

ЖИТТЄВИЙ СЦЕНАРІЙ СУБ ЄКТА ЮНАЦЬКОГО ВІКУ: МОДЕЛЬ УСВІДОМЛЕННЯ

У статті здійснено теоретичний аналіз концепцій різних методологічних напрямів щодо можливостей усвідомлення індивідом свого життєвого шляху. Представлено модель усвідомлення життєвого сценарію особистістю.

Ключові слова: життєвий сценарій, життєва програма, модель усвідомлення життєвого сценарію.

Постановка проблеми. На сьогодні у психологічній науці дедалі більшої актуальності набуває пошук факторів, що впливають на процес становлення незалежної, відповідальної, самостійної особистості. У здійсненні пошуку таких факторів особливого значення набувають дослідження процесу формування особистості, розгортання механізмів саморозуміння та специфіки осмислення свого життєвого сценарію.

Наразі у вітчизняній і зарубіжній літературі недостатньо висвітлено проблему специфіки процесу усвідомлення особистістю свого життєвого сценарію. Тому завданням написання цієї статті ми убачаємо в розкритті специфіки процесу усвідомлення суб'єктом свого життєвого сценарію (на прикладі юнацького віку).

Результати теоретичного аналізу проблеми. Людина як предмет пізнання вивчається багатьма науками, які здійснюють її опис з огляду на такий об'єкт дослідження:

- біологічний (клітина);
- фізіологічний (організм);
- психологічний (свідомість);
- соціологічний (особистість) [5].

Відповідно пошук детермінуючих факторів розгортання життєвого шляху індивіда відбувається на різних рівнях світоглядного бачення людства — міфологічному, релігійному, філософському, науковому. Як бачимо, вивчення життєвого шляху індивіда «ускладнюється» дослідженням самого індивіда — його вчинків, думок, мотивів, цілей тощо. Саме тому, під час пошуку причин, що зумовлюють життєвий шлях особистості, знаходимо значну кількість методологічних підходів, які часто йдуть усупереч один одному (зокрема, «одвічне» питання про співвіднесення впливу на особистість та її життєвий шлях вроджених характеристик і набутих).

Визначимо складові, аналіз яких є необхідним для системного розуміння специфіки усвідомлення життєвого сценарію особистості.

По-перше, проаналізуємо особливості процесу взаємодії особистості з оточуючим світом. Така взаємодія (за С. Рубінштейном) може відбуватись на трьох рівнях: світу речей («Я — Діяльність»); світу інших людей («Я — Інші»); світу особистого «Я» («Я — Я»).

По-друге, для розуміння формування та розгортання життєвого сценарію індивіда необхідно здійснити пошук детермінуючих факторів. Однак такий пошук не може бути зведений до виявлення простих причинно-наслідкових зв'язків (коли існує прямий безпосередній зв'язок між причиною та наслідком). Адже подія, що

відбулась безпосередньо перед якоюсь іншою, не завжди є її причиною. У реальному житті причина і наслідок можуть бути розділені у часі (на що вперше звернув увагу З. Фройд) [9]. Тому для системного дослідження життєвого сценарію особистості необхідно враховувати взаємодію просторово-часових характеристик її життя: взаємозв'язок минулого, теперішнього та майбутнього.

У попередніх роботах ми визначали значення дитинства у процесі формування життєвого сценарію особистості та роль дитячих років для подальшого розгортання її життєвого шляху. Зазначимо, що на сьогодні у психології прослідковується тенденція до розширення меж минулого. Так, представник трансперсональної психології С. Гроф вважає, що для аналізу впливу минулих подій на особистість слід включити і її перинатальний період існування [7]. Такий підхід означає, що до чинників, які беруть участь у процесі формування життєвого сценарію, можна віднести й ситуацію вагітності, а також сам процес народження дитини (перша травма — це травма народження, за О. Ранком) [14]. Схожих поглядів дотримувався і Е. Берн. Одним із факторів, що чинить вплив на оформлення життєвого сценарію, він виділяв, зокрема, ситуацію зачаття [3].

