

ВОЗРАСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ АКТУАЛИЗАЦИИ ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНЫХ РЕСУРСОВ ЛИЧНОСТИ С РАЗНЫМ УРОВНЕМ ПЕРЕЖИВАНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КРИЗИСА

Теоретико-эмпирическое исследование экзистенциальных ресурсов личности как психологического феномена, имеющего существенное значение для профилактики и конструктивного преодоления психологического кризиса, становится сегодня важной и своевременной задачей психологической теории и практики. Особый научный интерес в контексте анализа проявлений экзистенциальных ресурсов у лиц с разным уровнем переживания психологического кризиса представляет возрастной аспект, раскрывающий существенные возрастные закономерности в актуализации экзистенциальных ресурсов.

Проблеме изучения экзистенциальных ресурсов личности посвящены труды отечественных и зарубежных авторов (А. А. Баканова, А. А. Бреусенко, Г. А. Вайзер, Е. А. Варбан, Ф. Е. Василюк, Н. А. Деева, Е. А. Донченко, Н. М. Когутяк, К. А. Муздыбаев, Н. Г. Осухова, Е. Ю. Пурло, Е. И. Рассказова, В. А. Романец, Т. М. Титаренко, В. Э. Чудновский, Е. С. Штепа, J. Bugental, E. Erikson, V. Frankl, K. Jaspers, A. Längle, S. Maddi, R. May, I. Yalom и др.).

Анализ психологической литературы (И.Д. Бех, Л.И. Божович, Л.С. Выготский, И.С. Кон, А.Н. Леонтьев, Е.А. Помыткин, С.Л. Рубинштейн, В.В. Столин, Э. Эриксон и др.) показал, что на каждом возрастном этапе онтогенетического развития личности актуализируются различные аспекты становления самосознания, с которым теснейшим образом связано и развитие экзистенциальных ресурсов.

Экзистенциальные ресурсы являются продуктом экзистенциальной сферы личности (в частности, самосознания) в виде проявлений, выступающих внутренними мировоззренческими опорами (смыслы, ценности, потребности, мотивы, убеждения, личностные позиции, духовные свойства и др.) и позволяющих в критические периоды жизни сохранять внутреннюю устойчивость, находить новые модели жизнедеятельности. Экзистенциальные ресурсы способствуют достижению жизненных целей и обеспечивают специфические формы саморегуляции и адаптации, их выраженность обуславливает полноценность экзистенции человека [9].

Обзор психологической литературы установил, что сегодня еще недостаточно раскрыты теоретические и практические аспекты проблемы возрастной специфики экзистенциальных ресурсов личности, что и обусловило выбор темы исследования.

Целью данного исследования является выявление возрастных особенностей актуализации экзистенциальных ресурсов лиц, переживающих и не переживающих психологический кризис.

Для определения возрастных границ использовано представление Э. Эриксона [10] о возрастной периодизации, выделены 3 возрастные группы в соответствии со стадиями жизненного цикла человека, для которых характерна определенная специфическая психосоциальная задача. В первую возрастную группу вошли 100 респондентов юношеского возраста (18-19 лет); психосоциальная задача данного периода – первое цельное осознание себя и своего места в мире, способность быть верным (идентичность против спутанной идентичности). Во вторую возрастную группу отобраны 80 респондентов молодого взрослого возраста (20-25 лет); психосоциальная задача данного периода – установление близких дружеских связей, способность любить (интимность против изоляции). В третью возрастную группу вошли 145 респондентов взрослого возраста (26-50 лет); психосоциальная задача данного периода – продуктивность, способность заботиться (генеративность против стагнации). Всего в исследовании принимало участие 325 человек обоего пола, в возрасте от 18 до 50 лет, разного социального статуса.

