

ПСИХОЛОГІЧНИЙ ЗМІСТ КАТЕГОРІЇ «ЖИТТЄВИЙ ПРОЕКТ»

Кириченко Н.А.

Стаття висвітлює психологічний зміст категорії життєвого проекту: механізми, особливості, умови життєвого проектування. Розглядається ймовірна модель побудови життєвого проекту особистістю.

Ключові слова: *життєтворчість, життєвий проект, особистість.*

Статья освещает психологическое содержание категории жизненного проекта: механизмы, особенности, условия жизненного проектирования. Рассматривается вероятностная модель построения жизненного проекта личностью.

Ключевые слова: *жизнетворчество, жизненный проект, личность.*

The article covers the psychological meaning of categories of vital project: mechanisms, characteristics, conditions of life planning. It deals with credible model of construction of vital project by the personality.

Key words: *Vital creativity, vital project, personality.*

Постановка проблеми. Осмислення, вибудовування людиною свого життя – це процес, що розтягується на весь період людського життя. Сам процес вибудовування особистістю свого життя передбачає наявність еталонної основи цього процесу, яка є базовою і, власне, визначає якісні відмінності в організації свого життя однієї особистості від іншої. В якості такої індивідуальної основи ми виділяємо «особистий життєвий проект». Сам процес створення такого проекту зазначимо через категорію «проекткування».

Категорія життєвого проекту відносно молода, проте претендує на одне з чільних місць у психології життєтворчості, є полісистемною, інтегруючою та найбільш відповідає розумінню образу майбутнього життя людини як певної цілісності. В.М.Доній, Г.М.Несен, Л.В.Сохань, І.Г.Єрмаков вбачають принципову різницю у використанні поняття «життєвий проект» поряд з такими поняттями, «життєва програма», «життєвий план», зазначаючи, що лише проект ні до чого жорстко не прив'язаний і відбиває ідею вірогідного, допустимого бачення такого складного і динамічного процесу, як людське життя [5; 306].

Згідно зі здійсненим аналізом психолого-педагогічної літератури в розумінні поняття «проект» можна виокремити такі підходи: 1) проект – як особлива форма взаємодії із зовнішнім світом (Н.В.Матяш), 2) проект – як форма еволюції об'єкта (В.А.Моляко), 3) проект – як результат одного з фундаментальних механізмів психіки (С.Д.Максименко), 4) проект – як специфічна форма свідомості (К.М.Кантор), 5) проект – як результат життєтворчої активності особистості (В.М.Ямницький), 6) проект – як певна технологія життєвого самоздійснення (В.М.Доній, Л.В.Сохань та ін.). Здійснюючи дослідження в руслі психології життєтворчості особистості, ми

вбачаємо за необхідне поставити мету більш детально проаналізувати категорію «життєвого проекту», якнайповніше розкрити її психологічний зміст та особливості. У цьому випадку перед нами постають такі завдання:

1) розкрити психологічний зміст категорії життєвого проекту: головні об'єкти життєвого проектування, етапи проектування, форми життєвих проектів, структуру життєвого проектування, внутрішню картину життєвого проекту; 2) виявити механізми функціонування цього феномена; 3) висвітлити умови та особливості побудови особистістю свого життєвого проекту: внутрішні та зовнішні чинники, здібності щодо творення свого життя особистістю, рушійні сили; 4) створити ймовірнісну модель побудови життєвого проекту.

У нашому розумінні життєвий проект - це цілісне уявлення всього власного майбутнього, що відображає напрям руху від «Хто я є?» - образу я-реальне і до «Ким я можу, хочу стати?» - образу я-потенційне. Відповідно життєвий проект як ідеальна ймовірнісна модель проектує особистісне, соціальне, духовне (культурне) майбутнє особистості. Проектування передбачає такі головні моменти:

1) визначення особистістю своїх головних концептуальних життєвих цінностей; 2) розробку індивідуальних перспективних варіативних моделей досягнення опредмечених цінностей (виражених у меті); 3) визначення основних напрямків діяльності та принципів їх координації, що дозволяє перетворити наявний стан в очікуваному та бажаному аспекті; 4) обґрунтування соціокультурних наслідків здійснення проекту (його екологічності) та конкретизація основних його результатів; 5) планування дій щодо реалізації проекту; 6) створення життєвих ситуацій успіху, пошук прихильників, помічників; 7) організація життєвих здійснень у ході життєвого експерименту; 8) рефлексивне оформлення та експертиза наслідків реалізації проекту і співвідношення його з вихідними задумами і всіма кроками здійснення.