Крім минулого, важливу роль в організації поведінки, діяльності та розгортанні життєвого шляху індивіда належить процесу антиципації: людина має на увазі не лише минуле, теперішнє, але й майбутнє [9]. Тобто на перебіг життєвого сценарію людини впливають її очікування, побоювання, переживання з приводу тих чи інших подій (уявних), які, на думку індивіда, можуть мати місце в майбутньому.

Російський дослідник проблеми життєвого шляху Р. Ахмеров вводить поняття «життєва програма особистості» [2]. Автор зазначає, що в кожній людині є свій сценарій про щастя — життєва програма, яка конкретизована у подіях-планах та подіях-наслідках. У свою чергу, життєва програма, на думку Р. Ахмерова, знаходить своє відображення у суб'єктивній картині життєвого шляху, яка виконує дві функції — відображувальну та регулятивну. Вчений (на прикладі постановки життєвих цілей) показує, що іноді мета, яку обрав для себе індивід, не стимулює (не виконує регулятивної функції) його до дій, спрямованих на її досягнення. Таке явище автор пояснює розмежованістю значущості цілі на свідомому і несвідомому рівнях. Тобто на рівні вербальної презентації (рівень свідомості) мета може здаватись суб'єкту значущою (наприклад, під дією соціальних очікувань), але не бути такою на глибинному

рівні. Р. Ахмеров зазначає, що це відбувається у результаті двох процесів, що можуть іноді діяти всупереч один одному, — соціальної адаптації і самореалізації. На підставі виділених критеріїв автор розмежовує два види життєвих програм: зовнішня (соціально-психологічна адаптація до соціуму) та внутрішня (самореалізація). Людина, яка дотримується зовнішньої програми, зорієнтована на соціальний успіх, прагне дотримуватись соціальних норм, стандартів тощо. Людина, для якої пріоритетом є внутрішня програма, спрямована на розкриття своєї сутності. Головним протиріччям, що постає перед особистістю, є реалізація внутрішньої програми без втрати зовнішньої, оскільки саме в соціумі відбувається становлення індивіду як особистості (персоногенез) [1]. Водночас у ньому ж, під впливом соціальних очікувань, стандартів, людина може і втратити себе — як творця свого життєвого шляху. Головна проблема, яка постає перед особистістю, полягає в тому, що будь-яка самореалізація неможлива поза соціумом. Тому індивіду необхідно навчитися балансувати між адаптацією до оточення та самореалізацією себе та свого життєвого шляху.

Варто зазначити, що всі сфери прояву життєвого сценарію особистості не існують ізольовано, а мають тісний взаємозв'язок. Так, процес взаємодії суб'єкта з оточуючим світом має три рівні: «Я — Діяльність», «Я — Інші» та «Я — Я» і реалізується з урахуванням просторово-часової складової. Зокрема, усі взаємодії зі світом відбувались у минулому, відбуваються зараз (теперішнє), або здійснюватимуться у майбутньому. Знання, якими володіє людина щодо себе та свого життя, фактів свого минулого та можливого майбутнього, знаходять відображення у роздумах людини про себе та своє життя. Такий аналіз фактів свого життя, виокремлення повторюваних подій, вчинків виводять суб'єкта до когнітивної складової усвідомлення життєвого сценарію.

Наступною складовою, необхідною для розуміння специфіки усвідомлення життєвого сценарію особистості, є знання про її життєві цілі, устремління, переконання, ставлення, переживання, що вона презентує. Тобто йдеться про емоційно-мотиваційну складову сценарію. У теорії транзакційного аналізу ця складова частково відображена у понятті життєвої (екзистенціальної) позиції індивіда [15]. Розуміння індивідом свого ставлення до себе («Я — Я»), до світу речей («Я — Діяльність»), до інших людей («Я — Інші») дають змогу виокреслити «проблемні» місця у житті особистості. Заглиблення особистістю у свої переживання, звільнення від негативних

установок дають можливість усвідомити обмежувальну силу свого життєвого сценарію.