В исследовании использованы методики "Тест-опросник диагностики переживания профессионального кризиса" (авторы О.П. Санникова, И.В. Брынза) [2], позволяющий дифференцировано подойти к измерению психологического и профессионального кризиса и "Тест-опросник диагностики экзистенциальных ресурсов личности" (авторы И.В. Брынза, Е.Ю. Рязанцева) [9], определяющий выраженность таких экзистенциальных ресурсов личности, как ресурс свободы, ресурс смысла, ресурс милосердия, ресурс принятия и ресурс веры. Для математической обработки полученных результатов использовался компьютерный вариант статистической программы SPSS v. 11.5.

После отбора респондентов в возрастные группы, в каждой из них были выявлены лица, максимально переживающие психологический кризис ("кризисники") и не переживающие ("некризисники"), проведена оценка выраженности экзистенциальных ресурсов, результаты представлены на рисунках 1 – 3.

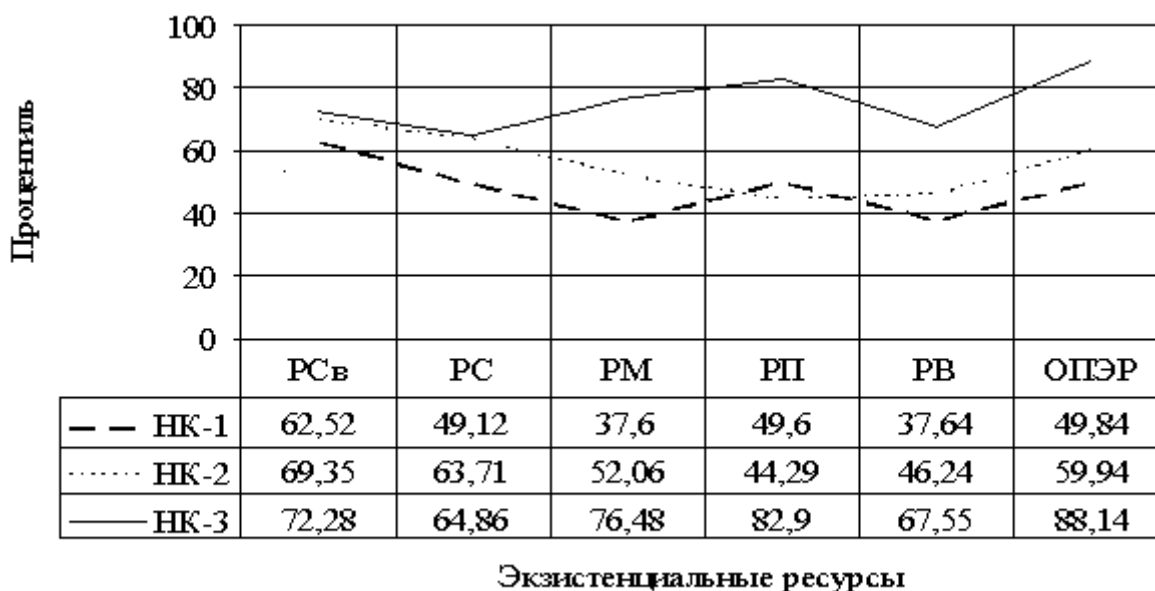


Рис. 1. Профили экзистенциальных ресурсов респондентов разных возрастных групп, не переживающих психологический кризис

Примечание: 1) НК – группа респондентов, не переживающих психологический кризис; 2) НК-1 – возрастная группа 18-19 лет; НК-2 – возрастная группа 20-25 лет; НК-3 – возрастная группа 26-50 лет.

Визуальный анализ профилей, респондентов-"некризисников", представленный на рис. 1, позволяет обнаружить как сходства, так и различия в проявлении экзистенциальных ресурсов в разных возрастных группах.

