стимулювання множинних ідентифікацій особистості з відповідними референтами;
- підвищення цінності аксіологічної своєрідності, неповторності особистості;
- актуалізація семантичного потенціалу особистості.

Розглянувши способи взаємодії особистості зі світом, зупинімося на характеристиках сучасної особистості, які було визначено в процесі порівняльного аналізу модерну і постмодерну. Йдеться передусім про ті особистісні властивості (рис. 3.2), що оптимізують її самоконституювання, а саме:

- здатність до світопородження, створення нових реальностей;
- підвищена адаптивність до різноманітних соціокультурних контекстів;
- трансформаційна, динамічна цілісність;
- децентрованість, неієрархічність ризоморфної структури;
- посилення інтересу до новизни, підвищення креативності;
- схильність до процесуальної, множинної самоідентифікації;
- толерантність до своєрідності, готовність прийняти чиясь інакшість;
- хист до наративізації себе і світу.

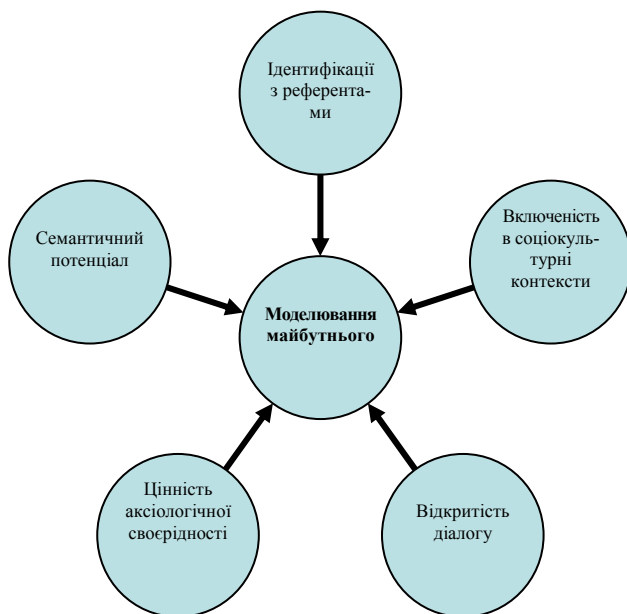


Рис. 3.1. Залежність моделювання майбутнього від способів взаємодії особистості зі світом

Наступний крок у побудові моделі полягає в урахуванні атрибутивних характеристик життєвих завдань як індивідуальних практик моделювання майбутнього. Слід назвати (рис. 3.3):

- змістову наповненість, відповідність моделей майбутнього актуальним особистісним сенсам;
- адекватність завдань, що передбачає їхню реалістичність, тобто відповідність умовам життя і внутрішнім можливостям людини;
- креативність, творчий, нерутинний характер життєвих завдань, що обумовлює їхню новизну, неоднозначний алгоритм рішення;
- відкритість, коли готові варіанти майбутнього рішення не задані і треба самостійно їх конструювати, щоб пізніше обрати одну з найреальніших альтернатив;

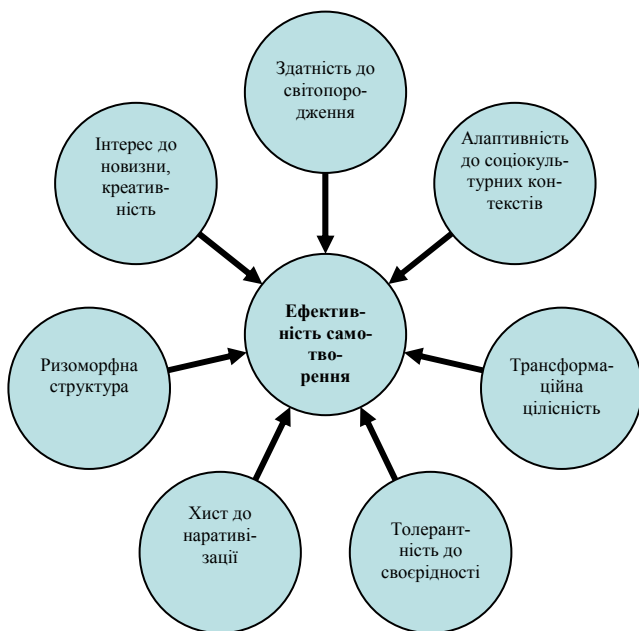


Рис. 3.2. Залежність ефективності самотворення від властивостей постмодерної особистості

- енергетична наповненість завдань, що визначає ступінь їхньої спрямованості на виконання;
- результативність завдань як інтегральний показник їхньої продуктивності.

Футурологічний наратив у його завданнєвій формі стає не лише засобом організації майбутнього. Він природно поєднує і, якщо треба, видозмінює те, що вже відбулося, те, що переживається в актуальний момент, і те, що має статися, втілитися, реалізуватися. Особистість як автор цього наративу будує свій життєвий шлях, відчуваючи на собі впливи способів взаємодії зі світом (див. рис. 3.1), наявності і ступеня вираженості певних рис, характеристик, властивостей (див. рис. 3.2), структурної повноти життєвого завдання, яке вона формулює (див. рис. 3.3).

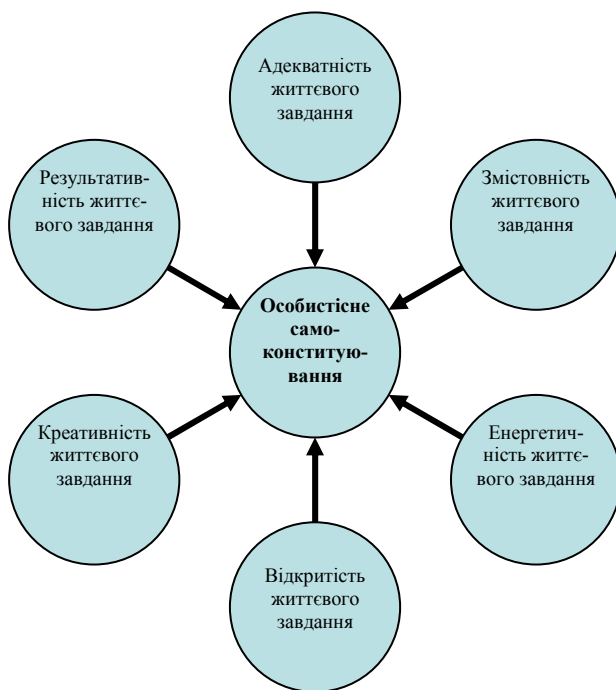


Рис. 3.3. Залежність особистісного самоконституювання від структури життєвого завдання

Необхідно також врахувати специфіку побудови особистістю власної історії, особливості конструювання життєвого шляху. На відміну від традиційного той шлях, який конструює постмодерна особистість, має такі характерні властивості (рис. 3.4):

- нелінійність, відмова від ієрархічної підпорядкованості вікових етапів;
- нефінальність, відкритість, принципова незавершеність життєвого шляху;
- відносність незворотності руху часу життя від народження до смерті, можливість повернення до вже пройдених вікових етапів;

- ситуативність цілісності життєвого шляху, що переживається особистістю як значущий модус, організований навколо смислової домінанти;
- умовність детермінації життєвого шляху віком особистості, її статтю, які стають пластичними соціокультурними ролями;
- рухливість зв'язків між подіями минулого, теперішнього і майбутнього, завдяки чому кожна набута цілісність не стає остаточною, сприймаючись як ситуативно значущий модус;
- контекстуальність історій, з яких складається життєвий шлях, перестаючи бути лише траєкторію окремого індивідуального життя і стаючи часткою гендерного, сімейного, національного та інших контекстів;
- інтерпретація не кожного окремого віку, а саме меж між віками як зон смислопородження;
- сюжетна обумовленість наративу, коли в сюжет пакується вміст проживаного життя, допомагаючи вибору подальшої траєкторії руху;
- реалізація при побудові життєвого шляху креативного потенціалу не лише особистості, а й комунікативної системи, в яку вона включена, психологічного простору значущих стосунків.

Розглянувши види залежності моделювання майбутнього від способів взаємодії особистості зі світом (див. рис. 3.1), проаналізувавши вплив специфічних властивостей постмодерної особистості на ефективність самотворення (див. рис. 3.2), визначивши, яким чином структура життєвого завдання позначається на особистісному самоконституюванні (див. рис. 3.3), та проінтерпретувавши залежність самоконституювання від специфіки побудови життєвого шляху (див. рис. 3.4), можемо нарешті запропонувати модель оптимізації особистісного самоконституювання як неієрархічний, нелінійний зв'язок позначених чотирьох компонентів (рис. 3.5).

Отже, серед характеристик сучасної особистості, що оптимізують її самоздійснення, самоконституювання, слід назвати пробудження здатності до світопородження, створення реальних чи віртуальних реальностей; відкритість світові, що формує готовність адаптації до різноманітних соціокультурних контекстів; рухливість, процесуальність, що сприяє новому – динамічному, трансформаційному – розумінню цілісності та автентичності; децентрованість, неієрархічність, мережевість пульсуючої ризоморфної

структури особистості, що забезпечує нефінальність її змін; посилення інтересу до новизни, підвищення креативності, життєстійкості, що сприяє вибору кочового, мандрівного способу життя; схильність до гнучкого, множинного ідентифікування, що відбувається в контакті з оточенням, діалозі із соціумом; толерантність до індивідуальної своєрідності, готовність до прийняття чужої інакшості, свобода від типовості, внормованості, стереотипності; хист до семіотизації та наративізації себе і світу, що забезпечує нову – релятивну – особистісну цілісність.

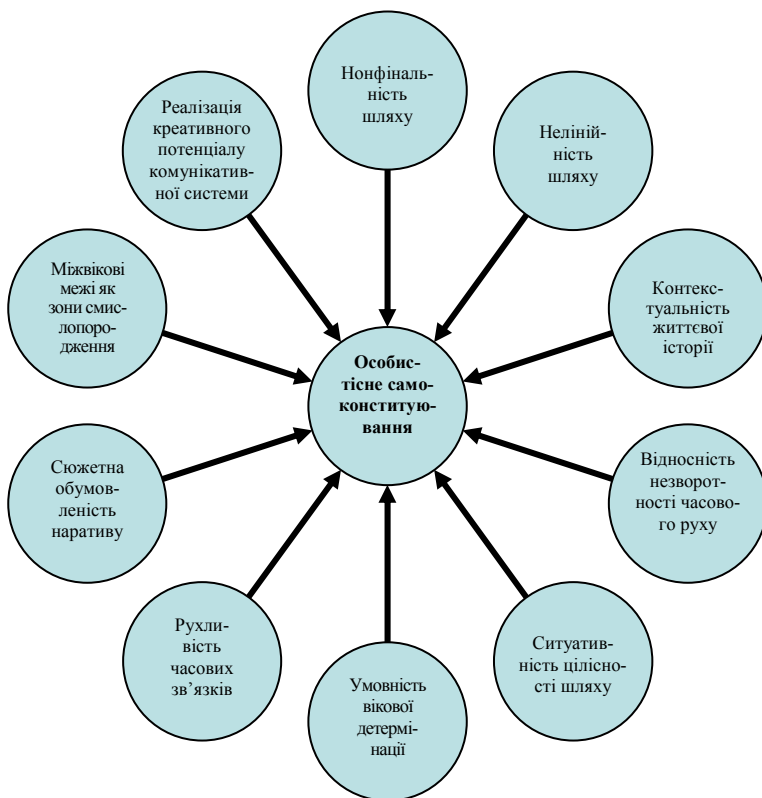


Рис. 3.4. Залежність самоконституювання від специфіки побудови особистістю власного життєвого шляху

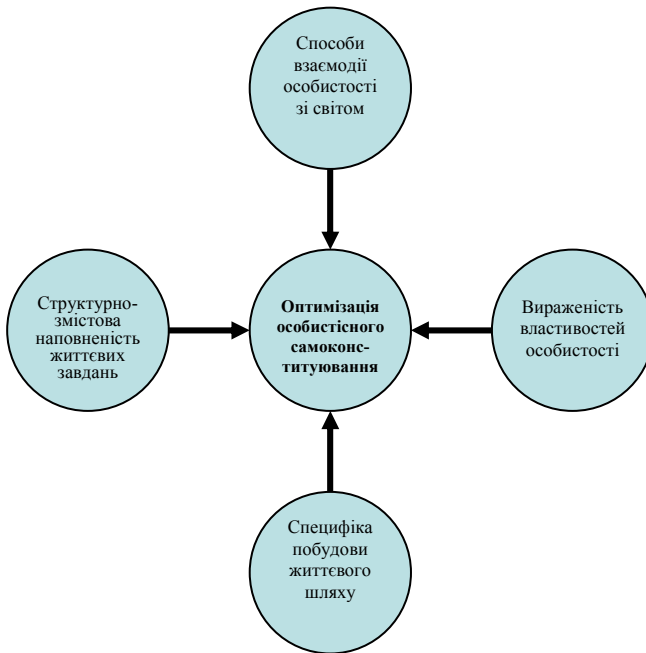


Рис. 3.5. Модель оптимізації особистісного самоконститування

Сповнений варіацій життєвий шлях стає нефінальною темпорально артикульованою актуалізацією самоконститування особистості, втрачаючи колишню векторність, лінійність, ієрархічну підпорядкованість та набуваючи виразної динаміки, несподіваності, різнобарвності. Наративний підхід до розуміння життєвого шляху звільняє його від примусової зовнішньої каузальності. Цілісність життєвого шляху переживається особистістю як ситуативно значущий модус, організований навколо певної смислової доміанти. Стаючи історією життя, шлях відтворює креативний потенціал значущої комунікативної системи, в яку особистість включена, з якою вона перебуває у діалогічній взаємодії.

Модель оптимізації особистісного самоконститування можна представити як неієрархічний зв'язок чотирьох компонентів. Перший компонент визначає залежність моделювання майбутнього

від способів взаємодії постмодерної особистості зі світом. Другий відтворює залежність ефективності самотворення від властивостей постмодерної особистості. Третій демонструє залежність особистісного самоконституювання від структурно-змістової наповненості життєвого завдання як способу моделювання майбутнього. Четвертий компонент фіксує залежність особистісного самоконституювання від специфіки побудови життєвого шляху.

3.4. Оптимізація самоздійснення особистості в сімейній сфері

Напрямки оптимізації самоздійснення особистості в сімейній сфері. На основі аналізу досліджень, проведених Т. М. Титаренко та колективом лабораторії соціальної психології особистості, можна виокремити кілька функцій життєвих завдань в особистісному самоздійсненні в сімейній сфері.

По-перше, це оцінна функція. Життєві завдання сприяють досягненню визначеності особистості в даній життєвій ситуації. Цілісне розуміння ситуації, що склалася, неодмінно передбачає не тільки усвідомлення своєї незадоволеності нею та бажання її трансформувати, а й визначення своїх можливостей та обмежень на шляху до цього.

По-друге, моделювальна функція, завдяки якій дещо розмите досі уявлення про майбутнє сімейне життя набуває чіткості та структурованості. Саме такий виразно окреслений, структурований образ майбутнього робить життєві завдання дієвими, тобто такими, що стимулюють до конкретних дій, та, урешті-решт, вирішуються.

По-третє, регулятивна функція, яка проявляється у виборі оптимальних стратегій самоздійснення, дій, що приведуть до бажаного результату, а також вчасної зміни стратегії в разі необхідності. До того ж ця функція забезпечує включення вольової саморегуляції у випадках, коли особистість, стикаючись у процесі вирішення за-

вдання із труднощами, втрачає імпульс до дії та може передчасно “зійти з дистанції”.

По-четверте, рефлексивна функція, завдяки якій особистість аналізує життєву ситуацію, усвідомлює свої домагання та можливості, засвоює досвід, переосмислює пройдений життєвий відрізок та шлях у цілому. Така складна внутрішня робота вкрай потрібна для життєтворення, адже вона дає можливість коригувати життєвий шлях, забезпечує спадкоємність етапів самоздійснення, безперервність життєвої історії, її відповідність внутрішньому світові особистості.

Умовою успішного самоздійснення в сімейній сфері є побудова сімейних завдань, які ефективно реалізують всі свої функції. Як ми вже зазначали вище, структуру життєвого завдання утворюють такі компоненти: 1) умови, в яких воно виникло та має бути вирішеним; 2) модель потрібного майбутнього, мету вирішення завдання; 3) стратегії вирішення й тактичні прийоми, дії та операції, які потрібно виконати, щоб досягти потрібного майбутнього.

Кожний із цих компонентів можна співвіднести із функцією життєвих завдань: перший компонент – з оцінною функцією, другий – з моделювальною, третій – з регулятивною. Тож можемо зробити висновок, що психологічна робота, спрямована на оптимізацію самоздійснення в сімейній сфері, незалежно від того, яку форму вона буде мати (групову чи індивідуальну), неодмінно має охоплювати роботу за трьома напрямками – за кожною складовою життєвого завдання.

Рефлексивна функція реалізується протягом усього часу побудови життєвих завдань: від етапу, коли особистість ще тільки відчуває, що наявний стан речей її не задовольняє, до розроблення стратегій досягнення бажаного. Тож розвиток рефлексивності, навичок самоаналізу, усвідомлення набутого досвіду, спрямування уваги на себе, розуміння своїх почуттів, думок є необхідною частиною роботи за кожним напрямком.

Розгляньмо більш докладно напрямки оптимізації самоздійснення особистості в сімейній сфері.

Умови життєвого завдання, пов'язаного зі шлюбом та сім'єю. Якщо життєве завдання умовно порівняти з математичним, то цей компонент мав би називатися “умовами задачі” і записува-

тися як “дано”. Умови життєвого завдання є тим “вихідним пунктом”, з якого розпочинається його побудова.

Ця складова завдання об’єднує контекстуальні його аспекти та охоплює як зовнішні умови, так і внутрішні. Зовнішні умови – це життєві обставини, ситуація, що склалася для людини на даний час життя. Внутрішні умови – це смисли, які особистість вбачає у зовнішніх умовах, сприймання нею ситуації, ставлення до цієї ситуації, почуття та переживання щодо контексту життєздійснення. Прикладом умов завдання може бути життєва ситуація тридцятирічної жінки, яка, будучи орієнтованою на кар’єру, не створила сім’ю і ось раптом усвідомила, що болісно переживає самотність, відсутність коханої людини. Так ситуація нереалізованості в сімейній сфері, а відтак нестерпні негативні переживання з цього приводу стають умовами побудови життєвого завдання створити сім’ю.

Ситуація визначається в літературі як система зовнішніх щодо суб’єкта умов, які спонукають та опосередковують його активність [Чепелева, 1999]. Для того щоб бути автором свого життя, автором, який діє, а не спостерігає, тобто трансформувати, змінювати життєву ситуацію в бажаному напрямку, її потрібно передусім розуміти. Розуміння – це процес, спрямований на засвоєння та породження смислів [там само]. Тож розуміння ситуації неодмінно передбачає надання їй особистісного смислу. Завдяки усвідомленню ситуації людина оцінює об’єктивні обставини, своє ставлення до них та з’ясовує варіанти можливих дій.

Нерідко одні й ті самі обставини можуть мати зовсім різний смисл для різних людей. Наприклад, не кожна жінка, що не має сім’ї, переживає це як особистісний неуспіх та страждає від нереалізованості. Отже, зовнішні умови не завжди є визначальним чинником у побудові життєвого завдання. Набагато важливішою є “ситуація для людини”, тобто як людина її бачить, як до неї ставиться та які дії збирається вчинити.

Саме тому не існує життєвих завдань, прийнятних абсолютно для всіх людей. Звісно, є загальнолюдські смисли – цінності, які поділяє більшість людей: кохання, мир, добро тощо. Але навіть смисли будуть мати зовсім різні відтінки у представників різних спільнот, культур. Оцінка життєвих ситуацій буде залежати не тільки від культуральної “парадигми розуміння” [Джерджен, 1997б, 1997в], а й від тих інтерпретативних рамок, “лінз”, що кож-

на окрема особистість формує на підставі свого потенціалу та життєвого досвіду [Кошова, 2008]. Отже, інтерпретація не впливає із самої ситуації; в інтерпретативних схемах, що стосуються наших ставлень до себе, до інших та до оточення кристалізуються наші особистісні смисли.

Чи завжди умовами завдання є ситуації, що сприймаються та переживаються як проблемні? Мабуть, ні.

Будь-яка ситуація, що є значущою для людини, може запустити процес побудови життєвого завдання. Його умовою може бути і раптова подія, що оцінюється та переживається особистістю як позитивна (наприклад, звістка про вагітність). Така ситуація, як і в проблемному випадку, потребуватиме деякого часу для адаптації (адже будь-яка ситуація, що незаплановано виникла, вимагає від особистості неабияких адаптивних ресурсів); надалі ж дії мотивуватимуться наміром найповніше реалізуватися в новому амплуа.

Побудова нового життєвого завдання може бути і не прив'язаною ані до проблемної, ані до радісної події. Кожному з нас знайомі негативні переживання щодо власного розвитку, необхідності змін, руху вперед на тлі зовнішнього спокою. У такому випадку ми будемо життєве завдання, умовами якого є не проблема чи радісна ситуація, а намір, намір розвиватися, змінюватися, реалізовуватися.

Намір визначається як рішення людини виконати певну дію і домогтися певного наслідку. Він виступає як певне спонукання до дії та організує її [Психологічний словник, 1982, с. 100]. Тут теж є переживання проблеми, але вона стосується не зовнішніх обставин, а суб'єктивного відчуття нереалізованості, тож дії людини мотивуються не бажанням вирішити, подолати якісь зовнішні труднощі, а необхідністю реалізуватися, досягти бажаного. Прикладом побудови такого життєвого завдання може бути ситуація жінки, що прагне покращити взаєморозуміння між членами своєї родини.

Якщо ж таке саме життєве завдання висувається на тлі постійних сімейних конфліктів, що травмують людину, можемо сказати, що умовою завдання є проблема, а не намір. Тут дії людини мотивуються захистом колишнього status quo, захистом потреб, задоволення яких поставлено чи може бути поставлено під загрозу, подоланням труднощів.

Ця думка підтверджується дослідженнями представників нарративної психології, які розглядають життя людей як історії (наративи), що конструюються ними самими під соціальним впливом. Конструюючи історії про себе, люди звертають увагу та вплітають у свої життєві наративи ті події, котрі оцінюють як узгоджені з історією, якій наразі надають перевагу. Тільки такі події можуть бути оцінені як значущі та стати умовою життєвого завдання, інші ж – ігноруються.

Суб'єктивністю сприймання подій як значущих чи, навпаки, незначущих пояснюється той факт, що є люди, схильні концентруватися більше на своїх проблемах, аніж на нових об'єктах розвитку. Їхні історії про себе розпочинаються з появи проблеми, труднощів, які викликають якусь реакцію, а життя видається безконечною низкою неприємностей і боротьбою з ними. Такі життєві наративи називаються захисними [Гжебинский, 2006-2007].

Людині, яка більшою мірою схильна конструювати проактивні наративи, життя бачиться як послідовність намірів та дій, спрямованих на реалізацію особистісних смислів і подолання перешкод, що постають на цьому шляху. Її увага концентрується в основному на тих подіях, які відкривають можливості розвитку чи, навпаки, перешкоджають самоздійсненню [там само]. Можливо, і в цьому випадку поштовхом до побудови життєвого завдання є проблема, але автор швидко переставляє акценти з проблеми на намір. У процесі розгортання такого проактивного наративу можуть з'явитися утруднення, проблеми, які заважають реалізації життєвого завдання, що, безумовно, змінює дії головного героя, але цей варіант побудови життєвого завдання відрізняється від попереднього більшою активністю людини, упевненістю, творчістю, незалежністю від обставин, самодостатністю.

Наприклад, для багатьох із нас перше кохання було болісним переживанням. Ще більш складним воно було, якщо виявилось до того ж нерозділеним. Якщо я схильна будувати своє життя в захисному стилі, то надалі мені доведеться жити з “ущент розбитим серцем”; отож вирішу для себе, що не варто занадто зближуватися з чоловіками, і так і не наважуся на нові стосунки. Чи наважуся, але не буду підпускати чоловіків занадто близько до серця, буду всіма силами опиратися новому почуттю, відшукуючи недоліки у свого обранця та вигадуючи мінуси спільного життя з ним. Якщо ж я на-

лаштована на проактивний стиль життя, то переживу цю болісну подію, розуміючи, що я сама прокладаю свій життєвий шлях, та через деякий час розпочну нові стосунки, покохаю; якщо все буде гаразд – вийду заміж, народжу дітей; якщо щось станеться – спробую ще раз, і все одно буду щасливою, згадуючи свій негативний досвід із вдячністю за отримані уроки.

Щоб змінити стиль конструювання свого життя із захисного на проактивний, важливо навчитися сприймати проблемні ситуації не як катастрофу, а як умову життєвого завдання, що потребує розв'язання. Уміння побачити проблему як точку докладання зусиль, а не як руйнацію життя, тісно пов'язане із спроможністю дистанціюватися від проблемної ситуації, побачити її збоку, поза своєю особистістю.

На думку Д. О. Леонтьєва, людина – єдина жива істота, здатна рефлексивно відділити себе від світу, від власного життя, від часу, зайнявши щодо них свідомо обрану позицію [Леонтьєв Д. А., 2008]. Нехтування цією можливістю гальмує людський розвиток, бо рухатися вперед без усвідомлення себе, світу та досвіду взаємодії зі світом неможливо. Неможливо висувати життєві завдання, не маючи перед очима життєвого досвіду; неможливо вирішувати їх, не аналізуючи проблеми, труднощі, помилки, успіхи та перемоги, що були в житті. Таким чином, самопізнання, рефлексія свого життя, що можливі тільки з позиції “поза”, є неодмінною умовою ефективного самоздійснення в сімейній сфері.

До речі, теза про важливість дистанціювання від проблеми належить нарративній психології. Наративні терапевти, допомагаючи своїм клієнтам поступово екстерналізувати проблему, ставлять за мету підвищення суб'єктності, відповідальності клієнта у взаєминах з проблемою. Тепер не вона визначає життя клієнта, а він визначає та окреслює ті його сфери та сторони, де проблемі дозволяється бути.

Настановлення бачити проблему поза своєю особистістю надає людині можливість більш ефективно її вирішувати. Сприйняття проблеми у взаєминах із партнером поза собою і партнером дозволяє перевести болісну боротьбу один з одним у формат спільної боротьби з проблемою. До того ж особистість має нагоду більш повно її побачити, зрозуміти більш широкі соціально-психологічні дискурси, що її живлять (наприклад, дуже часто рольові конфлікти

подружжя зумовлені поширеними в соціумі стереотипами рольового розподілу), а також подивитися на проблему з іншого боку, переглянути свої взаємини, опротестувати їх, змінити [Фридман, Комбс, 2001]. Згадаймо глибокофілософські рядки, співані популярним гуртом “Машина времени” (автор тексту – А. Макаревич):

...В сущности, буря – пустяк!
В бурю – лишь крепче руки,
И парус поможет, и киль.
Гораздо трудней не свихнуться от скуки
И выдержать полный штиль.

Конструктивний погляд на проблеми, труднощі та негаразди, що іноді трапляються в житті будь-якої людини, пов’язаний з такою важливою для сімейного життя якістю, як уміння тримати удар. Адже щасливими в сімейному житті відчують себе не ті, у кого немає проблем, конфліктів тощо (так не буває!), а ті, хто у відповідь на негаразди не опускає руки, а навпаки, збирається із силами та долає труднощі. “Грюкання дверима” – найлегший шлях, але він до того ж є найпрямішим шляхом до самотності. Набагато продуктивніша поведінка – це аналіз ситуації, своїх можливостей її змінити та врахування здобутого життєвого досвіду в побудові та реалізації життєвих завдань надалі.

Отже, перший напрям оптимізації самоздійснення особистості в сімейній сфері – переведення способу постановки життєвих завдань, пов’язаних зі шлюбом та сім’єю, із захисного в проактивний режим, коли їхніми умовами стають не проблеми та необхідність їх долати, а потреба ефективного самоздійснення особистості. Важливим у цій роботі є розвиток навичок аналізувати життєві ситуації та свої переживання щодо них, а також сприймати труднощі як вирішувані, як випробування, що відповідають власним можливостям. Таке активно-перетворювальне ставлення до життєвих негараздів дає особистості можливість взаємодіяти з ними, долати їх, перетворюючи проблеми на завдання, які можна і треба розв’язувати.

Мета вирішення завдання (модель потрібного майбутнього).
Що таке успішне самоздійснення в сімейній сфері? Мабуть, це здатність перетворювати свої бажання, наміри, плани, завдання, що

стосуються шлюбу та сім'ї, на дійсність, матеріалізувати, “оречевлювати” їх. Значить, окрім бачення, розуміння вихідної ситуації, яку хочеш змінити, для побудови дієвого життєвого завдання важливо бачити та розуміти, що саме ти хочеш отримати в кінцевому підсумку. Саме цей перспективний образ бажаного і є метою вирішення завдання. Він є спонукальною силою, тією ниткою Аріадни, що не тільки допомагає орієнтуватися в життєвому вирі, а й надихає та мобілізує людину, забезпечуючи її життєве самоздійснення. Якщо згадати приклад із самотньою жінкою, яка хоче налагодити особисте життя, то метою вирішення її життєвого завдання буде пошук коханої людини. Якщо ж умовою завдання була нереалізована потреба в материнстві, то тоді мета вирішення – народження дитини. Як бачимо, досягнення чи недосагнення мети завдання є тим показником, орієнтуючись на який особистість почуватиметься успішною чи неуспішною в самоздійсненні.

Справедливим буде і зворотний зв'язок: ми ставимо життєві завдання, мета вирішення яких пов'язана з нашим уявленням про життєвий успіх. Ці уявлення зазвичай дуже суб'єктивні: для когось критерієм успіху в сімейній сфері є безперечний авторитет, влада в сім'ї; хтось шукає матеріальної забезпеченості, захищеності тощо; тож і життєві завдання будуть стосуватися саме цих досягнень. Для когось успіх у сімейному житті передусім пов'язаний із гармонійними взаєминами, атмосферою прийняття й теплоти, тож і завдання в цьому випадку стосуватимуться побудови стосунків у сім'ї, що характеризуються взаємопідтримкою, взаємодопомогою, взаєморозумінням тощо.

Дійсно, незважаючи на те, що конструювання життєвих наративів великою мірою визначається соціальними реаліями, усе ж авторство історії (отже, і відповідальність за своє життя) в першу чергу належить нам. Хоч ми і формулюємо мету будь-якого життєвого завдання, зокрема в сімейній сфері, завжди з урахуванням соціальних вимог, завжди крізь їх призму, утім, саме ми вирішуємо, які досягнення стануть змістом моделі нашого майбутнього. До того ж ми маємо можливість, усвідомивши наявність призми та її впливу на наше індивідуальне життя, у будь-який час її змінити, розширивши уявлення про варіанти самоздійснення в сімейному житті.

Толерантний, гнучкий підхід до побудови образу майбутнього, готовність вносити корективи до вже створеного сценарію, повага до моделі, побудованої іншою людиною, є неодмінними чинниками успіху в сімейному житті. Адже навіть діти, що виросли в одній батьківській сім'ї, мають різні уявлення про свою майбутню сім'ю. Що ж тоді говорити про шлюбних партнерів, які часто належать до різних прошарків суспільства, різних етносів, різних вікових категорій тощо? Не можна сказати, яка сім'я є більш “правильною”, “нормальною”, “здоровою”. Тут ці поняття просто недоречні.

Але чи тільки досягнення визначають ефективність самоздійснення особистості в сімейній сфері? Мабуть, ще однією, не менш важливою підставою вважати самоздійснення ефективним, успішним є переживання особистістю екзистенційного успіху, гармонії із собою, внутрішньої впевненості, що життя складатиметься так, як потрібно. Екзистенційний успіх пов'язаний з буттям, з відчуттям того, що ти йдеш правильним шляхом, що ти “відбувся” і є самим собою. Саме такі переживання і визначають смак життя.

Реальні досягнення та переживання екзистенційного успіху вплітаються в наші життєві історії, стаючи необхідними передумовами переживання “самоздійсненості”. Перші дають нам можливість відчувати себе Діячем, упевненим у своїй спроможності досягати, змінювати, творити, а другі – звіряти результати зовнішньої активності з внутрішнім станом, приводячи зовнішній і внутрішній світи у відповідність один одному.

Тому зовсім не дивно, що іноді, прагнучи досягти життєвого успіху, ми в процесі розв'язання якогось завдання раптом усвідомлюємо, що мета його вирішення перестала бути значущою, а важливим для нас є щось інше. Чи інакше: ось він – бажаний результат, але чомусь виникають сумніви, чи дійсно ми цього бажали, чи дійсно саме це планували?

Воно й зрозуміло: особистість як система, що змінюється, постійно і активно конструює свій внутрішній світ і світ своєї соціальної взаємодії [Марцинковская, 2007; Титаренко, 2009б, 2009в; Фридман, Комбс, 2001]. Наше “Я” плинне і мінливе; ми весь час перебуваємо у стані взаємообміну з людьми, що оточують нас, тож і життєві завдання не є чимось застиглим, раз і назавжди заданим. Вони являють собою “пульсуючу” структуру [Титаренко, 2009б],

здатну трансформуватися, змінюватися в процесі реалізації. Самоздійснення ж є не просто актуалізацією та реалізацією своїх потенцій, а безперервним конструюванням, конституюванням себе як людей, якими ми хотіли б стати. Історія такого самоконституювання – це і є наше життя.

Що визначає мету вирішення життєвих завдань, що впливає на те, як ми її артикулюємо?

Ми вже зазначали, що формування життєвих завдань відбувається на перетині внутрішнього і зовнішнього, особистісних потреб та соціальних норм, вимог до людського життя. Саме тому психологічні потреби особистості в коханні, прихильності, спільності, продовженні роду тощо, взаємодіючи з нормою сімейності, прийнятою в суспільстві, і суспільним стереотипом-образом “нормального” життя дорослої людини як такої, що неодмінно перебуває в статусі одруженого(-ї) чоловіка (жінки) та має дітей, оформлюються в нашу сімейну “налаштованість”. Саме тому переважна більшість людей орієнтована на одруження та батьківство.

Наступним після потреб компонентом системи цілеспрямованості людини, що значною мірою детермінує формулювання мети вирішення життєвих завдань особистості, є мотиви її життєдіяльності. Якщо потреба виступає джерелом активності людини і переживається нею як нестача чогось, то мотив є виявом потреби; він спонукає людину до активної діяльності, спрямованої на її задоволення [Козаков, 1999; Психологія особистості, 2001]. Через такий активний вплив на людську діяльність мотив досягнення вважають одним із провідних чинників самореалізації особистості. Цей мотив у світлі “завданневого” підходу та самоздійснення в сімейній сфері виступає не тільки енергетичним джерелом активності людини, спрямованої на створення бажаного образу майбутньої сім’ї, – він також зумовлює застосування максимально ефективних поведінкових стратегій, значною мірою визначаючи “розв’язуваність” життєвих завдань, перетворення бажаного на дійсність.

На противагу цьому мотив уникання невдач блокує активність людини, “знеструмлює” процес конструювання сімейного майбутнього; викликає зайву обережність у формулюванні мети вирішення завдань, пов’язаних зі шлюбом та сім’єю; узагалі звукує, заганяючи в жорсткі рамки, обумовлені страхами, процес побудови життєвих завдань та збіднює стратегії їх розв’язання.

Особи, що мають високу мотивацію досягнення, активно вибудовуватимуть життєві завдання, шукатимуть можливості їх реалізувати, намагаючись подолати перешкоди на своєму шляху. Люди ж із високою мотивацією уникання невдачі намагатимуться усунути від активного формулювання мети вирішення завдань, відмовлятимуться від життєвих завдань при першому ж спротиві з боку середовища.

Саме люди, в яких мотивація уникання невдач переважає над мотивацією досягнень, схильні відступати від своїх завдань, якщо хтось із оточення вважає їх поганими чи неправильними. Бажання бути “хорошим хлопчиком” (чи “хорошою дівчинкою”), з яким(якою) всі “дружать”, зумовлене страхом самотності, а також страхом осоромитися, завжди перемагає в них бажання реалізуватися, тому такі важливі для ефективного самоздійснення в сімейній сфері якості, як автономність, здатність протистояти груповому тиску, готовність захищати свої інтереси, не є для них характерними.

Іншою причиною переважання мотивації уникання невдач є страх змінювати щось у своєму житті [Грецов, 2007; Гуляс, 2006; Коростылева, 2000; Пилипенко, 2006]. У цьому випадку, якими б сприятливими не були зовнішні умови завдання, людині важко дається формулювання мети вирішення та побудова стратегії її досягнення – вона просто уникає цього процесу, бо боїться змін, які неодмінно відбудуться в її житті. Гарною ілюстрацією до такої проблеми тут можуть бути переживання затятих старих парубків, які лякаються самої думки про шлюб, тому що доведеться змінювати звичний уклад свого життя, а разом із ним – свої звички, розпорядок дня, способи проведення дозвілля тощо. Чи почуття подружньої пари, що побоюється змін, пов’язаних із народженням дитини. Їм комфортніше, коли все звично і стабільно, навіть якщо й гірше, ніж могло б бути.

Але чи буває життя без змін? Змінюються люди, змінюються сім’ї. Сім’я не є застиглою структурою. Будучи результатом спільних зусиль членів родини і тісної взаємодії між ними, вона постійно змінюється, і намагання зупинити цей процес, стримати її у звичному форматі, відмовляючись від подій і пов’язаних з ними змін, є марними.

Розуміння сім'ї як такої, що конструюється її членами, і тому відкритої для змін, надає широкі можливості для її розвитку та самоздійснення її членів. Адже ця теза є карт-бланшем для кожного з нас: ми можемо *творити* сім'ю, а не намагатися відповідати якимось нормам.