Дослідження життєвого досвіду індивіда, особливостей саморозуміння та усвідомлення суб'єктом свого життєвого сценарію можливе виходячи з різних методологічних підходів. На це звертає увагу П. Горностай, який зазначає, що «людина, її особистість... являє собою сукупність досвіду, але його сутність можна розуміти по-різному» [6, с. 132]: зокрема, такий аналіз може здійснюватися методами нарративної психології (досвід як текст), екзистенціального підходу (досвід як буття) та різними психотерапевтичними напрямками. Залежно від напрямку перевага віддається вербальним (психоаналіз, когнітивна психологія) або експерієнтальним (від англ. *experience* — досвід, переживання) методам. Останні (зокрема, психодрама) заперечують можливість глибоких особистісних змін лише на основі вербальних методів. Представники цього напрямку спираються на метафору «життя як дія» (або театралізована вистава).

Для розуміння особливостей процесу усвідомлення життєвого сценарію має значення виділення специфічних компонентів — особистісних смислів, якими людина оперує при набутті й інтерпретації свого життєвого досвіду. Представники нарративної психології зазначають, що осмислювання й усвідомлювання особистого досвіду виводить на утворення, яке у нарративній психології визначається як «особистий міф» [13]. Першим цей термін (особиста міфологія) запропонував Е. Кріст у 1956 р. Він використовував це поняття для опису важкоосяжних елементів людської свідомості. Серед учених цього напрямку і дотепер немає чіткого визначення даного терміна. Однак науковці сходяться на тому, що особистий міф має вербальну складову, що навантажена також чуттєвими, образними, символічними компонентами. Специфіка цього утворення полягає у породженні «надлишку» смислу [13]. Суттєвою рисою особистої міфології є те, що вона майже не рефлексується, її важко виокремити серед контексту світосприймання особистості. Особиста міфологія, на думку психологів Д. Файнштейна та С. Кріпнера, є способом організації досвіду. Вона працює як лінза, яка зафарбовує сприймання відповідно до її власних припущень і цінностей. У процесі такого сприймання певні цінності виділяються, інші відходять на задній план. Люди, проживаючи своє життя, майже не усвідомлюють свою «лінзу», через яку дивляться на світ [13].

Бачимо, що поняття «особистий міф» має чималу схожість із поняттям «життєвий сценарій», що розробляється у теорії ТА. Життєвий сценарій також спотворює сприймання ситуації, виключаючи із свідомості (або надмірно перебільшуючи) деякі сторони реальної ситуації. Тому замість того, щоб вирішувати проблему, «людина покладається на «магічне» її вирішення, що пропонується сценарієм» [15, с. 195].

Кожна людина впродовж життя формує на підставі свого життєвого досвіду уявлення про саму себе, переконання щодо своїх можливостей, характеристик тощо. У цих уявленнях відображається ступінь інтегрованого усвідомлення (розуміння) індивідом самого себе. Ці уявлення (розуміння) можуть бути представлені на різних рівнях усвідомлення: від часткового розуміння (або нерозуміння) до всеохоплюючого переживання себе як особистості, яка є творцем власного життя [8; 16]. Такий пошук рівнів усвідомлення особистості самої себе та свого життєвого сценарію виводить нас до класифікацій, які були здійснені різними вченими.

Емоційна складова ставлення до свого життя виводить нас на концепцію життєвих світів Ф. Василюка. У своїй теорії автор підкреслює існування особливих життєвих ситуацій, які не можуть бути вирішені лише за допомогою предметно-практичної та пізнавальної діяльності [4]. В основу виділення ним типів життєвих світів покладена ідея представлення переживання як діяльності. Підкреслимо, що автор розмежовує традиційне психологічне поняття переживання (як безпосередню данність психічних змістів свідомості) та визначає своє розуміння поняття переживання як «особливу діяльність, особливу працю з перебудови психологічного світу, яка спрямована на установаження смислової відповідності між свідомістю та буттям, загальною метою якої є підвищення усвідомлюваності життя» [4, с. 10].

