

Способы построения жизненного сценария: избегаемые и предпочитаемые ситуации

Абдульманова Дана Маратовна

Аспирант

*Санкт-Петербургский государственный университет, Факультет психологии,
Санкт-Петербург, Россия*

E-mail: d.abdulmanova@gmail.com

Жизненный сценарий включает в себя ряд событий, которые являются наиболее значимыми в жизни субъекта, определяют её основные вехи, составляют в определенном смысле «каркас» жизни, её план, согласно которому выстраивается вся траектория жизненного пути.

Каким образом человек организует, определяет свой жизненный сценарий? Мы предположили, что во многом стратегия избегать или предпочитать те или иные ситуации (как повседневные, так и имеющие решающее значение) определяет способ построения человеком жизненного пути и жизненного сценария, а также характеризуют его личность. Таким образом, мы можем говорить об определённой специфике в совершении жизненных выборов в общем смысле, выступающей в качестве организующей стратегии жизни.

Способы-стратегии построения жизни рассматривают различные как зарубежные, так и отечественные авторы. Например, Альфред Адлер [2] вводит понятие «жизненный стиль» - интегрированный стиль приспособления к жизни и взаимодействия с ней, который формируется в детстве. В рамках психоаналитического подхода К. Хорни [5] описывала стратегии, которые используются человеком, для удовлетворения стремлений, порой навязываемых общественными шаблонами. Абрахам Маслоу [3] в рамках гуманистической психологии развивает концепцию мотивации, по мнению его мнению человеческая природа представляет собой непрерывное удовлетворение внутренних потребностей, начиная с основных физиологических потребностей и вплоть до метапотребностей, главной из которых является самоактуализация. В работах Эриха Фромма [4] говорится о различных способах жизнеосуществления: «иметь» или «быть». Отечественный автор К.А. Абульханова-Славская [1] в своих исследованиях обращается к понятию «стратегия жизни», которая рассматривается как индивидуальная организация, постоянная регуляция хода жизни в соответствии с ценностями данной личности и ее индивидуальной направленностью.

Учёные-психологи, описывая теоретические аспекты особенностей организации человеком собственной жизни, тем не менее, не предлагают достаточного эмпирического материала, а также исследовательского инструментария для изучения этой феноменологии,

Целью нашего исследования является изучение способов построения и восприятия жизненного сценария человека в контексте избегаемых и предпочитаемых ситуаций. В пилотажном исследовании мы использовали метод открытых вопросов, для того, чтобы по результатам контент-анализа составить варианты возможных методических инструментов на основе полученного поля ситуаций.

В исследовании приняло участие 58 человек (46 женщин и 12 мужчин), от 20 до 40 лет (средний возраст 25 лет). Респонденты отвечали на следующие вопросы.

Всего участниками исследования было названо 207 предпочитаемых и 187 избегаемых ситуаций. Мы провели контент-анализ полученных данных. Прежде всего, были обнаружены большие различия в описаниях ситуаций нашими респондентами, т.к. ответы давались в свободной форме.

Мы можем выделить различные типы описания:

1. чёткое краткое наименование или развёрнутое описание;
2. эмоционально окрашенное или эмоционально неокрашенное;
3. конкретные описания или описание, жизненного пространства.

Скорее всего, тот или иной стиль описания ситуации может быть связан с определёнными личностными особенностями, и, прежде всего, с тем, каким образом, человек воспринимает и оценивает собственную жизнь, способен ли он структурировать свой жизненный сценарий и каким образом он это делает.

Согласно полученным данным наиболее частыми предпочитаемыми и избегаемыми ситуациями являются те, которые связаны с социальным общением. Также по результатам контент-анализа интересной на наш взгляд является следующая особенность: в большинстве своём респонденты описывали и называли ситуации достаточно общие, описание конкретных «частных» ситуаций встречается редко.

Таким образом, на основе выше описанных данных, мы можем говорить о том, что различия между людьми также можем увидеть в их способе восприятия, выделения и описания ситуации.

В большинстве своём наши испытуемые воспринимают понятия «предпочитаемые» и «избегаемые» ситуации, как приятные и не приятные. Основное отличие в этих определениях состоит в том, что первое определяет выбор, который совершает человек, а второе – его самочувствие, когда попадает в данную конкретную ситуацию. В данном случае на первый план выходит оценка ситуации по принципу «хорошо–плохо» или «нравится–не нравится». Возможно, в целом, не склонны сознательно дифференцировать ситуации как избегаемые и предпочитаемые, а с гораздо большей легкостью идентифицируют их на уровне аффективных переживаний.

Таким образом, возникает необходимость создания такого психологического инструментария, который позволил бы нам оценивать непосредственно выбор человека, а так же его особенности. Основная сложность, с которой мы столкнулись в процессе разработки такого методического инструментария на основе имеющегося эмпирического и теоретического материала, состоит в том, чтобы отобрать такие ситуации-переменные, которые были бы актуальны в жизни каждого человека, не были бы слишком очевидно позитивно или негативно окрашены и так же позволяли бы выявить не только оценку человеком ситуации, но и его субъектную активность в ситуации выбора. Проведенный анализ данных показал, что существует большое разнообразие в понимании предпочитаемых и избегаемых ситуаций людьми, но при этом список «общих» ситуаций достаточно однообразен и ограничен.

Литература

1. Абульханова-Славская К. А. Стратегия жизни. - М.: Мысль, 1991

2. Адлер А. Наука жить. – Киев: Port-Royal, 1997.
3. Маслоу А. Г. Дальние пределы человеческой психики. – СПб: Евразия, 1997.
4. Фромм Э. Иметь или быть. Киев: Ника-Центр: Вист-С, 1998
5. Хорни К. Невроз и развитие личности. М.: Смысл, 1996.

Слова благодарности

исследование проведено в рамках НИР 8.0.174.2010 Исследование теоретических представлений и эмпирических возможностей ситуационного подхода