Так, экзистенциальные ресурсы в группе "некризисников" (18-19 лет) находятся на уровне ниже среднего ряда, с наименьшим значением ресурсов милосердия (PM) и веры (PB). Исключение составляет ресурс свободы (PC), являющийся ведущим в данной возрастной группе, что находит психологическое объяснение в специфике периода сепарации от родителей, усилиях по самоопределению, поиске самоидентичности [3, 10 и др.]. Невысокий ресурсный запас может объясняться возрастными особенностями, связанными с юношеским эгоцентризмом, максимализмом, самонадеянностью, активным и порой агрессивным самоутверждением [4, 10 и др.]. Смягчение этих "острых углов" происходит позже, в процессе накопления жизненного опыта, через переживание кризисов, в результате переосмысления которых личность "дозревает".

Особенностью проявления экзистенциальных ресурсов "некризисников" 20-25 лет становится то, что вслед за ресурсом свободы (PCв), значение которого еще более увеличилось, значительно возросли показатели ресурсов смысла (PC), милосердия (PM) и веры (PB), что можно интерпретировать происходящим процессом взросления, нахождения себя, своего места в жизни, личностным и профессиональным самоопределением, а также потребностью в создании семьи, близости и заботе о рождающихся детях. При этом показатель ресурса принятия (PP) несколько снижается. Возможно, при вхождении в самостоятельную жизнь происходит неизбежное столкновение с реалиями жизни, "инаковостью" других, что и отражается в усилении защитных реакций, таких как непринятие, несогласие. Ведущим экзистенциальным ресурсом остается ресурс свободы (PCв), отражающим активную жизненную позицию.

Для возрастной группы "некризисников" 26-50 лет характерно мощное возрастание ресурсов милосердия (PM), принятия (PP) и веры (PB). При этом, значения ресурсов свободы (PCв) и смысла (PC) остаются на прежнем высоком уровне. Полученные факты позволяют заключить, что к 26 годам личность приобретает внутреннюю автономию, основное смыслообразование практически завершается. После 26 лет, в процессе дальнейшего получения и переработки жизненного опыта, личность примиряется с разнообразием мира, людей, собой, приобретает внутреннее согласие с жизнью, смягчается, возрастает связанность с другими, сочувствие, соучастие, содействие. Человек теряет иллюзии и постепенно переходит к зрелой вере — процессу "самостроительства" своего будущего. Ведущим экзистенциальным ресурсом данного периода у "некризисников", успешных в самоосуществлении и полноценной реализации своей экзистенции становится ресурс принятия (PP).

С помощью метода t-критерия Стьюдента установлены статистически значимые различия между одноименными показателями экзистенциальных ресурсов в каждой изучаемой возрастной группе "некризисников".

Так, в возрастных группах юношей 18-19 лет и молодых людей 20-25 лет статистические различия (на $p \leq 0,05$ уровне значимости) обнаруживает один показатель - ресурс смысла, что может свидетельствовать о завершении процесса поиска основных личных смыслов и обретении устойчивой самоидентичности.

В возрастных группах 20-25 лет и 26-50 лет обнаружены статистические различия по показателям двух ресурсов — милосердия и принятия (на $p \leq 0,01$ уровне значимости) и по показателю ресурс веры на $p \leq 0,05$ уровне значимости. Данный результат, как указывает на существенные возрастные изменения в экзистенциальной сфере, что отражается в возрастающей духовности и мудрости в результате накопления и обобщения жизненного опыта, в том числе и кризисного.

В возрастных группах 18-19 лет и 26-50 лет обнаружены статистически значимые различия по показателям трех ресурсов – милосердия, принятия и веры (на $p \leq 0,01$ уровне значимости) и по показателю ресурс смысла (на $p \leq 0,05$ уровне значимости), что убедительно доказывает наличие глобальных изменений мировоззрения и мировосприятия в течение жизни, перехода от юношеского инфантилизма к жизненной зрелости, опоре на свои экзистенциальные ресурсы.

Итак, в целом, у юношей и девушек 18-19 лет, не переживающих психологический кризис, достаточно выражен один экзистенциальный ресурс свободы, остальные ресурсы не актуализированы. Молодые люди 20-25 лет, наряду с ведущим ресурсом свободы приобретают ресурсы смысла, милосердия и веры, однако ресурс принятия остается не раскрытым. Взрослые люди 26-50 лет по совокупности раскрытия экзистенциальных ресурсов достигают максимума, т.е. в данном возрастном периоде мощно представлены ресурсы принятия (ведущий), милосердия и веры, при этом выраженность ресурсов свободы и смысла остались на прежнем уровне.