Ще одним страхом, що становить підґрунтя мотивації уникання невдач, є страх перед неуспіхом, поразкою, страх помилитися. У цьому випадку, люди уникають життєвих завдань у сімейній сфері, побоюючись помилитися у виборі партнера, сімейних сварок, розчарувань, зрад, розлучення тощо. Таким чином, мета вирішення завдання затьмарюється для них негативним образом, насиченим болісними переживаннями. І цей страх перед невдачею настільки великий, що вони не хочуть ризикувати і відмовляються від сім'ї взагалі. Як у відомій пісні на слова О. Аронова із кінофільму “Іронія судьбы, Или с лёгким паром”:

Если у вас нету дома –
пожары ему не страшны.
И жена не уйдёт к другому,
Если у вас нет жены.

Якщо така людина і наважується ризикнути життєвим завданням, страх припуститися помилки та зазнати невдачі зумовлює зазвичай його зашкарублість, неспроможність змінити мету чи стратегію вирішення відповідно до внутрішніх і зовнішніх обставин. Вибір людини – вперто йти вже наміченим і тому нібито звичним шляхом, не звертаючи уваги на зміну обставин; вона не готова навіть на йоту змінити курс, аби тільки не ризикувати. Тож бачимо, що для деяких людей постановка завдання – великий стрес, а внесення коректив у випадку виникнення якихось перешкод чи ускладнень – узагалі непосильне випробовування.

Отже, другий напрям оптимізації самоздійснення в сімейній сфері, який включає в себе роботу з таким компонентом життєвих завдань, як мета їх вирішення, пов'язаний із двома основними цілями. Перша – аналіз та усвідомлення потреб, бажаних досягнень у сімейній сфері, побудова такого образу майбутньої сім'ї, в якому б поєднувалися ці досягнення та переживання екзистенційного успіху. Для ефективної реалізації цілей важливим є виявлення та усві-

домлення особистістю впливу соціально-культурних стереотипів, що обмежують чи стимулюють її самоздійснення, а також розширення і збагачення уявлень про можливі моделі сім'ї та сімейної взаємодії, про варіанти самоздійснення в сімейній сфері, взяття на себе відповідальності за своє майбутнє. Друга мета – посилення мотивації досягнення, усвідомлення страхів та зниження їхньої інтенсивності, розвиток упевненості у своїх силах, самоповаги, самоефективності та інших якостей, що можуть допомогти у вирішенні сімейних завдань.

Стратегії, спрямовані на вирішення завдання. Для того щоб образ майбутнього, сконцентрований у меті життєвого завдання, перетворився на реальність, до внутрішньої особистісної роботи необхідно додати не менш важливий зовнішній аспект – дії, спрямовані на втілення бажаного в реальне, що потребують обов'язкового попереднього планування. Самоконструювання особистості – це не тільки проектування себе, а й практична реалізація планів, аналіз отриманого на відповідність запланованому, а також тому, що наразі сприймається як необхідне. Адже в процесі такої реалізації людина розвивається, змінюється, розширюються контексти осмислення нею світу, змінюються її переконання, погляди та думки [Леонтьєв Д. А., 2001].

Розпочинаючи розмову про оптимізацію постановки життєвого завдання через його третю складову – сукупність дій, які потрібно виконати для того, щоб досягти бажаного, одразу зазначимо, що єдиного способу вирішення завдань немає. Якщо стратегії та способи розв'язання завдань, пов'язаних зі шлюбом та сім'єю, навіть однієї людини можуть бути різними, то що ж говорити про вирішення своїх життєвих завдань різними людьми?

Крім того, розв'язання життєвих завдань має вікові відмінності. Т. М. Титаренко, виділяючи такі способи вирішення завдань, як імпульсивний, ризикований, урівноважений, обережний та інертний, вважає, що перші два способи більше характерні для юнацького віку, коли антиципація значно переважає механізм контролю. Урівноважене вирішення завдань властиве зрілому вікові, коли антиципація і контроль продуктивно взаємодіють. Вибір обережного, а потім інертного способів розв'язання життєвих завдань характеризує період пізньої зрілості [Титаренко, 2009в].

Раніше ми вже говорили про те, що визначальними при побудові життєвого завдання є його внутрішні умови, “ситуація для людини”, те, як вона її бачить, як до неї ставиться. Саме ці внутрішні умови в поєднанні із життєвим досвідом та засвоєними, прийнятими в суспільстві шляхами розв’язання подібних завдань визначають те, до яких дій особистість збирається вдатися, щоб досягти бажаного. Отже, способи вирішення життєвих завдань є не тільки індивідуальними, а й змінюються ще й з часом та набутим досвідом.

Для того щоб виробити ефективний спосіб вирішення життєвого завдання, необхідно не тільки проаналізувати його зовнішні і внутрішні умови, не тільки зрозуміти, чого потрібно досягти в підсумку, треба також зважити засоби (як зовнішні, так і внутрішні), які можна використати для досягнення успіху. Важливим у цьому сенсі є врахування соціальної ситуації як у вузькому розумінні, що стосується ставлення найближчого оточення до даного завдання, так і в більш широкому – відповідності завдання соціальним очікуванням [там само]. Такий аналіз ставлення до життєвого завдання дає можливість прогнозувати ймовірність отримання підтримки й допомоги під час його вирішення чи неприйняття й супротиву цьому процесові.

Ефективність самоздійснення в сімейній сфері також значною мірою залежить від готовності особистості до труднощів, які можуть перешкоджати у вирішенні життєвих завдань. Окрім труднощів зовнішніх, є труднощі внутрішні, і їх протидія нашому самоздійсненню часто буває набагато більш суттєвою.

Будь-яким прагненням людини властива біполярність: якщо я чогось хочу, то я побоююся, що це в мене не вийде [Лановенко, 2004]. Наприклад, якщо для мене виховати своїх дітей добрими і порядними людьми є дуже значущим життєвим завданням, то я побоююся, що щось може мені в цьому завадити. Сила страху тим більша, чим більш значущим є завдання. Когось це почуття стимулює, когось пригнічує.

Ми вже розглядали, як страхи заважають у побудові такої складової життєвого завдання, як мета його вирішення; ці ж страхи перешкоджають побудові стратегії його розв’язання, зумовлюють неспроможність її змінити в разі потреби. Найбільш негативний вплив спричинює страх невдачі.

Бажання уникнути невдачі є цілком зрозумілим: вона завжди пов'язана з негативними переживаннями. Але невдача є частиною життєвого досвіду, причому не менш цінного, аніж досвід перемог та успіхів. Для того щоб скористатися цим досвідом, важливо не дати собі занепасти духом, а, опанувавши себе, розкласти “по полицях” свої почуття, проаналізувати свої дії, що призвели до невдачі, а також змодельувати дії, виробити стратегії, що призвели б до успішного результату. Навряд чи такий аналіз на всі сто відсотків застрахує від невдач у майбутньому. Але навички програвати ситуації, припускати різні можливі повороти подій, вибудовувати різні варіанти поведінки в цих випадках, повертатися подумки назад у часі у вихідну позицію та переглядати власні дії, тверезо оцінюючи їх на відповідність чи невідповідність бажаному результату (“рефлексія майбутнього” [Алікіна, 2007]), є неодмінною передумовою побудови ефективних стратегій вирішення життєвих завдань, пов'язаних зі шлюбом та сім'єю.

Якщо ж невдачі сприймаються не як звичайні життєві ситуації, а як крах, руйнування всіх бажань та планів, тоді властиве всім бажання їх уникнути переростає у страх перед невдачами, що перешкоджає ефективній діяльності [Симонов, 1971; Кондаш, 1981]. Цей страх заважатиме перегляду та корекції стратегії вирішення життєвого завдання, що збільшуватиме ймовірність чергової невдачі, яка, якщо станеться, зумовить зростання страху перед новою невдачею при побудові стратегії вирішення наступного завдання... і так до безконечності.

Як можна вивратися з цього кола? Одним з варіантів захисту від страху невдачі є, наприклад, зниження значущості сімейних цінностей, відмова від життєвих завдань, пов'язаних зі шлюбом та сім'єю. Люди, що обирають таку стратегію, запевнятимуть себе та оточення, що сім'я їм непотрібна. Така поведінка свідчить про особистісну незрілість та дещо нагадує характерну для молодших школярів стратегію: коли хочу, але не можу, краще скажу, що не дуже-то й хотілося, аніж визнаю свою неспроможність.

Зріла стратегія подолання страху невдачі передбачає його прийняття, що дає змогу діяти, незважаючи на нього, задля вирішення життєвого завдання. А для цього необхідні довіра до плину життя, здатність до ризику, мужність.

“Мужність бути” за П. Тілліхом, “життєстійкість” за С. Мадді [Ларіна, 2007] є важливим особистісним ресурсом для подолання стресових станів, які виникають під час переживання сімейних труднощів та невдач у процесі реалізації життєвих завдань, пов’язаних із сім’єю. Кожна особистість має певний “запас міцності” [Шутценбергер, 2007], який визначає її здатність досягти успіху, виходити з найбільш важких ситуацій, жити, розвиватися, незважаючи на протидію обставин.

Якими є конструктивні стратегії подолання страхів? Бажано, по-перше, приймаючи свій страх, намагатися оволодіти знаннями, вміннями та навичками, необхідними для досягнення успіху в сімейній сфері життя, та, по-друге, цілеспрямовано знижувати інтенсивність своїх негативних переживань, працювати над подоланням страхів, розвиваючи саморегулятивні здібності.

Подолання страхів значно збільшує імовірність успіху у вирішенні життєвих завдань, а “успіх породжує успіх” (Н. Хілл) – тож кожна успішна дія, кожний успішний крок, позитивно впливаючи на самооцінку особистості та впевненість у собі, збільшують можливість успіху при кожній наступній спробі вирішення завдання в цілому.

Зауважимо, що успіх сприятиме успіху, тільки якщо людина здатна аналізувати свій досвід. Тоді переживання успіху підживлює почуття самоефективності та надії, які надалі протистоять страху невдачі. У протилежному випадку особистість залишається закритою для досвіду і власні досягнення нею не визнаються. У літературі наводиться “комплекс самозванця”, що описує поведінку людини, яка весь час сумнівається в собі, недооцінює свої успіхи, якими б значними вони не були, і переживає страхи щодо можливих невдач. Незважаючи на те, що оточення найчастіше оцінює таку людину як успішну, сама вона схильна вважати себе самозванцем, що успішний лише завдяки обману інших. Власні досягнення сприймаються такими людьми як випадковість, наслідок збігу обставин, який може більше не повторитися. Невдача вважається викриттям, оскільки оточення тепер розуміє справжній стан речей, і супроводжується сильними почуттями провини та сорому [Пукинская, 2008].

Аналізуючи стратегії, що допомагають людині долати проблеми та вирішувати завдання, ми звернули увагу на думку

М. Воронова, якому життєві негаразди здаються подібними до збудників інфекційних хвороб [Воронов, 2004]. Тож результат зустрічі із життєвими проблемами найбільше залежить від імунітету. За аналогією з біологічним імунітетом, що є здатністю організму зберігати стабільність внутрішнього середовища, захищаючи його від зовнішніх втручань, психологічний імунітет проявляється в здатності зберігати активність, спрямовану на вирішення життєвих завдань. Незважаючи на (але враховуючи!) посталі труднощі, не опускаючи руки, людина стає спроможною долати перепони, проявляти гнучкість, іноді просто перечікуючи, нічого не роблячи. Екстраполюючи реакції біологічного імунітету, Воронов виділяє такі стратегії імунітету психологічного:

1. Накопичення інформації, активний пошук та отримання знань про існуючу проблему, можливості її подолання.

2. Порівняння наявної проблеми з минулим досвідом постановки труднощів та їх вирішення, оцінювання можливості застосування вже використовуваних стратегій, щоб “не наступати на одні й ті ж самі граблі”. Однак слід розуміти, що застосування стратегій, які спрацювали одного разу, не гарантує їх успішності вдруге.

3. Прийняття проблеми, ситуації такою, якою вона є. Іноді, коли немає чіткого бачення дій, відповідних ситуації, а також потенцій для їх здійснення, прийняття і терпіння можуть бути найбільш продуктивною стратегією на якийсь час, протягом якого особистість має можливість накопичити внутрішні ресурси задля вирішення проблеми трохи згодом.

4. Концентрація – прийняття рішення щодо того, як вирішити проблему, максимальна активізація внутрішніх ресурсів задля його реалізації.

5. Експансія – активна діяльність, спрямована на подолання перепони, вирішення протиріччя чи проблеми [там само].

Завдяки чому, зіткнувшись із труднощами, ми стаємо здатними не опускаючи руки, а діяти далі, будуючи сімейне щастя? Механізмами психологічного імунітету М. Воронов вважає надію, віру та любов [там само], які в поєднанні з вольовою активністю особистості визначають шанси життєвого завдання бути успішно вирішеним та зумовлюють безперервність руху самоздійснення в сімейній сфері.

Надія визначається як очікування чогось сприятливого, сподівання на щось позитивне і водночас упевненість у його здійсненні. Вона є найважливішою умовою людського існування. Сподіваючись, людина уявляє бажане майбутнє і якимось чином наближає його [Титаренко, 2005].

Надія протиставляє негативним думкам, страхам та іншим почуттям, характерним для переживання проблеми, впевненість у тому, що все ще може змінитися на краще. Саме завдяки цьому механізмові жінка, що ніяк не може завагітніти, і далі звертається до різних лікарів, випробовує нові ліки та методики. Надія породжує наміри людини досягти певних успіхів у майбутньому, виступає організаційним фактором її діяльності. Протилежним надії є стан безнадійності, коли людина не бачить перспективи, втрачає віру в майбутнє, гальмує свою активність.

Віра визначається як прийняття певного твердження за істинне, що ґрунтується більше на емоційно-вольових “доказах”, аніж на об’єктивних фактах [Психологічний словник, 1982, с. 30]. Вона протиставляє негативним думкам і страхам упевненість у тому, що в мені (віра в себе), в інших (віра в людей) та у Бога (віра у світовий порядок, довіра до життя) є сили і можливості для розв’язання своїх життєвих завдань, досягнення бажаного, створення саме такої сім’ї, яку хотілося б мати. Так, батьки, незважаючи на те, що коїться сьогодні на вулицях, вірять у своїх дітей, у те, що їм вдасться виховати їх добрими та порядними людьми.

Якщо ми не віримо в те, що робимо, не віримо у вчасність, істинність та правильність (для себе) завдання, що стоїть перед нами, воно перетворюється на фантом, що має форму, але не має змісту. При першому-ліпшому ускладненні ми відмовимося від нього і візьмемося до чогось іншого.

Віра співвідноситься з довірою до себе, інших та до життєвого процесу в цілому і виявляється у погляді на людську природу взагалі. Позитивний погляд на людську природу А. Маслоу вважав однією з рис особистості, що самоактуалізується. Позитивний погляд знижує стресогенність сприйняття навколишньої дійсності, полегшує досягнення взаєморозуміння з іншими людьми та налагодження з ними партнерських взаємин, що є дуже значущим у сімейній сфері. Людина, що вірить у краще, навіть у найбільш скрутну годину не опускає руки, а чекає нагоди.

Наступним механізмом збереження активності, спрямованої на самоздійснення в сімейній сфері, є *любов*, яка тісно пов'язана з вірою в себе та інших. За словниками, любов – найвище людське почуття, що відповідає стосункам спільності і близькості між людьми і засноване на їхніх природних потягах, взаємній прихильності і зацікавленості, зумовленій визнанням достоїнств об'єкта любові або спільними переконаннями, життєвими цілями та інтересами людей [Психологічний словник, 1982, с. 87; Психологія особистості, 2001, с. 68].

Це почуття, що протиставляє негативним думкам, переживанням і страхам під час зіткнення з проблемами здатність приймати себе та інших, пробачати помилки і поразки, поважати себе та інших, виявляти самостійність та визнавати автономність кожного. Завдяки дії цього механізму жінка, яку зрадив чоловік, може пережити цю ситуацію з найменшими втратами, пробачити йому та розпочати новий етап сімейного життя без думок про помсту, але враховуючи надалі причини того, що сталося. Без любові неможливо уявити собі сімейне життя: вона полегшує розв'язання будь-якої сімейної проблеми, від найдрібніших до найглобальніших, та є необхідною умовою вирішення життєвих завдань, пов'язаних зі шлюбом та сім'єю.

Для забезпечення ефективного самоздійснення в сімейній сфері ці три механізми неодмінно повинні бути пов'язані з вольовою активністю людини. *Волю* можна визначити як свідому саморегуляцію людиною своєї поведінки і діяльності, що полягає в здатності активно домагатися вирішення життєвих завдань через переборювання зовнішніх та внутрішніх перешкод. Вона виконує дві взаємопов'язані функції – спонукальну, що виявляється у спрямуванні активності, її посиленні, та гальмівну, яка полягає у стримуванні зовнішніх рухів та дій [Психологічний словник, 1982, с. 30].

Вольові якості особистості (сила волі, цілеспрямованість, наполегливість, рішучість, сміливість тощо) протистоять негативним думкам та страхам, які з'являються під час переживання життєвих труднощів. Готовність активно діяти, творчо вирішувати життєві завдання, пов'язані зі шлюбом та сім'єю, долати перешкоди та підпорядковувати свою поведінку актуальному завданню забезпечується розвиненим самоконтролем. Саме воля допомагає вперто до-

магатися бажаного навіть тоді, коли людиною оволодівають втома, лінощі, перенасичення тощо. Мабуть, кожний з нас переживав подібні стани і знає, що в цей час не просто зникає бажання займатися тим, що ще вчора здавалося таким важливим і необхідним, а гостро проявляється небажання це робити. Найчастіше таке негативне спонукання охоплює людину, коли вона стикається з проблемою, яка здається їй непереборною, і тут потрібна особлива робота волі, щоб зберегти активність і сили для подальшого вирішення життєвого завдання [Психологія життєвого пути личности, 2002].

Отже, робота, спрямована на оптимізацію самоздійснення в сімейній сфері через третю складову життєвих завдань – стратегії, які потрібно розробити для досягнення бажаного, – має орієнтуватися, по-перше, на розвиток умінь та навичок побудови ефективних шляхів розв'язання сімейних завдань та, по-друге, на посилення психологічного імунітету, що дає змогу зберігати активність у разі виникнення труднощів, долати їх, знижуючи інтенсивність страхів та інших негативних почуттів, що заважають утіленню задуманого в життя.

Індивідуально-психологічне підґрунтя оптимізації самоздійснення особистості в сімейній сфері. Мабуть, не потребує особливих обґрунтувань теза про те, що ефективність постановки та вирішення життєвих завдань, пов'язаних зі шлюбом та сім'єю, великою мірою визначається психологічними особливостями особистості. Тому вправи, присвячені усвідомленню своєрідних особистісних властивостей, є необхідною частиною оптимізації самоздійснення в сімейній сфері і можуть як використовуватися в роботі за виділеними вище напрямками, так і становити окремий блок психологічної роботи.

Напевно, будь-яка особистісна риса так чи інакше відбивається на побудові життєвих завдань. Ми ж зупинимося лише на тих, які, на нашу думку, є найважливішими.

Першою в пропонованому переліку буде *рефлексивність* особистості. Згідно з проведеним емпіричним дослідженням, ця особистісна властивість становить необхідну передумову побудови адекватних життєвих завдань, які ефективно реалізують свої функції. Рівень розвитку рефлексії особистості є відображенням її уваги

до власного внутрішнього світу, розуміння себе, чутливості до змін усередині себе. Саме завдяки цій якості ми можемо конструювати своє сімейне життя відповідно до свого внутрішнього світу, своїх бажань та можливостей. Життєві завдання людини з більш високим рівнем рефлексії відрізняються більшою реалістичністю, а дії, що плануються задля їх вирішення, є більш продуманими та враховують власний потенціал особистості.

Нерозвинена рефлексивність перешкоджає оптимальному самоздійсненню в сімейній сфері, бо неуважність до свого ества, нерозуміння своїх можливостей та обмежень призводять до того, що людина не замислюється над доцільністю своїх дій та рішень, над ціною, яку вона має сплатити за боротьбу із життєвими негараздами [Титаренко, 2009в].

Рефлексія, обумовлюючи формування транспективи життя, великою мірою визначає ефективність самоздійснення особистості в сімейній сфері. Сформована транспектива стає основою відповідального ставлення до власного життя. Як зауважує Д. О. Леонт'єв, “поза часом опиняються ті, хто живе одним днем, для кого сьогодні не співвідноситься з учора, а завтра не має коренів у сьогодні... Для таких людей, а їх немало, дії позбавлені наслідків і помилки нічого не вчать. Таке хронічне ходіння по колу, безперервне наступання на одні й ті ж самі граблі – прояв життя поза часом. Синдром тотальної безвідповідальності...” [Леонт'єв Д. А., 2008, с. 8]. Відповідальне ставлення до власного життя, визначаючи зважене ставлення до майбутнього, стає необхідною передумовою здатності формувати модель сімейного майбутнього та прогнозувати наслідки своїх дій щодо відповідності цій моделі. Адже жодна наша дія не залишається без наслідків. І їх неврахування не позбавляє нас від них та від відповідальності за те, яким ми творимо наше життя.

Отже, наступною якістю, що позначається на побудові сімейних завдань та виборі стратегій, є *відповідальність*. Відповідальність являє собою цілісну якість людини, інтегруючи її духовні властивості, моральні, соціально-психологічні, психологічні та психофізіологічні функції. Відповідальність не є нав'язаним ззовні обов'язком – це цілком добровільний акт, тісно пов'язаний із свободою життєтворення та самостійністю в побудові життєвих завдань: від вибору мети до визначення способів, методів та стилів їх

вирішення. Для видатного філософа ХХ століття А. Уайтхеда сутність свободи – це можливість досягнення цілей [Уайтхед, 1980]. Свобода – здатність особистості брати на себе відповідальність за власне життя, вирішувати власну долю, керуючись при цьому власною совістю. Що більше особистість хоче бути вільною, то більшу відповідальність вона має покласти на себе. Свобода, позбавлена відповідальності, породжує свавілля, а відповідальність, позбавлена свободи, пригнічує особистість, роблячи її невротичною. Саме завдяки поєднанню свободи і відповідальності людина з багатьох можливостей вибирає і реалізовує одну – і тим самим зумовлює власне самоздійснення.

Ще однією важливою властивістю особистості, що успішно ставить життєві завдання, пов'язані зі шлюбом та сім'єю, та планує кроки щодо їх вирішення, є *автономність*, тобто здатність приймати рішення та планувати дії, спираючись на внутрішню підтримку. Автономні особистості не схильні висувати життєві завдання, керуючись тільки їхню соціальною прийнятністю, обирати шаблонні, типові способи вирішення життєвих завдань; вони більш креативно підходять до власного самоздійснення, самостійно вибудовують стратегії вирішення життєвих завдань, пов'язаних зі шлюбом та сім'єю. Особистості ж, залежні від думки оточення, більшою мірою орієнтуються на загальноприйняті завдання та практики, намагаючись не відхилятися у своїх діях від заданого соціумом способу.

Автономність є необхідною умовою успішного самоздійснення в сімейній сфері, адже дає змогу взаємодіяти зі шлюбним партнером “на рівних”, поважаючи себе та своє бачення сім'ї. Особистісна автономність чоловіка і жінки у шлюбі є запорукою гармонійних взаємин між ними, взаємин, позбавлених шлюбної залежності.

Автономність особистості тісно пов'язана з такою особистісною якістю, як *упевненість у собі*. Тільки впевнена людина може дозволити собі самостійно будувати власне життя. Упевненість у спроможності вирішувати життєві завдання, долати труднощі та досягати бажаного значною мірою зумовлює схильність особистості до проактивного стилю побудови життєвих завдань, коли їхніми умовами є намір самоздійснитися якомога повніше. Ця ж якість визначає більшу свободу та гнучкість у формулюванні мети вирі-

шення завдання, а також у виборі стратегій їх розв'язання, детермінуючи їх відповідність внутрішнім особистісним змістам.

Серед чинників, які зумовлюють розвиток упевненості людини в собі, важливим є не так об'єктивний життєвий статус та досягнення, як суб'єктивна позитивна оцінка результатів власних дій і їх оцінка з боку значущих інших. Позитивні оцінки й ефективність власних дій у вирішенні життєвих завдань визначають соціальну сміливість у побудові й вирішенні нових планів, тож ядром упевненості є позитивна оцінка особистістю власних знань, умінь, навичок і здібностей як достатніх для вирішення життєвих завдань та задоволення потреб [Лабунская, 1999; Толкунова, 2006].

Для ефективного вирішення життєвих завдань, пов'язаних зі шлюбом та сім'єю, потрібна ще така особистісна риса, як *терпіння*. Говорячи про терпіння, можна виділити декілька аспектів.

По-перше, терпіння як здатність перечікувати труднощі на шляху вирішення завдань. Саме завдяки терпінню людина здатна приймати ситуації такими, якими вони є, та концентрувати внутрішні зусилля для дальших успішних активних дій. Не треба думати, що терпіння – це пасивність і бездіяльність. Терпіння – активна внутрішня діяльність. Це здатність чекати, відстрочувати задоволення бажань, а також зберігати активність, незважаючи на труднощі та якісь сумніви.

По-друге, терпіння як здатність бути терплячим до особливостей інших людей, визнавати їхню інакшість, поважати їхні особливості та приймати такими, якими вони є. Дослідники визначають терпіння до інших, чи толерантність, як здатність терпіти, зносити щось, миритися з людиною, діяльністю, ідеєю і т. ін., яких не схвалюєш [Кожухарь, 2008; Матласевич, 2008]. Тож бачимо, що в сімейній взаємодії ця особистісна властивість є дуже важливою. І йдеться не тільки про терпіння щодо якихось неприємних звичок чи негативних рис іншої людини, а й про толерантне ставлення до шлюбно-сімейних домагань і завдань чоловіка чи дружини та спрямованість на погодження їх із власними. Це не означає неповагу до свого внутрішнього світу. Толерантність не тотожна залежності, злитості і не є протилежністю автономності. У світлі питання про самоздійснення особистості в сімейній сфері інший виступає на цьому шляху партнером, разом з яким і великою мірою завдяки якому відбувається це самоздійснення.

По-третє, важливим аспектом терпіння є здатність витримувати протягом тривалого часу фізичний дискомфорт, біль, емоційну напругу. Ця здатність тісно пов'язана із *саморегулятивними здібностями* особистості, про які йтиметься нижче.

Саморегуляція, контроль поведінки є умовою цілеспрямованої діяльності людини, орієнтованої на досягнення успіху, тому не дивно, що вміння себе контролювати вважається основним критерієм ефективного функціонування особистості [Харламенкова, 2007]. Когнітивні механізми самоконтролю забезпечують планування дій щодо розв'язання життєвого завдання, моделювання умов його вирішення й оцінку відповідності результатів діяльності меті завдання та актуальному внутрішньому станові.

Афективна саморегуляція є основою вміння людини опанувати власні страхи, негативні переживання, протистояти їм, витримуючи інтенсивні емоції. Під час вирішення далеко не кожного життєвого завдання, пов'язаного зі шлюбом та сім'єю, усе здається ясным, чітким та зрозумілим. Іноді ми переживаємо невизначеність, викликану нестачею інформації, браком внутрішніх ресурсів тощо. Саме завдяки афективним механізмам самоконтролю ми можемо витримувати цю напругу невизначеності, а також переживати емоційно насичене спілкування, яке нерідко буває в сім'ї, не “згораючи”, а вчасно “згортаючи” та “розгортаючи” комунікацію.

Вольовий контроль визначає здатність особистості долати перепони, що виникають на шляху вирішення життєвих завдань, використовуючи власні вольові якості та внутрішні ресурси [там само]. Розвиненість саморегулятивних здібностей є також необхідною передумовою розвитку копінг-ресурсів особистості, а вони дають змогу з найменшими втратами переживати труднощі та проблеми, які постають на шляху вирішення життєвих завдання. Тож нарощування копінг-потенціалу та розширення його варіативності слід вважати важливою умовою оптимізації особистісного самоздійснення в сімейній сфері.

Незважаючи на те, що саморегуляція спрямована на організацію актуальних когнітивних, емоційних і вольових процесів, здійснюється вона з огляду на майбутні досягнення і прогнозує можливі зміни зовнішніх та внутрішніх умов життєвого завдання. Отже, розвинені саморегулятивні здібності, окрім того, що сприяють кращому розумінню і передбачуваності актуальних обставин,

забезпечують витривалість та стійкість особистості на шляху досягнення бажаного.

Останньою в нашому переліку особистісною властивістю, необхідною для побудови адекватних життєвих завдань та реалізації ефективної стратегії їх вирішення, є *гнучкість*. Ця психологічна особливість дає особистості змогу орієнтуватися в зовнішніх умовах та пристосовувати дії, спрямовані на вирішення завдань, до змін в обставинах життя, а також у разі потреби коригувати життєві завдання. Адже змінюються не тільки зовнішні умови, змінюємося і ми самі. Тож гнучке врахування цих змін дає нам можливість ефективно самоздійснюватися, переживаючи екзистенційний успіх.

Особистісна ригідність зумовлює ігнорування зовнішніх умов, намагання взяти бажане приступом, що перешкоджає побудові адекватних життєвих завдань та їх вирішенню: безцільно втрачаються енергія та час, а в результаті виникають стійкі негативні переживання, пов'язані із життєвою невдачею. Гнучка ж людина намагатиметься подивитися на ситуацію під іншим кутом зору, застосувати інші варіанти вирішення завдання. Іноді обхідні маневри набагато дієвіші, ніж рух навпростець.

Важливою особливістю гнучкої людини є готовність до навчання, сприймання нової інформації, оволодіння якою надає їй важливу перевагу на шляху самоздійснення. Якщо змінюється реальність, потрібно змінювати свої уявлення про неї, а не “чіплятися” за старі, шаблонні. Власне, це й допомагає гнучкій людині пристосовуватися до нових обставин та розширювати свій поведінковий репертуар.

Отже, однією із цілей психологічної роботи, спрямованої на оптимізацію самоздійснення особистості в сімейній сфері, є розвиток певних особистісних властивостей, значущих у побудові життєвих завдань, пов'язаних зі шлюбом та сім'єю: рефлексивності, відповідальності, автономності, упевненості, терпіння, гнучкості та саморегулятивних здібностей. Розвиток перелічених особистісних якостей може відбуватися як під час роботи за напрямками, про які йшлося вище, так і бути окремим блоком програми оптимізації самоздійснення в сімейній сфері.

Шляхи оптимізації самоздійснення особистості в сімейній сфері. Яким чином фахівець-психолог може впливати на життєве

самоздійснення людини, її здатність ставити та вирішувати життєві завдання, пов'язані зі шлюбом та сім'єю? Одразу зазначимо, що чітко визначених технологій, однозначних порад чи рецептів для досягнення цієї мети не існує. Кожний із нас є найбільшим експертом у своєму житті, єдиним, хто може знати і має право вирішувати, чи треба щось у ньому змінювати, а якщо треба, то в якому напрямку, коли, як саме і до якої міри це робити. Нав'язування якихось стандартних ідеалів, уявлень про “нормальну” сім'ю і “нормальний” варіант самоздійснення в сімейній сфері є неприпустимим. Завдання – допомогти клієнту в побудові такого сімейного життя, якому той надає перевагу, яке для нього є бажаним та необхідним. Фахівець стає, з одного боку, співавтором даної частини життєвої історії свого клієнта, а з другого, першим слухачем, на якому апробується новий варіант бажаного самоздійснення.

Психологічна робота з оптимізації самоздійснення може відбуватися як у груповій, так і в індивідуальній формі. Це можуть бути як тренінги, так і індивідуальні психологічні консультації, спрямовані на покращення побудови життєвих завдань, пов'язаних зі шлюбом та сім'єю.

Можна виділити *дві мети* програми психологічної роботи з оптимізації самоздійснення особистості в сімейній сфері, незалежно від її форми: по-перше, розвиток здатності особистості ефективно будувати сімейні завдання і, по-друге, стимулювання автономності, гнучкості, відповідальності та інших значущих із цього погляду особистісних властивостей.

Психологічна робота, спрямована на *розвиток здатності особистості ефективно будувати життєві завдання*, охоплює три напрями і має на меті розвиток здібностей, умінь та навичок аналізувати зовнішні і внутрішні умови завдання, чітко й детально формулювати мету його вирішення та розбудовувати стратегію своїх дій.

Корисними для розвитку цієї здатності можуть бути тренінги “Ранок, вечір... Новий рік!” [Титаренко, 2009в], “Я: моє минуле, теперішнє, майбутнє”, “Оптимізація життєвих цілей”, “Моє майбутнє” тощо [Алиева, 2001; Фанч, 1997], а також індивідуальні психологічні консультації. Так і форми психологічної роботи спрямовані на інтеграцію часу життя, рефлексію уявлень про життєвий шлях і взаємопов'язаність його етапів, усвідомлення та прийняття

життєвого досвіду, розвиток прогностичних здібностей і навичок проектувати себе в майбутнє, планувати його.

Для усвідомлення взаємопов'язаності майбутнього, теперішнього і минулого, удосконалення аналізу умов завдання, осмислення того, наскільки теперішня поведінка сприяє чи перешкоджає вирішенню життєвих завдань, пов'язаних зі шлюбом та сім'єю, як у груповій, так і в індивідуальній роботі може бути корисною наша модифікація методики Т. М. Березіної для дослідження транспективи життя [Березина, 2004]. Учасникам тренінгу чи клієнтові пропонується: розділити своє життя на етапи й охарактеризувати кожний, виходячи з того, чим цей період важливий з погляду особистісного становлення, самоздійснення в сімейній сфері; визначити, який період є найважливішим з цього погляду; означити ключові події минулого і теперішнього (як позитивні, так і негативні); сформулювати свої життєві завдання, пов'язані зі шлюбом та сім'єю, і розташувати їх у часі.

Доречним також, на наш погляд, є застосування арт-терапевтичних методів, що базуються на використанні засобів мистецтва, символічної діяльності, на стимулюванні креативних творчих процесів особистості. Це може бути створення малюнків, казок, вистав про майбутнє сімейне життя, що супроводжуються аналізом шляхів досягнення бажаного, подолання труднощів [Вачков, 1999; Злочевська, 2007].

До сучасних арт-терапевтичних технік належить створення колажів, коли клієнтові (чи учасникам групи) пропонується уважно розглянути портрети, фотографії, вирізки з газет чи журналів тощо, спробувати знайти при цьому асоціації із власними життєвими завданнями, пов'язаними зі шлюбом і сім'єю, та створити з них картину-колаж як ілюстрацію до свого майбутнього в сімейній сфері.

Як метод оптимізації самоздійснення в сімейній сфері може також використовуватися фокус-група на тему "Моя майбутня сім'я". Процеси самопізнання, усвідомлення власних шлюбно-сімейних домагань, формулювання життєвих завдань, а також ознайомлення з іншими точками зору та розвиток толерантного ставлення до них, що відбуваються під час обговорення заданої теми, роблять доцільним використання цього методу і з метою оптимізації моделювання учасниками групи свого майбутнього.

Кількість учасників фокус-групи зазвичай становить 10-12 осіб обох статей, час роботи групи – 1,5-2 години. Прикладом запитань може бути таке інтерв'ю-гайд: 1. Продовжіть речення “Мої шлюбно-сімейні домагання ...”; 2. Яке Ваше головне життєве завдання, пов’язане із сім’єю?; 3. Перегляньте уважно Ваш список домагань і продовжіть речення “Мої життєві завдання, пов’язані із сім’єю, це...”; 4. Уявіть своє життя у вигляді прямої, де 0 – це Ваше народження. Розгашуйте свої життєві завдання, пов’язані зі шлюбом та сім’єю, у часі; 5. Якими будуть Ваші дії, якщо раптом щось завадить Вам реалізувати свої завдання?

На відміну від традиційного використання методу фокус-групи, у даному випадку необхідним є такий завершальний етап роботи, як обговорення самопочуття учасників групи, їхніх вражень та зроблених під час роботи висновків (як приємних, так і неприємних). Така групова рефлексія сприятиме усвідомленню та фіксації набутого досвіду, а також дасть можливість перенести його в повсякденне життя.

Психологічна робота, спрямована на досягнення другої мети оптимізації самоздійснення в сімейній сфері, пов’язана з *розвитком особистісних властивостей*, що складають індивідуально-психологічне підґрунтя особистісного самоздійснення. Доречним при цьому є використання спеціальних, вузькоспрямованих тренінгів особистісного зростання (“Адекватний Я-образ”, “Хто Я?”, тренінг розвитку емоційно-вольової сфери, “Ігри-релаксації”, “Упевненість у собі”, “Гнучкість – життєва мудрість”, “Стань автором власного життя” тощо) та рольових тренінгів (“Спілкування в різних ситуаціях”, “Стратегії вирішення конфліктів” тощо) [Кляпець, 2004; Козлов, 1998; Мацук, 2006; Психологические программы ..., 1998; Тюптя, 1999; Фанч, 1997].

Можна включити в групову роботу таку арт-терапевтичну техніку, як створення казки в поєднанні з її програванням. Учасникам пропонується спочатку вибрати одну особистісну рису, що, на їхню думку, зумовлює виникнення проблем і труднощів у їхньому житті й заважає ефективному самоздійсненню в сімейній сфері, а потім, розбившись на пари, разом з партнером створити спільну казку, де головний герой працює над цією рисою, спираючись на власні ресурси. Якщо казка залишається незавершеною (труднощі героїв вирішені частково або не вирішені зовсім), можна запропо-

нувати закінчити казку таким чином: “Уявіть собі, що Вам дістався чарівний засіб, за допомогою якого може бути вирішена Ваша проблема. Подумайте, що це за засіб, хто Вам його дав, яку захотів за це плату. Яким буде результат, якщо Ви скористаєтеся цим засобом?” [Вачков, 1999].