На формування життєвих світів впливають життєві ситуації (точніше, специфіка переживання цих ситуацій індивідом), які пов'язані із наявністю таких емоцій, як стрес, фрустрація, конфлікт, криза. На думку автора, світ, в якому живе особистість, може бути простим або складним (внутрішня складова життєвого світу); легким або важким (зовнішня складова). Наголосимо, що виділення означених автором світів здійснюється не за об'єктивним критерієм (світ незалежно від суб'єкта), а за суб'єктивним (як цей світ сприймається, переживається самим суб'єктом). Залежно від особливостей переживання зовнішньої та внутрішньої складових (та їх специфіки) автор виокремлює відповідно чотири життєві світи [4]:

- зовнішньо легкий і внутрішньо простий (інфантильний);
- зовнішньо важкий і внутрішньо простий (реалістичний);
- зовнішньо простий і внутрішньо складний (ціннісний);
- зовнішньо важкий і внутрішньо складний (творчий).

Автор підкреслює наявність для кожного з типів життєвого світу своєї специфічної «внутрішньої необхідності» життєдіяльності, яка виступає цільовою детермінантою переживання [4].

Типологія життєвих світів Ф. Василюка має продовження у дослідженнях інших вчених. Так, Т. Титаренко на підставі своїх спостережень виділяє поняття «дисгармонійний» життєвий світ [16]. У своїй концепції автор оперує поняттями «гармонія» та «дисгармонія», залежно від того, що на певному етапі виходить на передній план особистісного розвитку: можливий рух у бік гармонійного чи дисгармонійного становлення. Особистісний розвиток — це нерівномірний, гетерохронний процес, тому значення дисгармонії має діагностичне значення для аналізу розвитку життєвого шляху індивіда: тип дисгармонії «сповіщає» оточуючим про ті зміни, що відбуваються із суб'єктом. Автор зіставляє виділені життєві світи у типології Ф. Василюка та визначає, які дисгармонії властиві кожному із них. Так, для інфантильного світу гармонією буде наявність лише однієї потреби, дисгармонією — актуалізація двох або більше потреб, серед яких необхідно робити вибір. Розвиток гармонії для цього життєвого світу можливий гедоністичним шляхом. Для другого — реалістичного — світу дисгармонія проявляється у необхідності «боротьби» за блага зовнішнього світу, які не дані безпосередньо (шлях досягнення гармонії — реалістичний). Для третього — ціннісного — світу дисгармонія «проявляється вже не у формі стресу чи фрустрації, а у вигляді конфлікту як суперечності, що її дуже важко розв'язати, що порушує смисл і цілісність життя» [16, с 184]. Гармонія виникає тоді, коли цінності проранговано і можна послідовно здійснювати діяльність щодо їх почергового досягнення (ціннісний шлях). Четвертий тип — творчий: основна внутрішня необхідність полягає у реалізації ідеального надситуативного задуму свого життя в цілому (дисгармонія виявляється у формі кризи): формування гармонії відбувається творчим шляхом. Зрозуміло, що саме четвертий тип життєвого світу, який містить у собі творчу реалізацію надситуативного задуму життя, є демонстрацією реалізації життєвого шляху індивіда за межами його (індивіда) життєвого сценарію.

Т. Титаренко у своїй інтерпретації життєвих світів окреслює стадії їх формування, зазначаючи, що для кожного щабля світопобудови властиві специфічні відхилення, які впливають на формування та прояв дисгармоній.