Полученные результаты убедительно доказывают существование возрастных закономерностей в развитии и актуализации экзистенциальных ресурсов и подтверждают данные других исследований [1, 4, 5, 8, 10 и др.].

Далее к анализу представлены профили выраженности значений экзистенциальных ресурсов у респондентов разных возрастных групп, переживающих психологический кризис (рисунок 2).

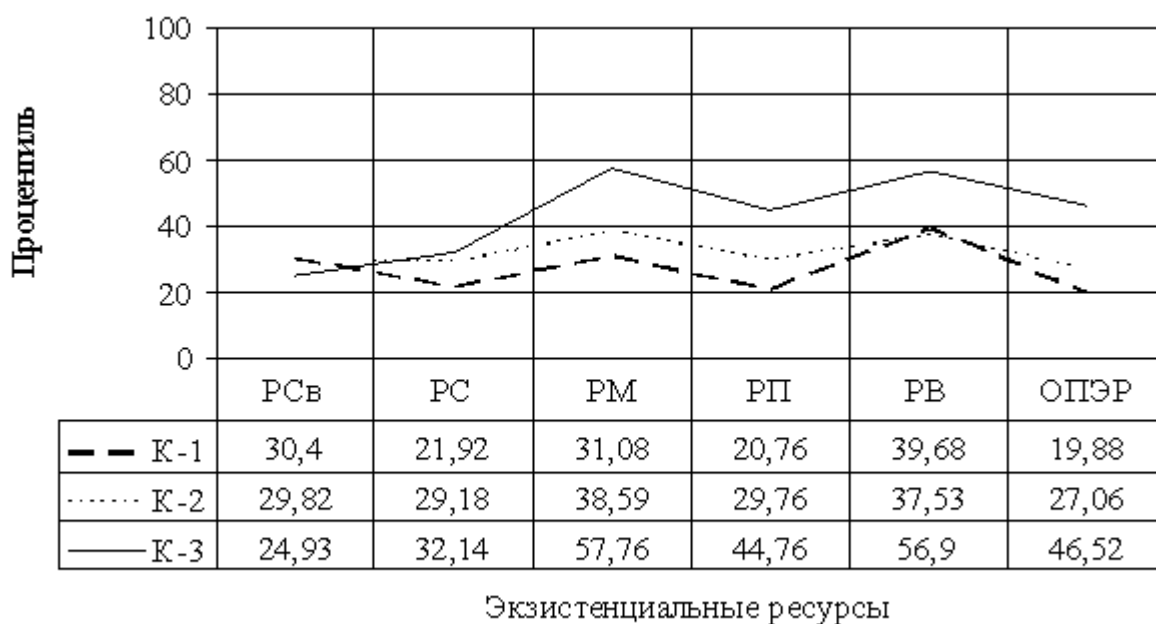


Рис. 2. Профили экзистенциальных ресурсов респондентов разных возрастных групп, переживающих психологический кризис

Примечание: 1) К – группа респондентов, переживающих психологический кризис; 2) К-1 – возрастная группа 18-19 лет; К-2 – возрастная группа 20-25 лет; К-3 – возрастная группа 26-50 лет.

Визуальный анализ рисунка 2. раскрывает критическую картину низких значений экзистенциальных ресурсов в возрастной группе 18-19 лет, переживающих психологический кризис. При этом показатели ресурсов смысла и принятия расположены ниже Р25 процентиля, что указывает на острое переживание бессмысленности, непринятия действительности и себя. Наиболее выраженным в данной возрастной группе является ресурс веры. Полученный результат позволяет увидеть истинную картину переживания психологического кризиса в юношеском возрасте, суть которой в практическом отсутствии экзистенциальных опор, неверии в себя, ощущении бессмысленности, отчаянии, его глубину и интенсивность; также позволяет обнаружить и то, что когда нет более никаких опор, интуитивно юноши

и девушки в кризисе обращаются к вере, способной реконструировать настоящее посредством ярких представлений о желаемом будущем.