Окрім групової роботи, розвивати особистісні риси, що визначають ефективність самоздійснення в сімейній сфері, можна і під час індивідуального психологічного консультування. Цей вид психологічної допомоги передбачає індивідуальну роботу, спрямовану на самопізнання, самоусвідомлення себе як особистості, що самоздійснюється, пошук внутрішніх ресурсів та їх використання у самоздійсненні в сімейній сфері, розвиток необхідних якостей та особистісних рис.

Для оптимізації сімейного самоздійснення особистості ефективними, на нашу думку, можуть бути також техніки, що пропонуються нарративною психологією. Базовою для нарративної психології є думка, що життя людей – це історії, які конструюються ними самими під впливом соціального середовища. Таким чином, побудову особистістю майбутнього в сімейній сфері можна розглядати як створення нею історії про майбутню сім'ю. Ця історія поєднує очікувані майбутні події (передбачення яких відбувається шляхом постановки життєвих завдань) у цілісність, що визначається концепцією життя. А оптимізацію самоздійснення особистості в сімейній сфері можна уявити як переписування не дуже вдалої історії, створення нової, яка більшою мірою відповідає бажанням та потребам, пов'язаним із майбутнім сімейним життям.

Те, що історія створюється під впливом соціального середовища, визначає перше завдання оптимізації в нарративному ключі: *виявлення й усвідомлення особистістю негативного та обмежувального впливу певних культурних цінностей, настановлень і стереотипів* на постановку життєвих завдань, пов'язаних зі шлюбом та сім'єю [Титаренко, 2009в; Фридман, Комбс, 2001]. Для того щоб самоздійснитися в сімейній сфері, побудувавши свою сім'ю саме такою, як того б хотілося, важливо зрозуміти, що звичаї, ярлики, твердження – усе, що оточує нас від самого народження і здається вічним, незмінним та єдино правильним, насправді конструюється людьми під час взаємодії одне з одним, покоління за поколінням, день за днем і є реальністю плинною. Це не означає відторгнення

загальноприйнятих способів постановки життєвих завдань – це означає будування своєї сім'ї “з відкритими очима”, більшу свободу в цьому процесі, а також прийняття відповідальності за своє самоздійснення в сімейній сфері, що є важливою передумовою роботи над собою, своїми рисами, уміннями та навичками.

Другим завданням, тісно пов'язаним із першим, коли йдеться про оптимізацію побудови життєвих завдань у наративному ключі, є *прийняття особистістю унікальності власного самоздійснення в сімейній сфері*, подолання звички постійно порівнювати себе і свої взаємини з якимись еталонами, що завдає набагато більше шкоди, аніж приносить користі. Сучасна сім'я має багато облич: сьогодні сім'єю можуть бути і дві дівчини, об'єднані спільним простором та почуттями близькості та спільності душ, і дружина й чоловік, які проживають в різних містах. Насправді не так багато ідеальних, “нормальних”, усереднених сімей, що широко тиражуються в суспільстві, але дуже багато людей руйнують своє життя через намагання цим ідеалам відповідати. Схильність бути як усі є ознакою особистісної незрілості, адже людина таким чином намагається відмовитися від відповідальності за власне самоздійснення в сімейній сфері. Підвищенню ж відповідальності за побудову свого життя сприяє усвідомлення того, що життя не є набором пасивно отриманих фактів, життєвий нарратив – це активно сконструйована історія.

Життєвий досвід, на думку К. Джерджена, є не внутрішнім віддзеркаленням зовнішньої реальності, а скоріше формою відносної діяльності людини [Джерджен, 1997в], бо його можна трактувати по-різному. Тому третім завданням психологічної роботи з оптимізації самоздійснення в сімейній сфері є *усвідомлення авторства у своєму житті*, що до того ж уможливує погляд на нього з інших точок зору та його реконструкцію в бажаному напрямку.

Усвідомлення того, що власне бачення життя не є “істиною в останній інстанції”, дає змогу особистості розпочати важливу внутрішню роботу, спрямовану на виявлення подій, що раніше “не вписувалися” в життєвий нарратив, а тепер можуть стати основою для нової альтернативної історії, історії про ефективне самоздійснення [Фридман, Комбс, 2001]. Ми можемо будь-коли розпочати процес реконструювання, перебудови свого життя, свого світу та

свого майбутнього [Джерджен К., Джерджен М., 1997]. Тож ще одним, четвертим завданням роботи, спрямованої на оптимізацію самоздійснення в сімейній сфері, є *знаходження тих унікальних подій*, на базі яких можна будувати нові, більш конструктивні життєві завдання, пов'язані зі шлюбом та сім'єю.

Будуванню нової історії допомагає настановлення бачити проблеми як об'єкти, що перебувають поза особистістю, поза сім'єю. “Особистість (чи сім'я) не є проблемою” – одне з основних тверджень наративної психології. Винесення проблеми за дужки допомагає усвідомити її вплив на самоздійснення, проаналізувати свої відносини з нею і, реконструювавши їх, створити наратив, у якому представлено бажаний варіант розвитку цих відносин. Тому п'ятим завданням оптимізації самоздійснення в сімейній сфері в наративному ключі є *усвідомлення проблем поза особистістю чи поза сім'єю*.

Шостим завданням наративної оптимізації є *усвідомлення мілливості сім'ї* та розвиток власної готовності прийняти цю її особливість. Отже, оптимізація самоздійснення в сімейній сфері неодмінно передбачає приділення уваги власне творенню, конструюванню сім'ю (family making), процесові організації спільного життя, сімейної взаємодії. Розуміння сім'ї не як застиглої субстанції, а як складного мережива взаємин [Кутузова, 2005а, 2005б], що створюється і перестворюється в кожному моменті взаємодії її членів безконечну кількість разів, є необхідною передумовою прийняття авторства, відповідальності за те, якою вона буде.

Для вирішення завдань, описаних нами, як в індивідуальній, так і в груповій формах роботи можуть використовуватися такі *техніки*, розроблені наративною психологією.

1. *Деконструкція* – це аналіз того, яким чином побудовано життєвий наратив клієнта чи учасників групи; які саме засвоєні під час соціалізації ідеї та принципи, уявлення про “норму” відтворюються в життєвих завданнях; у чому вони заважають, обмежують, а в чому допомагають успішному самоздійсненню. Ця техніка продуктивна для вирішення першого, другого та шостого завдань. Досягненню поставлених цілей можуть слугувати запитання типу “На якій саме загальноприйнятій думці (ідеї, принципі) базується Ваша впевненість щодо ...?”, “Чи можна сказати, що ця загальноприйнята думка (ідея, принцип) лежить в основі Вашої проблеми?”, “Чи

бувають ситуації, коли ця думка про ... заважає Вам здійснювати бажане?”, “А ситуації, в яких вона допомагає?”, “Якщо припустити, що ця думка (ідея, принцип) не є правильною, як би Ви оцінили теперішню життєву ситуацію?”, “Якщо уявити, що ця думка ніколи не була прийнятою в суспільстві, якою б була Ваша сім’я?” тощо.

2. Реконструкцію життєвого наративу, прийняття авторства за власне життя, пошук унікальних епізодів можна здійснювати за допомогою *складання автобіографії*, яка повинна відображати не тільки факти, а й внутрішнє життя людини [Шиловська, 2004]. У процесі написання автобіографії особистість має нагоду неупереджено оцінити своє життя, прийняти його цілісність, усвідомити його головну концепцію, а також проаналізувати особистісні риси та їх вплив на будувannya та вирішення життєвих завдань, пов’язаних зі шлюбом та сім’єю. Зіставлення теперішнього моменту із ситуаціями, пережитими в минулому, також допомагає коригувати свої дії, будувати успішні стратегії вирішення завдань.

Продовженням роботи зі складання автобіографії може бути створення тексту про майбутнє, завдяки чому особистість має нагоду усвідомити свої шлюбно-сімейні домагання, побудувати життєві завдання, що ефективно реалізують свої функції. Корисним також є написання своєї автобіографії в різних літературних жанрах: від трагічного до комедійного. Така варіативність точок зору на власне життя, майбутню сім’ю сприятиме розвитку гнучкості, а також креативності та автономності в побудові життєвих завдань.

3. Для розгляду проблеми поза особистістю, винесення її назовні використовується *техніка екстерналізації*, що передбачає такі запитання: “Як можна назвати проблему?”, “Як вона вплинула на Ваше життя, Ваші взаємини?”, “Як довго проблема існує у Вашому житті?” тощо. Запитання типу “Чи завжди ця проблема разом з Вами?”, “Чи буває так, що вона могла б захопити Вас, але їй це не вдалося?” тощо допоможуть не тільки відмежуватися від проблеми, а й згадати якісь унікальні епізоди, а запитання “Які соціальні стереотипи лежать в її основі?” – усвідомити культуральні впливи, про що йшлося вище.

Можна також запропонувати клієнту (учаснику групи) намалювати проблему, а потім поспілкуватися з нею. Корисним також є обмін з проблемою місцями і прояснення потреб, які вона задовольняє, віднайдення інших шляхів задоволення цих потреб.

4. *Перескладання* – техніка, що успішно застосовується наративними психологами з метою створення “протисюжету”, заснованого на унікальних ситуаціях; складання альтернативних історій, що описують самоздійснення в сімейній сфері в бажаному ключі. Завдяки такій роботі клієнт може зрозуміти свої потреби, сформулювати наміри, побачити можливості, а також усвідомити внутрішні і зовнішні засоби, які можна використати для вирішення своїх завдань [Кутузова, 2006-2007].

Отже, психологічна робота з оптимізації особистісного самоздійснення в сімейній сфері може мати як індивідуальну, так і групову форму. Вона має бути спрямованою, по-перше, на розвиток здатності особистості ефективно будувати життєві завдання, пов’язані зі шлюбом та сім’єю, і, по-друге, на розвиток особистісних рис, від яких залежить ефективність особистісного самоздійснення в сімейній сфері (автономність, відповідальність, гнучкість тощо).

Окрім традиційних уже в психології методів, ефективними для досягнення цих цілей можуть бути техніки, розроблені наративною психологією (деконструкція, складання автобіографії, екстерналізація та перескладання), використання яких може істотно оптимізувати особистісне самоздійснення в сімейній сфері, допомогти в побудові життєвих завдань, які ефективно реалізують свої функції.

Оптимізація побудови життєвих завдань, пов’язаних зі шлюбом та сім’єю, має здійснюватися за кожною їхньою складовою та бути спрямованою на покращення реалізації ними своїх функцій (оцінної, моделювальної, регулятивної та рефлексивної). Виділяються три компоненти життєвого завдання: умови, в яких воно виникло; мета його вирішення; модель потрібного майбутнього та стратегії, спрямовані на реалізацію завдання, досягнення мети. Тож можна виділити три основних напрямки оптимізації самоздійснення особистості в сімейній сфері.

Крім розвитку здатності особистості ефективно будувати сімейні завдання, важливою метою психологічної роботи, спрямованої на оптимізацію самоздійснення в сімейній сфері, є стимулювання розвитку особистісних рис (рефлексивності, відповідальності, автономності, упевненості, терпіння, гнучкості, саморегулятив-

них здібностей тощо), що позначаються на побудові життєвих завдань.

Психологічна робота, спрямована на оптимізацію самоздійснення в сімейній сфері, може мати як індивідуальну, так і групову форму. Така робота передбачає застосування не тільки арсеналу традиційних, широко використовуваних методів, якими володіє сучасна психологія, а й технологій, що пропонуються актуальною тепер нарративною психологією.

3.5. Перспективи оптимізації особистісного самоздійснення молоді шляхом підвищення її життєстійкості

Сьогодні бережливе використання як природних, так і людських ресурсів стає необхідною умовою для підтримання відповідної якості життя протягом якомога тривалішого часу. І тому підвищення життєстійкості людини в процесі моделювання власного життя можна віднести до завдань технологій оптимізації особистісного самоздійснення.

За результатами дослідження ми встановили, що високий рівень життєстійкості дає можливість *підтримувати оптимальний рівень психологічного комфорту, відчувати безпеку, стабільність і захищеність під час постановки життєвих завдань; зберігати власне психологічне здоров'я, підтримувати віру в себе та довіру до оточення під час їх реалізації*. Такі переваги життєстійкої людини в процесі постановки й реалізації життєвих завдань і зумовлюють вибір шляхів оптимізації її самоздійснення.

Визначаючи шляхи оптимізації самоздійснення особистості, треба зважати на те, що життєстійкість, за С. Мадді, набувається та формується у контексті дитячо-батьківських відносин. Основою формування “включеності”, здатності бачити та приймати дійсність такою, якою вона є, можуть бути тільки такі дитячо-батьківські

взаємини, які ґрунтуються на повазі та підтримці. Коли дитина відчуває підтримку з боку батьків, коли вона почувається в безпеці, навколишній світ і власна особистість стають для неї цікавими та значущими. Брак або нестача батьківської любові, коли батьки не приймають або заперечують прояв потреб та здібностей дитини, викликає у неї відчуття, що світ порожній і в ньому немає цінностей. Зазвичай це призводить до появи в дитини відчуття відчуження [Мадди, 2005, с. 91].

Розвиток такого компонента життєстійкості, як *контроль*, або *вплив*, пов'язаний з особливостями формування у дитини мотивації досягнення, прагнення до успіху. Щоб сформувалося настановлення на *вплив*, взаємовідносини дитини зі світом неодмінно повинні включати завдання, які успішно вирішуються нею за умови планомірного докладання зусиль. Тобто батькам треба спрямовувати дитину на вирішення тих завдань, які не набагато складніші за ті, які вона наразі вирішує легко. Утім, якщо завдання дуже прості, їх успішне вирішення не дасть дитині відчуття успіху. Навпаки, з дуже складними завданнями дитина скоріше за все не впорається і буде почуватися безпомічною [там само].

Для формування почуття виклику в близькому оточенні дитини мають відбуватися якісь зміни. Такі зміни повинні сприйматися дитиною як різнобарвність середовища, а не як загроза чи хаос. Підґрунтям для формування уявлення про розмаїтість середовища є наповнення життя дитини незначними, несуттєвими змінами (виконання різних завдань по господарству, спілкування з багатьма людьми, які відрізняються своєю поведінкою, манерою спілкування, та ін.). Але треба уникати значних змін (часта зміна місця проживання, розлучення тощо), які зазвичай призводять до того, що дитина починає сприймати середовище як щось вороже та загрозове. Почуття виклику розвивається у тих дітей, яких постійно навчають бачити в життєвих змінах нові цікаві можливості, а не загрозові, руйнівні втрати [там само].

Очевидно, що від того, який рівень життєстійкості має людина на певному етапі самоздійснення, безпосередньо залежить, наскільки екологічним для неї буде перехід від одного життєвого завдання до іншого, наскільки вона буде готова до подолання труднощів, які можуть трапитися на шляху реалізації її життєвих

проектів, та чи зможе вона зберегти позитивне ставлення до світу і до себе.

Отже, щоб людина змогла вибудувати *екологічну* стратегію самоконституювання, утримувати певну “контекстуальність” та “діалогічність” (терміни Т. М. Титаренко) зі світом при постановці життєвих завдань, їй потрібні мужність та життєва мудрість. За умови використання цієї стратегії людина здатна розумно використовувати власну життєву енергію – за рахунок економії власного адаптаційного потенціалу в процесі реалізації життєвих проектів та необхідної мобілізації всіх здібностей та вмінь задля постановки чергового життєвого завдання. Серед переваг такого способу самоздійснення – перспектива збереження людиною чуттєвого світосприймання та здатності до підтримання міжособистісної взаємодії на основі емпатії, співпереживання та співчуття впродовж життя. Натомість бажання якомога швидше позбутися емоційного напруження може спрямовувати людину на вирішення “чужих” їй життєвих завдань та досягнення “штучних” життєвих цілей.

У процесі особистісного самоздійснення відчуття підтримувальної соціальної взаємодії породжує почуття захищеності, дає можливість отримувати задоволення від власної діяльності та власного життя. Натомість коли такого переконання немає, це веде до відчуженості, відчуження себе “за межами” життя. Життєве самоконституювання вимагає впевненості людини в тому, що вона здатна впливати на перебіг свого життя. Така впевненість забезпечує також особистісну активність та рішучість у реалізації життєвих планів, а її нестача породжує відчуття власної безпорадності.

Людина, яка розглядає життя як спосіб отримання досвіду, готова ризикувати, готова реалізовувати найсміливіші плани і життєві завдання. Для неї життя неможливе без інтриги, вона не заспокоюється, досягнувши буденного комфорту. Сприймаючи життя як необхідність саморозвитку, людина відчуває нестримний потяг до нового, до того, що нею ще не відчуте і не пізнане.

Звідси висновок, що здатність зберігати власне психологічне здоров'я, підтримувати віру в себе та довіру до оточення під час реалізації життєвих завдань забезпечує адекватний рівень самооцінки та задоволеності власним життям у процесі самоздійснення. Отже, життєстійке самоозадачування сприяє розгортанню потенціалу екологічного самоздійснення особистості. Серед

компонентів оптимізації, які зумовлюють екологічне досягнення життєвого успіху, передусім актуалізація таких особистісних смислів, як комфорт та матеріальний добробут; фіксованість життєвих завдань у сфері “навчання і робота”; особистісна активність у ході реалізації поставлених завдань; готовність до майбутнього під час постановки життєвих завдань та до подолання можливих труднощів; актуалізація такого елемента планування та структурування часу життя, як терпіння; переживання власної успішності в головних аспектах життєдіяльності.

3.6. Усвідомлена психічна саморегуляція як шлях до оптимізації життєвого самоконструювання

Розгляд проблем “індивідуальної психології” А. Адлер починає з актуалізації і розкриття змісту поняття “комплекс неповноцінності” як базового для розвитку особистості. Головне, що підкреслював дослідник у концепції індивідуальної психології, це думка про цілісність окремої особистості та її унікальну цінність. Витоком цього напрямку наукового знання став інтерес Адлера до “комплексу неповноцінності”, який він дещо відкоректував, змінивши смисл “неповноцінність” на “недостатність”, маючи на увазі недостатність достоїнства, гідності, цінності, якоїсь якості, що дає людині поштовх до особистісного розвитку. Так “недостатність” стає рушійною силою постановки життєвих завдань. За висловом Адлера, “бути людиною – означає відчувати свою недостатність”; “будь-яка людська істота не може довго витримувати відчуття своєї неспроможності: воно занурює її в таку напругу, що потребує хоч якоїсь дії” [Adler, 1932, p. 51].

Хоча відчуття власної малості, недостатності, недосконалості є нормальним та універсальним для всіх людей, суб’єктивно воно нестерпне, а тому породжує прагнення долати свою неспромож-

ність і добиватися повсякчас досконалості. Розвиваючи далі свої погляди, Адлер вводить терміни: “прагнення до вищості” – над завданнями життя, попередніми власними досягненнями і над іншими людьми; “прагнення до самовдосконалення” – як порівняння себе з високим ідеалом, який мотивує до особистісного розвитку. Удосконалуватись – означає в чомусь піднятися над самим собою.

На думку Дж. Кренделла, адлерівське прагнення до вищості – це боротьба за самоздійснення, самостановлення і вдосконалення як універсальне прагнення, що знайшло відтворення в концепціях самореалізації К. Горні, самоактуалізації К. Гольдштейна, А. Маслоу, актуалізаційної тенденції К. Роджерса, мотивації ефективності Р. Войта (як внутрішнє прагнення просуватися все далі вперед в оволодінні новими знаннями та навичками) [Crandall, 1981].

Подальші дослідження послідовників адлерівської концепції встановили, що усвідомлення (відчуття?) власної недостатності є досить стійкою особистісною характеристикою, індивідуальні відмінності якої піддаються вимірюванню. Експериментально було виявлено важливий факт: навіть за однакових показників позитивного досягнення індивідуальні відмінності в його інтерпретації можуть діаметрально відрізнятись в діапазоні від задоволеності собою до відчуття катастрофи. Через це було зроблено висновок, що важливо не те, якого рівня суб’єкт дійсно досягнув, і не те, який рівень здається досягнутим, а те, як індивіди реагують на розбіжність і оцінюють її [Manaster, Corsini, 1982, p. 66–69].

Отже, відчуття недостатності настільки суб’єктивне і відносне, що відмінності й особистий результат зростання мають оцінюватись індивідуально за ступенем розбіжностей між реальними фактами і внутрішнім відчуттям недостатності в ході вирішення життєвих завдань.

Виходячи з адлерівської тези про те, що всі люди у своєму житті пов’язані троякого роду вузлами і поставлені перед трьома неминучими проблемами, доцільно навести їх конкретну, образну інтерпретацію [Сидоренко, 2000, с. 51].

1. Професійна проблема: “Як знайти заняття, яке давало б нам змогу виживати за всіх обмежень земного світу”.

2. Проблема співробітництва і дружби: “Як посісти таке становище серед інших людей, щоб ми могли співпрацювати з ними і разом з ними користуватися перевагами співробітництва”.

3. Проблема любові та шлюбу: “Як пристосуватися до того факту, що ми існуємо у двох статях і що продовження й розвиток життя людства залежить від нашого любовного життя”.

Кожне із цих завдань-проблем містить у собі певні особистісні симптомокомплекси, які постають як провідні під кутом зору успішного вирішення життєвих планів, а індивідуальні відмінності щодо їх представленості в структурі особистості визначають індивідуальні долі. Проте існує набір таких особистісних рис, які можна назвати універсальними для утворення “особистісного каркасу”, і саме вони беруть на себе головний тягар вирішення будь-яких проблем.

Виходячи з результатів нашого емпіричного дослідження, ми спробували намітити конструктивні підходи до оптимізації постановки життєвих завдань у юнацькому віці. За основу було взято шляхи самоконституювання особистісних соціально-психологічних властивостей, активізація яких сприяє успішному просуванню до поставлених цілей.

Постановка життєвих завдань, як доведено дослідженнями колективу лабораторії соціальної психології особистості, є важливим етапом свідомого планування, програмування шляху життєздійснення людини. У процесі цієї роботи окреслюється та активізується весь ланцюжок цілепокладання, відбувається концентрація спрямованостей в усвідомленому, бажаному напрямку, а відтак людині не доводиться блукати в пошуках індивідуальної істини та свого призначення.

Для старшокласників особистісною передумовою оптимальної постановки життєвих завдань має стати *озадачування себе з метою створення індивідуально значущої концептуальної моделі свого майбутнього*, яка в міру внутрішнього доопрацювання та уточнення перетворилася б на бажаний образ бачення себе в усіх аспектах життєвियाвів (робота, спільнота, сім'я, здоров'я). Такий образ майбутнього поступово уточнюється за змістом, насичується емоціями, перетворюється на соціальне настановлення, яке вже на неусвідомлюваному рівні веде до реалізації індивідуальних життєвих завдань.

Щоб озадачування юнаків і дівчат відбулося, треба надати їм інформацію про роль життєвих завдань та життєвого планування відповідно до їхніх індивідуальних інтересів, пізнавальних можли-

востей, здібностей. Для кращого самопізнання мають бути активізовані три функції самосвідомості.

1. Здатність особистості до самоідентифікації, самооцінки та оцінювання свого ставлення до світу; підтримка внутрішньої цілісності та самототожності для того, щоб бути суб'єктом своєї поведінки і ставлення до інших. Відбувається запуск смислових механізмів саморегуляції, спрямованих на підтримку цілісності та самототожності, важливих для долання критичних життєвих ситуацій та адаптації до самого себе, – самоприйняття, самоприсосування і самовпевненості [Зейгарник, Холмогорова, 1998].

2. Здатність людини бути суб'єктом свідомої та спрямованої зміни себе, самовдосконалення за рахунок самопізнання та зміни способів власної життєдіяльності через регуляторний механізм рефлексії. Він активізується, коли суб'єкт усвідомлює необхідність перегляду прийнятих форм діяльності, звичних уявлень про світ, Я-концепції, настановлень та системи цінностей.

3. Усвідомлення важливості активізації системи саморегуляції, базовими процесами реалізації якої стають планування цілей активності суб'єкта діяльності, моделювання умов їх досягнення, програмування активності та оцінка її результатів. В. І. Моросанова акцентує увагу на значному діапазоні індивідуальних відмінностей у стилях саморегуляції. Встановлено, що розвиток усвідомленої саморегуляції сприяє формуванню цілісної особистості, а для розвитку самої саморегуляції необхідними є вияв *наполегливості в досягненні цілей, орієнтація на теперішній час, позитивне самоставлення, прагнення до самоактуалізації*. Перешкодою для саморегуляції є надмірна розвиненість *почуття провини* [Моросанова, 1998].

Спираючись на дослідні дані про те, що в юнацькому віці ще не досягнута узгодженість між базовими компонентами самосвідомості (ставленням до себе, до цінностей, життєвого шляху, мотиваційної спрямованості) і цілеспрямованою довільною активністю, можна вважати, що старшокласники поки повною мірою *не стали суб'єктами життєвого шляху, оскільки ця важлива властивість набувається в більш зрілому віці*.

Що ж до шляхів оптимізації, то Моросанова пропонує виходити з *індивідуально-типових особливостей самосвідомості старшокласників із різними рівнями саморегуляції та вважати її інтег-*

ральним показником психічного розвитку, спираючись на який можна будувати розвивальну і психокорекційну практики. Дослідниця пропонує єдиний підхід до такої роботи, що має охоплювати цілеспрямований розвиток навичок саморегуляції, усвідомлення та зміни образу себе і бажаного майбутнього. Використання показників індивідуальної саморегуляції як інтегральних дає можливість ефективно діагностувати особистісний та суб'єктний розвиток, а також оцінювати розвивальні ефекти різних освітніх програм [Моросанова, Аронова, 2008].

Ми цілком погоджуємося з таким шляхом оптимізації особистості в напрямку самоконструювання і своїми експериментальними даними підтверджуємо стійкість індивідуальних відмінностей у психорегуляції старшокласників. Зокрема, провідні індивідуальні відмінності старшокласників виявляються у сферах довільної соціальної активності, регуляторно-особистісних властивостей, включно з операційними особистісними рисами характеру юнаків і дівчат (самостійність, надійність, соціальна та особистісна відповідальність), стилетвірними суб'єктивними рисами (упевненість, наполегливість, сила волі) та ефективністю особистості (самоповага, самооцінка, життєва компетентність).

Розвиток особистісних властивостей юнацтва відбувається головним чином у соціальних осередках “сім'я” і “друзі”. У сім'ї юнаки і дівчата виявляють такі риси свого характеру, як упевненість, наполегливість, сила волі, брак життєстійкості і життєвої компетентності, потреба в підтримці та захисті батьків. У колі друзів виявляється соціальна активність, спрямована на партнерство, соціально-психологічну взаємодію, утвердження самоповаги, самооцінки.

У суб'єктивних особистісних самооцінках старшокласники акцентують на значущості для життєвого успіху таких рис характеру, як активність, упевненість, наполегливість, цілеспрямованість. Дослідження підтвердили, що саме ці риси характеру стають провідними у визначенні соціально-психологічних індивідуальних відмінностей старшокласників у процесі постановки життєвих завдань.

Продуктивним з погляду вивчення психологічних можливостей оптимізації особистісного потенціалу молоді для успішного життєздійснення став обраний нами підхід до вияву актуальних

адаптаційних настановлень у трансформаційному часі розвитку суспільства. Рівень адаптованості / неадаптованості є важливим показником ступеня особистісного благополуччя в соціумі через те, що: а) процес адаптації є намаганням людини пристосуватися до соціального середовища, щоб перебувати з ним у гармонійних відносинах; б) показником єдності людини і соціального середовища визнається рівень реалізації життєво важливих потреб особистості, через що конкретна соціальна ситуація набуває для неї життєвого смислу; в) емоційно відтворюючи об'єктивний світ, людина створює з його фрагментів особливий, неповторний психологічний життєвий простір своїх можливостей та стратегію адаптивної поведінки [Шустова, Гриценко, 2007]. Тому в періоди соціальних трансформацій ламаються стереотипи життєвих стратегій людей, розшаровуючи їх на тих, хто прийняв соціальну ситуацію і побачив шляхи розкриття особистісного потенціалу, і на тих, у кого трансформаційні новації викликали внутрішнє відторгнення, несприйняття, стан тривоги, нервово-психічного напруження, роздратування та беззахисності. За таким поділом на дві адаптаційні групи стоять суттєві індивідуальні соціально-психологічні відмінності, врахування яких дає переконливі підстави для психодіагностичного вияву індивідуальних можливостей корекційної роботи та психологічної підтримки (табл. 3.1).

Дві протилежні за рівнем адаптованості групи молоді по-різному будують своє життя, і їм властиві *різні форми оптимізації*.

У роботі з адаптованою молоддю актуальним і достатнім є надання психодіагностичних консультацій для виявлення її професійних схильностей, інформації про важливість життєвого планування, особистісну зрілість, розвиток бажаних особистісних властивостей та інші форми психологічної підтримки в самоконструванні.

Деадаптована молодь потребує більш складних форм психологічної та психотерапевтичної допомоги з корекції світосприймання, самосвідомості, соціально-психологічних властивостей; зняття наслідків тривожності та нервово-психічного напруження, що спричинюють формування інтрапсихічного конфлікту через блокування конкуруючих потреб і механізмів психологічного захисту. Психологічна *оптимізація* для такої неадаптованої групи молоді

полягає в тому, щоб у спільній роботі визначити її інтереси та професійне призначення, підняти рівень самосвідомості і таким чином підвищити самооцінку, рівень домагань, упевненість у собі, відповідальність, пробудити соціальну та суб'єкту активність тощо.

Таблиця 3.1

Групи молоді за рівнем адаптованості

Характеристики адаптованості	Відмінності між групами молоді	
	Адаповані особи	Неадаповані особи
Упевненість у собі	Упевнені у собі	Не впевнені у собі
Ставлення до світу і змін у ньому	Довіра до навколишнього світу, позитивне ставлення до новацій	Негативне ставлення, недовіра до світу, беззахисність перед новими вимогами
Самосвідомість	Розвинута	Нерозвинута
Самовизначення	Реалістичне, оптимістичне	Труднощі, кризи самовизначення
Характер ідентичності	Позитивна самоідентифікація і прийняття себе як частини світу	Несприйняття себе в навколишньому світі, негативна ідентичність
Ставлення до майбутнього	Спрямованість у майбутнє	“Дифузна розмитість” самовизначення

Природно, що не всі особистісні властивості піддаються корекції (наприклад, екстернальність-інтернальність, екстраверсія-інтроверсія), але регуляторно-особистісні риси, провідні у просуванні до життєвих цілей (упевненість, наполегливість, воля, самостійність, надійність, відповідальність), а також риси особистісної ефективності (самоповага, самооцінка, життєва компетентність), життєві цінності можуть бути розвиненими за умови психологічної допомоги, підтримки та усвідомленої саморегуляції з метою самоконструювання.

Прикладом реальності та ефективності такого саморозвитку може бути набуття впевненості в собі як фундаментальної умови повноцінного оволодіння собою. Ця риса належить до структури здатності прогнозувати результати своєї діяльності, впливає на вибір стратегій у досягненні цілей відповідно до внутрішніх особис-

тісних змістів. Для формування впевненості в собі важливий не так об'єктивний життєвий статус, як суб'єктивна позитивна оцінка результатів власних дій та оцінка з боку значущих людей. Позитивні оцінки й ефективність власних навичок стимулюють соціальну сміливість у висуванні та вирішенні нових цілей і завдань [Толкунова, 2006]. Вони підвищують самоповагу, самооцінку та й рівень домагань, активізують діяльність і постановку нових перспективних цілей.

Сформована динамічна ідентичність розвиває у людини одну з головних здатностей діяльності – здатність виявляти витримку, чекати моменту для досягнення успіху. У механізмах цілепокладання є рекомендації щодо стратегій досягнення цілей: велика, високозначуща мета передбачає висування проміжних цілей, і досягнення кожної з них зміцнює надію на успіх і довіру до себе.

Говорячи про механізми оптимізації постановки життєвих завдань, можна послатися на корисні поради Е. Еріксона стосовно конструктивного і позитивного складу мислення особистості:

- формувати довірливе ставлення до світу та впевненість у собі;
- усвідомлювати безперервність свого психобіологічного, розумового і соціально-психологічного розвитку;
- бути здатним вирішувати життєві та побутові труднощі;
- бути відданим суспільно значущій праці [Еріксон, 1996а].

На нашу думку, усвідомлення молоддю цих простих, але мудрих настановлень може стати цінним надбанням самосвідомості особистості для її цілісності і гармонійності.

Отже, оптимізація особистісних властивостей старшокласників як підготовка їх до успішної самореалізації має зосереджуватися передусім на розвитку соціальної та суб'єктної активності, впевненості, відповідальності, життєстійкості, набутті особистісної цілісності, створенні настановлень на самоконструювання і здоров'я як на особистісну цінність.

Виділення груп “адапованих” і “неадапованих” старшокласників дає вагомий підстави для цілеспрямованої діагностики, оскільки соціально-психологічна поведінка цих груп молоді суттєво відрізняється щодо життєвої ефективності, у тому числі щодо

конструктивності та реалістичності постановки життєвих завдань та шляхів їх реалізації. Тому в практичному аспекті методи оптимізації мають бути зорієнтовані на розвиток особистісної зрілості шляхом психологічної діагностики, індивідуального консультування, на стимуляцію розвитку самосвідомості залежно від особистісного профілю, на опрацювання навичок психічної саморегуляції та надання психологічної допомоги й підтримки юнакам і дівчатам у вирішенні проблем самоконструювання як успішного способу життєствердження.

3.7. Соціально-психологічні передумови і засоби індивідуальної та групової моделей оптимізації самонастановлення особистості

Суб'єкт-суб'єктне та суб'єкт-об'єктне самонастановлення як зафіксоване олюднене чи оречевлене ставлення до себе є вагомим соціально-психологічним чинником, що обумовлює формування, постановку та здійснення життєвих завдань особистості. Якість соціально-психологічного самонастановлення є нині також і гострою суспільною проблемою, оскільки залежно від того – суб'єктом чи об'єктом бачить себе спільнота та її лідери, життєво важливі завдання нашого суспільства вирішуються по-різному. Актуалізує проблему взаємного переплетіння осмислення завдань свого життя із суб'єкт-суб'єктною чи об'єктною настановленістю для живої, конкретної людини, як і для спільноти людей екзистенційна ситуація – особиста чи актуальна для всієї спільноти. Тими моментами, що детермінують, активізують проблеми пов'язування життя із суб'єктними чи об'єктними настановленнями, на наш погляд, є як ситуація вибору *в умовах обмеження свободи*, неможливості здійснити бажаний задум [Карпіловська, 2005], що стосовно всієї спільноти і кожного її члена особливо гостро і болюче постають перед

людністю пострадянського простору, так і ситуація вибору *в умовах свободи*, яка може сприйматися як невизначеність, недостатність інформації [Роджерс, 2001], що з виходом на більш демократичний порівняно з попереднім рівень функціонування українського суспільства після помаранчевої революції досить важко переживається, тривожить і навіть гнітить українських громадян. Власне, вся історія, і не лише пострадянська чи постпомаранчева, і не лише українська, постає під кутом зору поставленої проблеми як постійне вирішення ситуації “бути чи не бути”, одну з альтернатив якої ми розглядаємо як 1) “не бути собою” (відмовитися від активності щодо власного життя) та 2) “бути не собою” (відмовитися від власної ідентичності і виявляти активність стосовно чужих цінностей, цілей).

Суспільне і соціально-психологічне підґрунтя формування та здійснення життєвих завдань в значущих сферах нині зазнало серйозних змін порівняно з тими умовами, в яких реалізувала себе особистість минулих поколінь. Ми можемо спостерігати яскраві ілюстрації змін суб’єктивних особливостей життєвих завдань особистості, унормованих соціумом навіть на прикладах наших знайомих і членів родини – деякі бабусі та дідусі нинішніх 40-50-річних брали шлюб ще за вибором батьків. Водночас спостерігається зміна підходів та запитів соціуму і щодо часових особливостей життєвих завдань у певних сферах. Наприклад, у сфері навчання відбувся перехід від фіксованого віку учнівства та отримання вищої освіти до реальної безперервної освіти та професійного вдосконалення, від однієї освіти (та однієї спеціальності в певний період життя) до поліспеціалізованості, декількох освіт і декількох спеціальностей в один період життя. У сімейній сфері відбулася зміна вікової межі створення першої сім’ї жінками, народження першої дитини – від 13 до 45 років; змінилися підхід і ставлення соціуму до нерівновікових шлюбів, у яких старша жінка; з’явилися такі соціально схвалені форми стосунків, як постійний партнер та цивільний шлюб – як етапи життя, що часто передують шлюбові. Зміна наукових поглядів на дану проблему пов’язана в основному з прийняттям процесуального підходу. Так, наприклад, у віковій психології розвиток особистості нині не обмежується юнацьким віком, а розглядається як такий, що продовжується значну частину життя; у межах психодинамічної концепції в акмеології час акме розглядається

не як точка в часі життя, а як процес максимально інтенсивного зростання, що веде до якісних змін у значущих для особистості сферах [Зажирко, 1998, с. 47].

Отже, ми бачимо, що відбувається “перерозподіл відповідальності” за управління власним життям у бік більшої свободи особистості, змінилася суспільна концепція прав особистості на конструювання власного життя [Лушин, 1998, с. 5] – із суб’єкт-об’єктної на суб’єкт-суб’єктну. Такі зміни свідчать про загострення питання суб’єктності для особистості – зокрема її активності щодо свого життя, вибору напрямків самоздійснення, відповідальності за активність чи пасивність у різних сферах життя, адже активність у сферах життя, в яких людина настановлена щодо себе об’єктно, не є оптимальною. Результатом особистісного здійснення за такого підходу було б здійснення чогось іншого, прийнятого за своє, – суспільних стандартів, планів батьків, сімейних сценаріїв, утілення завдань суспільства, батьків за допомогою себе.