Таким чином, життєвий проект «визріває» у свідомості особистості як плід її поглиблених роздумів, саморефлексії, невпинних пошуків необхідної інформації, активної самоактуалізації себе в реальній життєдіяльності, набуття на цій основі особистого життєвого досвіду. Він народжується в реальному процесі життєдіяльності людини і, чим більше насичена вона подіями високого змісту, соціального значення, тим більше зростає сама особистість, збагачується її життєвий світ.

Головним об'єктом життєвого проектування є життєві події, до яких дослідники (Т.Є.Резник, Ю.М.Резник) відносять актуальні (які становлять для особистості та її соціального оточення важливий інтерес), значущі (які посідають високе місце в ціннісній ієрархії особистості), організовані (впорядковані) [8]. Вони також зазначають, що в життєвому проекті відображаються ціннісні орієнтації особистості, які належать до її громадського, особистого та інтимного життя (тією мірою, якою особистість визначає це); соціальні орієнтації, які передбачають досягнення бажаного соціального становища включенням у ті чи інші соціальні групи і прийняттям на себе певних соціальних ролей; культурні орієнтації, в яких втілюються устремління до суспільних ідеалів та наслідування культурним цінностям.

Індивідуальний життєвий проект, на думку вчених (Л.В.Сохань, Г.М.Несен, В.М.Доній), є практичним втіленням і конкретним шляхом реалізації життєвої стратегії особистості [5; 305].

У стратегії життя фіксується життєва позиція та головна життєва лінія, визначається проєкція майбутнього життєвого шляху особистості. На думку К.О.Абульханової-Славської, стратегія життя передбачає наявність таких елементів як: 1) вибір вирішального для особистості напрямку, способу життя, визначення головних життєвих цілей, етапів їх досягнення та послідовність цих етапів; стратегія виникає спочатку як «задум життя», його ідеальний план, який необхідно здійснити на практиці, що неминуче пов'язано із подоланням протиріч; 2) розв'язання протиріч існування, досягнення особистістю своїх життєвих цілей і планів; 3) фіксацію процесу творення особистістю цінностей свого життя [1; 67].

Життєва стратегія охоплює не всі вияви життя. Це лише заплановані та регульовані особистістю відповіді на життєві події та обставини, які мають для неї суттєве значення. За межами цього розгортається поле вільної гри життєвих подій, випадкових обставин. Дотримання власної життєвої стратегії потребує мужності і зусиль для подолання перешкод, що постійно постають на життєвому шляху людини.

Аналітичним шляхом у життєвому проекті можна виокремити концептуальну основу – власне людські смисли, цінності, а також системно-організаційну частину – опис конкретних механізмів, етапів реалізації проекту, і відповідно проект складатиметься з мотиваційного та інструментального компонентів. *Загальна структура проєктування життєвого шляху особистістю може бути відображена таким чином: мотиваційний компонент (спонуки і стимули, потреби і мотиви, наміри і бажання, задуми і сподівання, місія і бачення), інструментальний компонент (програми і сценарії, плани і задуми, цілі, стратегії, смисли життя)* [7; 191]. Дослідники (В.Г.Панок, Г.В.Рудь) виокремлюють також *зовнішні і внутрішні чинники*, що мають безпосередній вплив на процес проєктування і планування життєвого шляху особистістю. До зовнішніх відносяться певні філогенетичні програми, які визначають онтогенез людини, неминучу послідовність у зміні основних стадій життя, певні життєві цикли, від народження до старості, а також нормальну тривалість життя, певні закономірності. За внутрішні обставини особистість несе персональну відповідальність, адже це - власні зусилля, які докладає людина. До цього переліку входить і те, як вона використовує ті зовнішні можливості і ситуації, які припадають на її долю, те, наскільки вона здатна до довготривалого зосередження своєї уваги на переслідування певних цілей, чи взагалі вона має відповідні цілі, щоб мати можливість правильно скористатись тими зовнішніми сприятливими обставинами, які зрідка постають як дуже сприятливі [7; 205].