Характерной особенностью в проявлении экзистенциальных ресурсов в группе молодых людей 20-25 лет, переживающих кризис, является тенденция к росту ресурсов смысла, милосердия и принятия по сравнению с предыдущей группой, тем не менее, все экзистенциальные ресурсы продолжают оставаться на уровне ниже среднего ряда. Такое положение с недостаточной выраженностью экзистенциальных ресурсов для преодоления кризиса рассматривается в психологической литературе [6, 7 и др.] как симптом риска, предрасполагающий к развитию девиантного, вплоть до суицидального поведения. Согласно мировой статистике возрастная пик суицидальной активности приходится на молодой возраст от 15 до 23 лет [6].

В возрастной группе взрослых людей 26-50 лет наблюдается совершенно иная картина, мощно активизируются ресурсы милосердия и веры, их показатели превышают значения P50 процентиля, возрастает и ресурс принятия что указывает на происходящую внутреннюю работу переосмысления происходящего, активный поиск путей преодоления кризиса. В то же время, на низком уровне остается показатель ресурса смысла, а показатель ресурса свободы падает ниже отметки P25 процентиля. В этом факте раскрывается на суть переживания кризиса в изучаемом возрастном периоде — смыслоутрате и переживании своей ограниченности (физической, психологической, социальной, материальной и др.). Полученный результат позволил констатировать, что триада ресурсов милосердия, веры и принятия становятся той внутренней экзистенциальной опорой в процессе переживания кризиса, с помощью которой возможен конструктивный выход из кризиса.

С помощью метода t-критерия Стьюдента установлены статистически значимые различия между одноименными показателями экзистенциальных ресурсов в каждой изучаемой возрастной группе "кризисников". Так, в группах респондентов 18-19 лет и 20-25 лет обнаружены статистические различия только по показателю ресурс милосердия (на $p \leq 0,05$ уровне значимости), что свидетельствует об изменении самосознания личности к 25 годам, переходе от юношеского эгоцентризма к повышению эмпатичности, чувствительности по отношению к другим, доброте и сердечности.

Между группами респондентов 20-25 лет и 26-50 лет обнаружены статистические различия по показателям ресурсов милосердия, принятия, веры (на $p \leq 0,05$ уровне значимости), что доказывает рост личностной зрелости, раскрытие духовности с приобретением жизненного опыта.

В группах респондентов 18-19 лет и 26-50 лет обнаружены статистические различия по показателям ресурсов милосердия, принятия и веры (на $p \leq 0,01$ уровне значимости). Указанные различия раскрывают коренные изменения в запасе экзистенциальных ресурсов у респондентов, переживающих кризис в юношеском и взрослом возрасте.

Итак, в целом, в юношеской группе "кризисников" 18-19 лет наблюдается дефицит ресурсов смысла и принятия, поддерживающим ресурсом становится вера. В возрасте 20-25 лет актуализируется ресурс милосердия, ведущими ресурсами становятся милосердие и вера. Во взрослой группе "кризисников" 26-50 лет мощно возрастают ресурсы милосердия, веры и принятия. Характерными для всех возрастных периодов являются низкие показатели ресурсов смысла и свободы, что раскрывает суть переживаний психологического кризиса, затрагивающий смысловую и самодетерминирующие сферы личности.

Общий сравнительный анализ проявлений экзистенциальных ресурсов у респондентов, переживающих и не переживающих психологический кризис в разных возрастных группах представлен на рисунке 3.