Ефективна постановка життєвих завдань вимагає активності, творчості, автентичності, осмисленості та усвідомленості. Як бачимо, умовами, що забезпечують ефективність самоозадачування особистості, є ті риси особистості, що забезпечують їй можливість бути суб’єктом. Можна стверджувати, що однією з функцій суб’єкта є забезпечення самоозадачування. Процеси самоозадачування – це і процеси саморозуміння, самоосмислення, самоусвідомлення. Для успішного розгортання життєвих завдань необхідне також і самопізнання в сенсі з’ясування своїх настановлень (зокрема настановлень щодо себе, інших, життя, часу), взаємодія з ними – їх прийняття чи усвідомлення бажання їх змінити та самотрансформація своїх настановлень. Про те, що особистість усвідомлено оперує процесами самоозадачування, свідчать: 1) самоосягнення – усвідомлення свого внутрішнього світу, увага до своїх думок та почуттів, результатом чого є когнітивне та емоційне узгодження продуктів свідомості, що сприяє адекватному співвіднесенню себе і дійсності; 2) самоприйняття та 3) самооцінювання, що дають можливість проживати своє життя, максимально бути собою [Знаков, 2005].

Соціально-психологічні настановлення особистості виконують також *функцію* презентації самого суб’єкта в його образах Я, Інших, Світу в цілому та образів інших соціальних об’єктів. Ця фу-

нкція реалізується через процес емоційної ідентифікації та процес трансформації образу [там само]. Залежно від соціально-психологічного настановлення особистості щодо певного соціального об'єкта образ цього об'єкта може бути трансформований у різних напрямках за вектором “суб'єктність – об'єктність” та різною мірою за шкалою “ступінь суб'єктності – ступінь об'єктності”.

Постановка життєвих завдань здійснюється особистістю, що досягла певного рівня зрілості, у тих сферах життя, які пов'язані з її головними життєвими смислами, відповідають її основним цінностям, її вищим потребам, сутнісним рисам. Потенційні сфери життєвих завдань можна ідентифікувати за такими ознаками, як їхня цікавість, легкість, позитивність, присутність, значущість. Ці ознаки є вираженням емоційної, когнітивної та конативної складових життєвого завдання та їх зв'язку з глибинним “Я”. Цікавість для особистості певної сфери життя супроводжується всотуванням інформації “про запас”, позначає можливість, “потенційність” життєвої сфери – “це може бути для мене потрібним, необхідним, бажаним”. Гострий, сталий, тривалий інтерес може позначати певну життєву потребу, цінність, прагнення. Легкість зумовлена автентичністю, відповідністю собі, самототожністю особистості в потенційній сфері життєвого завдання й супроводжується відчуттям свободи, розкнутості, що дозволяє бути відкритим, спонтанним, імпровізувати [Титаренко, 2005, с. 305] у певній сфері свого життя. Позитивність життєвої сфери виявляється в тому, що в цілому людина сприймає цю частину свого життя як приємну, вона тут собі “подобається”. Таке сприйняття частини життя може бути пов'язане з позитивним, успішним досвідом чи з відсутністю екстраполяції негативного досвіду на цю сферу, з невідконтрольністю її батьківській владі, зі свободою від соціальних вимог, з можливістю самому оцінювати власні досягнення або обійтися без оцінок. Присутність такої сфери в житті може бути виражена в часовому, просторовому, енергетичному, інформаційному вимірах – наприклад, цій сфері віддається певна частина часу, книги з цієї тематики займають помітну частину полиці, сюди вкладається достатньо зусиль тощо. Коли йдеться про значущість для людини певної її життєвої сфери, ми говоримо: “це для мене щось значить”, “це для мене багато означає”, або просто – “це для мене має значення”. Цими словами ми підкреслюємо важливість, емоційну небайдуду-

жість цієї частини нашого життя, а також її зв'язок з “великими”, вагомими для нас почуттями, цінностями, потребами. Причому цей зв'язок позначається, але не розкривається, не розшифровується, просто наголошується на тому, що він є. Відрізняє сферу потенційного життєвого завдання, як і сферу, закриту для самоздійснення, від сфери сформованого життєвого завдання несформованість активного, суб'єктного самонастановлення в цій сфері. У сфері сформованого, здійснюваного життєвого завдання людина відчувається вільною у своїх діях, спроможною. З'являється відчуття “можу” і “я вже це роблю”.

Сфери життєвих завдань є таким просторовим ресурсом, що може бути задіяним завдяки перерозподілу активності особистості, її зосередженню в значущих сферах за рахунок соціально схвалюваних, але не важливих для цієї особистості. Бажано, щоб основними сферами життєдіяльності людини були саме значущі для неї сфери, щоб особистість могла здійснитися. Тому важливою характеристикою сфер життєвих завдань є їх функціональна узгодженість, тобто відповідність найбільш значущих для людини царин активної діяльності, власне царин здійснення особистості, найбільш значущим сферам життєвих завдань. Наприклад, для клієнтки О. сферами життєвих зацікавлень та життєвої активності виступають: 1 – заняття іноземними мовами (I), 2 – приготування їжі (II), 3 – організаторська діяльність (III). У дужках позначено ступінь значущості сфери для клієнтки за 3-бальною шкалою. Ці сфери слугують царинами здійснення таких її життєвих завдань: перша – хобі (III), друга – дружнього спілкування (III), третя – професійної самореалізації (I), джерелом фінансового забезпечення (I) та намагання налагодити практично “родинні” стосунки (II). Такий розподіл функцій зовсім не відповідав рівню значущості кожної сфери саме для цієї людини, викликав значне психологічне напруження, багато конфліктів. Професійна сфера сприймалася як малоперспективна, така що забирає енергію і низько оцінюється керівництвом. Найменш цікава для клієнтки сфера життєвої активності була місцем зосередження найбільш важливих життєвих завдань, до того ж вона виявилася функціонально перенавантаженою. Через два-три роки в результаті декількох криз у професійній, дружній та фінансовій сферах для жінки склався сприятливіший розподіл життєвих сфер за функціями. Вона прийшла до висновку, що є можливість пере-

творити хобі на професію, що, можливо, воно є її життєвим покликанням. Викладання іноземних мов (I) стало виконувати функцію професійного самоздійснення (I) та фінансового забезпечення (I), приготування їжі (II) залишилося як хобі (III) та реалізується в сім'ї (II), дружнє спілкування здійснюється в колі друзів, від організаторської діяльності (III) як постійної роботи клієнтка відмовилася, залишивши її як джерело додаткового заробітку (III) та більш поверхового спілкування і соціальних контактів (III). Таким чином сфери значущості, активності та внутрішньої свободи – тобто ті, в яких клієнтка почуває себе суб'єктом свого життя, отримали більш високий ранг: від хобі – до професії, від поверхового спілкування – до дружби та сім'ї. Важливо також, що найбільш конфліктна сфера – робота за попередньою спеціальністю – була частково усунута, а частково отримала нижчий ранг. Тепер професійна сфера сприймається клієнткою як перспективна, така що дає енергію та є основним фінансовим джерелом. Отже, за нашими спостереженнями, більш оптимальний розподіл функціональних сфер – роботи, спілкування, відпочинку, а також підвищення рангу найбільш значущої сфери і зменшення рангу менш значущої сфери сприяють позитивним особистісним змінам.

Для з'ясування чинників зміни, гармонізації самонастановлення необхідно розглянути можливі *причини* різної, суб'єкт-суб'єктної чи суб'єкт-об'єктної, самонастановленості у сферах життєвих завдань. Ними можуть бути структурні особливості особистості, зумовлені проблемами раннього розвитку; ціннісні особливості, зумовлені змістом соціально-психологічних настановлень, трансльованих родиною та суспільством; власний соціальний досвід людини, переважні та ексклюзивні моделі взаємодії, отримані нею від значущих інших; “симетрична відповідь” на зустрічне ставлення, тобто вироблення, зміна настановлення щодо реальної людини в живому спілкуванні; індивідуальні характеристики особистості, такі як схильність до “польової” поведінки чи до дотримання власної лінії; особливості переважних ситуацій взаємодії з іншими людьми, їхній формат (формальна/неформальна, дистанція/близькість).

Особливості *раннього розвитку*, досвід *ранніх дитячих років* справляють значний вплив на те, як складаються соціальні взаємовідносини дорослої людини. А вони значною мірою повторюють

основні спрямування сил, стани напруження та задоволення, що були характерні для стосунків у сім'ї дитини. Часто ми добираємо як партнерів людей, які знову спонукають нас згадувати й “програвати” невіршені аспекти потреб дитячого віку, бо вибір значущих людей, за М. Кляйн, – у коханні, дружбі, роботі і навіть ворожнечі – зумовлений зв'язком “батьки – дитина”. Наш досвід спілкування з батьками інтерналізується та структурує наше сприйняття не лише інших людей, а й нашої власної особистості, тобто модель “батьки – дитина” реалізується і в тому, як ми ставимося до людини взагалі – не лише до інших, а й до себе [Фрейджер, Фейдимен, 2001, с. 47].

До бар'єрів суб'єктності відносять і тенденцію людини до *відчуження*. Сімона де Бовуар вважає, що, відчуваючи тривогу за свою свободу, суб'єкт починає шукати себе в речах, що є одним із способів втечі від себе. Ця тенденція має настільки глибинні причини, що одразу після відлучення від грудей, коли дитині здається, що вона віддаляється від Усього, вона намагається в батьківських поглядах-дзеркалах збагнути свою відчужену екзистенцію. У первісних суспільствах люди відчужуються в мані, у тотемі, цивілізовані – у власній душі, у своєму “Я”, своєму імені, власності, праці. На думку дослідниці, це – перша спокуса несправжнього життя [Бовуар де, 1994, т. 1, с. 62-63]. Повному розвитку суб'єкт-суб'єктного самоставлення може завадити також *оціночний* підхід у ставленні до дитини.

Одним із чинників втрати суб'єкт-суб'єктного самонастановлення є така деградація способу життя, коли постійний вихід за власні межі підміняється обов'язковістю, заданістю і “життя перетворюється на річ у собі, свобода стає оманливою” [там само, с. 42]. Такий стан розглядається як занепад, що стається з волі самого суб'єкта. Якщо ж цей стан людині нав'язано, він набирає вигляду незаконного позбавлення *свободи* й пригноблення [там само].

Розглядаючи чинник споконвічної проблеми Іншого та споконвічного намагання *панувати* над цим Іншим, дослідники визнають існування *місії* Іншого-як-об'єкта, коли людина, цілі групи людей або значні їх частини до певного часу відмовлялися від суб'єктності на користь іншої людини або групи (іншого соціального прошарку, іншого народу) [там само, с. 30–42, 70]. Відмовитися сприймати себе Іншим-об'єктом означає для багатьох людей

позбутися *вигод*, які дає таке настановлення – взяти на себе відповідальність за своє існування, матеріальне забезпечення. Адже кожній людині, стверджує Сімона де Бовуар, окрім бажання утвердити себе як особистість, притаманна спокуса втечі від свободи, утвердження своєї вторинності, перетворення на бездушну річ. Це, на її думку, хибний, але легкий шлях, оскільки він дає змогу уникнути тривоги і напружень життєвих колізій. У разі прийняття ставлення до себе як до об'єкта від іншого людина начебто укладає з ним угоду, *альянс*, відчуває певний зв'язок, навіть залежність [там само, с. 30–32].

До основних джерел трансформації існуючого самоствавлення належать, на наш погляд, стосунки з іншими людьми, оскільки це та царина, в якій відбувається формування, стабілізація та зміна соціально-психологічних настановлень. Таким джерелом є також життєві кризи – їх переживання веде до зміни ставлення до себе в бік більш виразної суб'єктності через кризові “втрату” і “знаходження” самого себе [Абульханова-Славська, 1991; Лепіхова, 1996; Титаренко, 2005], а також завдяки зміні обставин, оточення. Власне, сама криза – період запитань, а не відповідей – час, коли ймовірність звернення до себе, імовірна можливість діалогічного ставлення до себе, нехай і ненадовго, є найвищою.

Суперечливе ставлення до себе, що значною мірою пов'язане зі сприйняттям сучасною людиною світу як розірваного, неоднозначного та невизначеного, актуалізує питання оптимальності самонастановлення. Самонастановлення особистості у сферах її життєвих завдань, якщо його діагностувати за окремими сферами, як правило, виявляється неоднорідним. Випадки, коли ставлення до себе є виключно суб'єкт-суб'єктним або ж суто суб'єкт-об'єктним у всіх сферах життя, належать до рідкісних винятків. Найчастіше в особистостей з переважно суб'єкт-суб'єктним самонастановленням виявляються одна-дві життєві сфери, в яких вони налаштовані щодо себе більш оречевлено. Якщо це дуже значущі сфери життя – кохання, робота, навчання, діти, то таке самонастановлення потребує гармонізації, зменшення “жорсткості” у ставленні до себе. В особистостей з переважно суб'єкт-об'єктним самонастановленням найчастіше є одна-дві сфери життєвих завдань, у яких вони настановлені щодо себе суб'єкт-суб'єктно. Тоді самоствавлення в цих сферах життя стає основою для розширення своєї “території свобо-

ди” та поширення суб’єкт-суб’єктного самоствавлення на інші сфери життєвих завдань. Здавалося б, найбільш оптимальним має бути суб’єкт-суб’єктне ставлення до самого себе в усіх сферах життя, й саме такий варіант мав би бути метою наших зусиль. Але кожна людина має свою унікальну особисту історію, а отже, і своє унікальне співвідношення суб’єктності/об’єктності в ставленні до себе. На нашу думку, найбільш важливим є початок руху до олюдненого, діалогічного самоствавлення, а найбільш оптимальним – ставлення до себе як до повноправного суб’єкта в найбільш важливих для себе сферах.

Ми пропонуємо модель гармонізації соціально-психологічних самонастановлень особистості у сферах її життєвих завдань, що ґрунтується на: 1 – діагностиці та усвідомленні самонастановлень, 2 – актуалізації досвіду самозадачування та осмисленні власних життєвих завдань, 3 – пропрацюванні складових структури атитюда – емоційної, когнітивної та конативної, 4 – забезпеченні взаємодії з усіма часовими локусами власного життя – минулим, теперішнім та майбутнім як процесної основи розгортання життєвого завдання.

Чинниками, що започатковують зміни в настановленнях щодо власної суб’єктності, можуть бути: 1 – визнання людини цінністю; 2 – визнання себе такою ж цінністю, як і інша людина; набуття досвіду переживання власної цінності; 3 – переживання досвіду суб’єкт-суб’єктного ставлення в спілкуванні з іншою людиною; 4 – співпереживання досвіду суб’єкт-суб’єктного самоствавлення іншої людини; 5 – розрізнення суб’єкт-суб’єктного та суб’єкт-об’єктного ставлення; розрізнення “свого” і “не свого”; 6 – новий досвід звернення до себе, власної сутності; 7 – створення середовища, в якому будуть можливі спонтанні прояви істинного “Я”; 8 – прийняття власних емоцій, переживань; 9 – отримання досвіду орієнтації та опертя на власні почуття, думки, рішення, дії; отримання досвіду конфронтації з “не своїм”; 10 – прийняття себе цілісного; 11 – переживання досвіду безумовного прийняття (групові заняття: самоприйняття ведучого, прийняття групи); 12 – подолання вже вироблених норм і стереотипів; 13 – відхід від традиційного мислення; перехід на рівень нетрадиційного мислення; 14 – знайомство із власним самоствавленням (діагностика самоствавлення); знайомство з суперечливим самоствавленням у різних сферах життєвих завдань;

15 – переживання відчуття автора, хазяїна, керманіча, правителя власного життя; 16 – привнесення суб’єктного досвіду в “об’єктні” сфери життя.

Усвідомлення характеру настановлень щодо самого себе у сферах життєвих завдань та робота з їх гармонізації, у тому числі із застосуванням кататимно-імагінативної психотерапії – символдрами, особливо у сферах суб’єкт-об’єктного настановлення, зазвичай викликають зацікавлення, проте така робота є нелегкою, супроводжується складними переживаннями, і краще, якщо вона відбуватиметься в присутності психолога. Окрім того, сфери життєвих завдань є дуже значущими, важливими через актуалізацію особистого досвіду, а в спогадах, що стосуються сфер суб’єкт-об’єктного самонастановлення, можуть домінувати негативні переживання. Неусвідомлювані неасимільовані негативні переживання в особистому досвіді у сферах суб’єкт-об’єктного настановлення можуть викликати афектні стани. Усвідомлення наявності сфер об’єктного самонастановлення саме через утилітарний підхід до самого себе може викликати також неприйняття факту наявності “ганджу” в певних особистостей. Тому проводити індивідуальні та групові заняття має психотерапевт, що пройшов відповідне навчання, отримав сертифікат або має право використовувати в роботі елементи такої психотерапії.

Запропоновані засоби індивідуальної та групової форм оптимізації самонастановлення у сферах життєвих завдань були застосовані в межах індивідуально-консультативної роботи з проблем смисловтрати, алкогольної, емоційної та гральної комп’ютерної залежності, а також у ході соціально-психологічного тренінгу “Моє життя і Я”.

Отже, суперечливе ставлення сучасної людини до себе значною мірою пов’язане зі сприйняттям нею світу як розірваного, неоднозначного та невизначеного. Схильність до відчуження, оціночний підхід у ставленні до людини, відмова від свободи та позбавлення свободи, альянс з тим, від кого людина приймає ставлення до себе як до об’єкта, найчастіше й стають бар’єрами суб’єктності особистості.

Оптимальним можна вважати ставлення до себе як до повноправного суб’єкта в найбільш важливих сферах життєвих завдань

та оперування всім комплексом форм постановки життєвих завдань.

Пропрацювання складових структури соціально-психологічного настановлення та організація взаємодії з усіма часовими локаціями власного життя є основою моделі гармонізації самонастановлення особистості у сферах життєвих завдань, а створення простору роботи зі своїм життям, взаємодія з власними почуттями, з'ясування наявних когнітивних моделей настановлення, рефлексія суб'єкт-суб'єктного та суб'єкт-об'єктного самонастановлення, утримання в полі уваги цінності людини, актуалізація та аналіз минулого досвіду, створення умов для суб'єкт-суб'єктної взаємодії з іншим, побудова автентичної, позитивної, гнучкої моделі майбутнього – основними інструментами оптимізації самонастановлення особистості.

3.8. Засоби оптимізації постановки життєвих завдань проблемною молоддю в контексті її самореалізації в соціумі

На основі отриманих результатів дослідження зроблено висновки, що проблемна молодь потребує допомоги в оптимізації постановки таких життєвих завдань, як забезпечення особистісного та професійного саморозвитку, досягнення матеріальної забезпеченості і комфорту, здобуття освіти-самостійності, забезпечення здоров'я, а також такого важливого завдання, як реалізація життєтворчості. На наш погляд, саме на цій допомозі мають концентруватися зусилля психологів та соціальних працівників, батьків проблемної молоді, що, безперечно, сприяло б її особистісному та соціальному самоздійсненню. Завдання цього розділу – з'ясувати перелік засобів, які можуть бути запропоновані ними проблемній молоді, її близьким та зацікавленим фахівцям, а також використані ними для

оптимізації постановки життєвих завдань, які перебувають у фокусі базових прагнень молодих людей, для стимуляції їхньої життєтворчості. Важливо звернути увагу на два аспекти самоозадачування: перший – це власне розвиток компетентності, умінь та навичок постановки життєвих завдань, і другий – забезпечення їх реалістичності, тісного взаємозв'язку з особистими ресурсами і зовнішніми умовами, які роблять можливою їх реалізацію в житті проблемної молоді.

Проведені дослідження показують, що найбільш ефективними засобами з погляду оптимізації самоозадачування проблемної молоді є усвідомлене застосування нею відповідних копінг-стратегій, а також ефективне використання наставництва з елементами супервізії та лайф-коучингу.

Роль копіngu в оптимізації самоозадачування проблемної молоді. За А. Маслоу, “копінг” (опанування) позначає адаптивну, опанувальну поведінку, або психологічне подолання. Поняття “копінг-поведінка” спочатку використовувалося в психології стресу й визначалося як система когнітивних і поведінкових зусиль, які використовує особистість для ослаблення впливу стресу. Згодом копінг почали використовувати для позначення широкого спектра людської активності – від несвідомих психологічних захистів до свідомого, цілеспрямованого подолання кризових ситуацій.

R. S. Lazarus і S. Folkman визначають копінг як “когнітивні й поведінкові спроби управляти специфічними зовнішніми і/або внутрішніми вимогами, які оцінені як такі, що викликають напруженість або є надмірними для ресурсів людини” [Lazarus, Folkman, 1991, p. 210]. Копінг може сприяти оволодінню ситуацією, ослабляти або пом'якшувати її вплив. Копінг не є автоматичною адаптивною поведінкою, як, наприклад, психологічні захисти. Зазвичай під копінгом розуміють опанувальну свідому поведінку суб'єкта, спрямовану на усунення травматичних чинників чи особистісну адаптацію до них адекватними способами [Крюкова, 2003].

Психологічне призначення копіngu полягає в тому, щоб якнайкраще адаптувати особистість до вимог життєвої ситуації. Логічно припустити, що копінг-стратегії можуть ефективно використовуватися не тільки для вирішення складних життєвих ситуацій, а й для прогнозування молоддю майбутнього. Ідеться про ефективне

використання проблемною молоддю копінг-стратегій власне для постановки життєвих завдань в умовах конфліктів, труднощів, складних життєвих ситуацій. Це дало б змогу більш ефективно вирішувати завдання в таких важливих сферах життєдіяльності:

- сім'я, батьки, стосунки зі значущим дорослим оточенням;
- стосунки з ровесниками, товаришами;
- ставлення до навчання, вчителів, викладачів;
- відносини в трудовому колективі, труднощі влаштування на роботу;
- ставлення до власного здоров'я.

Застосування копінг-стратегії для постановки реалістичного й ефективного життєвого завдання полягає в тому, щоб переорієнтувати особистість: від безпосередніх дій по вирішенню кризової ситуації вона має перейти до постановки життєвого завдання, яке дало б змогу комплексно вирішити низку проблем, а разом усунути і саму причину даної кризової ситуації.

Розглядаючи застосування копінг-стратегій для оптимізації постановки життєвих завдань проблемною молоддю, ми спиралися на класифікацію стратегій, запропоновану С. Carver і його колегами [Carver, Scheier, Weintraub, 1989]. Згідно з цією класифікацією найбільший адаптивний потенціал мають копінг-стратегії, спрямовані безпосередньо на вирішення проблемної ситуації. У контексті нашого дослідження це копінг-стратегії, які найбільшою мірою сприяють постановці життєвого завдання, при формулюванні і подальшій реалізації якого та чи інша проблемна ситуація вирішується системно. Їх можна згрупувати в *кілька блоків*.

Найбільш ефективні копінгові стратегії утворюють блок *активних копінгів* – дій проблемної молоді щодо постановки життєвого завдання, яке веде до усунення джерела стресу. Такі копінги нейтралізують конфліктні ситуації чи проблеми і водночас стають стимулами до постановки конкретних життєвих завдань. Перш за все це планування – узгодження своїх дій щодо формулювання і конкретизації життєвого завдання. Це також пошук активної соціальної підтримки – допомоги, поради у свого родинного та соціального оточення – щодо формулювання ефективного життєвого завдання. Крім того, це позитивне тлумачення й зростання – переоцінка дошкільної конфліктної ситуації з погляду її позитивного впливу як основи постановки життєвого завдання і набуття

життєвого досвіду, стимулу до особистісного зростання. Цей копінг забезпечує функцію переозначення негативного впливу проблемних ситуацій у позитивні спонуки до постановки життєвих завдань як ефективних віртуальних засобів упорядкування, гармонізації життя, а також стимуляцію подальших дій на шляху конкретизації, поглиблення та наповнення змістом завершеного формулювання життєвих завдань. До цього блоку слід віднести також прийняття відповідальності – визнання конфліктної ситуації як важливого уроку і переконаність у реальності й ефективності життєвого завдання як засобу вирішення цієї ситуації і шляху особистісного самоздійснення.

Другий блок складають *копінг-стратегії*, які також можуть сприяти трансформації стресової, конфліктної ситуації, але традиційно не пов'язані з активним копінгом. З нашого досвіду, проблемна молодь також активно використовує ці копінг при постановці життєвих завдань. До цього блоку слід віднести пошук емоційної та соціальної підтримки – співчуття й розуміння з боку родинного і соціального оточення, який виконує функцію стимулу при постановці життєвих завдань. Ще одна копінг-стратегія цього блоку забезпечує послаблення суперництва між цими завданнями. Її дія полягає в повному зосередженні на постановці провідного життєвого завдання і зниженні активності щодо інших справ і занять. Така копінг-стратегія, як стримування негативних проявів конфліктної ситуації, також здійснює нейтралізаційну функцію і створює умови для формування провідного життєвого завдання.

Третій блок копінг-стратегій становлять такі, які *не є адаптивними*, однак у деяких випадках допомагають особистості в умовах кризової ситуації дистанціюватися від неї і сконцентруватися на постановці життєвого завдання, підготовці до його реалізації. Це такі прийоми опанування, як фокусування на емоціях і їх вираженні в емоційному відреагуванні проблемної ситуації. Поширеною копінг-стратегією цього блоку є заперечення конфліктної, стресової події; ментальне відсторонення від неї шляхом психологічного відволікання від джерела проблем і стресу через розваги, мрії, сон та ін. Окрім цих стратегій, широко використовуються поведінкове відсторонення як відмова від вирішення ситуації, також конфронтативна копінг-стратегія – емоційний напад, агресивна поведінка в конфліктній ситуації.

Як бачимо, копінг-стратегії цього блоку є вельми ефективними в психоемоційному відстороненні від кризової ситуації. Проте вони створюють певні труднощі в мотивації особистості до постановки життєвих завдань, оскільки молода людина часто-густо не бачить зв'язку між актуальністю свого завдання і кризовою ситуацією, в яку вона потрапила. Як правило, застосування цих стратегій дає змогу тимчасово відсторонитися від негативних і деструктивних думок та дій, пов'язаних із конкретною кризовою ситуацією, приносить тимчасове полегшення, яке не в змозі, однак, усунути загрозову ситуацію. Воно просто допомагає особистості почуватися краще. Більш ефективним видається застосування активних копінг-стратегій як засобу переорієнтації сили емоцій і дій на формулювання адекватного стратегічного життєвого завдання, в якому вирішення конфліктної ситуації є лише частковим аспектом порівняно з основною, стратегічною лінією життя. Завдання фахівців – допомагати проблемній молоді, яка схильна до систематичного застосування неефективних копінгів, спонукати її до використання для постановки життєвих завдань більш адаптивних стратегій.

Важливе значення для підвищення ефективності постановки життєвого завдання проблемною молоддю має розуміння його як динамічного процесу і врахування тих зовнішніх обставин, які можуть справити суттєвий вплив на самоозадачування. Цей вплив може бути пов'язаним із зміною родинного оточення, втратою роботи в умовах соціально-економічної кризи, зміною місця проживання тощо. Проблема особистість, її родинне і соціальне оточення мають зважати на процесуальність постановки і конкретизації у формулюванні життєвого завдання (у тому числі враховувати можливість його зміни) з огляду на виникнення тих чи інших труднощів, які можуть вимагати від молодого людини відповідних копінгів стратегій та відповідних змін у їх застосуванні залежно від перебігу цих труднощів.

Вплив на постановку життєвих завдань можуть справляти і поява нових особистісних утворень, таких як нові цінності, зміна ставлення до людей, більш глибоке осмислення життя та ін. Перебіг кризової ситуації багато в чому зумовлюють вибір та особливості постановки життєвого завдання. Тому врахування специфіки життєвої ситуації й основних її характеристик відіграє важливу

роль у ситуаційному використанні копінгових стратегій у процесі формулювання життєвого завдання проблемною особистістю.

Як свідчить практика, проблемна молодь не застосовує якийсь один блок копінг-стратегій. Вона використовує комплекс прийомів і методів у їх динаміці як для того, щоб упоратися зі стресом, так і для ефективного самоозадачування. Крім того, проблемна молодь далеко не однорідна щодо розуміння своїх життєвих перспектив. На жаль, в її середовищі є певна частина наркозалежної молоді, яка прихильна до свого наркотичного способу життя і не вважає за потрібне його змінювати. Ця молодь використовує переважно копінгові стратегії уникнення-відволікання чи втечі-відсторонення, які конкретизуються через такі копінгові прийоми: фокусування на емоціях і їх вираженні, заперечення, ментальне і поведінкове відсторонення [Тухтарова, 2009]. Доповненням до цих стратегій є пасивне сприйняття допомоги не так у самостійній постановці цих завдань, як у вирішенні проблемної ситуації за рахунок ресурсів близького родинного оточення. При цьому допомога сприймається як належне і потрібне більшою мірою батькам і близьким, а не самій молодій людині.

Тому консультативна і психокорекційна робота психологів, соціальних працівників і наставників спрямовується на те, щоб актуалізувати суб'єктність проблемної молоді людини і допомогти їй сформувати спочатку і більш адаптивні копінгові стратегії. До них можна віднести пошук емоційної соціальної підтримки з боку родинного і соціального оточення з акцентом на самостійності і відповідальності молодих людей у постановці своїх життєвих завдань; пригнічення суперництва між завданням, спрямованим на отримання наркотичного стану, та іншими завданнями; зниження активності щодо інших справ і занять і повне зосередження на моделюванні власного майбутнього. Доцільним також є стримування негативних переживань з приводу конфліктної ситуації і створення необхідних умов для конкретизації поставленого життєвого завдання. У подальшому допомога фахівців в оптимізації постановки життєвих завдань зосереджується на розвитку у своїх підопічних таких активних копінг-стратегій, як планування – узгодження своїх дій з формулювання і конкретизації життєвого завдання, пошук активної соціальної підтримки, позитивне тлумачення й зростання – переоцінка конфліктних ситуацій і їх прийняття як важливого

уроку, стимулу до особистісного зростання та особистісного самоздійснення.

Разом з тим серед наркозалежної молоді є значна частина тих, хто усвідомлює необхідність зміни свого способу життя і ставить перед собою перш за все життєве завдання збереження здоров'я. Для постановки і подальшого вирішення цього завдання шляхом проходження реабілітаційних та ресоціалізаційних програм у відповідних медичних та соціальних центрах ця молодь застосовує такі копінг-стратегії, як пошук емоційної та соціальної підтримки – співчуття й розуміння з боку родинного і соціального оточення, позитивне тлумачення й зростання – переоцінка наявної конфліктної ситуації, а також пригнічення суперництва між життєвими завданнями, яке спонукає до повернення до попереднього, наркотичного, способу життя.

У подальшому молодь, яка обрала вільний від залежності спосіб життя, ставить перед собою такі життєві завдання, які найбільшою мірою відповідають її нагальним потребам та особистісному потенціалу. Ті молоді люди, які перервали навчання через наркозалежний спосіб життя, ставлять перед собою по-новому завдання здобуття освіти самостійності. При цьому вони використовують такі копінг-стратегії, як планування – узгодження своїх дій з формулювання і конкретизації свого життєвого завдання, а також пошук активної соціальної підтримки – допомоги з боку свого родинного і соціального оточення.

Молодь, яка мала певну професію і якусь роботу до свого залежного життя, зосереджує свою увагу на постановці життєвого завдання досягнення матеріальної забезпеченості і комфорту шляхом пошуку й знаходження робочого місця. При цьому вона застосовує копінг-стратегії прийняття відповідальності за своє життя, за реальність і ефективність свого життєвого завдання як засобу особистісного самоздійснення. Це також і позитивне переопрацювання тимчасових труднощів у позитивний досвід, стимул до особистісного зростання.

Серед цієї молоді є й такі особи, що усвідомлюють наявність психологічних проблем і комплексів, недостатній рівень професійної кваліфікації як серйозну перешкоду на їхньому подальшому шляху до соціального самоздійснення. Тому вони ставлять перед собою життєве завдання забезпечення особистісного та професій-

ного саморозвитку. При цьому вони вдаються до таких копінг-стратегій, як пошук активної соціальної підтримки – допомоги з боку фахівців-психологів, наставників у професії; планування своїх дій; самоконтроль; пригнічення суперництва завдань, що блокує повернення до старих способів наркотичного вирішення особистісних проблем, та ін.

Значну частину серед проблемної молоді становлять також хворі на ВІЛ, для яких першочерговим життєвим завданням є збереження здоров'я. Відомо, що захворювання на ВІЛ-інфекцію супроводжується низкою несприятливих соціально-психологічних чинників, які негативно впливають не тільки на фізичне, а й на соціальне і психологічне здоров'я, зумовлюють більш глибоке соціальне відчуження й стигматизацію осіб, інфікованих ВІЛ. Негативно на цю молодь впливають передусім соціальна дискримінація та ізоляція, страх розголошення діагнозу, труднощі при працевлаштуванні, страх заразити своїх близьких, почуття провини тощо. Тому постановка та реалістичне формування життєвого завдання забезпечення здоров'я є важливим для проблемної молоді кроком до вирішення комплексу проблем і життєвих конфліктів, пов'язаних з неспроможністю в разі втрати здоров'я убезпечити власну життєдіяльність. У формулюванні цього завдання важливу роль відіграють відповідні копінг-стратегії.

Виходячи з особливостей постановки завдання максимально можливого забезпечення здоров'я, серед ВІЛ-інфікованої молоді можна виділити *дві групи*. Перша група – це переважно *наркозалежні ВІЛ-позитивні* молоді люди, які *стоять наразі на початку* переживання життєвої кризи, пов'язаної з ураженням ВІЛ. Друга група – це *ВІЛ-інфіковані, які прийняли рішення боротися* за своє життя та здоров'я, а відтак свідомо ставлять і вирішують свої життєві завдання.

Спроби опанувати цю загрозову для життя ситуацію характеризуються схильністю хворих на ВІЛ-інфекцію першої групи до використання більшою мірою дезадаптивних варіантів копінг-стратегій і незначною – адаптивних способів опанування кризової ситуації. Переважання у хворих з ВІЛ-інфекцією захисних механізмів, які спотворюють, заперечують і фальсифікують сприйняття реальності, призводить до формування пасивних варіантів копінг-

стратегій, що зумовлює низьку стресостійкість і розвиток дезадаптивної копінг-поведінки в постановці життєвих завдань.

Перша група молоді з ВІЛ-інфекцією частіше використовує пасивні копінг-стратегії, а саме відсторонення, втечу-уникнення і конфронтативний копінг, що відображає її схильність до уявних намагань і поведінкових зусиль, спрямованих на відмежування від ситуації й зменшення її значущості. Частота використання конфронтативного копіngu свідчить про наявність агресивних тенденцій, спрямованих на зміну ситуації. При цьому така молодь схильна шукати винуватців своїх невдач у зовнішньому середовищі, не визнає своєї ролі в постановці життєвих завдань, адекватні вирішенню поставлених проблем.

Неконструктивні копіngи ведуть до наростання напруженості і збереження проблемної поведінки, емоційної виснаженості і внутрішнього дискомфорту й, відповідно, перешкоджають формуванню життєвого завдання на забезпечення здоров'я в умовах захворювання на ВІЛ-інфекцію. Як правило, низький рівень відповідальності, самоконтролю у хворих з ВІЛ-інфекцією зумовлений наркозалежною поведінкою. У постановці і вирішенні життєвого завдання забезпечення здоров'я ця група ВІЛ-інфікованої молоді потребує допомоги з боку фахівців, зокрема в належній психокорекції її неоптимальних копіng-стратегій і у формуванні нових, більш адаптивних засобів опанування своєї проблемної ситуації.

На відміну від першої групи друга група ВІЛ-інфікованої молоді свідомо ставить перед собою життєве завдання збереження здоров'я. Вона широко використовує такі активні копіng-стратегії, як прийняття відповідальності, самоконтроль, планування вирішення проблеми, пошук соціальної підтримки. Ці копіngові засоби є успішними і використовуються для підвищення самооцінки, зміцнення впевненості у власній спроможності опанувати загрози своєму психологічному і соціальному здоров'ю.

Досить поширеним у репертуарі копіng-стратегій молоді з ВІЛ-інфекцією другої групи є адаптивний механізм пошуку соціальної підтримки, який часто спрямовується на постановку таких життєвих завдань, як створення сім'ї задля пригнічення почуття самотності, взяття шлюбу між інфікованими людьми, особистісний розвиток шляхом взаємодії з різними релігійними конфесіями. За-

значена стратегія передбачає пошук ресурсів для самозадачування, зокрема інформаційної й емоційної підтримки в соціальних мережах. При постановці життєвого завдання забезпечення здоров'я ця група ВІЛ-інфікованої молоді також широко використовує активні копінг-стратегії прийняття відповідальності, планування вирішення проблеми і відносно адаптивний копінг позитивної переоцінки. Це обумовлено тим, що ця молодь розуміє власну відповідальність за збереження свого здоров'я і працездатності. Вона усвідомлює важливість для цього позитивної переоцінки ситуації з фокусуванням на розвитку власної особистості, посиленні спроможності до планування своїх життєвих завдань, здатності до мобілізації зусиль на зміну життєвої ситуації.

Таким чином, оптимізація постановки життєвих завдань проблемною молоддю суттєво залежить від репертуару та якості її копінг-стратегій. На жаль, певна її частина зазвичай вдається до неефективних видів таких стратегій. Ця молодь потребує допомоги в переорієнтації на застосування позитивних копінг-стратегій та коригування механізмів, які забезпечують самозадачування.