Життєве проєктування, його психолого-педагогічний механізм може бути описаний (як один із можливих варіантів) за такою схемою:

1) Формування образу «Я». 2) Формування індивідуально-особистісної картини світу. 3) Усвідомлення людиною свого життєвого призначення. 4) Формування свого життєвого кредо як «символу віри», духовно-мораль-

ної основи ставлення до світу особистих переконань. 5) Визначення стратегічних життєвих цілей або розстановка пріоритетів. 6) Осмислення особистістю своєї життєвої перспективи [5; 307].

Цей механізм, на нашу думку, постає основним на період виникнення головного новоутворення юнацького віку – феномена самовизначення з його базовим результатом – життєвим проектом, тобто на момент запуску механізму життєвого проектування. Інший варіант психолого-педагогічного механізму життєвого проектування, що відповідає більш зрілому віку і може використовуватись упродовж всього життя – тобто є більш універсальним, на нашу думку, може складатись з таких основних компонентів: 1) пошук нових смислів, або переосмислення уже існуючих, шляхом розширення їхнього змісту; 2) опредметнення смислу в цілях: поява нових цілей, доповнення існуючого смислового навантаження життєвих цілей новими смислами; 3) Побудовування пріоритетів; 4) свідома відмова від нереальних, другочергових, не значимих життєвих прагнень; 5) передбачення змін у Я-концепції (яким я стану, якщо...); 6) узгодження обраної стратегії руху з життєвими принципами та життєвою позицією; 7) свідома трансформація картини світу (створення потрібних життєвих ситуацій, моделювання ситуацій успіху, знаходження нових умов, засобів, інфраструктур). 8) переживання відчуття задоволеності чи незадоволеності від пройденого життєвого шляху (моніторинг особистістю свого емоційного стану, що відповідно підкріплює реалізацію усього проекту).

Життєве самоздійснення – це процес індивідуальний, тому він може мати багато варіантів. Сам життєвий проект повинен передбачати альтернативні моделі поведінки, враховуючи, що життєвий процес має вірогідний характер, несе в собі цілу гаму можливостей самоздійснення. У цьому ракурсі важливо, якими здібностями володіє людина, як вона бачить, під яким кутом вміє побачити своє життя, чи зможе віднайти правильні для неї варіанти життя. В.М.Ямницький виокремлює *здібності, що стосуються безпосередньо творення свого життя особистістю* і передбачають здатність людини орієнтуватись в життєвих ситуаціях, реалістично їх оцінювати, робити вибір, що забезпечує успіх; обирати найбільш досконалі способи вирішення тих чи інших життєвих завдань; уміння «прораховувати» наслідки рішень та дій у ситуаціях підвищеного ризику; будувати свої стосунки з іншими людьми; виводити себе із стану психічного напруження, стресу [9; 19]. Він також вирізняє *поняття життєтворчого потенціалу як головного рушійного компоненту у побудовуванні свого життя*, який охоплює: ціннісно-сміслові орієнтири особистості (смісловиттєві цілі, цінності, пріоритети), життєву компетентність (знання, уміння, набутий досвід), талант життєтворчості як здатність особистості творчо здійснювати свій життєвий шлях (добре орієнтуватись в нестандартних життєвих обставинах, обирати неординарні рішення в складних життєвих ситуаціях, знаходити шлях виходу із кризової ситуації та розв'язувати життєві проблеми і життєві колізії); емоційний та вольовий енергетичний потенціал особистості (оптимістичне чи песимістичне бачення дійсності й свого життя, активне чи пасивне ставлення до життя, запас «упертості» духу і вольової міцності, які забезпечують стійкість особистості під час зіткнення з важкими життєвими обставинами [9; 14].

Щоб створити ймовірнісну ідеальну модель життєвого проекту, за основу було взято модель, розроблену дослідниками в галузі життєтворчості (Л.В. Сохань, І.Г. Єрмаков, Г.М. Несен, В.М. Доній), яку ми суттєво доповнили, уточнили, модифікували [5; 320-321]. *Модель як сценарій майбутнього життя особистості та можливостей її саморозвитку*, може бути описана через характеристики основних компонентів проекту. Компонентами життєвого проекту постають:

Суб'єктно-віднесені.