Важливим для розуміння життєвого сценарію є розуміння життєвого вибору особистості. Аналізуючи особистісні вибори, можна прослідкувати динаміку усвідомлення-неусвідомлення свого життя, життєвого шляху, життєвого сценарію. Одним із показників невдалих особистісних виборів є утворення, яке умовно можна назвати «життєва некомпетентність». Автор зазначає, що існує багато зовнішніх умов, які сприяють формуванню в особистості життєвої некомпетентності, але їхня роль не є вирішальною. Разом з тим підкреслюється, що цей вибір (у бік некомпетентності) особистість здійснює сама, «виключно за власним бажанням, хоча це бажання може бути замаскованим, викривленим, неусвідомлюваним, людина постійно опиняється в таких життєвих ситуаціях, які підживлюють її цілковиту залежність від складних обставин, руйнівних взаємин, нездоланих перешкод» [16, с 204].

Як зазначає Т. Титаренко, особистість, яка час від часу робить життєві вибори, слід розглядати разом із життєвим контекстом, в якому відбувається вибір. Для зняття розмежування та протиставлення зовнішнього та внутрішнього, об'єктивного та суб'єктивного вводиться категорія «життєвий світ особистості». Отже, необхідною умовою виходу особистості за межі власного життєвого сценарію є здійснення життєвого вибору. Реалізація обраного життєвого вибору неможлива без вольових зусиль суб'єкта. Тому життєвий вибір віднесемо до вольової (регулятивної) складової, яка має важливе значення у процесі реалізації життя поза межами життєвого сценарію.

Підкреслемо, що означені підходи до класифікації типів життєвих світів особистості виводять на рівні усвідомлення власного життєвого шляху. Так, у класифікації Ф. Василюка та Т. Титаренко прослідковується ступінь зростання розуміння особистістю свого життя залежно від типу її життєвого світу (перший тип — самий нижчий рівень, четвертий тип — найвищий). Такий підхід до класифікації не властивий представникам теорії транзакційного аналізу. Розглянуті нами типології життєвих сценаріїв дають лише характеристики того чи іншого типу сценарію і не обґрунтовують специфіку та рівень усвідомлення індивідом свого життєвого сценарію залежно від його типу.

На нашу думку, процес усвідомлення життєвого сценарію неможливий без глибокого розуміння свого «Я», тобто самоусвідомлення. Вчені зазначають, що особливістю юнацького віку є наявність необхідних механізмів (зокрема, розвиток самосвідомості на рівні дорослої людини), що сприяють усвідомленню юнаком себе, свого життєвого шляху та особливостей життєвого сценарію [12; 11; 17].

Описані концепції дають нам можливість структурувати знання та визначити складові, що є необхідними у процесі усвідомлення індивідом свого життєвого сценарію. Зобразимо виокремлену структуру у вигляді моделі (рис. 1).

Пояснимо хід наших міркувань. Життєвий сценарій особистості реалізується у сфері взаємодії з оточуючим середовищем, а також включає емоційно-мотиваційну та просторово-часову складові. Ці сфери прояву сценарію існують не ізольовано, а мають тісний взаємозв'язок. У результаті розгортання життєвого сценарію (в означених сферах) суб'єкт накопичує первинну інформацію про себе та своє життя. Отримана інформація згодом диференціюється і розкладається на три складові, які містять у собі необхідні компоненти для подальшого розгортання процесу розуміння суб'єктом особливостей свого життєвого сценарію — когнітивну, емотивно-мотиваційну та регулятивно-вольову.