Анализируемые результаты эмпирического исследования, позволяют сделать такие выводы:

1. Каждой возрастной группе "кризисников" и "некризисников" присущ собственный профиль экзистенциальных ресурсов в специфическом количественно-качественном соотношении, т.е. возраст действительно является критерием наличия, актуализации и "консервации" (С. Хобфолл, 1988, 1989) специфических для конкретного возрастного периода экзистенциальных ресурсов личности. Таким образом, с приобретением жизненного опыта в процессе социокультурного развития личности, экзистенциальные ресурсы способны накапливаться и "консервироваться".

2. Запас экзистенциальных ресурсов увеличивается по мере взросления и созревания личности. Как было установлено [9], в кризисе актуализируются экзистенциальные ресурсы, а по данным нашего исследования, частота переживания кризиса в юношеском (18-19 лет) и молодом (20-25 лет) возрасте почти в три раза чаще, чем во взрослом (26-50 лет), т.е. переживание кризиса является тем самым жизненным опытом, обуславливающим процесс накопления экзистенциальных ресурсов личности. Таким образом, можно утверждать, что экзистенциальные ресурсы представляют собой динамические интегративные индивидуально-психологические образования, которые изменяются с развитием и накоплением жизненного опыта человека.

3. Процесс переживания кризиса способствует созреванию личности, в том числе духовному – осознанию значимости веры, милосердия, принятия, свободы и смыслов в человеческой жизни. Нахождение этих ресурсов, их сознательное использование в качестве жизненных опор приводит к тому, что человек приобретает мудрость, психологическую устойчивость, способность к самостоятельному, продуктивному преодолению критических моментов своей жизни.

4. Выявлены два универсальных экзистенциальных ресурса, которые являются ведущими при переживании кризиса в любом возрасте — ресурс милосердия и веры. Психологическим аргументом, объясняющим полученные результаты, может служить то, что в кризисе ломаются сложные социальные связи (система отношений и взаимодействий), человек интуитивно возвращается к архаическим корням, связанным с такими духовными способностями, как верить в лучшее, прощать несовершенство, любить и дарить свою помощь.