1) Моя «Я-концепція», усвідомлені відповіді на запитання «Хто Я?», «Що Я?», «Моє покликання?». 2) Мої смисложиттєві орієнтири: «Куди я прямую?», «Що мені в житті потрібно?», «Яке моє призначення?», «Навіщо я?». 3) Моє життєве кредо: «У що я вірю?», «Чому я слідою?», «Які принципи життя найголовніші для мене?». 4) Мої життєві цілі (далеко -, середньо терміновані, поточні): «Що я хочу у житті досягнути?». 5) Мої пріоритети: «Чому я надаю перевагу?». 6) Мої потенційні та актуальні можливості: «Що я можу, а що поза межами моїх можливостей та здібностей?», «Які здібності мені потрібно розвинути, якими навичками оволодіти?», «Що я не вмію?». 7) Мої переваги та недоліки. «Які моральні принципи можуть пригодитися мені у життєвій подорожі?», «Від яких переживань, недоліків, негативних рис мені потрібно звільнитись?». 8) Як я уявляю можливі значущі зміни в моєму житті, внутрішньому світі, професійній діяльності, суспільних відносинах? Як я реагуватиму на непередбачувані життєві обставини та можливі невдачі (в тому числі крайні ситуації) у здійсненні моїх життєвих сподівань та накреслених планів? Яку я маю створити систему підтримування життєвого тону та поповнення життєвої енергії? 9) Яким я маю бути на завершальному етапі свого життєвого шляху?

Об'єктно-віднесені:

1) Моя життєва ситуація: сприятливі і несприятливі обставини – соціальні, сімейні, особистісні; 2) Фактори ризику (захворювання, втрата помічників та близьких, відмова від чогось суттєвого на користь іншого); 3) На кого я можу покластись у своєму житті, хто і чим реально мені може допомогти? 4) Які ресурси мені доступні, що я можу використати для виконання своїх життєвих завдань – громадські, сімейні, особисті? 5) Яку модель життя я хотів би здійснити: модель праведного життя або з можливими нормативними відхиленнями? Часткову, цілісну, творчу? 6) Які значущі події, на мою думку, матимуть місце в суспільному, політичному, економічному, соціальному, культурному житті в найближчі п'ять років і у віддаленій перспективі? 7) Як я уявляю послідовність основних життєвих подій на моєму життєвому шляху? Що повинно відбутись у першу чергу? У другу чергу? Що повинно відбутись обов'язково? Відсутність яких подій мене не засмутить? Ймовірний вік мого акме – як вершини продуктивного життєвого циклу та творчого злету? До якого віку я хотів би дожити? 8) Чи можлива зміна місця проживання (переїзд в інше місто, іншу країну на роботу або постійне місце проживання)? 9) Якими показниками я хочу виміряти ступінь моєї реалізованості на різних етапах життєвого шляху: професійними досягненнями, внеском у культуру, показниками особистісного зростання? Які інші показники можуть бути використані? 10) Які альтернативні варіанти мого життє-

вого шляху у разі зміни обставин мого життя або моїх особистих можливостей? 11) Які психологічні ресурси я буду використовувати за тих чи інших життєвих обставин? 12) Як я бачу картину мого життя на підсумковому етапі мого життєвого шляху: професійну, громадянську, сімейну, особисту?

Супер-ревізія (або питання для поглибленої саморефлексії):

1) Чи реалістичні мої цілі? 2) Чи узгоджуються мої цілі із головними цінностями (смыслами) мого життя? 3) Чи насправді я того хочу, до чого прагну? 4) Чи використовую у побудові свого життя принципи християнської моралі (вони найбільш несуперечливі)? 5) Чи почуваюсь насправді вільним у своєму життєвому виборі? Чи, можливо, реалізую чийсь нездійсненні прагнення (батьків чи інших близьких)? 6) Чи усвідомлюю повну, абсолютну відповідальність за свої вибори? 7) Що насправді може зробити мене щасливим? Матеріальні чи духовні блага?