Інша частина проблемної молоді ефективно застосовує адекватні копінг-стратегії для оптимізації постановки своїх життєвих завдань. Основними функціями зазначених стратегій у цій оптимізації є: переозначення негативного впливу кризових життєвих ситуацій у позитивні спонуки до постановки життєвих завдань як ефективних віртуальних засобів упорядкування, гармонізації життя; нейтралізація внутрішньоособистісного конфлікту щодо постановки конкретних життєвих завдань і стимуляція особистісного вибору, подальших дій на шляху конкретизації і поглиблення розгорнутого формулювання життєвих завдань.

Отже, копінг-стратегії ефективно оптимізують постановку різних життєвих завдань, перш за все такого життєвого завдання, як забезпечення здоров'я. Також вони ефективні і при самозадачуванні щодо таких життєвих завдань, як забезпечення особистісного та професійного саморозвитку, досягнення матеріальної забезпеченості і комфорту, здобуття освіти-самостійності. Їх систематичне застосування, особливо стратегій планування, пошуку активної соціальної підтримки, позитивного тлумачення й зростання, прийняття відповідальності, суттєво сприяє підготовці проблемної молоді

до постановки такого важливого для неї завдання, як реалізація життєтворчості.

Наставництво як засіб оптимізації постановки життєвих завдань проблемною молоддю. Зазвичай наставництво розглядається як форма передачі знань, умінь, досвіду від більш досвідченої особистості до менш досвідченої. Як правило, його використовують у сфері професійного навчання, здебільшого на робочому місці. Існують різні визначення наставництва, які включають перш за все підтримку, керівництво, сприяння підопічному. Особливість наставництва як взаємодії сторін полягає в мистецтві слухання, постановці питань, відкритті наставником подальших перспектив розвитку та вмінні молодшої людини побачити їх. Наставництво можна визначити як процес, який охоплює коучинг, консультування, фасилітацію і підтримку, доступ до інформації, створення мережі контактів та ін. [Landsberg, 1996].

Найчастіше виділяють три найзагальніші типи наставництва: корпоративне, кваліфікаційне (професійне) і соціальне. Практика реабілітаційної та ресоціалізаційної роботи з проблемною молоддю переконує в тому, що соціальне та професійне наставництво з метою передачі досвіду може ефективно застосовуватись у роботі з молоддю для засвоєння нею позитивного життєвого досвіду (Н. В. Ковальова, І. В. Деткова та ін.) і зокрема оптимізації постановки життєвих завдань. Ми спробуємо розглянути наставництво в соціально-психологічному контексті під кутом зору його ролі в оптимізації самоозадачування проблемної молоді.

У цілому наставництво в контексті, що нас цікавить, можна визначити як процес підтримки підопічного в процесі його особистісного розвитку; як взаємодію, направлену на підвищення життєвої компетентності (соціальної та професійної) у постановці життєвих завдань; як особливий тип стосунків, у яких важлива роль належить об'єктивності, довірі, чесності, відвертості, надійності та конфіденційності як з боку наставника, так і з боку підопічного.

Незважаючи на значну роль постаті наставника, усе ж найважливішою особою цього процесу є підопічний. Від нього, його суб'єктного потенціалу та вольових зусиль залежить успіх постановки життєвого завдання. Серед його основних настановлень щодо процесу наставництва найважливішими є:

- бажання навчитися реалістично ставити життєве завдання і наполегливо, послідовно його вирішувати;
- готовність брати на себе всю повноту відповідальності за своє життя, за прийняття і виконання власних рішень;
- творче сприйняття допомоги від наставника, інших представників близького та соціального оточення в постановці та реалізації життєвих завдань.

Наразі існують різні погляди на роль наставника та особливості його взаємодії з підопічним. Наставник наснажує підопічного, зміцнює його дух, заохочує його до успіхів і власних здобутків та ділиться з ним своїм життєвим досвідом. Він не ставить за мету давати інструкції, вказівки і робити якісь обмеження. Як зазначав Д. Клаттербак, наставник – це людина, яка має досвід і готова ділитися ним із менш досвідченими колегами в умовах взаємної довіри. Найважливішою ознакою наставника у ставленні до підопічного є поєднання позицій більш досвідченого старшого і товариша. Соціальний наставник проблемної молоді є старшим товаришем і більш досвідченим по життю консультантом, експертом – порадником, що допомагає підопічному в різних життєвих ситуаціях [Clutterbuck, 1991] і серед них – у постановці життєвих завдань. Коли йдеться про проблемну молодь, то можна виділити два типи наставників. *Перший тип* – це колишній наркозалежний чи ВІЛ-позитивний соціальний працівник, який свого часу сам пройшов реабілітацію і має власний досвід виходу із залежності або успішного життя з ВІЛ. Як соціальний працівник, він також має досвід надання необхідної допомоги своїм підопічним у постановці та вирішенні ними життєвих завдань, таких як збереження здоров'я, забезпечення особистісного та професійного саморозвитку, здобуття освіти-самостійності, та ін. *Другий тип* наставників – це фахівці-психологи, соціальні працівники, соціальні педагоги, які не мають особистого досвіду подолання наркозалежності чи життя з ВІЛ, проте мають особистий досвід успішної постановки та вирішення своїх життєвих завдань, а також можуть допомогти своїм підопічним у розвитку компетенцій самозадачування. У цілому серед найважливіших якостей наставника основними є: авторитетність, наявність власного позитивного досвіду постановки і вирішення життєвих завдань; успішність у подоланні залежності в її різних формах і проявах та налагодження повноцінного життя за умови

захворювання на ВІЛ-інфекцію; бажання і вміння передавати набуті знання, досвід своїм підопічним.

Наставник має готуватися до виконання своєї ролі, аналізувати, визначати і передбачати можливі потреби, які з'являються у його підопічного в процесі вибору і визначення основного життєвого завдання. Він повинен звертати увагу на умови життя, особливості провідної конфліктної ситуації підопічного, а також на його індивідуальні особливості – переконання, здібності, прагнення, стилі поведінки.

Наставник стимулює процес усвідомлення змісту конкретних життєвих завдань шляхом постановки запитань, які конкретизують та уточнюють їх зміст. Якісній та ефективній постановці підопічним життєвого завдання сприятиме також перевірка відповідності цього завдання критеріям “SMART”. Тобто завдання має бути конкретно вимірюваним, досяжним, розрахованим щодо строків реалізації, відповідати прагненням і намірам підопічного. Передусім мають бути отримані відповіді на такі запитання: що буде результатом постановки життєвого завдання?; як буде вимірюватися, за якими критеріями оцінюватися результат його постановки?; які ресурси потрібні підопічному для досягнення цього результату?; у які строки має бути досягнутий результат?; чому важливо (для підопічного, для наставника, для близького та соціального оточення) сформулювати і конкретизувати це завдання?

Важливою умовою оптимізації постановки життєвих завдань підопічним є налагодження, розвиток та збереження міжсуб'єктних стосунків у спілкуванні між ним і наставником. До засобів, які допомагають створити такі умови, належать: концентрація на поведінці, а не на особистості – що людина робить, а не якою, на чийсь думку, вона видається; використання у своїй мові дієслів, які характеризують дії, а не прикметників, які стосуються якостей; спостереження, а не інтерпретація – що було сказано чи зроблено, а не завдяки чому (за припущенням наставника); опис, а не оцінка і судження про дії підопічного; бути конкретним і не поспішати узагальнювати; приділяти увагу інформації й концепціям, уникаючи порад; орієнтуватися на підопічного – надавати йому ту кількість інформації, яку він здатний сприйняти, а не ту, яку хотілося б повідомити наставнику; говорити про настановлення, підходи і поведінку, які можна змінити.

Своєрідною, більш розвинутою формою міжсуб'єктної взаємодії, сфокусованої на передачі професійного і соціального життєвого досвіду від більш досвідченого фахівця до менш досвідченого, є супервізія. Хоча в класичній формі її розглядають як один із методів теоретичного й практичного підвищення кваліфікації фахівців із психотерапії, клінічної психології, соціальної роботи [Браун, Боурн, 2004], проте супервізія також ефективно застосовується як наставництво, менторство в соціально-психологічному супроводі в процесі реабілітації та ресоціалізації проблемної молоді. Зокрема, накопичений досвід супервізійної роботи та виокремлення її основних функцій [Ховкінс, Шохет, 2002] дають змогу конкретизувати важливі аспекти оптимізації постановки життєвих завдань проблемною молоддю в різних життєвих сферах у процесі взаємодії наставника і підопічного. Серед цих функцій найбільш важливі такі.

Діагностична функція – одна з найперших серед них. Наставник допомагає спрямувати свідомість і волю підопічного на виявлення й контроль ним своїх особливостей у постановці життєвих завдань (опанування недоліків, “сліпих плям”, уразливих сторін, пересудів). Зважаючи на те, що переважна більшість підопічних має особистісні проблеми, важливо переорієнтувати їх на постановку такого життєвого завдання, як забезпечення особистісного саморозвитку. Важливим поштовхом до цього є сама особистість наставника, його життєвий приклад, переконаність у тому, що професійний саморозвиток тісно пов'язаний з особистісним саморозвитком і багато в чому залежить від нього.

Освітньо-навчальна (формувальна) функція передбачає розвиток у підопічного під впливом наставника вмінь, навичок, розуміння й здатностей, рефлексії постановки підопічним своїх життєвих завдань. Якщо це стосується такого життєвого завдання, як досягнення матеріальної забезпеченості і комфорту, то наставник власним досвідом стимулює наркозалежного підопічного до реалістичності в постановці цього завдання. Його мета – переконати підопічного, що спочатку більш посильним для нього, можливо, буде завдання стати успішним соціальним працівником у цьому чи якомусь іншому реабілітаційному центрі. Він заохочує підопічного використати час реабілітації для свідомого переймання в наставника його вмінь та навичок. Не зважати при цьому на те, що свого часу підопічний за день міг “заробити” більше, ніж його наставник

наразі за місяць. Не ставити собі амбітного завдання пошуку такої роботи, яка б повною мірою задовольняла його чималі запити, що за даних обставин є нездійсненними з огляду на кваліфікацію та наявні можливості підопічного.

Важливою є також *підтримувальна функція* процесу наставництва. Вона полягає в наснаженні життєстійкості підопічного, аби він міг протистояти впливам з боку життєвих проблем у сфері визначення своїх життєвих завдань, беручи до уваги, що наставник і підопічний можуть сприяти оптимізації процесу самоозадачування. Підтримка з боку наставника додає підопічному сил, щоб справитися із самотністю, психоемоційною зацикленістю на власних проблемах і психоемоційним виснаженням.

Функція розвитку і конкретизації підопічним своєї компетентності у сфері самоозадачування полягає в допомозі йому з боку наставника у визначенні, усвідомленні та корекції виявлених обмежень, упереджень і стереотипів сприйняття, які є причиною його труднощів у процесі постановки життєвих завдань, розширенні його свідомості щодо нових ресурсів та можливостей, яких підопічний часто не помічає. Зокрема, при постановці життєвого завдання здобуття освіти-самостійності підопічний повинен краще зорієнтуватися у своїх домаганнях та уподобаннях, більш чітко визначитися, наприклад, чи схилитися до прийняття допомоги батьків, поступившись самостійністю, чи робити акцент на самостійності у прийнятті рішення де і чого навчатися, враховуючи всі труднощі в разі обмеження такої допомоги.

Дослідницько-пізнавальна (рефлексивна) функція реалізується за рахунок уважного феноменологічного опису і прийняття до уваги характеристик особистості підопічного та його способів постановки життєвих завдань з метою їх подальшої оптимізації. Наприклад, при постановці життєвого завдання професійного саморозвитку попередня освіта і спеціалізація, набуті молоддю людиною під впливом та завдяки відповідним затратам батьків, на даному етапі її не влаштовують. Наставник сприяє осмисленню та адекватній самооцінці ставлення підопічного до даної професії, її можливостей для його професійного і соціального самоздійснення та орієнтує на оптимальний життєвий вибір.

Важлива роль належить *ціннісно-смісловій функції*, яка передбачає розвиток здатності і наставника, і підопічного з повагою

ставитися до розмаїтості систем цінностей – власних і соціального оточення, з яким вони стикаються при постановці життєвих завдань підопічним. Ця функція найбільшою мірою, на наш погляд, сприяє постановці життєвого завдання реалізації життєтворчості.

Варто зазначити, що наведені вище функції відіграють важливу роль в оптимізації постановки підопічним всієї різноманітності життєвих завдань, а не лише згаданих нами. Роль наставника – допомагати йому систематично помічати, усвідомлювати, розуміти й аналізувати свої дії і свою поведінку, стимулювати його до більш якісної постановки власних життєвих завдань.

Кожна функція наставництва реалізується через відповідні соціально-психологічні механізми міжсуб'єктної взаємодії. На несвідомому рівні наставництво забезпечується завдяки формуванню позитивного переносу, частиною якого є несвідомі механізми ідентифікації й наслідування. На свідомому рівні це міжсуб'єктна взаємодія, у процесі якої підопічний завдяки механізмам підтримки і наснаження з боку свого досвідченого колеги набуває життєвих компетенцій у самоозадачуванні.

Для більшої ефективності спілкування наставник має враховувати певні правила. Вони є основою колегіальних, партнерських стосунків, коли йдеться про співпрацю наставника з підопічним. До таких приписів належить правило згортання своїх переконань, яке передбачає утримання наставника, наскільки це можливо, від власних очікувань, припущень, упереджень щодо життєвого завдання підопічного. Правило опису зобов'язує утримуватися в процесі слухання від спроб пояснити, заперечити чи підкоригувати те, що пропонується підопічним як конкретизація свого життєвого завдання внаслідок, можливо, поспішних, редуційних інтерпретацій. Наставник не тільки має звертати увагу на те, що стосується запитів підопічного щодо його життєвого завдання, а й допомагати йому з'ясувати важливі особливості постановки свого життєвого завдання шляхом розширення контексту.

Правило вирівнювання важливості даних, що мають стосунок до постановки підопічним свого завдання, орієнтує на те, щоб усі життєві проблеми та обставини, які заслуговують на увагу і стосуються життєвих завдань підопічного, попередньо розглядалися як потенційно рівнозначні. Це дає змогу від самого початку уникнути деформацій процесу самоозадачування підопічного. Важливо брати

до уваги уразливість підопічного, яка насамперед зумовлена можливим страхом оцінювання його з боку більш досвідченого наставника, обмеженістю життєвого досвіду, сумнівами щодо власної життєвої компетентності, підвищеною тривожністю через можливі помилки і їх наслідки.

Для продуктивної атмосфери міжсуб'єктного спілкування важливо, щоб наставник по змозі оберігав і підтримував самооцінку підопічного, уникав будь-якого маніпулювання ним, зловживаючи своєю компетентністю. “Бути разом” у процесі постановки та конкретизації підопічним життєвого завдання означає надання йому можливості відкрито висловлюватися з приводу всіх аспектів, що виникають; робити будь-які припущення, ставити будь-які запитання, не думаючи про їхню значущість або доречність; вільно ділитися своїми переживаннями як із приводу своїх життєвих ситуацій, так і з приводу того, що є найбільш важливим для нього в його життєвому завданні, без необхідності підлаштовуватися під наставника.

Для розвитку життєвої компетентності підопічного доцільно також, щоб наставник усвідомлював власну обмеженість у розумінні життєвих завдань підопічного, його ресурсів у їх постановці, своїх можливостей наставляти та наснажувати підопічного. Відмова від образу, ролі всемогутнього помічника, що не помиляється, прискіпливого експерта робить процес наставництва живим діалогом, який реалізується не як робота “для підопічного” чи “замість нього”, а скоріше як спільний пошук можливих конкретизацій, що стосуються оптимізації його самоозадачування.

Одним з елементів наставництва є *лайф-коучинг*. Це різновид соціально-психологічного супроводу, який допомагає клієнтові більш свідомо керувати власним життям, дає змогу віднайти баланс різних сфер життя, жити й діяти ефективніше. І в цьому сенсі сприяє оптимізації постановки життєвих завдань. Особливість коучингу як специфічної допомоги людині у сфері міжособистісних стосунків полягає в акцентуванні на чіткому визначенні своїх цілей і завдань, концентрації на їх досягненні й отриманні значних результатів за найкоротший строк з максимальною віддачею і найменшими зусиллями [Landsberg, 1996]. У структурі наставництва у випадку його застосування в роботі з проблемною молоддю лайф-коучинг передбачає більш високий рівень розвитку суб'єктності підопічно-

го, його свободи і відповідальності за результати власної діяльності. Він застосовується до певної частини проблемної молоді з високим особистісним і творчим потенціалом, лідерів груп взаємодопомоги і громадських організацій, які ставлять амбітні життєві завдання, такі, наприклад, як здобути вищу освіту, набути високу кваліфікацію у своїй професії, отримати високу посаду в престижній міжнародній організації тощо.

Розглядаючи постановку життєвих завдань у цілому, слід зазначити, що йдеться про певний процес. Тому і наставництво щодо його оптимізації має свої етапи. Наставник повинен звернути увагу підопічного на необхідність ставити реалістичні життєві завдання на більш-менш визначений строк. А підопічний має зосереджуватися на власних аспектах самоозадачування. Постановку життєвого завдання молодій людині доцільно конкретизувати в декілька коротких, чітких, зрозумілих етапів.

Перший етап – це визначення першочергового життєвого завдання. Уся відповідальність за постановку основного життєвого завдання лежить на підопічному. Це можуть бути і завдання збереження здоров'я, і забезпечення особистісного та професійного саморозвитку, і досягнення матеріальної забезпеченості і комфорту чи здобуття освіти-самостійності. Наставник може включатися у супровід на кожному етапі визначення головного для підопічного життєвого завдання з-поміж інших важливих завдань. Проте на етапі визначення життєвого завдання його роль обмежується допомогою в тому, щоб поділитися своїм досвідом і розумінням. Часом важливо розповісти молодій людині, як він колись вибирав своє провідне життєве завдання, порадити звернутися до тих колег з групи взаємодопомоги, які потрапляли в аналогічні ситуації. Отже, позиція наставника в тому, щоб бути активним слухачем висловлюваних його підопічним роздумів та сподівань.

Наступним, *другим, етапом* має стати заохочення підопічного до самостійної конкретизації формулювання життєвого завдання. Вибір життєвого завдання є важливим кроком. Проте цього недостатньо. Щоб постановка завдання була реалістичною, необхідно його конкретизувати. Якщо йдеться про завдання забезпечення здоров'я для наркозалежного, то це завдання потребує певних уточнень – коли і де, в якому центрі доцільно пройти курс реабілітації, які ресурси для цього потрібні, якою мірою в цьому можуть допо-

могти батьки чи рідні, чи потрібно проходити додаткове обстеження здоров'я на туберкульоз, гепатити, інші захворювання тощо. Якщо це ВІЛ-інфікована молода людина, то для неї можуть бути важливими такі конкретизації: де і як пройти обстеження щодо свого основного захворювання, чи мають місце супутні хвороби, де і як їх лікувати, за які кошти, хто може надати допомогу в лікуванні тощо.

Однією з важливих характеристик добре сформульованого життєвого завдання є його розумна конкретизованість. Тому допомога наставника важлива і тому, щоб із застосуванням стратегічних, актуалізуючих суб'єктність підопічного питань націлити його на передбачення труднощів та їх ефективно подолання, а також орієнтувати його на передбачення власної поведінки в таких ситуаціях і її корекцію. Наставник може в потрібний момент надавати чіткі пояснення і нагадувати про допоміжні варіанти переформулювання життєвого завдання, які можуть виявитися доступними й корисними.

Один з найважливіших аспектів ролі наставника полягає в тому, що його дії не повинні впливати на рішення підопічного. Йому слід заохочувати підопічного самостійно опрацьовувати ситуацію і приймати власні рішення за будь-яких обставин. Наставник – це активний рефлексивний слухач, а не “уповноважений” з порад та вирішення конфліктів і проблем підопічного. Наставник має займати об'єктивну, конфіденційну позицію, яка створює необхідний простір для розвитку і реалізації суб'єктності підопічного.

Третім етапом є забезпечення наставником підтримки при конкретизації підопічним свого життєвого завдання. У процесі уточнення, конкретизації життєвого завдання (його змісту, сили мотиву, імовірних перешкод, термінів, ресурсів тощо) наставник має перебувати в постійному контакті з підопічним, щоб забезпечити йому необхідну підтримку, головним чином у пошуку можливих ресурсів, які дали б змогу запобігти можливим провалам у подальшій реалізації, убезпечити підопічного від майбутніх невдач і впадання у відчай і депресивні стани. Це означає погодження планів зустрічей з необхідною, на думку обох, частотою, враховуючи потреби підопічного щодо нагальних зустрічей для опрацювання своїх труднощів. Наставнику важливо при цьому не нав'язувати підопічному свої думки чи наміри стосовно його життєвого завдання, а

дати йому змогу вирішувати самому. Часто-густо підопічний просить у свого наставника прямих порад чи пропозицій. Доцільно надавати поради лише тоді, коли це стає єдино правильним рішенням, і робити це корисно не в прямій формі, а опосередковано, супроводжуючи поради наданням різнобічної додаткової інформації, у тому числі альтернативної. Головне для наставника – допомогти підопічному в подоланні помилок та осмисленні негативних почуттів: невпевненості в собі, самозневаги, почуття провини, власної некомпетентності. Стосунки наставництва мають бути вільними від оцінювання, осуду, зневаги і ризику. Наставник може застосовувати рефлексивні питання для того, щоб допомогти підопічному проаналізувати причини перешкод у конкретизації формулювання життєвого завдання, а також звернути увагу на нові аспекти і переваги, які виникли під час його формулювання. Це дозволяє йому навчити підопічного ставитися до своїх помилок і прорахунків як до можливостей навчання та набуття досвіду. Він постійно зміцнює впевненість і мотивацію підопічного, щоб допомогти йому сформулювати позитивне ставлення до життєвого завдання в його конкретизованому вигляді, а також волю і бажання до його подальшого вдосконалення.

Заключним, *четвертим, етапом* є допомога наставника в оцінюванні формулювання життєвого завдання. Існує різниця між супроводом постановки життєвого завдання підопічним і допомогою в оцінюванні його як завершеного формулювання. Роль наставника полягає в тому, щоб допомогти підопічному оцінити теперішню форму свого життєвого завдання. На цьому етапі сформульоване і конкретизоване життєве завдання має вигляд більш-менш детального плану послідовності зрозумілих і конкретних дій, які необхідно виконати у відповідні строки. Особливе значення має реалістична самооцінка цього плану самим підопічним і згода з нею наставника. При цьому велике значення для впевненості підопічного у своїх силах у процесі підготовки до подальшої реалізації життєвого завдання має кредит довіри з боку наставника до його формулювання підопічним на етапі постановки. Цей кредит довіри може виражатися і у вербальній підтримці, і в невербальному схваленні позиції підопічного та в подальшому його супроводі на етапі реалізації сформульованого життєвого завдання.

Таким чином, важливими засобами оптимізації постановки життєвих завдань проблемної молоді є соціальне та професійне наставництво, до яких доцільно долучити елементи супервізії і лайф-коучингу. Вони допомагають проблемній молоді оптимізувати процес постановки життєвих завдань перш за все у сфері соціальної самореалізації, зокрема у професійному саморозвитку. Як процес, наставництво має певні етапи. У самоозадачуванні воно реалізує діагностичну, освітньо-навчальну, підтримувальну, дослідницько-пізнавальну та ціннісно-смыслову функції. Наставництво також стимулює актуалізацію суб'єктного механізму постановки життєвих завдань проблемною молоддю, сприяє узгодженню її цінностей і пріоритетів.

Міжсуб'єктна взаємодія проблемної молоді в процесі соціально-психологічного супроводу забезпечує оптимізацію постановки життєвих завдань і подальше соціальне самоздійснення. Така взаємодія реалізується завдяки важливим соціально-психологічним механізмам. Перш за все це механізми актуалізації суб'єктності, фасилітації та наснаження. Зокрема, у випадку постановки життєвого завдання у сфері професійного навчання та особистісного розвитку – це механізми наслідування, ідентифікації та інтеріоризації персональних здібностей, ретрансляції набутих життєвих компетенцій від більш досвідчених наставників до менш досвідчених підопічних, механізм позитивних життєвих домагань щодо постановки життєвого завдання набуття професії.

ПІСЛЯМОВА

Дослідження життєвих завдань як способу оптимізації самоздійснення особистості ми не сприймаємо як остаточно завершене. Саме тому таким важливим є для нас зворотний зв'язок з читачами, можливість налагодження відкритого і конструктивного діалогу.

Перспективу дослідження вбачаємо у вивченні соціально-психологічних практик, що забезпечують смислогенне повсякденне життєконструювання особистості. Актуальність роботи полягає в необхідності осмислення психологічних наслідків соціальних змін, що вимагає підвищеної рефлексії щодо соціально-психологічних практик як способу особистісного життєконструювання.

Кардинальність соціальних змін, у яких так довго перебуває українське суспільство, неминуче викликає перегляд базових переконань і цінностей, що позначається на типових особистісних практиках як способах конструювання життя, підвищення його якості. Спроба визначити евристичний потенціал концепту “соціально-психологічні практики” стосовно процесу побудови особистістю свого життя підвищує своєчасність майбутнього дослідження. Своєчасність його також обумовлена недостатньою теоретичною та практичною розробленістю проблеми життєтворення, життєпроекткування, життєконструювання, що є одним із першочергових наукових завдань, які стоять перед соціально-психологічною наукою.

На сьогоднішній день практично недослідженими залишаються теоретико-методологічні, культурні та інші передумови соціально-психологічних практик як способу особистісного життєконструювання. Досі немає єдиного підходу до розмаїтості наявних практик, не проаналізовано їхній смислогенний потенціал, механізми формування та реалізації. За нашими прогнозами, очікувані результати дають

зможу здійснювати керовані інтервенції, спрямовані на пере-структурацію актуального поля життєконструювання, що уможливить розширення діапазону та підвищення ефективності застосовуваних особистістю соціально-психологічних практик самоконструювання.

Зважаючи на те, що практики життєконструювання за-даються минулим досвідом і реалізуються в конкретній си-туації, існує потреба у визначенні чинників, що впливають на їх формування та оптимізацію. Наукова цінність заплано-ваної роботи полягатиме у створенні теоретико-методоло-гічних засад вивчення соціально-психологічних практик як способу життєконструювання.

Серед якісних показників ефективного життєконстру-ювання плануємо акцентувати увагу на підвищенні рівня суб'єктивної задоволеності життям, зростанні особистісного капіталу, більшій професійній та сімейній самореалізованос-ті. Намічається визначити координати соціально-психологіч-них практик у предметному полі постнекласичних дослі-джень; проблематизувати зміст соціально-психологічних практик, застосовуваних особистістю в процесі життєконст-руювання; запропонувати класифікаційні критерії соціаль-но-психологічних практик життєконструювання; розробити методичний інструментарій та дослідити специфіку соціаль-но-психологічних практик як способу особистісного життє-конструювання; запропонувати методологічні засади опти-мізації конструювання особистістю власного життя.

Сподіваємось, що майбутні результати дослідження зможуть бути використані для розроблення індивідуальних та групових технологій оптимізації життєздійснення, роз-ширення діапазону та підвищення ефективності способів самотворення, що підвищить конкурентоспроможність осо-бистості в непростому і важкопрогнозованому сучасному світі. Розкриття закономірностей побудови людиною влас-ного життя сприятиме розвитку рефлексивних здібностей, саморегулятивних механізмів, відповідальності, що полег-шить подолання складних життєвих ситуацій, оптимізує здійснення професійних, кар'єрних, політичних, сімейних, комунікативних виборів.

ЛІТЕРАТУРА

Абульханова К. А. Время личности и время жизни / К. А. Абульханова, Т. Н. Березина. – СПб. : Алетейя, 2001. – 304 с.

Абульханова К. О. Методологічне значення категорії суб'єкта для сучасної психології / К. О. Абульханова // Людина. Суб'єкт. Вчинок: філософсько-психологічні студії / за заг. ред. В. О. Татенка. – К. : Либідь, 2006. – С. 37–51.

Абульханова-Славская К. А. Развитие личности в процессе жизнедеятельности / К. А. Абульханова-Славская // Психология формирования и развития личности / отв. ред. Л. И. Анцыферова. – М. : Наука, 1981. – С. 19–44.

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

Адлер А. Индивидуальная психология как путь к познанию и самопознанию человека // Адлер А. Наука жить / А. Адлер. – К. : Port-Royal, 1997. – С. 26–42.

Адлер А. Очерки по индивидуальной психологии / А. Адлер; пер. с нем., науч. ред. А. М. Боковикова. – М. : Когито-Центр, 2002. – 220 с.

Адлер А. Практика и теория индивидуальной психологии: лекции по введению в психотерапию для врачей, психологов и учителей / А. Адлер. – М. : Изд-во Института Психотерапии, 2002. – 214 с.

Адорно Т. Типы и синдромы. Методологический подход / Т. Адорно // Социологические исследования. – 1993. – № 3. – С. 75–85.

Александрова Л. А. К концепции жизнестойкости в психологии / Л. А. Александрова // Сибирская психология сегодня : сб. научн. трудов. – Кемерово : Кузбассвузиздат, 2004. – Вып. 2. – С. 82–90.

Александрова Л. А. О составляющих жизнестойкости личности как основе ее психологической безопасности в современном мире / Л. А. Александрова // Известия ТРТУ. Темат. вып. “Гуманитарные проблемы современной психологии”. – Таганрог : Изд-во ТРТУ, 2005. – № 7(51). – С. 83–84.

Алікіна Н. В. Детермінанти руйнації життєвих домагань особистості / Н. В. Алікіна // Життєві домагання особистості: [монографія] / за ред. Титаренко Т. М. – К. : Педагогічна думка, 2007. – С. 52–70.

Альмодовар Ж.-П. Рассказ о жизни и индивидуальная траектория: сопоставление масштабов анализа / Ж.-П. Альмодовар // Вопросы социологии. – 1992. – Т. 1, № 2. – С. 98–105.

Ананьев Б. Г. Человек как предмет познания / Б. Г. Ананьев. – М. : Наука, 1977. – 380 с.

Анастаси А. Психологическое тестирование : в 2 кн. / А. Анастаси. – М. : Педагогика, 1982. – Кн. 2. – 318 с.

Андреева Г. М. Образ мира в структуре социального познания / Г. М. Андреева // Мир психологии. – 2003. – № 4. – С. 31–40.

Антаков С. М. Стокгольмский синдром и феномен любви к насильнику / С. М. Антаков // Насилие и ненасилие: Философия, политика, этика : матер. междунар. интернет-конф., проходившей 15 мая – 31 июля 2002 г. на информационно-образовательном портале www.auditorium.ru / Ин-т философии РАН ; под ред. Р. Р. Апресяна. – М. : Фонд Независимого радиовещания, 2003. – С. 146–149.

Анцыферова Л. И. Гуманистически-экзистенциальный поход к мудрости: способы постижения истинного я и призвания человека / Л. И. Анцыферова // Психологический журнал. – 2005. – № 3. – С. 5–15.

Асмолов А. Г. Культурно-историческая психология и конструирование миров / А. Г. Асмолов. – М. : Ин-т практической психологии ; Воронеж : МОДЭК, 1996. – 768 с.

Асмолов А. Г. По ту сторону сознания; методологические проблемы неклассической психологии / А. Г. Асмолов. – М. : Смысл, 2002. – 480 с.

Бабинцев В. Д. Лидерство и аутсайдерство в молодежной среде региона / В. Д. Бабинцев, И. В. Бояринова, Е. В. Реутов // Социологические исследования. – 2008. – № 2. – С. 76–82.

Байкова Л. А. Теоретико-методологические основы исследования проблемы психологического и социального здоровья / Л. А. Байкова // Известия ТРТУ. Темат. вып. “Гуманитарные проблемы современной психологии”. – Таганрог : Изд-во ТРТУ, 2005. – № 7(51). – С. 86–88.

Балакірєва О. М. Методологічні підходи та методи соціологічних досліджень соціальних проблем і процесу соціалізації молоді / О. М. Балакірєва, О. О. Яременко // Молодь України у дзеркалі соціології / за ред. О. М. Балакірєвої і О. О. Яременка. – К. : УІСД, 2001. – С. 14–27.

Балл Г. А. О психологическом содержании понятия “задача” / Г. А. Балл // Психология в рациогуманистической перспективе. – К. : Основа, 2006а. – С. 131–145.

Балл Г. А. Понятие задачи в исследовании и проектировании педагогического процесса / Г. А. Балл // Психология в рациогуманистической перспективе. – К. : Основа, 2006б. – С. 160–170.

Балл Г. А. Теория учебных задач / Г. А. Балл. – М. : Педагогика, 1990. – 184 с.

Бандура А. Теория социального научения: пер. с англ. / А. Бандура. – СПб. : Евразия, 2000. – 320 с.

Баранова А. В. Экономико-психологические детерминанты субъективного качества жизни: автореф. дис. ... канд. психол. наук : спец. 19.00.05 “Социальная психология” / А. В. Баранова. – М., 2005. – 19 с.

Барт Р. Мифологии / Р. Барт. – М. : Изд-во им. Сабашниковых, 2000. – 320 с.

Батраченко І. Г. Вступ до психології антиципації / І. Г. Батраченко. – Дніпропетровськ : Вид-во ДДУ, 1996. – 92 с.

Бауман З. Индивидуализированное общество / З. Бауман. – М. : Логос, 2005. – 390 с.

Бауман З. Текущая современность / З. Бауман. – СПб. : Питер, 2008. – 240 с.

Бахтин М. М. Эстетика словесного творчества / М. М. Бахтин. – М. : Искусство, 1986. – 445 с.

Березина Г. Н. Генетические и структурные взаимосвязи в развитии личности. Жизненный путь личности: осознаваемые и неосознаваемые аспекты (2004) [Электронный ресурс] / Г. Н. Березина. – Режим доступа: <http://5ka.su/ref/psihologiya>.

Бех І. Д. Проблема особистісних цінностей: стан і орієнтири дослідження / І. Д. Бех // Українська психологія: сучасний потенціал : матер. Четвертих Костюківських читань (25 вересня 1996 р.) : в 3 т. – К. : ДОК-К, 1996. – Т. 1. – С. 57–67.

Бинева Н. К. Проблемная семья: специфика семейно-брачной и половой социализации : автореф. дис. ... канд. социол. наук : спец. 22.00.06 “Социология культуры, духовной жизни” / Н. К. Бинева. – Ростов-на-Дону : РГПУ, 2001. – 22 с.

Блохина Л. Н. Индивидуальные различия в психологической адаптации к условиям профессиональной деятельности у госслужащих таможенных органов / Л. Н. Блохина // Психологический журнал. – 2008. – Т. 29, № 1. – С. 79–89.

Бовуар С. де. Друга стаття : у 2 т. / С. де Бовуар. – К. : Основи, 1994. – Т. 1, 2. – 779 с.

Бодров В. А. Проблема преодоления стресса / В. А. Бодров // Психологический журнал. – 2006. – № 2. – Ч. 2. Процессы и ресурсы преодоления стресса. – С. 112–127.

Бондаренко О. Ф. Суб’єктність як етичний вимір: у пошуках вітчизняної традиції у психотерапії / О. Ф. Бондаренко // Людина. Суб’єкт. Вчинок: Філософсько-психологічні студії / за заг. ред. В. О. Татенка. – К. : Либідь, 2006. – С. 52–69.

Бочавер А. А. Исследования жизненного пути человека в современной зарубежной психологии / А. А. Бочавер // Психологический журнал. – 2008. – Т. 29, № 5. – С. 54–62.

Братченко С. Л. Экзистенциально-гуманистический подход: глубинное общение и его измерения (1991) [Электронный ресурс] / С. Л. Братченко. – Режим доступа: <http://psylib.org.ua/books/brats01/txt05.htm>.

Братченко С. Л. Личностный рост и его критерии / С. Л. Братченко, М. Р. Миронова // Психологические проблемы самореализации личности. – СПб. : Изд-во СПбГУ, 1997. – С. 38–46.

Братченко С. Л. Экзистенциальная психология глубин (1991) [Электронный ресурс] / С. Л. Братченко // Искусство работы фасилитатора. – Режим доступа: <http://psylib.org.ua/books/brats01/txt05.htm>.

Браун А. Супервизор у соціальної роботі: супервізія догляду в громаді, денних та стаціонарних установах / А. Браун, А. Боурн. – К. : Пульсари, 2003. – 240 с.

Бродский И. Большая книга интервью / И. Бродский ; сост. В. Полухина. – М. : Захаров, 2000. – 702 с.

Брокмейер Й. Нарратив: проблемы и обещания одной альтернативной парадигмы / Й. Брокмейер, Р. Харре // Вопросы философии. – 2000. – № 3. – С. 29–42.

Брунер Дж. Жизнь как нарратив / Дж. Брунер // Постнеклассическая психология. – 2005. – № 1. – С. 9–30.

Бубнова А. Ценностные ориентации личности / А. Бубнова // Психологический журнал. – 1999. – Т. 20, № 5. – С. 40–41.

Василькова О. В. Усвідомлення життєвої перспективи як шлях до подолання футурошоку: постановка проблеми / О. В. Василькова // Вісник Харківського ун-ту. Серія “Психологія”. – 2002. – № 550. – С. 33–36.

Васильченко А. А. Діалогічна інтерпретація внутрішнього досвіду в “Джерелах себе” Чарльза Тейлора / А. А. Васильченко // Актуальні проблеми психології. Т. 2. Психологічна герменевтика / за ред. Н. В. Чепелевої. – К. : Міленіум, 2005. – Вип. 3. – С. 21–30.