Перша складова (когнітивна) включає знання індивіда про себе та своє життя; друга (емотивно-мотиваційна) складова — ставлення людини до себе та свого життя; третя (регулятивно-вольова) — забезпечує здійснення життєвого вибору особистості. Слід зауважити, що життєвий вибір має ключове значення у процесі реалізації особистісної автономії й виходу за межі сценарію або ж, навпаки, відмови від самостійності, незалежності та подальшого його програвання. Інтеграція інформації, що міститься у цих складових, дає можливість для здійснення усвідомлення суб'єктом свого життєвого сценарію. Підкреслимо, що таке усвідомлення відбувається на різних рівнях: від часткового розуміння сценарію до глибокого та повного осмислення розгортання свого життєвого шляху. Усвідомлення життєвого сценарію — динамічний процес, який потребує уваги індивіда до себе та свого життя. Кожна взаємодія суб'єкта зі сферами розгортання сценарію дає інформацію для розуміння себе та свого сценарію. Особистість, яка за певних обставин ще не здійснила життєвого вибору у бік автономності (та повернулася на рівень програвання життєвого сценарію), з часом може вийти за його межі.

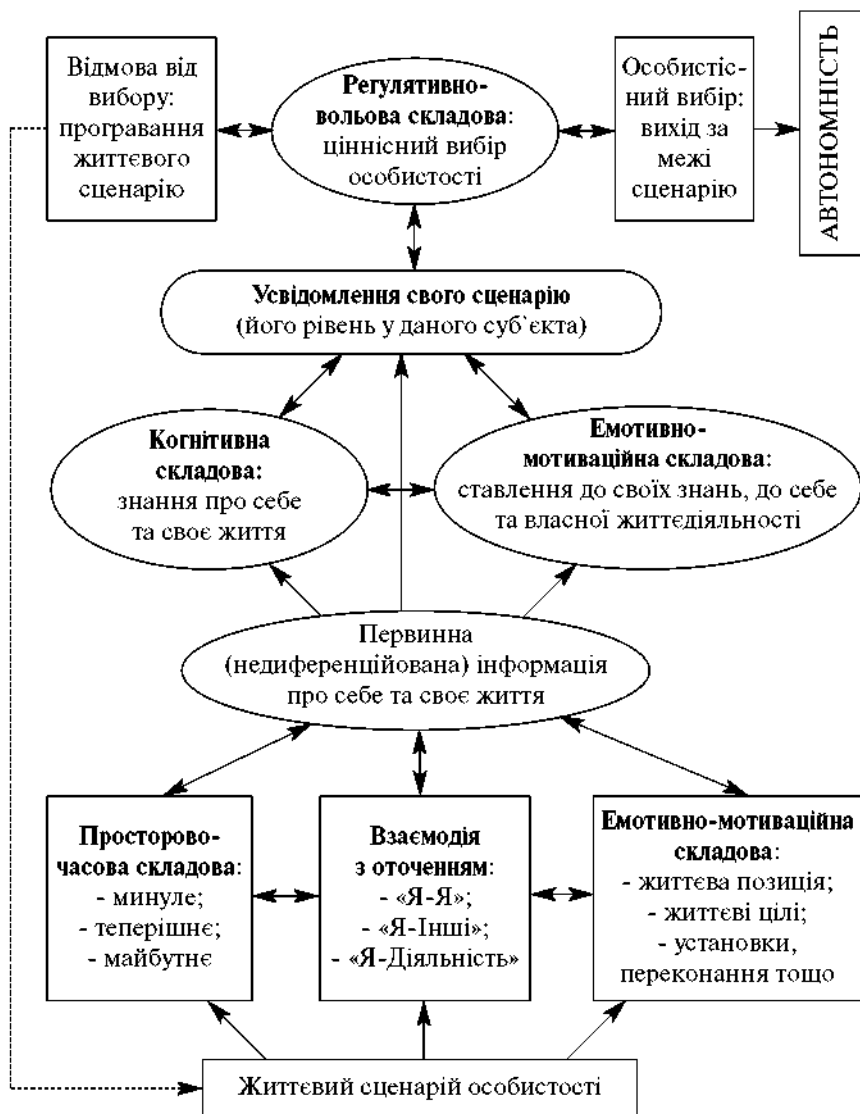


Рис. 1 — Модель усвідомлення життєвого сценарію

Висновки. Отже, дослідження специфіки життєвого сценарію особистості можна здійснювати з різних методологічних позицій.