Індивідуальний проект може суттєво відрізнитися від типової моделі, нести на собі відбиток неповторної індивідуальності особистості, унікальності її життєвих обставин та життєвого шляху. Він може мати різний ступінь повноти, різну форму, структуру, включати ті чи інші моменти життєвого процесу особистості. *Життєва програма та план є компонентами життєвого проекту і мають біль практично-прикладний характер: у них конкретизуються життєві цілі, вказується послідовність і конкретні терміни їх розв'язання, визначаються ресурси та засоби виконання накреслених завдань.*

Оскільки життєвий проект - це особистий інтимний документ, що є певною мірою таємницею особистості, то саме автор має виключне суверенне право власності на нього, визначає ступінь відкритості, гласності, публічності. З цієї позиції можна виокремити *форми життєвого проекту*: публічний або відкритий життєвий проект (цілий чи частковий задум, що оприлюднюється, цілі якого декларуються перед іншими — близькими чи знайомими людьми, до якого відкрито залучаються інші учасники-помічники) та закритий, приватний життєвий проект (цілі якого відомі лише автору, зберігаються в таємниці, стимулюються надіями та сподіваннями і, як правило, реалізуються автором одноосібно). Ці різновиди проектів в сукупності утворюють загальний конструктор життєвого проекту.

Індивідуальний життєвий проект — це є динамічна модель, де її органічні складові (життєві цілі, плани) змінюються, доповнюються, уточнюються, навіть руйнуються і відбудовуються по-новому. У такому випадку, на нашу думку, існує *явище внутрішньої картини проекту*, показники якої відображають ці зміни і слугують певними орієнтирами, сигнальними моментами розгортання процесів власного життєтворення. *Отже, внутрішню картину проекту утворюють: локус контролю, спрямованість, рівень домагань, усвідомленість, активність, креативність, автономність, саморозуміння, цінності, цілі, прагнення до самоактуалізації.*

У ході емпіричного дослідження нами виявлено *низку процесуальних характеристик життєвого проектування*. На нашу думку, вибір життєвого проекту, його побудова — не одномоментний акт, а процес, що супроводжує людину усе її життя, його корекція знаходиться у центрі змісту щонайменше трьох нормативних криз, а відтак у часі він може бути представ-

лений як «попередній» - сформований у 20-23 роки, «основний» - відкоригований у 30-33 роки, та «підсумковий» - створений у 40-50 років. Кожен з проєктів має свої процесуальні властивості.

Попередній проєкт. У ході його створення молода людина рефлексує досить широке коло своїх внутрішніх і зовнішніх чинників, бажань, стремлень, прагнень, потреб і робить попередній розрахунок свого життя у перспективі, яку вона ще слабо бачить, а мрії та прагнення – ідеалізовані, не зовсім конкретні та природовідповідні. Особистість ще не усвідомлює свої істинні спонукання, вона не враховує якості і міри свого впливу на життєву ситуацію і переживає за нереалізовані плани, сприймаючи це як випадок, волю вищих сутностей, гру обставин.

Основний проєкт. Особистість вже має певний досвід, спроби і помилки, реально оцінює свої можливості та вміє користуватись зовнішніми обставинами, дещо обмежена рамками певних реалій та має стійкі бажання, прагнення, що чіткі і конкретні – вона вже знає чого вона хоче і знає, як до цього йти. Вона має свої конкретні життєві завдання, усвідомлює свій запас життєвого часу, володіє ситуаціями і розраховує свої сили. Рефлексується максимально широке коло умов, можливостей, обставин, здібностей, прагнень. Людина чітко бачить свою перспективу і ретроспективу, свідомо організовує свій час. Вона свідомо співставляє мету і мотиви своїх дій, формує життєві ситуації, прагне передбачити основні та побічні результати своєї діяльності, адекватно співвідносить власні можливості із життєвими завданнями.

Підсумковий проєкт. На цьому етапі свого життєвого проєктування людина структурує вже невелику кількість цілей, але вони і шляхи їхнього досягнення чітко продумані. Її проєкт – це цілісний конструкт, хоча вже не такий об'ємний. З малою ймовірністю туди вбудовують нові плани та замисли, радше завершуються розпочаті в молоді роки та в дорослому віці. Особистість по-справжньому стає суб'єктом свого життєвого шляху, який вона свідомо вимірює масштабами свого історичного часу. Дає звіт у першу чергу собі – чого вона досягла, якою вона стала, що іще можна змінити, на що витратити життєві сили, які ще залишаються. Почувається творцем і намагається реалізувати себе як проєкт у своїх нащадках, вихованцях.