Васютинський В. О. Індивідуальна суб’єктність у символічно-дискурсивному просторі взаємодії / В. О. Васютинський // Актуальні проблеми психології. Т. 2. Психологічна герменевтика / за ред. Н. В. Чепелевої. – К. : Міленіум, 2005. – Вип. 3. – С. 73–79.

Вахромов Е. Е. Психологические концепции развития человека: теория самоактуализации / Е. Е. Вахромов. – М. : Международ. пед. академия, 2001. – С. 123–134.

Вачков И. В. Основы технологии группового тренинга. Психотехники : учеб. пособие / И. В. Вачков. – М. : Ось-89, 1999. – 176 с.

Венедиктова Н. В. Психологічні механізми суб'єктної взаємодії в системі “Я-Інший” / Н. В. Венедиктова // Вісник Київського національного ун-ту ім. Тараса Шевченка : Соціологія. Психологія. Педагогіка. – 2004. – № 20–21. – С. 34–36.

Взгляд изнутри. Врачи без границ и Всеукраинская сеть людей, живущих с ВИЧ/СПИД. – К. : Бланк-Пресс, 2002. – 83 с.

Виногородський А. М. Розвиток особистісної рефлексії підлітків (на матеріалі сприйняття музики) : дис. ... канд. психол. наук : спец. 19.00.07 “Педагогічна та вікова психологія” / А. М. Виногородський. – К. : Нац. пед. ун-т ім. М. П. Драгоманова, 1999. – 218 с.

Волкова Н. В. Coping strategies как условие формирования идентичности / Н. В. Волкова // Мир психологии. – 2004. – № 2. – С. 119–124.

Волкодав М. А. Применение политического дискурс-анализа в решении идеологических задач (на примере медиатизации политических текстов) : автореф. дис. ... канд. филол. наук. : спец. 10.01.10 “Журналистика” / М. А. Волкодав. – Краснодар : Кубанский гос. ун-т, 2007. – 29 с.

Воронов М. В. Психосоматика. Практическое руководство. – Второе издание / М. В. Воронов. – К. : Ника-центр, 2004. – 256 с.

Выготский Л. С. Психология развития как феномен культуры / Л. С. Выготский ; ред. и автор вступ. статьи М. Г. Ярошевский. – М. : Ин-т психологии, Воронеж: МОДЭК, 1996. – 512 с.

Гак В. Г. Языковые преобразования / В. Г. Гак. – М. : Метатекст, 1997. – 364 с.

Гейко Є. В. Проблема цілісності особистості в контексті особистісного зростання / Є. В. Гейко // Наукові студії із соціальної та політичної психології: зб. статей / АПН України, Ін-т соц. та політ. психології. – К. : Міленіум, 2007. – Вип. 16(19). – С. 30–38.

Глинский Я. И. Социология девиантного: (отклоняющегося) поведения : учеб. пособие / Я. И. Глинский, В. С. Афанасьев. – СПб. : Ин-т социологии РАН, 1993. – 168 с.

Горалик Л.-Ю. Как размножаются Малфои. Жанр “фэнфик”: потребитель массовой культуры в диалоге с медиаконтентом / Л.-Ю. Горалик // Новый мир. – 2003. – № 12. – С. 131–146.

Горват В. А. Деякі проблеми девіантної поведінки молоді / В. А. Горват // Актуальні проблеми професійної підготовки фахівців соціальної роботи в Україні й за рубежом : матер. міжнар. наук.-практ. конф. – Ужгород : Мистецька лінія, 2003. – С. 97–99.

Горноста́й П. П. Гуманистическая психология (К. Р. Роджерс). Гуманистический психоанализ (Э. Фромм) / П. П. Горноста́й // Психология личности: словарь-справочник / под ред. П. П. Горноста́я, Т. М. Титаренко. – К. : Рута, 2001. – С. 159–162.

Гостев А. А. Образная сфера человека / А. А. Гостев. – М. : Изд-во ИП РАН, 1992. – 318 с.

Грецов А. Г. Психология жизненного успеха для старшеклассников и студентов / А. Г. Грецов. – СПб. : Питер, 2007. – 208 с.

Грицанов А. А. Новейший философский словарь / А. А. Грицанов. – 3-е изд., испр. – Минск : Книжный Дом, 2003. – 1280 с.

Гуляс І. А. Патопсихологічні ризики особистісного перфекціонізму / І. А. Гуляс // Вісник Прикарпатського ун-ту. Філософські і психологічні науки. – 2006. – Вип. ІХ. – С. 176–183.

Гумбрехт Х. У. Ледяные объятия “научности”, или Почему гуманитарным наукам предпочтительнее быть “humanities and arts” [Электронный ресурс] / Х. У. Гумбрехт // НЛЮ. – 2006. – № 1. – Режим доступа: <http://magazines.russ.ru/nlo/2006/81>.

Гусев А. И. Толерантность к неопределённости: проблематика исследований / А. И. Гусев // Практична психологія та соціальна робота. – 2007. – № 8. – С. 75–79.

Гусельцева М. С. Культурно-аналитический поход к феноменам креативности, неадаптивности и гениальности / М. С. Гусельцева // Вопросы психологии. – 2008. – № 2. – С. 17–29.

Дауни М. Эффективный коучинг: Уроки коуча коучей / М. Дауни. – М. : Добрая книга, 2007. – 288 с.

Делёз Ж. Капитализм и шизофрения. Mille Plateaux [Электронный ресурс] / Ж. Делез, Ф. Гваттари. – Режим доступа: http://www.tfk2.narod.ru/rizoma.htm#_ednref1.

Деркач А. А. Развитие в акмеологии и акмеологическое развитие в структуре онтогенеза / А. А. Деркач, Э. В. Сайко // Мир психологии. – 2007. – № 2. – С. 43–55.

Дерябо С. Д. Антропоморфизация природных объектов / С. Д. Дерябо // Психологический журнал. – 1995. – Т. 16, № 3. – С. 61–73.

Джеймісон Ф. Постмодернізм, або Логіка культури пізнього капіталізму: пер. з англ. / Ф. Джеймісон. – К. : Курс, 2008. – 504 с.

Джерджен К. Дж. К культурно-конструкционистской психологии (1997а) [Электронный ресурс] / К. Дж. Джерджен, М. М. Джерджен. – Режим доступа: <http://www.swarthmore.edu/x20607.xml>.

Джерджен К. Дж. Социальная психология как социальный конструкт: становящийся взгляд (1997б) [Электронный ресурс] / К. Дж. Джерджен. – Режим доступа: <http://www.swarthmore.edu/x20607.xml>.

Джерджен К. Дж. Социальная теория в контексте: относительный гуманизм (1997в) [Электронный ресурс] / К. Дж. Джерджен – Режим доступа: <http://www.swarthmore.edu/x20607.xml>.

Джидарьян И. А. Проблема общей удовлетворенности жизнью: теоретическое и эмпирическое исследование / И. А. Джидарьян, Е. В. Антонова // Сознание личности в кризисном обществе. – М. : Изд-во ИП РАН, 1995. – С. 78–94.

Джоліф Д. Дискурс // Енциклопедія постмодернізму / за ред. Ч. Вінквіста, В. Тейлора. – К. : Основи, 2003. – С. 126–128.

Долгих Л. М. Вплив статоворольових стереотипів на кар'єрні домагання молоді : автореф. дис. ... канд. психол. наук : спец. 19.00.05 “Соціальна психологія; психологія соціальної роботи” / Л. М. Долгих. – К. : Сталь, 2007. – 16 с.

Долгополов Н. Путешествие в будущее: изменение настоящего / Н. Долгополов // Журнал практического психолога. – 2003. – № 6. – С. 78–90.

Дорошук Н. Рабочая книга супервизора / Н. Дорошук. – СПб. : Питер, 2006. – 196 с.

Дуаз В. Явление анкеровки в исследованиях социальных представлений / В. Дуаз // Психологический журнал. – 1993. – Т. 15, № 1. – С. 19–26.

Дьяков А. В. Философия постструктурализма во Франции : [монография] / А. В. Дьяков. – М.–Нью-Йорк–СПб. : Northern Cross, 2008. – 363 с.

Елисева Ю. А. Системность как методологическая ценность постнеклассической психологии культуры / Ю. А. Елисева // Известия Уральского государственного ун-та. – 2007. – № 48. – С. 94–102.

Жорняк Е. С. Нарративная терапия: от дебатов к диалогу / Е. С. Жорняк // Журнал практической психологии и психоанализа. – 2001. – № 4. – С. 9–15.

Журавлев А. Л. “Социально-психологическая зрелость”: обоснование понятия / А. Л. Журавлев // Психологический журнал. – Т. 28, № 2. – 2007. – С. 44–54.

Зажирко М. П. До проблеми “акме” в контексті практичної психології / М. П. Зажирко // Практична психологія та соціальна робота. – 1998. – № 5. – С. 47–48.

Заїка В. М. Особливості трансформації особистості при подоланні кризових ситуацій у житті людини / В. М. Заїка, Л. Г. Перетятко // Наукові студії із соціальної та політичної психології : зб. статей / НАПН України, Ін-т соц. та політ. психології. – Вип. 16(19). – К. : Міленіум, 2007. – С. 191–199.

Залевский Г. В. Фиксированные формы поведения индивидуальных и групповых систем : [монография] / Г. В. Залевский. – Томск : Изд-во ТГУ, 2004. – 458 с.

Занюк С. С. Психология мотивации. Теория и практика мотивирования. Мотивационный тренинг / С. С. Занюк. – К. : Эльга-Ника-Центр, 2001. – 351 с.

Зарубина Н. Н. О мифологии денег в российской культуре: от модерна к постмодерну [Электронный ресурс] / Н. Н. Зарубина. – Режим доступа: <http://www.isras.ru/files/File/Socis/2007-03/zarubina.pdf>.

Зейгарник Б. В. Саморегуляция поведения в норме и патологии / Б. В. Зейгарник, А. Б. Холмогорова, Е. С. Мазур // Психологический журнал. – 1989. – Т. 10, № 2. – С. 122–132.

Зеланд В. Вершитель реальности (2005а) [Электронный ресурс] / В. Зеланд. – Режим доступа: <http://www.koob.ru>.

Зеланд В. Трансерфинг реальности (2005б) [Электронный ресурс] / В. Зеланд. – Режим доступа: <http://www.koob.ru>.

Зеланд В. Яблоки падают в небо / В. Зеланд. – СПб. : Весь, 2005. – 192 с.

Зинченко В. П. Проблема объективного метода в психологии / В. П. Зинченко, М. К. Мамардашвили // Постнеклассическая психология. – 2004. – № 1. – С. 45–69.

Злобіна О. Г. Особистість як суб'єкт соціальних змін / О. Г. Злобіна. – К. : Ін-т соціології НАН України, 2004. – 400 с.

Злочевська Л. Арт-терапія як метод розвитку мотивації до творчої праці у профорієнтаційній роботі з учнівською молоддю / Л. Злочевська // Простір арт-терапії : зб. наук. праць. – К. : Міленіум, 2007. – Вип. 1. – С. 116–125.

Злочинність неповнолітніх: причини, наслідки та шляхи запобігання : навч. посіб. / С. І. Яковенко, Н. Ю. Максимова, Л. І. Мороз, Л. А. Мороз. – К. : Вид-во Паливода А. В., 2006. – 260 с.

Знаков В. В. Самопонимание субъекта как когнитивная и экзистенциальная проблема / В. В. Знаков // Психологический журнал. – 2005. – Т. 26, № 1. – С. 18–28.

Извеков А. И. Проблема личности постмодерна: Кризис культурной идентификации / А. И. Извеков. – СПб. : Изд-во СПбГУ, 2008. – 245 с.

Инглхарт Р. Постмодерн: меняющиеся ценности и изменяющиеся общества [Электронный ресурс] / Р. Инглхарт. – Режим доступа: <http://www.politstudies.ru/arch/authors/235.htm>.

Ишмухаметов Р. Р. Психология среды как контекст проблемы самореализации личности / Р. Р. Ишмухаметов // Успехи современного естествознания. – 2006. – № 4. – С. 45–47.

Казарин М. Лайф-коучинг, или коучинг для успеха в жизни (2010) [Электронный ресурс] / М. Казарин. – Режим доступа: <http://kazarin.clan.su/publ/1-1-0-16>.

Калина Н. Ф. Тест по оценке уровня самоактуализации личности / Н. Ф. Калина // Маслоу А. Психология бытия : пер. с англ. / А. Маслоу ; авт. ст. Н. Ф. Калина ; ред. С. Н. Иващенко ; пер. О. О. Чистяков. – М. : Рефл-бук ; К. : Ваклер, 1997. – С. 268–282.

Калитиевская Е. Р. Пути становления самодетерминации личности в подростковом возрасте / Е. Р. Калитиевская, Д. А. Леонтьев // Вопросы психологии. – 2006. – № 3. – С. 49–55.

Калмыкова Е. С. Роль типа привязанности в динамике аддиктивного поведения. Ч. II / Е. С. Калмыкова, М. А. Гагарина, М. А. Падун // Психологический журнал. – 2007. – Т. 28, № 1. – С. 107–114.

Каменская В. Г. Психологические характеристики старшеклассников в массовых школах и школах-гимназиях / В. Г. Каменская, С. В. Зверева, И. Е. Мельникова // Вопросы психологии. – 2005. – № 3. – С. 38–39.

Карпенко З. Соціальні неврози особистості перехідного періоду суспільства / З. Карпенко, В. Мицько // Психологія і суспільство. – 2001. – № 1. – С. 124–132.

Карпіловська С. Я. Смилова саморегуляція в ансамблі життєвих домагань / С. Я. Карпіловська // Наукові студії із соціальної та політичної психології : зб. статей / АПН України, Ін-т соц. та політ. психології. – К. : Міленіум, 2005. – Вип. 10(13). – С. 117–129.

Кенінг Ф. Фуко Мішель // Енциклопедія постмодернізму / Ф. Кенінг ; за ред. Ч. Вінквіста, В.Тейлора. – К. : Основи, 2003. – С. 465–467.

Китаев-Смык Л. А. Факторы напряженности творческого процесса / Л. А. Китаев-Смык // Вопросы психологии. – 2007. – № 3. – С. 69–82.

Ключников С. Ю. Фактор терпения в процессе преодоления трудностей [Электронный ресурс] / С. Ю. Ключников. – Режим доступа: <http://kluchnikov.ru>.

Кляпець О. Я. Дослідження впливу психологічних особливостей студентів на постановку ними життєвих завдань, пов'язаних із шлюбом та сім'єю / О. Я. Кляпець // Актуальні проблеми психології: Психологічна герменевтика / за ред. Н. В. Чепелевої. – К. : ДП “Інформаційно-аналітичне агентство”, 2010. – Т. 2, вип. 6. – С. 78–89.

Кляпець О. Я. Життєві завдання особистості як умова реалізації її шлюбно-сімейних домагань / О. Я. Кляпець // Наукові студії із соціальної та політичної психології : зб. статей / АПН України, Ін-т соц. та політ. психології. – К. : Міленіум, 2007. – Вип. 16(19). – С. 205–214.

Кляпець О. Я. Моделі побудови студентами життєвих завдань, пов'язаних із шлюбом та сім'єю / О. Я. Кляпець // Науковий вісник Чернівецького університету. Вип. 447–448. Педагогіка та психологія: зб. наук. праць. – Чернівці : ЧНУ, 2009. – С. 183–188.

Кляпець О. Я. Психологічні чинники вибору молодою людиною цивільного шлюбу : дис. ... канд. психол. наук : спец. “Соціальна психологія” / О. Я. Кляпець. – К., 2004. – 190 с.

Кляпець О. Я. Шлюбна залежність як чинник розвитку емоційного вигорання в сім'ї / О. Я. Кляпець // Соціальна психологія. – 2006. – № 6(20). – С. 164–174.

Ковалев В. И. Особенности личностной организации времени жизни / В. И. Ковалев // Гуманистические проблемы психологической теории / под ред. К. А. Абульхановой-Славской. – М. : Наука, 1995. – С. 179–185.

Когнитивная психология / под ред. В. Н. Дружинина, Д. В. Ушакова. – М. : ПЕР СЭ, 2002. – 480 с.

Кожухарь Г. С. Формы межличностной толерантности: критериальные признаки и особенности / Г. С. Кожухарь // Психологический журнал. – 2008. – № 3. – С. 12–18.

Козаков В. А. Психологія діяльності та навчальний менеджмент. Ч. I. Психологія суб'єкта діяльності / В. А. Козаков. – К. : КНЕУ, 1999. – 224 с.

Козеллек Р. Минуле. Майбутнє. Про семантику історичного часу / Р. Козеллек. – К. : Дух і лутера, 2005. – 377 с.

Козлов В. В. Расширенные состояния сознания: творчество и игра / В. В. Козлов // ЧФ: Социальный психолог. – 2008. – № 1. – С. 10–18.

Козлов Н. Лучшие психологические игры и упражнения / Н. Козлов. – Екатеринбург : АРД ЛТД, 1998. – 144 с.

Колесников Е. П. Психологические особенности действий, организующих жизнь личности / Е. П. Колесников // Наукові студії із соціальної та політичної психології: зб. статей / АПН України, Ін-т соц. та політ. психології. – Вип. 3(6). – К. : Міленіум, 2000. – С. 59–70.

Кологривова Е. І. Особливості впливу особистісних прагнень на переживання суб'єктивного благополуччя / Е. І. Кологривова // Наукові студії із соціальної та політичної психології: зб. статей / АПН України, Ін-т соц. та політ. психології. – Вип. 16(19). – К. : Міленіум, 2007. – С. 214–220.

Кон И. С. Психология старшеклассника: пособие для учителей / И. С. Кон. – М. : Просвещение, 1980. – 192 с.

Кон И. С. Ребенок и общество / И. С. Кон. – М. : Наука, 1988. – 270 с.

Кондаш О. Волнение: страх перед испытанием / О. Кондаш. – К. : Радянська школа, 1981. – 170 с.

Копытин А. И. Основы арт-терапии / А. И. Копытин. – СПб. : Лань, 1999. – 256 с.

Корнев К. И. Специфика копинга в условиях неопределенности / К. И. Корнев ; Омский гос. ун-т им. Ф. М. Достоевского. – Омск : Изд-во ОмГУ, 2006. – 22 с.

Коробкова Т. А. Принцип динамического баланса в процессе формирования культуры учебной деятельности студентов / Т. А. Коробкова, П. В. Скулов // Культура учебной деятельности студентов: теория и прак-

тика формування : матер. Всероссийської науч.-практ. конф. – Барнаул : Изд-во БГПУ, 2003 – С. 213–219.

Коростылёва Л. А. Психология самореализации личности: брачно-семейные отношения / Л. А. Коростылёва. – СПб. : Изд-во СПбГУ, 2000. – 292 с.

Коул М. Культурно-историческая психология: наука будущего / М. Коул. – М. : Когито-Центр; Изд-во Ин-та психологии РАН, 1997. – 432 с.

Кохановский В. П. Философия и методология науки / В. П. Кохановский. – Ростов-на-Дону : Феникс, 1999. – 576 с.

Кочетов А. Меняется мир – меняется человек (рождение нового типа человека) [Электронный ресурс] / А. Кочетов // Развитие личности. – 2000. – № 1. – Режим доступа: <http://rl-online.ru/articles/1-00/7.html>.

Кочубейник О. М. Відчуження переживання як фактор екзистенційних патологій / О. М. Кочубейник // Актуальні проблеми психології. Т. І: Організаційна психологія. Економічна психологія. Соціальна психологія : зб. наук. праць Ін-ту психології ім. Г. С. Костюка АПН України. – К. : Міленіум, 2007. – Ч. 17. – С. 118–123.

Кошова І. В. Суб'єктивна інтерпретація ситуацій як чинник міжособистісних конфліктів : автореф. дис. ... канд. психол. наук : спец. 19.00.08 “Спеціальна психологія” / І. В. Кошова. – К. : Ін-т психології ім. Г. С. Костюка АПН України, 2008. – 21 с.

Кравченко С. А. Нелинейная социокультурная динамика: игризационный подход : [монография] / С. А. Кравченко. – М. : МГИМО-Университет, 2006. – 172 с.

Кравченко С. А. Социологическая теория: дискурс будущего / С. А. Кравченко // Социологические исследования. – 2007. – № 3. – С. 3–12.

Крайчинська В. А. Спрямованість особистості та спільноти: ступінь суб'єктивності самонастановлення / В. А. Крайчинська // Проблеми політичної психології та її роль у становленні громадянина Української держави : зб. наук. праць / Асоціація політ. психологів України, Ін-т соц. та політ. психології АПН України. – К. : Міленіум, 2008. – Вип. 7. – С. 227–235.

Краснянская Т. М. О некоторых результатах исследования психологии самообеспечения безопасности субъекта в экстремальных ситуациях / Т. М. Краснянская // Известия ТРТУ. Темат. вып. “Гуманитарные проблемы современной психологии”. – Таганрог : Изд-во ТРТУ, 2005. – № 7(51). – С. 100–103.

Крюкова Т. Л. Методология исследования и адаптация опросника диагностики совладающего (копинг) поведения / Т. Л. Крюкова // Психологическая диагностика. – 2005. – № 2. – С. 65–71.

Куликов Л. В. Детерминанты удовлетворенности жизнью [Электронный ресурс] / Л. В. Куликов // Общество и политика. – СПб., 2000. – С. 476–510. – Режим доступа: [http://consult.pu.ru/content/view/101/55\(04.03.10\)](http://consult.pu.ru/content/view/101/55(04.03.10)).

Кульчицька О. І. Соціально-психологічні фактори формування таланту О. І. Кульчицька // Практична психологія та соціальна робота. – 2007. – № 1. – С. 14–17.

Купрейченко А. Б. Критерии доверия и недоверия личности другим людям / А. Б. Купрейченко, С. Л. Табхарова // Психологический журнал. – 2007. – Т. 28, № 2. – С. 55–67.

Кутузова Д. А. “Быть семьей”: взгляд с точки зрения социального конструкционизма. Обзор работ Л. Беллы и её сотрудников / Д. А. Кутузова // Постнеклассическая психология. – 2005а. – № 1. – С. 72–93.

Кутузова Д. А. Нарративная медиация. Обзор работ Дж. Монка и Дж. Уинслэйда / Кутузова // Постнеклассическая психология. – 2006–2007. – № 1. – С. 106–125.

Кутузова Д. А. Нарративная работа с парами... и много чего ещё! Обзор книги Дж. Фридман, Дж. Комбса / Д. А. Кутузова // Постнеклассическая психология. – 2005б. – № 1. – С. 93–118.

Лабунская В. А. Социальная психология личности в вопросах и ответах : учеб. пособие / В. А. Лабунская. – М. : Гардарики, 1999. – 400 с.

Лазоренко Б. П. Взаємозв'язки життєвих завдань проблемної та благополучної молоді / Б. П. Лазоренко // Актуальні проблеми психології: Психологічна герменевтика / за ред. Н. В. Чепелевої. – К. : Інформаційно-аналітичне агентство, 2010. – Т. 2, вип. 6. – С. 140–141.

Лазоренко Б. П. Вплив досвіду наркозалежності на формування життєвих завдань проблемної молоді / Б. П. Лазоренко // Актуальні проблеми психології: Психологічна герменевтика / за ред. Н. В. Чепелевої. – К. : Інформаційно-аналітичне агентство, 2007. – Т. 2, вип. 5. – С. 120–130.

Лазоренко Б. П. Життєві завдання проблемної молоді як чинник її самореалізації в соціумі / Б. П. Лазоренко // Наук. студ. із соц. та політ. психол. : зб. статей / НАПН України, Ін-т соц. та політ. психол. – К. : Міленіум, 2009а. – Вип. 23(26). – С. 105–116.

Лазоренко Б. П. Особливості постановки життєвих завдань проблемною молоддю / Б. П. Лазоренко // Наукові студії із соціальної та політичної психології : зб. статей / НАПН України, Ін-т соц. та політ. психології. – К. : Міленіум, 2009б. – Вип. 22(25). – С. 102–109.

Лактионов А. Н. Координаты индивидуального опыта / А. Н. Лактионов. – Х. : Бизнес Информ, 1998. – 492 с.

Лактионов А. Н. Основы психодиагностики, психометрии и тестологии : учеб.-метод. пособие / А. Н. Лактионов, Е. Л. Луценко. – Х. : ХНУ им. В. Каразина, 2006. – 64 с.

Лактіонов О. М. Історична та психологічна готовність особистості до прийняття глобалізаційних процесів / О. М. Лактіонов // Вісник Харківського національного ун-ту. Серія Психологія. – 2003. – № 599. – С. 188–194.

Лановенко Ю. Переживання суб'єктом свого дорослішання / Ю. Лановенко // Соціальна психологія. – 2004. – № 4. – С. 113–122.

Ларіна Т. О. Вплив життєстійкості на постановку життєвих завдань молоддю / Т. О. Ларіна // Психологічні перспективи. – 2007а. – Вип. 9. – С. 16–21.

Ларіна Т. О. Роль життєстійкості у формуванні життєвих завдань особистості / Т. О. Ларіна // Наукові студії із соціальної та політичної психології : зб. статей / Ін-т соц. та політ. психології АПН України. – К. : Міленіум, 2007б. – Вип. 16(19). – С. 229–233.

Ларіна Т. О. Специфіка моделювання майбутнього обумовлена життєстійкістю особистості / Т. О. Ларіна // Актуальні проблеми психології: Етична психологія. Історична психологія. Психолінгвістика / за ред. С. Д. Максименка, М.-Л. А. Чепи. – К. : Інформаційно-аналітичне агентство, 2008. – Ч. 3. – С. 355–364.

Ленгле А. Емоциональное выгорание с позиций экзистенциального анализа / А. Ленгле // Вопросы психологии. – 2008. – № 2. – С. 3–17.

Леонтьев А. Н. Деятельность. Сознание. Личность / А. Н. Леонтьев // Избранные психологические произведения : в 2 т. Т. II / А. Н. Леонтьев. – М. : Педагогика, 1983а. – С. 94–231.

Леонтьев А. Н. Деятельность. Сознание. Личность / А. Н. Леонтьев. – Изд. 2-е, испр. и доп. – М. : Политиздат, 1977. – 304 с.

Леонтьев А. Н. Образ мира / А. Н. Леонтьев // Леонтьев А. Н. Избранные психологические произведения : в 2 т. Т. II / А. Н. Леонтьев. – М. : Педагогика, 1983б. – С. 251–261.

Леонтьев Д. А. Время как измерение человеческой жизни / Д. А. Леонтьев // Время пути: исследования и размышления / под ред. Р. А. Ахмерова, Е. И. Головахи, Е. Г. Злобиной и др. – К. : Ин-т социологии НАН Украины, 2008. – С. 8–37.

Леонтьев Д. А. Жизнетворчество как практика расширения жизненного мира / Д. А. Леонтьев // Первая Всероссийская науч.-практ. конф. по экзистенциальной психологии : матер. сообщений / под ред. Д. А. Леонтьева, Е. С. Мазур, А. И. Сосланда. – М. : Смысл, 2001. – С. 100–109.

Леонтьев Д. А. Личностное в личности: личностный потенциал как основа самодетерминации / Д. А. Леонтьев // Ученые записки кафедры общей психологии. Вип. 1 / под ред. Б. С. Братуся, Д. А. Леонтьева. – М. : Смысл, 2002. – С. 56–65.

Леонтьев Д. А. Моделирование “экзистенциальной дилеммы”: эмпирическое исследование личностного выбора / Д. А. Леонтьев, Е. Ю. Мандрикова // Вестник Московского ун-та. Серия 14. Психология. – 2005а. – №4. – С. 37–42.

Леонтьев Д. А. Неклассический вектор в современной психологии / Д. А. Леонтьев // Постнеклассическая психология. – 2005б. – № 1. – С. 51–71.

Леонтьев Д. А. Психология личности. Психология свободы: к постановке проблемы самодетерминации личности / Д. А. Леонтьев // Психологический журнал. – 2000. – № 1. – С. 14–26.

Леонтьев Д. А. Психология смысла / Д. А. Леонтьев. – М. : Смысл, 1999. – 488 с.

Леонтьев Д. А. Пути развития творчества: личность как определяющий фактор / Д. А. Леонтьев // Воображение и творчество в образовании и профессиональной деятельности: матер. чтений памяти Л. С. Выготского: Четвертая междунар. конф. – М. : РГГУ, 2004. – С. 214–223.

Леонтьев Д. А. Тест жизнестойкости / Д. А. Леонтьев, Е. И. Рассказова. – М. : Смысл, 2006. – 63 с.

Леонтьев Д. А. Экзистенциальная тревога и как с ней не бороться / Д. А. Леонтьев // Московский психотерапевтический журнал. – 2003. – № 2. – С. 107–119.

Лешкевич Т. Г. Постнеклассическая методология: эволюция парадигмы фундаментальной философии / Т. Г. Лешкевич // Вестник Московского ун-та. Серия 7. Философия. – 1998. – №6. – С. 52–70.

Лепіхова Л. А. Вплив життєвого досвіду на стратегії та рівні життєвих домагань / Л. А. Лепіхова // Психологічна герменевтика : зб. наук. праць / за ред. Н. В. Чепелевої. – К., 2005. – Т. 2. – Вип. 3. – С. 169–172.

Лепіхова Л. А. Детермінанти соціально-психологічних відмінностей постановки життєвих завдань / Л. А. Лепіхова // Наукові студії із соціальної та політичної психології : зб. статей / АПН України, Ін-т соц. та політ. психології. – К. : Міленіум, 2008а. – Вип. 19(22). – С. 139–150.

Лепіхова Л. А. Методологічні підходи до діагностики суб'єктної активності / Л. А. Лепіхова // Українська психологія: сучасний потенціал. Матеріали Четвертих Костюківських читань (25 вересня 1996 р.) : В 3-х т. – К. : ДОК-К, 1996. – Т. II. – С. 90–98.

Лепіхова Л. А. Особистісна зрілість як чинник реалістичності життєвих завдань та домагань / Л. А. Лепіхова // Наукові студії із соціальної та політичної психології : зб. статей / АПН України, Ін-т соц. та політ. психології. – К. : Міленіум, 2007а. – Вип. 16(19). – С. 240–247.

Лепіхова Л. А. Соціально-психологічне підґрунтя життєздійснення особистості / Л. А. Лепіхова // Життєві домагання особистості : монографія / за ред. Т. М. Титаренко. – К. : Педагогічна думка, 2007б. – С. 153–191.

Лепіхова Л. А. Соціально-психологічні передумови постановки життєвих завдань та домагань / Л. А. Лепіхова // Соціальна психологія. – 2008б. – № 2. – С. 102–117.

Личность: теории, эксперименты, упражнения. – СПб.: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2001. – 864 с.

Луман Н. Общество как социальная система / Н. Луман. – М.: Логос, 2004. – 232 с.

Луценко Е. Л. Влияние личностного адаптационного потенциала, половозрастных и статусных отличий на адаптацию в переходном периоде / Е. Л. Луценко // Вісник Харківського національного ун-ту. Серія “Психологія”. – 2004. – № 617. – С. 131–137.

Луценко Е. Л. Изучение психологической адаптации к переходному периоду с помощью модифицированной методики “Незавершенных предложений” / Е. Л. Луценко // Вісник Харківського національного ун-ту. Серія “Психологія”. – 2002. – № 576, ч. 2. – С. 123–128.

Луценко О. Л. Стратегії та механізми психологічної адаптації особистості до умов перехідного періоду в суспільстві : автореф. дис. ... канд. психол. наук: спец. 19.00.01 “Загальна психологія, історія психології” / Е. Л. Луценко. – Х., 2006. – 20 с.

Лушин П. В. Спасибо власти за то, что не учит нас жить / П. В. Лушин // Практична психологія та соціальна робота. – 1998. – № 9. – С. 5–7.

Лэнглэ А. Грандиозное одиночество. Нарциссизм как антропологическо-экзистенциальный феномен / А. Лэнглэ // Московский психотерапевтический журнал. – 2002. – № 2. – С. 34–58.

Мадди С. Жизнестойкость, ее диагностика и тренинг [Электронный ресурс] / С. Мадди. – Режим доступа: <http://institut.smysl.ru/article/21.php>.

Мадди С. Смыслообразование в процессе принятия решений / С. Мадди // Психологический журнал. – 2005. – Т. 26, № 6. – С. 87–99.

Мадди С. Р. Теории личности: сравнительный анализ : пер. с англ. / С. Мадди. – СПб.: Речь, 2002. – 539 с.

Мандрикова Е. Ю. Альтернативы личностного выбора в процедуре его смысловой аргументации / Е. Ю. Мандрикова // Известия ТРТУ. Темат. вып. “Гуманитарные проблемы современной психологии”. – Таганрог : Изд-во ТРТУ, 2005. – № 7(51). – С. 73–74.

Марков В. Н. Механизмы реализации потенциала в контексте акмеологии развития / В. Н. Марков // Мир психологии. – 2007. – № 2. – С. 61–72.

Мартынцова Н. В. Удовлетворенность жизнью как интегративная характеристика отношения к ней / Н. В. Мартынцова // Психология человека: интегративный подход в психологии. – СПб.: РГПУ им. А. И. Герцена, 2004. – С. 98–102.

Марцинковская Т. Д. Инварианты возрастной психологии: категория зрелости / Т. Д. Марцинковская // Феномен и категория зрелости в

психологии / отв. ред. А. Л. Журавлёв, Е. А. Сергиенко. – М. : Ин-т психологии РАН, 2007. – С. 96–108.

Маслов А. Психологія науки: розвідка / А. Маслов // Гуманістична психологія : у 3-х т. / упор. та наук. ред. Р. Трач, Г. Балл. – К. : Пульсари, 2001. – С. 180–187.

Маслоу А. Новые рубежи человеческой природы / А. Маслоу. – М. : Смысл, 1999а. – 424 с.

Маслоу А. Г. Мотивация и личность : пер. с англ. / А. Маслоу. – СПб. : Евразия, 1999б. – 478 с.

Маслоу А. Психология бытия : пер. с англ. / А. Маслоу. – М. : Рефл-бук ; К. : Ваклер, 1997. – 300 с. – (Актуальная психология).

Матласевич О. Толерантність у системі подружніх стосунків / О. Матласевич // Психологічні перспективи. – Луцьк, 2008. – Вип. 12. – С. 75–82.

Мацук М. А. Психологический анализ содержания представлений об отце в юности / М. А. Мацук // Известия ТулГУ. Серия “Психология” / под ред. Е. Е. Сапоговой. – Тула : Изд-во ТулГУ, 2006. – Вып. 7. – С. 135–144.

Менегетти А. Психология лидера / А. Менегетти. – М. : Бизнес-центр “Агроконсалт”, 1996. – 144 с.

Мерфі Т. Ризома / Т. Мерфі // Енциклопедія постмодернізму / за ред. Ч. Вінквіста, В. Тейлора. – К. : Основи, 2003. – С. 361–362.

Методика диагностики типа эмоциональной реакции на воздействующие стимулы окружающей среды В. В. Бойко // Практическая психодиагностика. Методики и тесты : учеб. пособие / ред.-сост. Д. Я. Райгородский. – Самара : БАХРАХ-М, 2001. – С. 184–192.

Методика диагностики уровня социальной фрустрированности Л. И. Вассермана // Практическая психодиагностика. Методики и тесты : учеб. пособие / ред.-сост. Д. Я. Райгородский. – Самара : БАХРАХ-М, 2001. – 202–221 с.

Можейко М. А. After-postmodernism [Электронный ресурс] / М. А. Можейко // Словарь: Постмодернизм. – Режим доступа: <http://meget.kiev.ua/dictionary-postmodern>.

Можейко М. А. Воскрешение субъекта / М. А. Можейко // Постмодернизм. Энциклопедия. – Минск : Интерпрессервис ; Книжный дом, 2001. – С. 135–136.

Можейко М. А. Детерриториализация [Электронный ресурс] / М. А. Можейко // Словарь: Постмодернизм. – Режим доступа: <http://meget.kiev.ua/dictionary-postmodern>.

Можейко М. А. Интертекстуальность [Электронный ресурс] / М. А. Можейко // Справочник: История философии. – Режим доступа: www.phhistory.freecopy.in/187.shtml.

Можейко М. А. Неодетерминизм [Электронный ресурс] / М. А. Можейко // Справочник: История философии. – Режим доступа: www.phhistory.freecopy.in/187.shtml.

Можейко М. А. Номадология [Электронный ресурс] / М. А. Можейко // Словарь: Постмодернизм. – Режим доступа: <http://meget.kiev.ua/dictionary-postmodern>.

Можейко М. А. Номадология [Электронный ресурс] / М. А. Можейко // Справочник: История философии. – Режим доступа: www.phhistory.freecopy.in/187.shtml.

Можейко М. А. Переоткрытие времени [Электронный ресурс] / М. А. Можейко // Словарь: Постмодернизм. – Режим доступа: <http://meget.kiev.ua/dictionary-postmodern>.

Можейко М. А. Ризома [Электронный ресурс] / М. А. Можейко // Словарь: Постмодернизм. – Режим доступа: <http://meget.kiev.ua/dictionary-postmodern>.

Можейко М. А. Ризома [Электронный ресурс] / М. А. Можейко // Справочник: История философии. – Режим доступа: www.phhistory.freecopy.in/187.shtml.

Можейко М. А., О. Сергей Лепин. Дискурс [Электронный ресурс] / М. А. Можейко // Словарь: Постмодернизм. – Режим доступа: <http://meget.kiev.ua/dictionary-postmodern>.

Можейко М. А., О. Сергей Лепин. Дискурс [Электронный ресурс] / М. А. Можейко // Справочник: История философии. – Режим доступа: www.phhistory.freecopy.in/187.shtml.

Моросанова В. И. Индивидуальная саморегуляция и характер человека / В. И. Моросанова // Вопросы психологии. – 2007. – № 3. – С. 59–68.