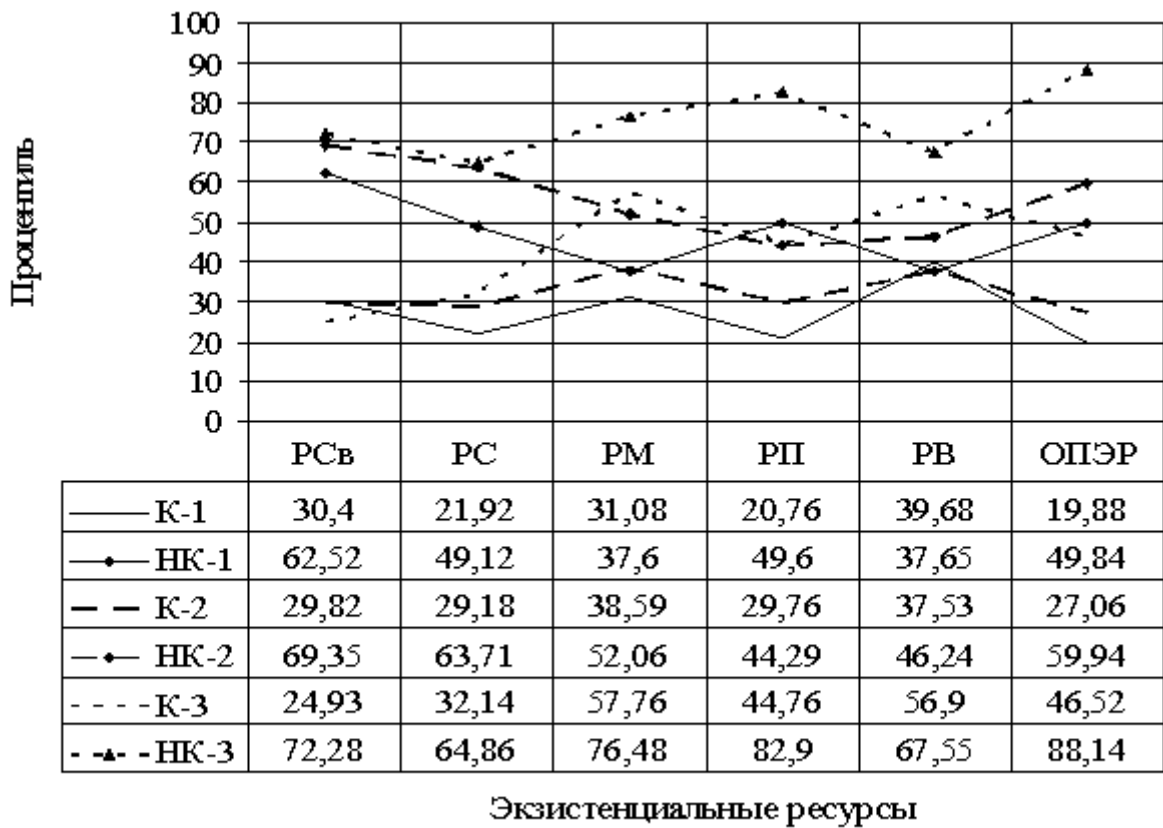


Рис. 3. Профіли екзистенціальних ресурсів осіб різних вікових груп, переживаючих і не переживаючих психологічний кризис.

Примечание: 1) К – группа респондентов, переживающих психологический кризис; НК – группа респондентов, не переживающих психологический кризис; 2) К-1, НК-1 – возрастная группа 18-19 лет; К-2, НК-2 – возрастная группа 26-50 лет; К-3, НК-3 – возрастная группа 26-50 лет.

Полученные результаты не исчерпывают всех аспектов исследуемой проблемы. Дальнейшее направление научных поисков может быть осуществлено в плане изучения гендерных и половых различий в проявлении экзистенциальных ресурсов у представителей разных возрастных групп.

ЛИТЕРАТУРА

1. Бех І.Д. Виховання особистості: сходження до духовності / І.Д. Бех. – К.: Либідь, 2006. – 272 с.
2. Брынза И.В. Особенности переживания профессионального кризиса у лиц с различным типом эмоциональности: дисс. ... канд. психол. наук : 19.00.01 / Брынза Ирина Вячеславовна. – Одесса, 2000. – 238 с.
3. Варбан Є.О. Стратегії подолання життєвих криз в юнацькому віці : автореф. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук : спец. 19.00.07 "Педагогічна та вікова психологія" / Є.О. Варбан. – К., 2009. – 20 с.
4. Выготский Л.С. Собрание сочинений: в 6-ти т. [гл. ред. А.В. Запорожец] / Л.С. Выготский. – Т. III. Проблемы развития психики. – М.: Педагогика, 1983. – 367 с.
5. Кон И.С. В поисках себя: Личность и ее самосознание / И.С.Кон. – М.: Политиздат, 1984. – 335 с.
6. Кризисная психология. Справочник практического психолога / сост. С.Л. Соловьева. – М.: АСТ; СПб.: Сова, 2008. – 286 с.
7. Муздыбаев К. Стратегии совладания с жизненными трудностями. Теоретический анализ / К. Муздыбаев // Журнал социологии и социальной антропологии. – 1998. – Т. 1. – № 2. – С. 37-47.
8. Помиткін Е.О. Соціально-психологічні умови процесу духовного розвитку особистості / Е.О. Помиткін // Соціальна психологія. – 2007. – №1. – С. 104-111.
9. Рязанцева О.Ю. Экзистенциальные ресурсы личности, переживающей психологический кризис: дисс. ... канд. психол. наук : 19.00.01 / Рязанцева Елена Юрьевна. – Одесса, 2012. – 283 с.
10. Эриксон Э. Детство и общество / Эрик Эриксон; [пер. с англ.]. – СПб.: ООО "Речь", 2002. – 416 с.

Подано до редакції 30.05.12