Людина усвідомлює свою здатність до змін і, проходячи життєвим шляхом, вона констатує ці зміни у собі, стверджуючи «Я змінилась», «Я вже не така, якою була», «Я змінила свої погляди», «Я передивилась свої позиції», «Я усвідомив свої можливості», «Я стала іншою». Відповідно змінюється концептуальна основа буття цієї людини у світі і еталонна основа її як проєкту. Людина як продукт свого проєкту змінюється разом із своїм життєвим проєктом, взаємоперетікаючись, взаємодетермінуючись, перебуваючи постійно у русі, навіть у глибокій старості. Вдосконалюючи навички життєвого проєктування, поглиблюючи свої знання з організації життєвого процесу, людина може суттєво впливати на якість цього процесу, тим самим розкриваючи безмежні простори для самотворення.

Висновки.

1. Життєвий проєкт – це певна цілісна модель усього власного майбутнього, що відображає напрям руху від «Хто я є» - образу Я-реальне, до «Ким я можу, хочу стати» - образу Я-потенційне. Головними об'єктами життєвого

проектування постають життєві події. Оскільки життєвий проект це індивідуальний документ, то за формою він може бути відкритим і закритим. У структуру життєвого проектування входить мотиваційний компонент (спонуки і стимули, потреби і мотиви, наміри і бажання, задуми і сподівання, місія і бачення) та інструментальний компонент (програми і сценарії, плани і задуми, цілі, стратегії, смисли життя). Розгортання процесу життєвого проектування проходить ряд етапів, що дозволяє перетворити існуючий стан в очікуваному та бажаному аспекті.

2. Психолого-педагогічний механізм проектування свого життя особистістю вклучає в себе: формування образу «Я», формування індивідуально-особистісної картини світу, усвідомлення людиною свого життєвого призначення, формулювання свого життєвого кредо, визначення стратегічних життєвих цілей, осмислення особистістю своєї життєвої перспективи.

3. Існують певні внутрішні умови життєвого проектування – власне зусилля, які докладає людина у творенні свого життя, та зовнішні умови – індивідуальні філогенетичні програми, певні життєві цикли від народження до старості, неминуча послідовність у зміні вікових стадій. Успішність цього процесу зумовлюється здібностями, якими володіє людина в галузі життєтворення.

Ймовірна модель побудови свого життя особистістю вклучає в себе суб'єктно-віднесені та об'єктно-віднесені компоненти а також компонент супер-ревізії, як елемент поглибленої саморефлексії свого проекту особистістю. Ця модель не є остаточною і передбачає відкритість щодо змін для індивідуального застосування.

ЛІТЕРАТУРА

1. Абульханова-Славская К.А. Стратегия жизни личности. – М., 1991. – С. 67.
2. Загальна психологія./ За заг. редакцією академіка С.Д.Максименка. Підручник. – 2-е вид., переробл. і доп. – Вінниця: Нова книга, 2004. – 704 с.
3. Кантор К.М. Дизайн без иллюзий // Декоративное искусство СССР, 1981, № 5. - С. 15-18, № 11. – С. 84-96.
4. Матяш Н.В. Психология проектной деятельности школьников. Дисс. докт. психол. наук: 19.00.07. – М.: РГБ. 2003.
5. Мистецтво життєтворчості особистості: Наук.-метод. посібник: У 2 Ч. Ред. рада: В.М.Доній, Г.М.Несен, Л.В.Сохань, І.Г.Єрмаков та ін. – К., 1997. – Ч. 1: Теорія і технологія життєтворчості. – 392 с.
6. Моляко В.А. Психология творческой деятельности. – К., 1978. – 48 с.
7. Панок В.Г., Рудь Г.В. Психология життєвого шляху особистості: Монографія. - К.: Ніка-Центр, 2006. – 280 с.
8. Резник Т.Е., Резник Ю.М. Жизненная стратегия личности: поиск альтернатив. – М., 1995.
9. Ямницький В.М. Розвиток життєтворчої активності особистості: теорія та експеримент: Монографія. – Одеса: ПНЦ АПН України. – СВД Черкасов М.П., 2006. – 362 с.