Моросанова В. И. Индивидуальный стиль саморегуляции: феномен, структура и функции в произвольной активности человека / В. И. Моросанова. – М. : Наука, 1998. – 192 с.

Моросанова В. И. Саморегуляция и самосознание человека / В. И. Моросанова, Е. А. Аронова // Психологический журнал. – 2008. – Т. 29, № 1. – С. 14–22.

Москаленко В. Когда любви слишком много: Профилактика любовной зависимости / В. Москаленко. – М. : Психотерапия, 2006. – 224 с.

Мураками Х. Мой любимый sputnik / Х. Мураками. – М. : ЭКСМО, 2004. – 272 с.

Мэй Р. Новый взгляд на свободу и ответственность / Р. Мэй ; под ред. Д. А. Леонтьева // Экзистенциальная традиция. – 2005. – № 2. – С. 52–65.

Назаров Е. А. Формирование зависимого поведения как механизм разрушения личности / Е. А. Назаров, Д. С. Нелюбов, Т. Г. Почанина, Ю. С. Русских // ЧФ: Социальный психолог. – 2008. – № 1. – С. 122–127.

Налчаджанян А. А. Социально-психологическая адаптация личности / А. А. Налчаджанян. – Ереван : Изд-во АН Армянской ССР, 1988. – 262 с.

Наркомания как форма девиантного поведения / под ред. М. Е. Поздняковой. – М. : Ин-т социологии РАН, 1997. – 64 с.

Нартова-Бочавер С. К. Человек суверенный: психологическое исследование субъекта в его бытии / С. К. Нартова-Бочавер. – СПб. : Питер, 2008. – 400 с.

Насиновская Е. Е. Автопортрет как средство овладения миром личностных переживаний / Е. Е. Насиновская, О. С. Шалина // Вопросы психологии. – 2008. – № 1. – С. 77–89.

Наставничество как процесс сопровождения детей и подростков “группы риска”: сб. науч.-метод. материалов / Н. В. Ковалева, И. В. Деткова и др. ; под ред. Е. Н. Панченко. – М. : Майкоп, 2006. – 180 с.

Наумова Н. Ф. Время человека / Н. Ф. Наумова // Человек и модернизация России. – М. : КАНОН; ООН “Реабилитация”, 2006. – С. 527–553.

Наше місце не для наркотиків. – К. : Євангельський центр соціальної реабілітації при МБФ “Варнава”, 2004. – 4 с.

Некlessа А. И. Эпоха Постмодерна и новый цивилизационный контекст [Электронный ресурс] / А. И. Некlessа. – Режим доступа: http://intelros.ru/pdf/gumnauka_2/neklessa_doklad.pdf.

Нефедов А. Нелинейная психология. Квантовые принципы в принятии решений (2008) [Электронный ресурс] / А. Нефедов // Квантовая Магия. – Т. 6, вып. 1. – Режим доступа: <http://quantmagic.narod.ru/volumes/VOL612009/p1201.html>. – С. 1201–1245.

Нефедов А. Управление реальностью с помощью квантовой психологии / А. Нефедов // Квантовая Магия. – СПб. : Весь, 2005. – Т. 2, вып. 4. – С. 4218–4242.

Невядомська І. Молодіжні субкультури / І. Невядомська // Психологічні перспективи. – 2004. – № 2. – С. 86–90.

Носов Н. А. Психологические виртуальные реальности / Н. А. Носов. – М. : Ин-т человека, 1994. – 195 с.

Олифиревич Н. И. Семейные кризисы: феноменология, диагностика, психологическая помощь / Н. И. Олифиревич, Т. А. Зинкевич-Кузёмкина, Т. Ф. Велента. – М.-Обнинск : ИГ-СОЦИН, 2005. – 356 с.

Оллпорт Г. В. Личность в психологии / Г. В. Оллпорт. – М. : КПС+ ; СПб. : Ювента, 1998. – 345 с.

Орлова Э. А. Культурная (социальная) антропология : [учеб. пособ. для вузов] / Э. А. Орлова. – М. : Академический Проект, 2004. – 480 с. – (“Gaudeamus”).

Отзывы участников программы заместительной терапии // Программа снижения вреда от употребления наркотиков : информ. дайджест. – К., 2003. – № 11. – С. 142–156.

Перова Е. А. Оптимизм как одна из составляющих субъективного благополучия / Е. А. Перова, С. Н. Ениколопов // Вопросы психологии. – 2009. – № 1. – С. 51–57.

Петренко В. Ф. Психосемантика измененных состояний сознания (на материале гипнотерапии алкоголизма) / В. Ф. Петренко // Психологический журнал. – 2006. – № 5. – С. 16–27.

Петров В. М. Рефлексия на рефлексию. Возвышение духовного мира: в поисках за “локусами” процесса (информационный поход) / В. М. Петров // Мир психологии. – 2009. – № 2. – С. 153–171.

Петровский В. А. Феномен субъективности в психологии личности : автореф. дис. ... доктора психол. наук : спец. 19.00.11 “Психология личности” / В. А. Петровский. – М., 1993. – 70 с.

Пивоварова О. Латеральне мислення і методи його розвитку / О. Пивоварова // Соціальна психологія. – 2007. – № 1. – С. 112–122.

Пигалев А. И. Проблемы проблемных состояний и управление реальностью / А. И. Пигалев // Мир психологии. – 2008. – № 4. – С. 13–23.

Пилипенко Н. Особливості мотиваційної сфери осіб з підвищеною тривожністю / Н. Пилипенко // Соціальна психологія. – 2006. – № 3(17). – С. 143–152.

Письклакова М. Между молчанием и криком / М. Письклакова, А. Синельников / Насилие и социальные изменения. Теория. Практика. Исследования. Ч. 1. – М. : АННА, 2000. – 210 с.

Плетка О. Т. Особливості гендерних стереотипів молоді / О. Т. Плетка // Наукові студії із соціальної та політичної психології : зб. статей / АПН України, Ін-т соц. та політ. психології. – К. : Міленіум, 2008. – Вип. 20(23). – С. 106–113.

Погодин И. А. Особенности клинической антропологии в эпоху постмодерна [Электронный ресурс] / И. А. Погодин. – Режим доступа: <http://credonew.ru/content/view/628/321>.

Подымись и стой за свои права // Ключ: Журнал для потребителей наркотиков и их родителей. – К., 2000. – № 4. – С. 8–9.

Поливанова К. Н. Психология возрастных кризисов / К. Н. Поливанова. – М. : Академия, 2000. – 180 с.

Полуэктова Н. Проблемы и противоречия творческого образа жизни / Н. Полуэктова // Человек: индивидуальность, творчество, жизненный путь / под ред. В. Н. Келасьева. – СПб. : Изд-во СПбГУ, 1998. – С. 33–50.

Пономаренко В. А. Экстремальность и проблема отношения к профессиональной деятельности и в профессиональной жизни / В. А. Пономаренко // Психологический журнал. – 2007. – Т. 28, № 3. – С. 38–46.

Попов Б. Н. Взаимосвязь категорий счастья и смысла жизни / Б. Н. Попов. – М. : Наука, 1986. – 91 с.

Попова И. М. Социальные представления в обыденном сознании / И. М. Попова // Социологические исследования. – 1991. – № 11. – С. 66–76.

Попова Л. В. Проблемы самореализации одаренных женщин / Л. В. Попова // Вопросы психологии. – 1996. – № 2 – С. 31–41.

Практикум по психодиагностике // Психодиагностика мотивации и самореализации. – М. : Изд-во Моск. ун-та, 1990. – С. 21.

Практическая психодиагностика. Методики и тесты : учеб. пособие. – Самара : БАХРАХ-М, 2000 – 672 с.

Проблемні сім'ї: діти і батьки / [Якубова Ю. М., Антонова-Турченко О. Г., Снятенко Г. В., Московка М. М.]. – К. : УІСД, 2001. – 138 с.

Прогнозное социальное проектирование: Методологические и методические проблемы. – М. : Наука, 1989. – 256 с.

Прогнозное социальное проектирование: теоретико-методологические проблемы. – М. : Наука, 1994. – 304 с.

Психические состояния / под. ред. П. Лагадек, С. Лихтенштейн и др. – СПб. : Питер, – 2001. – 196 с.

Психологические программы развития личности в подростковом и старшем школьном возрасте / под ред. И. В. Дубровиной. – Екатеринбург : Деловая книга, 1998. – 144 с.

Психология жизненного пути личности : учеб. пособие / К. В. Карпинский. – Гродно : ГрГУ, 2002. – 168 с.

Психологічний словник / за ред. В. І. Войтка. – К. : Вища школа, 1982. – 216 с.

Психологія особистості: словник-довідник / за ред. П. П. Горностая, Т. М. Титаренко. – К. : Рута, 2001. – 320 с.

Пукинская О. В. “Триада риска” как проявление внутриличностного конфликта / О. В. Пукинская // Психологический журнал. – 2008. – Т. 29, № 5. – С. 63–72.

Ребеко Т. А. Интенциональность в структуре индивидуальности / Т. А. Ребеко // Психологический журнал. – 2007. – Т. 28, № 4. – С. 15–22.

Регуш Л. А. Психология прогнозирования: Успехи в познании будущего / Л. А. Регуш. – СПб. : Речь, 2003. – 352 с.

Ретер П. Э. Фокусирование [Электронный ресурс] / П. Э. Ретер // Журнал практической психологии и психоанализа. – № 3 (сентябрь 2007). – Режим доступа: mhtml://E:PSYLIB.

Рікер П. Сам як інший / П. Рікер. – К. : Дух і Літера, 2002. – 456 с.

Робин Ж.-М. Быть в присутствии другого: этюды по психотерапии / Ж.-М. Робин. – М. : Ин-т Общегуманитарных исследований, 2008. – 288 с.

Роджерс К. Вчитися бути вільним / К. Роджерс // Гуманістична психологія : у 3-х т. / упор. та наук. ред. Р. Трач, Г. Балл. – К. : Пульсари, 2001. – С. 36–60.

Роджерс К. Р. Взгляд на психотерапию. Становление человека / К. Р. Роджерс. – М. : Прогресс, 1994. – 480 с.

Розенова М. И. Нарушения личностной целостности в случаях аддиктивно-нарциссической патологии и их проявления в отношениях любви / М. И. Розенова // Мир психологии. – 2006. – № 4. – С. 239–250.

Розин В. М. Как можно помыслить развитие человека? / В. М. Розин // Мир психологии. – 2007. – № 2. – С. 55–61.

Роменец В. А. Вчинок і постання канонічної психології / В. А. Роменец // Людина. Суб'єкт. Вчинок: Філософсько-психологічні студії / за заг. ред. В. О. Татенка. – К. : Либідь, 2006. – С. 11–36.

Роменец В. А. Історія психології ХІХ–початку ХХ століття / В. А. Роменец. – К. : Либідь, 2007. – 832 с.

Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. – М. : Учпедгиз, 1940. – 524 с.

Рязанова И. Н. Взгляд на природу и профилактику синдрома эмоционального выгорания с позиции экзистенциально-аналитической теории личности Альфрида Лэнгле [Электронный ресурс] / И. Н. Рязанова. – Режим доступа: <mhtml:file://E:\Взгляд>.

Сарбин Т. Нарратив как базовая метафора для психологии / Т. Сарбин // Постнеклассическая психология. – 2004. – № 1. – С. 6–28.

Сарджвеладзе Н. И. Личность и ее взаимодействие с социальной средой [Электронный ресурс] / Н. И. Сарджвеладзе // Библиотека Фонда содействия развитию психической культуры. – Режим доступа: <http://psylib.ukweb.net/books/sarjv01/txt05.htm>.

Сартр Ж.-П. Буття і ніщо: Нарис феноменологічної онтології / Жан-Поль Сартр ; пер. з фр. В. Лях, П. Тарашук. – К. : Основи, 2001. – 854 с.

Сафонова Т. Я. Жестокое обращение с детьми / Т. Я. Сафонова // Практическая психология и социальная работа. – 2007. – № 2. – С. 17–29.

Семченко В. А. Психология общения / В. А. Семченко. – К. : Магістр-S, 1998. – 152 с.

Середкина Е. В. Расширенное понимание диалога в постнеклассической науке [Электронный ресурс] / Е. В. Середкина. – Режим доступа: <anthropology/ru/ry/texts/seredkina/dialogue.html>.

Сидоренко Е. Терапия и тренинг по Альфреду Адлеру / Е. Сидоренко. – СПб. : Речь, 2000. – 346 с.

Сидоров К. Р. Самооценка, уровень притязаний и эффективность учебной деятельности старшеклассников / К. Р. Сидоров // Вопросы психологии. – 2007. – № 3. – С. 149–157.

Симонов Р. В. Теория отражения и психофизиология эмоций / Р. В. Симонов. – М. : Наука, 1971. – 272 с.

Скнар О. М. Діагностичні можливості арт-техніки “колаж” / О. М. Скнар, К. В. Реброва // Наукові студії із соціальної та політичної психології : зб. статей / АПН України, Ін-т соц. та політ. психології. – К. : Міленіум, 2008. – Вип. 20(23). – С. 69–77.

Скокова Л. Біографічні дослідження в соціології: традиція і сучасний досвід / Л. Скокова. – К. : Ін-т соціології НАНУ, 2004. – 204 с.

Скулов П. В. Принцип динамического баланса как философская основа мировоззрения, способ повышения эффективности научных исследований и необходимое условие проявления культуры в разработке и применении аудиовидеодидактических средств / П. В. Скулов // Проблемы развития и интеграции науки, профессионального образования и права в третьем тысячелетии. – Красноярск : КГАЦМиЗ, 2001. – С. 194–197.

Словарь русского языка – Изд. 2, испр. и доп. – Т. 1 / гл. ред. А. П. Евгеньева – М. : Русский язык, 1981. – 698 с.

Словник української мови. Т. 3 / гол. ред. І. Д. Білодід. – К. : Наук. думка, 1972. – 744 с.

Слюсаревський М. М. Дагностика, прогнозування та коригування соціальної напруженості: концептуальна модель / М. М. Слюсаревський // “Ми” і “Я” в сучасному світі. Вибрані твори. – К. : Міленіум, 2009. – С. 171–193.

Слюсаревський М. М. Індивідуальне та надіндивідуальне у психічних станах соціуму / М. М. Слюсаревський // Психологічні перспективи. – 2003. – Вип. 4. – С. 153–160.

Слюсаревський М. М. Соціальна ситуація в Україні: спроба оцінки з погляду формулювання та прояву суб'єктного потенціалу особистості / М. М. Слюсаревський // Наукові студії із соціальної та політичної психології : зб. статей / АПН України, Ін-т соц. та політ. психології. – К. : Міленіум, 2007. – Вип. 16(19). – С. 109–127.

Слюсаревський М. М. Соціальна ситуація та її масштаб у контексті проблеми розвитку особистості / М. М. Слюсаревський // Психолого-педагогічні засади розвитку особистості в освітньому просторі: матер. методол. семінару АПН України 19 березня 2008 р. – К., 2008. – С. 373–382.

Смысл жизни и акме: 10 лет поиска : в 2 ч. / под ред. А. А. Бодалева, Т. А. Вайзера, Н. А. Карповой, В. Э. Чудновского. – М. : Смысл, 2004. – Ч. 1. – 328 с.

Собчик Л. Н. Введение в психологию индивидуальности / Л. Н. Собчик. – М. : Ин-т прикладной психологии, 1998. – 512 с.

Совместная деятельность: Методология, теория, практика / [Абульханова-Славская К. А., Журавлев А. Л., Коломенский Я. Л. и др.]. – М. : Наука, 1988. – 232 с.

Современная западная философия: Словарь / сост. : Малахов В. С., Филатов В. П. – М. : Политиздат, 1991. – 414 с.

Созонтов А. Е. Гедонистический и эвдемонистический подходы к проблеме психологического благополучия / А. Е. Созонтов // Психологический журнал. – 2005. – № 6. – С. 105–114.

Сосланд А. И. Смысл смысла / А. И. Сосланд // Смысл жизни и акме: 10 лет поиска : в 2-х ч. / под ред. А. А. Бодалева, Г. А. Вайзер и др. – М. : Смысл, 2004. – С. 30–36.

Сохань Л. В. Искусство жизнетворчества. Предназначение. Жизнетворчество. Судьба: Социологические очерки, социально-психологические эссе, интервью, глоссарий / Л. В. Сохань. – К. : Изд. Дом Дмитрия Бурого, 2010. – 576 с.

Соціальна робота. Кн. 4: Короткий енциклопедичний словник. – К. : ДЦССМ, 2002. – 536 с.

Соціальний ареал життя особистості. – К. : Ін-т соціології НАН України, 2005. – 400 с.

Старовойтенко Е. Б. Культурная психология личности / Е. Б. Старовойтенко. – М. : Академический проект, 2007. – 320 с.

Старовойтенко Е. Б. Отношения личности: философско-психологические и рефлексивные модели / Е. Б. Старовойтенко // Психологический журнал. – 2007. – Т. 28, № 1. – С. 26–37.

Степанищев А. Ф. Полиморфизм и мультифинальность философской рациональности как грани ее единства / А. Ф. Степанищев // Вестник Брянского государственного технического университета. – 2008. – № 4(20). – С. 121–126.

Степин В. С. Теоретическое знание [Электронный ресурс] / В. С. Степин. – Режим доступа: www.philsci.univ.kiev.ua/biblio/step-gl6.html.

Стольникова О. В. Основные направления психологических исследований самообмана / О. В. Стольникова // Вопросы психологии. – 2009. – № 2. – С. 145–152.

Стрелков Ю. К. Психологический смысл длительности / Ю. К. Стрелков // Известия ТРТУ. Темат. вып. “Гуманитарные проблемы современной психологии”. – Таганрог : Изд-во ТРТУ, 2005. – № 7(51). – С. 43–47.

Татенко Н. О. Постановка життєвих завдань особистістю з ефективним життєздійсненням у просторі впливів / Н. О. Татенко // Наукові студії із соціальної та політичної психології : зб. статей / НАПН України, Ін-т соц. та політ. психології. – К. : Міленіум, 2011. – Вип. 26(29). – С. 253–259.

Тжебинский Е. Нарративное понимание и нарративные действия. Социальный конструкционизм и нарративный подход / Е. Тжебинский // Постнеклассическая психология. – 2006–2007. – № 1(3). – С. 56–80.

Тиллих П. Избранное / П. Тиллих. – М. : Юрист, 1995. – 380 с.

Титаренко Т. М. Життєвий вибір як рушійна сила особистісної світобудови / Т. М. Титаренко // Особистісний вибір: психологія відчаю та надії / за ред. Т. М. Титаренко. – К. : Міленіум, 2005. – С. 9–46.

Титаренко Т. М. Життєвий світ особистості: у межах і за межами буденності / Т. М. Титаренко. – К. : Либідь, 2003. – 375 с.

Титаренко Т. М. Життєві завдання особистості як соціально-психологічний чинник моделювання майбутнього / Т. М. Титаренко // Наукові студії із соціальної та політичної психол. : зб. статей / АПН України, Ін-т соц. та політ. психології. – К. : Міленіум, 2007а. – Вип. 16(19). – С. 304–311.

Титаренко Т. М. Життєстійкість особистості: соціальна необхідність та безпека / Т. М. Титаренко, Т. О. Ларіна. – К. : Марич, 2009а. – 76 с.

Титаренко Т. М. Запобігання емоційному вигоранню в сім'ї як фактор гармонізації сімейних взаємин : наук.-метод. посіб. / Т. М. Титаренко, О. Я. Кляпець. – К. : Міленіум, 2007б. – 142 с.

Титаренко Т. М. Наративні практики організації особистісного майбутнього / Т. М. Титаренко // Наукові студії із соціальної та політичної психології : зб. статей / НАПН України, Ін-т соц. та політ. психології. – К. : Міленіум, 2009б. – Вип. 22(25). – С. 11–18.

Титаренко Т. М. Особистісне підґрунтя ефективного життєздійснення / Т. М. Титаренко // Педагогічна і психологічна науки в Україні : зб. наук. праць до 15-річчя АПН України : у 5 т. Т. 3. Психологія, вікова фізіологія, дефектологія. – К. : Педагогічна думка, 2007в. – С. 127–136.

Титаренко Т. М. Соціально-конструктивістська природа життєвих завдань особистості / Т. М. Титаренко // Наукові студії із соціальної та політичної психології : зб. статей / АПН України, Ін-т соціальної та політичної психології. – К. : Міленіум, 2008. – Вип. 19(22). – С. 131–139.

Титаренко Т. М. Соціально-психологічні чинники постановки особистісного життєвих завдань / Т. М. Титаренко // Наукові студії із соціальної та політичної психології : зб. статей / АПН України, Ін-т соціальної та політичної психології. – К. : Міленіум, 2009в. – Вип. 23(26). – С. 97–105.

Титаренко Т. М. Сучасна психологія особистості / Т. М. Титаренко. – К. : Марич, 2009г. – 232 с. – (Серія “Психологічний інструментарій”).

Ткаченко О. “Діло” та “справа життя” як психологічні категорії / О. Ткаченко // Психологія і суспільство. – 2005. – № 1. – С. 16–26.

Толкунова І. Феномен впевненості як детермінанта діяльності / І. Толкунова // Соціальна психологія. – 2006. – № 3. – С. 102–107.

Тоффлер Э. Третья волна / Э. Тоффлер. – М. : АСТ, 1999. – 784 с.

Тоффлер Э. Шок будущего / Э. Тоффлер. – М. : АСТ, 2008. – 557 с.

Трофімов Ю. Л. Психологічні особливості системи ціннісних орієнтацій полезалежних/полenezалежних особистостей / Ю. Л. Трофімов,

О. Б. Напрасна // Практична психологія та соціальна робота. – 2007. – № 2. – С. 3–7.

Троцук И. В. Нарративный анализ в социологии: возможности практического применения : автореф. дис. ... канд. социол. наук : спец. 22.00.01 “Теория, методология и история социологии” / И. В. Троцук. – М. : Рос. ун-т дружбы народов, 2005. – 215 с.

Турнье М. Пятница, или Тихоокеанский лимб / М. Турнье.– СПб. : Амфора, 1999. – 303 с.

Тухтарова И. В. Копинг-стратегии, механизмы психологической защиты и психосоциальная адаптация больных с ВИЧ-инфекцией (2009) [Электронный ресурс] / И. В. Тухтарова. – Режим доступа: http://www.medicinform.net/psycho/psych_spec35.htm.

Тышковский А. В. Ожидания и выбор профессиональной карьеры / А. В. Тышковский. – М. : МПУ, 1999. – 187 с.

Тюптя О. В. Формування психологічної готовності до соціономічної професійної діяльності : автореф. дис. ... канд. психол. наук : спец. 19.00.01 “Загальна психологія, історія психології” / О. В. Тюптя – К., 1999. – 21 с.

Уайтхед А. Избранные работы по философии. Персоне / А. Уайтхед. – М. : Прогресс, 1980. – 717 с.

Уилер Г. Гештальттерапия постмодерна: за пределами индивидуализма / Г. Уилер. – М. : Смысл; ЧеРо, 2005. – 490 с.

Улановский А. М. Качественная методология и конструктивистская ориентация в психологии / А. М. Улановский // Вопросы психологии. – 2007. – № 4. – С. 27–37.

Улыбина Е. В. Психология обыденного сознания / Е. В. Улыбина. – М. : Смысл, 2001. – 264 с.

Ухтомский А. А. Доминанта / А. А. Ухтомский. – Рыбинск : Рыбинское подворье, 2000. – 608 с.

Уэбстер Ф. Теории информационного общества / Ф. Уэбстер. – М. : Аспект Пресс, 2004. – 400 с.

Фанч Ф. Преобразующие диалоги. Учебник по практическим техникам содействия личностным изменениям / Ф. Фанч. – К. : Ника-центр, 1997. – 379 с.

Фахретдинов А. Б. Факторы, что провоцируют насилие над женщинами в супружеских взаимоотношениях / А. Б. Фахретдинов // Вестник Нижегородского университета им. Н. И. Лобачевского. Серия “Социальные науки”. – 2008. – № 1. – С. 123–129.

Фейгенберг И. Вероятностное прогнозирование и преднастройка к движениям / И. Фейгенберг, В. Иванников. – М. : Изд-во МГУ, 1978. – 112 с.

Форверг М. Социально-психологические основы изменения поведения / М. Форверг // Проблемы социальной психологии / под ред. В. М. Квачахия. – Тбилиси : Изд-во Тбилисского ун-та, 1976. – С. 30–38.

Форуард С. Эмоциональный шантаж / С. Форуард, Д. Фрейзер. – М. : АСТ, 2006. – 320 с.

Франкл В. Людина в пошуках граничного смислу / В. Франкл // Гуманістична психологія : у 3-х т. / упор. та наук. ред. Р. Трач, Г. Балл. – К. : Пульсари, 2001. – С. 165–179.

Франкл В. Основы логотерапии. Психотерапия и религия / В. Франкл. – СПб. : Речь, 2000. – 286 с.

Франкл В. Психотерапия на практике / В. Франкл. – СПб. : Ювента, 1999. – 256 с.

Франкл В. Сказать жизни “Да!”: психолог в концлагере / В. Франкл. – М. : Смысл, 2007. – 173 с.

Фреик Н. В. Концепция доверия в исследованиях П. Штомпки / Н. В. Фреик // Социологические исследования. – 2006. – № 11. – С. 10–18.

Фрейджер Р. Личность. Теории, упражнения, эксперименты : пер. с англ. / Р. Фрейджер, Дж. Фейдимен. – СПб. : Прайм-ЕВРОЗНАК, 2006. – 704 с.

Фрейджер Р. Личность. Теории. Упражнения : пер. с англ. / Р. Фрейджер, Дж. Фейдимен. – СПб. : Прайм-ЕВРОЗНАК, 2001. – 864 с.

Фридман Дж. Конструирование иных реальностей: Истории и рассказы как терапия / Дж. Фридман, Дж. Комбс ; пер. с англ. В. В. Самойлова. – М. : Независимая фирма “Класс”, 2001. – 368 с.

Фридман Л. М. Логико-психологический анализ школьных учебных задач / Л. М. Фридман. – М. : Педагогика, 1977. – 206 с.

Фромм Э. Человек для самого себя // Э. Фромм. Психоанализ и этика. – М. : Республика, 1993. – С. 17–190.

Фромм Э. Человек для себя: Исследование психологических проблем этики : пер. с англ. / Э. Фромм. – Минск. : Коллегиум, 1992. – 253 с.

Хазратова Н. В. Абсолютизація грошей і патерналізм як характеристики масової економічної свідомості / Н. В. Хазратова // Наукові студії із соціальної та політичної психології : зб. статей / АПН України, Ін-т соц. та політ. психології. – К. : Міленіум, 2000. – Вип. 3(6). – С. 128–141.

Харитонов В. А. Психологічні аспекти девіантної поведінки неповнолітніх / В. А. Харитонов // Актуальні проблеми сучасної української психології : наук. записки Ін-ту психології ім. Г. С. Костюка АПН України / за ред. акад. С. Д. Максименка. – К. : Нора-друк, 2003. – Вип. 23. – С. 367–375.

Харламенкова Н. Е. Спонтанность и контроль в зрелых личностных отношениях / Харламенкова // Феномен и категория зрелости в психологии / отв. ред. А. Л. Журавлёв, Е. А. Сергиенко. – М. : Ин-т психологии РАН, 2007. – С. 128–149. – (Труды Института психологии РАН).

Хашченко В. А. Типология субъективного экономического благополучия / В. А. Хашченко // Психологический журнал. – 2007. – Т. 28, № 1. – С. 58–69.

Херманс Г. Личность как мотивированный рассказчик: теория валюации и метод самоконфронтации / Г. Херманс // Постнеклассическая психология. – 2006–2007. – № 1(3). – С. 7–53.

Холодная М. А. Когнитивные стили. О природе индивидуального ума. – 2-е изд. / М. А. Холодная. – СПб. : Питер, 2004. – 384 с.

Хонигман Дж. Подходы / Дж. Хонигман // Личность. Культура. Этнос. – М., 2001. – С. 80–103.

Хорни К. Невроз и личностный рост / К. Хорни. – СПб. : Восточно-Европейский ин-т психоанализа, 1997. – 316 с.

Хухлаева О. Основы психологического консультирования и психологической коррекции : учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. завед. / О. Хухлаева. – М. : Академия, 2001. – 208 с.

Ценев В. Стокгольмский синдром [Электронный ресурс] / В. Ценев. – Режим доступа: <http://f.psyberia.ru>.

Цукерман Г. А. Психология саморазвития / Г. А. Цукерман, Б. М. Местеров. – М. : Интерпракс, 1995. – 288 с.

Чепя М.-Л. А. Методика оцінки особистісних прагнень / М.-Л. А. Чепя // Вісник. Серія : “Психологічні науки”: зб. наук. статей Київського міжнарод. ун-ту. – К. : КиМУ, 2004. – Вип. 5. – С. 135–147.

Чепелева Н. В. Життєва ситуація особистості / Н. В. Чепелева // Основи практичної психології : підручник / В. Г. Панок, Т. М. Титаренко, Н. В. Чепелева та ін. – К. : Либідь, 1999. – С. 112–136.

Черемних К. О. Мотиваційно-сміслові структурування майбутнього як механізм нарративної ідентичності студентської молоді : дис. ... канд. психол. наук : спец. 19.00.05 “Соціальна психологія; психологія соціальної роботи” / К. О. Черемних. – К., 2008. – 176 с.

Чернобровкін В. М. Психологія прийняття педагогічних рішень / В. М. Чернобровкін. – Луганськ : Альма-матер, 2006. – 416 с.

Чудновский В. Э. О некоторых “болевых точках” становления личности / В. Э. Чудновский // Психологический журнал. – 2006. – Т. 27, № 3. – С. 5–17.

Чудновский В. Э. Проблема оптимального смысла жизни / В. Э. Чудновский // Смысл жизни и акме: 10 лет поиска : в 2-х ч. / под ред. А. А. Бодалева, Г. А. Вайзер и др. – М. : Смысл, 2004. – Ч. 1. – С. 7–23.

Чуприкова Н. И. Система понятий общей психологии и функциональная система психической регуляции поведения и деятельности / Н. И. Чуприкова // Вопросы психологии. – 2007. – № 3. – С. 3–15.

Шабельников В. К. Творчество – это действие или деятельность? / В. К. Шабельников // Культурно-исторический поход к проблеме творчес-

тва / под ред. Е. Е. Кравцовой, В. Ф. Спиридонова, Ю.Е.Кравченко. – М. : РГГУ, 2003. – С. 158–165.

Шанин Т. Социальная работа как культурный феномен современности / Т. Шанин // Вопросы философии. – 1997. – № 11. – С. 55–72.

Шибутани Т. Социальная психология : пер. с англ. / Т. Шибутани. – М. : Прогресс, 1969. – 536 с.

Шибутани Т. Социальные изменения и отклоняющееся поведение / Т. Шибутани // Социальная психология / Т. Шибутани ; пер. с англ. В. Б. Ольшанского. – Ростов-на-Дону : Феникс, 2002. – С. 484–489.

Шиловська О. М. Наратив як засіб усвідомлення життєвих цілей особистості / О. М. Шиловська // Наукові студії із соціальної та політичної психології: зб. статей / АПН України; Ін-т соц. та політ. психології. – К. : Міленіум, 2004. – Вип. 8(11). – С. 123–133.

Штепа О. С. Дефініція особистісної зрілості / О. С. Штепа // Наукові студії із соціальної та політичної психології: зб. статей / АПН України, Ін-т соц. та політ. психології. – К. : Міленіум, 2007. – Вип. 16(19). – С. 149–157.

Шульц Д. История современной психологии / Д. Шульц, С. Шульц. – СПб. : Евразия, 2002. – 532 с.

Шурыгина И. И. Жизненные стратегии подростков / И. И. Шурыгина // Социологические исследования. – 1999. – № 5. – С. 52–62.

Шустова Н. Е. Социально-психологическая адаптация молодежи и отношение к социальным нормам / Н. Е. Шустова, В. В. Гриценко // Психологический журнал. – 2007. – Т. 28, № 1. – С. 46–57.

Шутценбергер А. А. Синдром предков: Трансгенерационные связи, семейные тайны, синдром годовщины, передача травм и практическое использование геносоциограммы. – 3 изд. / А. А. Шутценбергер – М. : Психотерапия, 2007. – 240 с.

Эко У. Открытое произведение: форма и неопределенность в современной поэтике / У. Эко. – СПб. : Академический проект, 2004. – 384 с.

Эко У. Роль читателя. Исследование по семиотике текста / У. Эко. – СПб. : Симпозиум, 2007 – 502 с.

Элиаде М. Мифы, сновидения, мистерии / М. Элиаде. – М. : Refl-book ; К. : Ваклер, 1996. – 288 с.

Эльконин Б. Д. Психология развития (по мотивам Л. Выготского) [Электронный ресурс] / Б. Д. Эльконин, В. П. Зинченко. – Режим доступа: <http://www.psychology.ru/library/00073.shtml>.

Эммонс Р. Психология высших устремлений: мотивация и духовность личности / Р. Эммонс ; пер. с англ. ; под ред. Д. А. Леонтьева. – М. : Смысл, 2004. – 416 с.

Эпштейн М. Информационный взрыв и травма постмодерна [Электронный ресурс] / М. Эпштейн. – Режим доступа: <http://www.emory.edu/INTELNET/bio.html>.

Эпштейн М. К философии возраста [Электронный ресурс] / М. Эпштейн // Фрактальность жизни и периодическая таблица возрастов. – Режим доступа: <http://zvezdaspb.ru>.

Эпштейн М. Имя века [Электронный ресурс] / М. Эпштейн. – Режим доступа: http://veer.info/01/v1_imia.html.

Эриксон Э. Детство и общество / Э. Эриксон. – СПб. : Ленато; АСТ, 1996а. – 596 с.

Эриксон Э. Молодой Лютер. Психоаналитическое историческое исследование / Э. Эриксон. – М. : Медиум, 1996б. – 560 с.

Юнг К. Г. Воспоминания, сновидения, размышления / К. Г. Юнг. – М. : АСТ-ЛТД ; Львов : Инициатива, 1998. – 480 с.

Юнг К. Г. Собрание сочинений. Психология бессознательного : пер. с нем. / К. Г. Юнг. – М. : Канон, 1994. – 320 с.

Я сам строю свою жизнь / [Алиева М. А., Гришанович Т. В., Лобанова Л. В. и др.]; под ред. Е. Г. Трошихиной. – СПб. : Речь, 2001. – 216 с.

Яблонська Т. М. Розвиток здатності до рефлексії в професійному становленні особистості вчителя початкових класів: дис. ... канд. психол. наук : спец. 19.00.07 “Педагогічна та вікова психологія” / Т. М. Яблонська. – К. : Ін-т психології ім. Г. С. Костюка, 2000. – 204 с.

Adler A. What life should mean to you / A. Adler ; ed. by A. Porter. – London : George Allen & Unwin Ltd., 1932. – 82 p.

Branden N. The Power of Self-Esteem (1992) [Электронный ресурс] / N. Branden. – Режим доступа: <http://institut.smysl.ru/article21.php>.

Buss D. Personality psychology: Recent trends and emerging directions / D. Buss, N. Cantor (eds.). – New York : Springer-Verlag, 1989.

Carver C. S. Assessing coping strategies: a theoretically based approach / C. S. Carver, M. F. Scheier, J. K. Weintraub // Journal of Personality and Social Psychology. – 1989. – Vol. 56. – P. 267–283.

Clutterbuck D. Everyone Needs a Mentor / D. Clutterbuck. – 1991. – 220 s.

Crandall J. E. A scale for social interest / J. E. Crandall // Journal of Individual Psychology. – 1975. – № 31. – P. 187–195.

Davies B. The ambivalent practices of reflexivity / Davies B., Browne J., Gannon S., Honan E., Laws C., Mueller-Rockstroh B., et al. // Qualitative Inquiry. – 2004. – № 10(3). – P. 360–389.

Exit / Выход есть... – К. : Церковь “Живое слово”, 2004. – 40 с.

Gergen K. The decline and the fall of personality / K. Gergen // Psychology Today – 1992. – № 25(6). – P. 59–63.

Gergen K. The New Aging: Self Construction and Social Values / K. Gergen, M. Gergen // Social structures and aging. – New York, 2000.

Giddens A. Modernity and Self Identity. Self and Society in Late Modern Age / A. Giddens. – Cambridge, 1991.

Horney K. The Neurotic Personality Of Our Time / K. Horney. – New York : W. W. Norton & Co.

Inkeles A. An approach to the study of psychosocial maturity / A. Inkeles, H. Leiderman // International Journal of Comparative Sociology. – 1998. – V. 39, Ic. 1. – P. 52–76.

Klein M. The writings of Melanie Klein, 4 vols. Vol. 1: Low, guilt and reparation and other works 1921-1945. – 1975. – P. 308–343.

Kohn M. N. An empirical investigation of self-attitudes / M. N. Kohn, T. S. McPartland // American Sociology Review. – 1954. – Vol. 19. – P. 68–76.

Landsberg K. The Tao of Coaching / K. Landsberg. – New York, 1996. – 126 s.

Lazarus R. S. The concept of coping / Richard S. Lazarus, Susan Folkman // Monat A. and Richard S. Lazarus. Stress and Coping. – New York, 1991. – P. 189–206.

Maddi S. Creativity is strenuous / S. Maddi // The University of Chicago magazine. – 1973. – Vol. 66. – № 2. – P. 18–23.

Manaster G. J. Individual Psychology / G. J. Manaster, R. J. Corsini. – Itaska : F. E. Peacock Publishers, Inc., 1982. – 322 p.

McKennell A. C. Cognition and affect in perception of well-being / A. C. McKennell // Social indicators research. – 1978. – V. 5. – № 4. – P. 389–426.

Sermijn J. The Narrative Construction of the Self: Selfhood as a Rhizomatic Story / J. Sermijn, P. Devlieger, G. Loots // Qualitative Inquiry. – 2008. – Vol. 14. – №4. – P. 632–650.

Socor B. The Self and its Constractions [Электронный ресурс] / B. Socor. – Режим доступа: www.iona.edu/academic/arts_org/narrative/SOCOR.HTM.

ДОДАТКИ

Додаток 1

Опитувальник “Життєві завдання особистості” (розробка колективу лабораторії соціальної психології особистості ІСПП НАПН України під керівництвом *Т. М. Титаренко*)

Інструкція. Зазначте, будь ласка, навпроти кожного із запропонованих висловлювань свою згоду чи незгоду з ним, відмітивши один з варіантів: “згоден/згодна” або “не згоден/не згодна”. Навіть якщо Ви не можете погодитися із жодною відповіддю, все ж оберіть варіант, який більше для Вас прийнятний.

Тут немає “правильних” і “неправильних” відповідей. Ваша думка цінна для нас саме такою, якою вона є. Ваші відповіді конфіденційні і будуть використані тільки у вигляді статистичних даних.

Бланк для відповідей

№	Твердження	Згоден/ Згодна	Не згоден/ Не згодна
1.	У наш час роботу треба обирати радше за зарплатнею, ніж за уподобаннями		
2.	Мені дуже б хотілося стати відомою людиною в цьому житті		
3.	Я хочу багато чого змінити в собі		

№	Твердження	Згоден/ Згодна	Не згоден/ Не згодна
4.	Я б хотів(-ла) у майбутньому займатися улюбленою справою, але важливіше заробляти гроші		
5.	Найактуальніше для мене сьогодні – створення сім'ї		
6.	Я завжди чітко планую майбутнє		
7.	Я більше живу сьогоднішнім днем, ніж майбутнім		
8.	Я завжди дивлюся у майбутнє з оптимізмом, і тому мені не складно ставити нові життєві завдання		
9.	Частіше я керую життєвими обставинами, а не вони мною		
10.	Коли я ставлю перед собою завдання, мені ще невідомі шляхи його розв'язання		
11.	Коли виникають перешкоди, я впевнений(-а), що впораюся з проблемою		
12.	Завдання, які я ставлю, зазвичай виключають одне одне, я змушений(-а) вибирати		
13.	Обставини мого життя суттєво вплинули на те, які життєві завдання я ставлю перед собою		
14.	У разі зміни зовнішньої ситуації я не змінюю своїх завдань		
15.	При постановці завдань я відчуваю, що можу гори звернути		
16.	Буває, що я порушую встановлені правила		
17.	Комфорт і безтурботність – у майбутньому мені більше нічого не треба		
18.	Усі, урешті-решт, прагнуть влади		
19.	Найголовніше життєве завдання людини – стати професіоналом своєї справи		
20.	Оскільки я не можу всіх зробити щасливими, я повинен(-на) подбати про себе		
21.	Думаю, що головне моє завдання – учитися		
22.	Я більше довіряю плину подій, щасливому збігу обставин, ніж своїм намірам		
23.	Можна не планувати життя далі ніж на рік уперед		
24.	Думаючи про майбутнє, я часто уявляю всілякі неприємності		

№	Твердження	Згоден/ Згодна	Не згоден/ Не згодна
25.	Того, що я бачу як своє життєве завдання, я досягну власними силами		
26.	Я завжди уявляю в подробицях, як буду рухатися до бажаного результату		
27.	Переді мною постає стільки життєвих труднощів, що подолати їх усі просто неможливо		
28.	Іноді мої життєві завдання суперечать одне одному, і я не можу здійснити все		
29.	Не думаю, що життєві завдання визначаються обставинами мого життя		
30.	Я легко переключаюся з одного життєвого завдання на інше		
31.	Нові завдання мене більше бентежать, ніж мобілізують		
32.	Я завжди дотримуюся своїх обіцянок		
33.	Головне для мене в майбутньому – це матеріальна забезпеченість		
34.	Досягненням є те, що визнають інші		
35.	Єдине справжнє життєве завдання – це пошук себе, самовдосконалення		
36.	Мені подобається допомагати іншим, коли це не заважає кар'єрі		
37.	Життєвий успіх неможливий без доброго здоров'я		
38.	Час життя обмежений, але мені вдається використовувати його оптимально		
39.	Найголовніше у моєму житті відбуватиметься протягом найближчих п'яти років		
40.	Мене лякають усілякі несподіванки, що чекають у майбутньому		
41.	Приймаючи життєві рішення, я більше орієнтуюся на “так треба”, “так прийнято”, аніж на “я хочу цього”, “це мені потрібно”		
42.	Я часто не можу вирішувати свої життєві завдання – не маю часу, грошей, інформації, допомоги		
43.	Якщо в моєму житті не вистачає складностей, я їх шукаю		
44.	Усі мої життєві завдання я легко можу розташувати за важливістю		

№	Твердження	Згоден/ Згодна	Не згоден/ Не згодна
45.	Мені неважко проаналізувати причини та наслідки своїх життєвих завдань		
46.	Я намагаюся досягти того, що запланував(-ла), навіть усупереч обставинам		
47.	Мені неважко тривалий час бути включеним(-ою) в активну діяльність		
48.	Я ніколи не відкладаю на завтра те, що можна зробити сьогодні		
49.	Усі хочуть мати престижні речі		
50.	У житті мало речей, важливіших за успіх		
51.	Я думаю, що впливати на власний розвиток дуже важко		
52.	Покращити світ навіть у чомусь незначному – моє життєве завдання		
53.	Молода людина може поки що не замислюватися серйозно про своє здоров'я		
54.	Життя таке непередбачуване, що не варто його планувати		
55.	У віці моїх батьків я досягну справжнього успіху		
56.	Не варто очікувати від майбутнього чогось особливо хорошого		
57.	У своєму житті я дотримуюся принципів, заснованих на почутті обов'язку		
58.	Ставлячи перед собою важливе життєве завдання, я знаю, чого хочу досягти в кінцевому підсумку		
59.	У мене не такий сильний характер, щоб проявляти стійкість у складних обставинах		
60.	Я завжди чітко знаю, що для мене головне в житті		
61.	Часто я не враховую далекі наслідки тих життєвих завдань, які ставлю перед собою тепер		
62.	Якщо не буде виходити так, як задумано спочатку, я робитиму це іншим чином		
63.	Я більше люблю спокійний відпочинок, ніж бурхливі розваги		
64.	Непристойні жарти викликають у мене сміх		
65.	Для щастя необхідні гроші		
66.	Між престижною і цікавою роботою я радше оберу престижну		

№	Твердження	Згоден/ Згодна	Не згоден/ Не згодна
67.	Життєві труднощі радше перешкоджають моєму розвитку, ніж допомагають		
68.	Більшість завдань у житті вимагають насамперед сумлінної праці, а не творчості		
69.	Спочатку треба стати на ноги, а вже потім думати про все інше		
70.	Я нерідко сам(-а) не знаю, чого хочу і яким чином слід діяти в різних життєвих обставинах		
71.	У мене є завдання, розраховані на все життя		
72.	Я вірю в себе, і тому майбутнє мене не страшить		
73.	Мої життєві успіхи більше залежать від вдалого збігу обставин, ніж від моїх здібностей і зусиль		
74.	Без усебічного аналізу обставин я, як правило, не ставлю важливі для мого майбутнього завдання		
75.	Несподівані зміни на тривалий час вибивають мене з колії		
76.	Мені важко зрозуміти, які життєві завдання для мене важливіші: чи навчання, чи робота, чи дружба, чи сім'я		
77.	Для вирішення життєвого завдання не обов'язково враховувати попередній досвід		
78.	Мені подобається, коли, крім завдання, я отримую план його розв'язання		
79.	На жаль, у мене недостатньо сил та енергії для втілення в життя намічених завдань		
80.	Якщо я не правий, то ніколи не серджуся		
81.	Без друзів я не досягну успіху в житті		
82.	Я планую своє майбутнє до дрібниць, крок за кроком		
83.	У грі я люблю бути переможцем		
84.	Сім'я і діти – це поки що не для мене		
85.	Я зазвичай ставлю перед собою конкретні завдання та намічаю реальні строки їх виконання		
86.	Буває, чиясь необачність викликає у мене сміх		
87.	На першому місці завжди мають бути друзі		

Ключі до опитувальника “Життєві завдання особистості”:

Для кожної шкали сумується кількість балів.

Шкала 1. Мотивація життєвих завдань

Підшкала 1.1. Мотивація матеріального задоволення, гроші, комфорт

У разі відповіді “так” на питання 1, 17, 33, 49, 65 зараховується 2 бали.

Підшкала 1.2. Мотивація досягнення успіху, престижу, влади, визнання

У разі відповіді “так” на питання 18, 34, 50, 66 зараховується 2 бали;

у разі відповіді “так” на питання 2 зараховується 3 бали.

Підшкала 1.3. Мотивація самоконститування

У разі відповіді “так” на питання 3, 19, 35, 51 зараховується 2 бали;

у разі відповіді “ні” на питання 67 зараховується 2 бали.

Підшкала 1.4. Мотивація творчості

У разі відповіді “так” на питання 52 зараховується 3 бали;

у разі відповіді “ні” на питання 4, 20, 36, 68 зараховується 2 бали.

Підшкала 1.5. Локалізація життєвих завдань за сферами

Сфера “сім’я”

У разі відповіді “так” на питання 5 зараховується 3 бали;

у разі відповіді “ні” на питання 84 зараховується 2 бали.

Сфера “навчання та робота”

У разі відповіді “так” на питання 21 зараховується 3 бали;

у разі відповіді “так” на питання 69 зараховується 2 бали;

Сфера “здоров’я”

У разі відповіді “так” на питання 37 зараховується 3 бали;

у разі відповіді “ні” на питання 53 зараховується 2 бали.

Сфера “друзі”

У разі відповіді “так” на питання 81 зараховується 2 бали;

у разі відповіді “так” на питання 87 зараховується 3 бали.

Шкала 2. Структурованість часу життя

Підшкала 2.1. Наявність структурування часу

У разі відповіді “так” на питання 6, 38 зараховується 2 бали;

у разі відповіді “ні” на питання 22, 54, 70 зараховується 2 бали.

Підшкала 2.2. Віддаленість структурування

Обирається максимально віддалений часовий контур:

1-й часовий контур – “сьогодні”: у разі відповіді “так” на питання 7 зараховується 1 бал;

2-й часовий контур – “1 рік”: у разі відповіді “так” на питання 23 зараховується 2 бали;

3-й часовий контур – “5 років” у разі відповіді “так” на питання 39 зараховується 3 бали;

4-й часовий контур – “40–50 років”: у разі відповіді “так” на питання 55 зараховується 4 бали;

5-й часовий контур – “усе життя”: у разі відповіді “так” на питання 71 зараховується 5 балів.

Шкала 3. Ставлення до майбутнього

У разі відповіді “так” на питання 8, 72 зараховується 2 бали;

у разі відповіді “ні” на питання 24, 40, 56 зараховується 2 бали.

Шкала 4. Суб’єктна активність

У разі відповіді “так” на питання 9, 25 зараховується 2 бали;

у разі відповіді “ні” на питання 41, 57, 73 зараховується 2 бали.

Шкала 5. Операціональні характеристики життєвих завдань

Підшкала 5.1. Стратегія

У разі відповіді “так” на питання 26, 58, 74, 82, 85 зараховується 2 бали;

у разі відповіді “ні” на питання 10, 42, зараховується 2 бали.

Підшкала 5.2. Стійкість

У разі відповіді “так” на питання 11, 43 зараховується 2 бали;

у разі відповіді “ні” на питання 27, 59, 75 зараховується 2 бали.

Підшкала 5.3. Цілісність життя

У разі відповіді “так” на питання 13, 45 зараховується 2 бали;

у разі відповіді “ні” на питання 29, 61, 77 зараховується 2 бали.

Підшкала 5.4. Гнучкість

У разі відповіді “так” на питання №30, 62 зараховується 2 бали;

у разі відповіді “ні” на питання 14, 46, 78 зараховується 2 бали.

Підшкала 5.5. Активність – виснажливність

У разі відповіді “так” на питання 15, 47 зараховується 2 бали;

у разі відповіді “ні” на питання 31, 63, 79 зараховується 2 бали.

Шкала 6. Брехня

У разі відповіді “так” на питання 32, 48, 80 зараховується 2 бали;

у разі відповіді “ні” на питання 16, 64, 83, 86 зараховується 2 бали.

Додаток 2

Опитувальник "Самооцінка життєстійкості"

(модифікація опитувальника
Форверга на контактність
Т. О. Ларіної)

Інструкція. Метою є визначення рівня осмисленості та сформованості особистісних складових життєстійкості, які проявляються у спілкуванні. Пропонується оцінити себе за 9-бальною шкалою, щоб таким чином з'ясувати, якою мірою Вам властиві представлені якості.

Бал "5" означає, що Вам властива ця якість; Ви більше віддаєте, ніж отримуєте.

Бали, розташовані ліворуч від "5", відповідають "зменшенню" цієї властивості, праворуч від "5" – її "збільшенню".

Бал "1" – Ви зовсім позбавлені цієї властивості.

Бал "9" – Вам притаманна ця властивість найбільшою мірою.

Бланк для відповідей

Властивість	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1. Емпатія. Я бачу світ очима інших. Я розумію іншого та можу відчути себе "в його шкурі". Я розумію всі настрої, які переживає мій співрозмовник. Я відповідаю на них.									
2. Тепло, повага. Я різними способами виражаю (хоча й не завжди обов'язково відчуваю), що приймаю іншого; я розумію те, що роблять інші, хоча не завжди однозначно згоден(-на) з ними. Я людина, що активно підтримує інших.									

Властивість	1	2	3	4	5	6	7	8	9
3. Щирість, справжність. Я більш щирий(-а), ніж фальшивий(-а) у своїй взаємодії з іншими. Я не ховаюся за ролями та фасадами; інші знають, “на чому я стою”. Я залишаюся самим(-ою) собою у своєму спілкуванні з іншими.									
4. Ініціативність. У взаємовідносинах з іншими я скоріше дію, аніж розмірковую. Я вступаю у контакт, а не чекаю, коли вступлять у контакт зі мною. Я спонтанний(-а). Я проявляю ініціативу з різних приводів у відносинах з людьми.									
5. Рішучість. Я мобілізуюся в екстремальних, нестандартних умовах. Я сміливо приймаю рішення, безстрашно дивлюся небезпеці в очі. Я рішучий(-а), відчайдушний(-а).									
6. Відповідальність. Я самостійно будую плани і вірю, що зможу їх здійснити. Я докладаю багато зусиль задля досягнення запланованого, а не сподіваюся на допомогу інших. Перекоаний(-а), що успіх є результатом наполегливої праці і мало залежить від випадку або везіння.									
7. Терпіння. Я стійко, без нарікань витримую важкі життєві умови. Я мирюся із життєвими труднощами, сподіваючись на краще. Довго та спокійно витримую щось нудне, неприємне, небажане									
8. Оптимістичність. Я життєрадісний(-а), сподіваюся на краще. Мене не лякають несподіванки в майбутньому.									
9. Мобільність. Я вміло і швидко дію за різних обставин. Швидко приступаю до виконання завдань задля досягнення мети. Я легко переключаюся з однієї справи на іншу									

Ключі до опитувальника “Самооцінка життєстійкості”:

Перекладаємо отримані відповіді за 9-бальною шкалою.

Підраховуємо кількість балів за кожним пунктом.

Отримуємо рівні осмисленості та сформованості складових життєстійкості:

9–18 балів – низький рівень осмисленості та сформованості життєстійкості;

19–40 балів – середній ступінь вираженості життєстійкості;

41–54 бали – життєстійкість є характерною для Вас рисою;

55–72 бали – у Вас активно проявляється життєстійкість в орієнтації на співробітництво, у здатності самостійно знаходити шляхи вирішення проблем.

73–81 бал – ця властивість притаманна Вам повною мірою. Ви готові до подолання життєвих труднощів, вирішення проблем, орієнтовані в майбутнє.

Додаток 3

Соціально-психологічний тренінг “Моє життя і Я” (автор – *В. А. Крайчинська*)

Соціально-психологічний тренінг “Моє життя і Я” проводився у 2008–2009 роках, група налічувала на різних етапах 5-7 осіб, усього було проведено 18 занять.

Загальна характеристика тренінгу. Соціально-психологічний тренінг є основою роботи з оптимізації самонастановлень у сферах життєвих завдань особистості. Можлива аудиторія учасників – учнівська та студентська молодь чи люди зрілого віку, що звертаються по допомогу в подоланні психологічних проблем, переживають життєві кризи, тобто всі, для кого питання постановки, здійснення, усвідомлення, переосмислення життєвих завдань є актуальними.

Вибір індивідуальної або групової форм роботи чи їх поєднання зумовлені індивідуальними особливостями учасників та їхньою налаштованістю, складом групи. Усі засоби оптимізації самонастановлення, що наводяться нижче, можуть з успіхом застосовуватися як в індивідуальній, так і в груповій роботі.

Мета тренінгу полягала в коригуванні самоставлення та самоозадачування в життєво важливих сферах особистості.

Структура тренінгу. У тренінгу об’єднано 18 тематичних занять: перше присвячене знайомству учасників, ознайомленню їх із цілями тренінгу, усвідомленню ними своїх очікувань; друге – діагностиці самоставлення; третє – ознайомленню з простором власних життєвих завдань; основний цикл занять був спрямований на усвідомлення та пропрацювання самонастановлень в актуальних сферах життєвих завдань; передостаннє заняття – розширенню простору життєвих завдань; останнє – рефлексії учасників щодо перебігу та результатів тренінгу.

Теоретичну основу тренінгу склали методи соціально-психологічної діагностики, психологічної допомоги, екзистенційної, когнітивної та кататимно-імагінативної психотерапії.

М'язова релаксація, що застосовується в кататимно-імагінативній психотерапії – символ-драмі, сприяє зменшенню тривожності. Це є важливим для наших цілей – створення можливості зміни суб'єкт-об'єктного самонастановлення, оскільки вибір традиційної, оречевленої моделі “себе у світі” здебільшого відбувається саме задля зменшення напруженості і тривожності.

Повторне переживання травматичних моментів життя також призводить до зміни образу “Я”, відбувається збагачення досвіду раніше недоступними для усвідомлення, осмислення фрагментами минулого. Особистість стає більш цілісною, зменшується простір, у якому дії людини є для неї незрозумілими, непідвладними; вона все більше панує над своїм життям; відчуття “господаря свого життя” стає більш виразним.

Фіксація м'язових напружень, дискомфортних тілесних відчуттів під час уявляння різних сфер життєвих завдань дає можливість виявити проблемні сфери. Інтерпретація напружень учасником, пов'язування їх з іншими ситуаціями та дитячими спогадами сприяє віднайденню джерела проблем.

Емоційне сканування, озвучення власних емоцій психологом допомагають “розморозувати” емоційної сфери учасників, створюють атмосферу *справжності*, довіри.

Рефлексія власних станів, реакцій, переживань допомагає усвідомленню самонастановлень і, за необхідності, їх переоцінці та поступовій трансформації.

Образна символізація дає змогу побачити ресурсні та проблемні моменти досвіду, простежити їхню динаміку:

– *серія мотивів “Я”, “Квітка”, “Дерево”* (на вибір). Пропонується намалювати себе у вигляді людини або рослини чи в будь-якому іншому вигляді, уявляючи себе в певній сфері життєвого завдання. Усього пропонується намалювати сім образів у сферах основних життєвих завдань плюс необмежену кількість інших за бажанням. Мотив слугує діагностичним цілям та цілям розвитку, оскільки яскраво, наочно демонструє різницю в сприйнятті себе в різних частинах життя і дає можливість щось змінити в малюнку, уявивши, що потрібно намальованому створінню. За бажанням учасники демонструють образи групі, відбувається обмін враженнями, почуттями, інтерпретаціями, що дає можливість зауважити недоступні до того аспекти образу. Протягом циклу занять учасники переглядають малюнки, що зазвичай викликає бажання намалювати інший образ, який стосується того ж життєвого завдання. Ця форма роботи є основною в соціально-психологічному тренінгу;

– *мотив “Джерело”*. Після етапу м'язової релаксації учаснику пропонують уявити джерело. Це традиційний образ, що використовується

в символ-драмі. Використання образу джерела для гармонізації самоставлення дає можливість емоційно пережити, відчути, доторкнутися до цього джерела нашої енергії, сил, що беруть початок у нас самих;

– *мотив “Місце сили”*. У стані релаксації пропонується уявити місце своєї сили, місце, де людина почувається сильною. У нашому випадку цей мотив мобілізує, задіює збережені, ресурсні, активні частини “Я”. За будь-якого розвитку образу досліджується можливість контактувати з власними силами;

– *мотив “Корабель”*. Щоб уявити цей образ, пропонується уявити корабель, що пливе в морі, потім – себе на кораблі. Далі необхідно з’ясувати, в якій ролі бачить себе учасник терапії – у ролі пасажира, капітана тощо. Цей мотив дає можливість відчути себе “в житейському морі”, виявити, наскільки активну роль відіграє він в управлінні власним життям. Образ корабля є діагностичним, в нашій практиці доволі часто на початку роботи з гармонізації настановлень учасники уявляли себе пасажиром, а наприкінці – капітаном;

– *мотив “Гора”* застосовується для з’ясування внутрішніх обставин та перешкод у здійсненні завдань та досягненні цілей. Наприклад, на початку занять учасник уявляв гору, до якої неможливо було наблизитися, десь на горизонті, а наприкінці він уже піднімався на вершину цієї гори;

– *мотив “Стіна”*. Необхідність такого мотиву може виникнути, коли в бесідах з учасником настійливо повторюються відчуття та образ нездоланної перешкоди, яка може асоціюватися і з іншим символом. Зазвичай з розвитком образу з’являються можливості подолання цієї перешкоди або порушення її монолітності. Найважливішим є “прожиття” первинного відчуття безпорадності;

– *мотив “Замок”* дає можливість продовжити роботу, розпочату в мотиві “Корабель”, у дещо іншому аспекті, актуалізуючи і розвиваючи відчуття господаря, володаря власного життя;

– *мотив “Дім”* є продовженням роботи з розвитку почуття “господаря життя” з акцентом на виборі власних рішень, покладанні на власні сили, забезпеченні внутрішнього психологічного простору для найважливіших життєвих завдань, які символізують кімнати уявного дому.

– *мотив “Улюблене ім’я”* дає можливість доторкнутися до прихованих власних рис, що здаються недосяжними. Учаснику пропонують уявити людину, що володіє такими рисами, і якимось чином налагодити взаємодію з нею;

– *мотив “Король”*. Лінія “Корабель”, “Замок”, “Дім” знаходить продовження в цьому мотиві на більш високому рівні, оскільки тут акцентується момент саме індивідуальної, одноосібної відповідальності. Предметом відповідальності є не лише вибір сфери, напрямку, але й стратегії,

політики, планування на значні відрізки часу. Важливим є також момент відповідальності за значно більший простір та ширше соціальне оточення;

– *мотив “Життєвий шлях”* дає змогу з’ясувати більшість внутрішніх обставин “процесуальності” життєвих завдань. Пропонується звернути увагу на розгалуження, перешкоди, ландшафт, погоду, пору року, одяг мандрівника, його взуття, характер дорожнього покриття та їх зміни протягом розгортання, розвитку образу;

– *мотив “Похід у гору”* належить до групових мотивів, спрямованих на згуртування групи. Сприяє розкриттю власних можливостей у здійсненні життєвих завдань, аналізу перепон, отриманню підтримки, прийняттю групою, взаємообміну досвідом та ресурсами подолання перешкод у здійсненні завдань;

– *мотив “Подорож у найкраще місце у світі”* створює можливість прийняття свого права на найкраще в житті, переживання позитивних емоцій, усвідомлення, що найкраще в кожного – інакше, що тут не існує стандартів.

Практичною основою роботи стали: *методика* діагностики самонастановлення; *малюнки*, що відтворювали та допомагали підтримувати в актуалізованому стані систему життєвих завдань особистості, її розширення, зміну бачення себе в окремих сферах; *вправи та бесіди*:

Методика “Знайомство з власним самонастановленням”

Методика охоплює три шкали, що відповідають трьом функціям, завдяки яким людина здатна відтворюватися у власній свідомості як суб’єкт: 1 – значущість і врахування власних почуттів; 2 – опертя на власні рішення та оцінки; 3 – визнання можливості та готовність впливати на власне життя. Цей варіант методики складається із шести пунктів, побудованих за принципом альтернативних полюсів: висловів А характеризує суб’єктне сприйняття об’єкта оцінювання, висловів Б – об’єктне, або навіпаки.

До опитувальника “Настановлення щодо себе” дається коротка вказівка: “Оцініть, будь ласка, за допомогою даних висловів, обравши одну з альтернатив, за шкалою від -2 до +2 своє самопочуття в певній сфері життя” (окремо для навчання, роботи, захоплення, дружби, кохання, сім’ї та грошей). Опитувальник дає можливість зафіксувати міру олюднення ставлення до себе (суб’єкт-суб’єктного чи суб’єкт-об’єктного самонастановлення):

1. А. Я можу бути радісним і сумним, спокійним і піднесеним і т. п., це мої почуття, які я можу відчувати і висловлювати, і які можуть відрізнитися від почуттів інших людей. Б. Це не так, мені здається, що я маю

бути впевненим чи стурбованим, радісним чи сумним тоді, коли належить, як і всі навколо.

2. А. Я можу бути більш зосередженим чи розслабленим, розвеселити себе чи заспокоїтись і т.п. Б. Від мене в цьому плані нічого не залежить.

3. А. Я можу почувати себе розумним чи нерозумним, згодним з чимось чи незгодним і т.п., мої почуття важливі для мене і я рахуюся з ними. Б. Мої почуття не мають ніякого значення; якщо потрібно щось зробити, я роблю це, не звертаючи уваги на те, що я відчуваю.

4. А. Я можу мати власні цілі і плани, які можуть не збігатися або й повністю відрізнятись від того, що хочуть інші. Б. Це неможливо.

5. А. Я можу оцінювати свої можливості, свої досягнення і невдачі, моя власна оцінка багато важить для мене. Б. Для мене більше важить оцінка мене іншими.

6. А. Я можу приймати рішення щодо власного життя і здійснювати їх, вирішувати проблеми, що виникають. Б. Я не можу впливати на своє життя.

Ключ до методики: підрахувати суму балів за кожним підрозділом, результат до 12 балів відповідає суб'єкт-суб'єктному настановленню, від 13 до 24 балів – суб'єкт-об'єктному настановленню. Наприкінці слід з'ясувати самопочуття учасника заняття. Потім проводять бесіду, під час якої обговорюють наскільки важко чи легко було відповідати на запитання, чи відповідають отримані результати очікуваним тощо.

Вправа “Вільні сфери життя”. Життєві сфери можна поділити на вільні й детерміновані. Вільні сфери відповідають сферам суб'єктної самонастановленості особистості. Щоб яскравіше відчуті та усвідомити, що саме переживає людина у “вільних” та “невільних” сферах свого життя, можна виконати цікаву вправу. Спочатку треба сісти на стільці “за правилами”, як у дитячому садку або початковій школі, та проговорити або записати свої відчуття, а потім влаштуватися якнайзручніше, абсолютно розкуто і також зосередитися на своїх відчуттях. Потім необхідно порівняти свої почуття в першому й другому випадках та згадати, в яких сферах свого життя ми відчуваємося вільними, а в яких, можливо, скутими. Можна позначити за допомогою веселих та сумних смайликів свої “вільні” і “невільні” сфери життя, склавши їх список. Часто “невільними” виявляються дуже важливі для нас сфери нашого життя. Тоді варто замислитися, якими можуть причини такого самопочуття, та поміркувати, за яких умов життя в цих сферах можна було б позначити усміхненим смайликом.

Вправа “Прислів'я та приказки”. Ця вправа застосовується для розвитку вміння розрізняти суб'єкт-об'єктні й суб'єкт-суб'єктні настановлення. Даються такі інструкції:

1. Прочитайте, будь ласка, наведені вислови. Зверніть увагу, що першу групу складають суб'єктні вислови, а другу – об'єктні.

Суб'єкт-суб'єктні вислови:

Чоловік своєму щастю коваль.

Учись – розумний будеш, працєю – не голодний.

Бий сороку й ворона, доб'єшся й до ясна сокола.

Своя хата – своя воля.

Бідний носить, що може, а багатий, що хоче.

Сватай ту, яку сам хочеш, а не ту, яка за тебе йде.

Поневолі волос в'яне, коли за нього тягнуть.

Як тут говорить, коли не дають і рота розтулить.

Сам поганя, сам запряга і сам у гості йде.

Як хочу, так і строчу.

Воля дає силу слабим.

Любиш їздити, люби й саночки возити.

Умієш помилятися, умій і виправлятися.

Печені голуби не летять до губи: працєю та смакуй.

Нікому сама птаха в руки не летить.

Хочеш юшки, – лови рибку.

Без труда нема плода.

У кого руки працують, у того рот їсть.

Хліба лежачого ніде нема.

Хто грамоти вміє, менше сіє, більше віє.

Тоді Бог дасть, як сам заробиш.

Бог то Бог, та не будь і сам плох.

Богу молись, а до берега гребись, а то сам втонеш.

Не земля родить, а руки.

Під лежачий камінь вода не тече.

На вітер надялись, без мелева буті.

Яка робота, така й їжа.

Що посієш, те й пожнеш.

Хто хоче багато знати, той мусить мало спати.

На чужий коровай очей не поривай, а раниш уставай, та свій затівай.

Суб'єкт-об'єктні вислови:

Не по Семенові шапка.

З чим прийдеши, з тим і підеш.

Будь нижче трави, тихше води.

По своєму ліжку простягай і ніжку.

Чорним родився, чорним і помреш.

Те, що природа дала, милом не замиєш.

З лисиною родився, з лисиною і помреши.
 Яке в пелюшках, таке й капелюшках.
 Судженого й конем не об'їдеш.
 Треба жити, як набіжисть: не так, як хочеться, а так, як можеться.
 Від судоби не втечеш.
 Від тяжкої праці скоріше будеш горбатий, ніж багатий.
 Шилом моря не нагрієш, від тяжкої роботи не розбагатієш.
 Кому короткий вік, тому не pomoже лік.
 Дай болу волю, полежи та й умри.
 Що буде, те й буде.
 Щастя, як трясця: кого схоче, на того й нападе.
 Щастя, як пташка: де захотіло, там і сіло.
 У кого щастя заведеться, у того й півень несеться.
 У щасливого поміж пальцями в'язне.
 У кого щастя, у того й хортуна.
 Кому щастя служить, той ніколи не тужить.
 У кого поганий талан, у того порожній карман.
 Де має бути біда, там її не оминеш.
 Між попами – піп; між дяками – дяк; між вовками – вий по-вовчи, між свинями – хрюкай по-свинячи.
 В яке стадо залетів, так і каркай.
 Між воронами – будь вороною; між солов'ями – співай солов'єм.
 Попав між вовків – вий по-вовчи.
 На чьому возі їдеш, того й пісню співай.
 Хоч опізниться, та від людей не відбиться.

2. Зверніть увагу на почуття, які у Вас викликають ці вислови, на те, згодні чи не згодні ви з ними.

3. Визначте, які з наведених висловів, належать до суб'єкт-суб'єктних, а які – до суб'єкт-об'єктних: 1) Преси – дадуть, стукай – відчиняй. 2) Від трудів праведних не наживеш палат камінних. 3) Хто дбає, той і має. 4) Гроші йдуть до багатого, а злидні – до бідного. 5) Яка земля, такий і врожай. 6) Хто питає, той не блукає. (1, 3, 6 – суб'єкт-суб'єктні; 2, 4, 5 – суб'єкт-об'єктні).

Вправа “З чого складається моє життя”. Може виконуватись у формі малюнка, розповіді або складання списку з поясненнями. Важливо надати (як на спортивних змаганнях) можливість “декількох підходів”, декількох спроб – можливість декілька разів доповнити складові свого життя – у кінці заняття, удома, на наступному занятті, після озвучення складових життя іншими учасниками.

Вступна бесіда присвячується, окрім знайомства з учасниками групи, з'ясуванню очікувань, побажань, побоювань та страхів; ознайом-

ленню з метою тренінгу; вимогам “екологічності”; правилам групи; уявленням про життєві завдання.

Бесіда “Як пройшов тиждень” дає змогу пригадати психологічний матеріал попереднього заняття, озвучити актуальний стан учасників групи, з’ясувати актуальні переживання, важливі на даний момент теми роботи. Займає приблизно третю-четверту частину кожного заняття.

Бесіда “Декларація прав особистості”, “Декларація самооцінки”. Саме лише ознайомлення з правами, що визнані особистими, та усвідомлення того, що людина може мати не тільки обов’язки, а й права, часто стають поворотним моментом для зміни поглядів на себе і на людину як таку.

Бесіда “Улюблені ігри, іграшки” дає змогу доторкнутися до “свого”, опинитися в центрі уваги, визнати важливість “неважливого”, привнести в простір життєвих питань елемент гри, несерйозності, творчості, а отже, вийти за межі обов’язковості та утилітарності.

Бесіда “Що я люблю” є продовженням лінії “Улюблене ім’я”, “Улюблені ігри, іграшки” і створює можливість для подальшого розширення кола сфер самоздійснення.

Бесіда “Що мене цікавить” дає можливість розгорнути простір для тих потенційних власних життєвих завдань, що, можливо, були проігноровані.

Бесіда “Мої мрії”. У цій бесіді опрацьовується часовий локус майбутнього в дуже м’якій формі, адже мрії, на перший погляд, ні до чого не зобов’язують і, як правило, не викликають почуття страху перед невизначеним майбутнім. Важливо звернути увагу на те, про що мріялося колись і про що ми мріємо тепер, і на ті мрії, що здаються нездійсненими, з’ясувати причини їх нездійсненності.

Бесіда “Що у мене є, за що я вдячний” слугує опрацюванню минулого досвіду, прийняттю реальності, окресленню наявних ресурсів, виробленню позитивного погляду на власне життя, розвитку почуття “багатої”, не обділеної дарами життя людини.

Бесіда “Що я хочу здійснити”. У цій бесіді опрацьовується часовий локус майбутнього в більш прямій і жорсткій формі, аніж у бесіді про мрії; її проводять наприкінці циклу занять.

Апробація тренінгу. У нашій роботі брали участь студенти вишів та науковці гуманітарних і природничих спеціальностей. Усього було проведено дві тренінгові групи: за участю 8 осіб (пілотна група) та 7 осіб (основна група). Пілотажні тренінгові заняття проводилися зі студентами III курсу факультету соціології та психології Київського національного університету імені Тараса Шевченка. У заняттях основної групи брали участь співробітники Інституту зоології НАН України та Національного

музею історії України. Учасникам пропонувалося написати розповідь “Мої життєві завдання” та зробити малюнок на ту ж тему, назвати проблемні сфери. Часові рамки тренінгової роботи: заняття по 1,5 години раз на тиждень протягом місяця та заняття по 3 години раз на тиждень протягом 4 місяців.

Ефективність тренінгу було проаналізовано за об’єктивними показниками, інформаційною насиченістю та суб’єктивними рефлексивними оцінками учасників. Об’єктивні дані засвідчили якісні зміни в малюнках, що відповідають основним сферам життєвих завдань, та кількісні зміни у сформульованості життєвих завдань, у ступені сформованості життєвого завдання, у динаміці суб’єктності самонастановлення в цих сферах до і після тренінгу в бік збільшення. Загалом ефект тренінгу спостерігався на 14 з 23 проаналізованих параметрів. Інформативність тренінгу оцінювалася його учасниками за 3-бальною шкалою, також давалася оцінка можливості використання отриманої інформації в подальшому житті. Суб’єктивна оцінка тренінгу включала загальну оцінку, набуття нового досвіду та зміни в житті, що їх учасники пов’язували з участю в тренінгу.

Отже, розроблений та апробований соціально-психологічний тренінг “Моє життя і Я” реалізує модель оптимізації соціально-психологічних самонастановлень особистості у сферах її життєвих завдань, що ґрунтується на діагностиці та усвідомленні самонастановлень, актуалізації самозадачування та осмисленні власних життєвих завдань, пропрацюванні трискладової структури атитюда та забезпеченні взаємодії з власним минулим, теперішнім і майбутнім як процесної основи розгортання життєвого завдання. При цьому оптимальним вважається ставлення до себе як до повноправного суб’єкта в найбільш важливих сферах життєвих завдань.

Наукове видання

**ЯК БУДУВАТИ ВЛАСНЕ МАЙБУТНЄ:
ЖИТТЄВІ ЗАВДАННЯ ОСОБИСТОСТІ**

Монографія

За науковою редакцією
Тетяни Михайлівни Титаренко

Літературне редагування *Т. А. Кузьменко*

В оформленні обкладинки використано картину
В. В. Кандінського “Січна лінія”

Адреса Інституту: 04070, м. Київ, вул. Андріївська, 15

Підписано до друку 15.11.2012 р. Формат 60x84 1/16.
Папір офсетний. Друк офсетний. Ум. друк. арк. 26,0.
Замовлення № Наклад 300 прим.

Поліграфічно-видавничий центр ТОВ “Імекс-ЛТД”
Свідоцтво про реєстрацію серія ДК № 195 від 21.09.2000 р.
25006, м. Кіровоград, вул. Декабристів, 29.
Тел./факс (0522) 22-79-30, 32-17-05
E-mail: marketing@imex.net