У результаті аналізу різних психологічних концепцій нами була побудована модель усвідомлення життєвого сценарію (на прикладі юнацького віку). Відповідно до моделі, усвідомлення суб'єктом свого життєвого сценарію має три складові, кожна з яких містить інформацію для розуміння індивідом специфіки свого життєвого сценарію. Для виходу за межі сценарію та побудови власної автономності особистість має здійснити інтеграцію знань та реалізувати себе у життєвому виборі.

В статье осуществлен теоретический анализ концепций разных методологических направлений относительно возможности осознания индивидом своего жизненного пути. Представлена модель осознания жизненного сценария личностью.

Ключевые слова: жизненный сценарий, жизненная программа, модель осознания жизненного сценария.

This article made a theoretical analysis of concepts of different methodological directions regarding the possibility of understanding an individual's life. Model of consciousness of the individual life-script is given; outlines ways to build an independent and autonomous personality.

Key words: life-script, life programme, model, of consciousness of the individual life-script.

Література

1. *Асмолов А. Г.* Психология личности: культурно-историческое понимание развития человека / А. Г. Асмолов. — М. : Смысл, 2007. — 528 с.
2. *Ахмеров Р. А.* Жизненные программы личности // Наука и практика. Диалоги нового века: материалы международной научно-практической конференции. Ч. 1. — Набережные Челны: Изд-во Камского гос. политех. института, 2003. — С. 3-4.
3. *Берн Э.* Игры, в которые играют люди. Психология человеческих взаимоотношений; Люди, которые играют в игры. Психология человеческой судьбы: пер. с англ. / Э. Берн. — Екатеринбург: Литур, 2001. — 576 с.
4. *Василюк Ф. Е.* Психология переживания / Ф. Е. Василюк. — М. : МГУ, 1984. — 200 с.
5. *Ганзен В. А.* Системные описания в психологии / В. А. Ганзен. — Л. : Изд-во Ленингр. ун-та, 1984. — 174 с.
6. *Горностай П. П.* Личность и роль: ролевой подход в социальной психологии личности. / П. П. Горностай; АПН Украины, Ин-т соц. и полит. психологии. — К. : Интерпресс ЛТД, 2007. — 311 с.

7. *Гроф С.* Психология будущего. Уроки современных исследований сознания I С. Гроф. - М. : АСТ, 2003.

8. Життєві кризи особистості: наук.-метод. посіб.: у 2 ч. / ред. рада: В. М. Доній (голова), Г. М. Несен (заст. голови), Л. В. Сохань, І. Г. Єрмаков (керівники авторського колективу) та ін. — К. : ІЗМН, 1998. — Ч. 1: Психологія життєвих криз особистості.

9. *Ломов Б. Ф.* Системность в психологии: избранные психологические труды I Б. Ф. Ломов. — Воронеж : Модэк, 1996. — 384 с.

10. Мистецтво життєтворчості особистості: наук.-метод. посіб.: у 2 ч. / Ред. рада: В. М. Доній (голова), Г. М. Несен (заст. голови), Л. В. Сохань, І. Г. Єрмаков (керівники авторського колективу) та ін. — К., 1997. — Ч. 1: Теорія і технологія життєтворчості. — 392 с

11. *Мухина В. С.* Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество. : [Учеб. для студентов, обучающихся по пед. спец.] — 7-е изд., стер. — М. : Академия, 2003. — 456 с.

12. *Обухова Л. Ф.* Возрастная психология : [Учеб. пособие для студентов вузов] — 3-е изд. — М.: Пед. о-во России, 2003. — 443 с.

13. Проблеми психологічної герменевтики / [Н. В. Чепелева, Т. М. Титаренко, М. Л. Смольсон та ін.]; за ред. Н. В. Чепелевої; Ін-т психології ім. Г. К. Костюка АПН України. — К. : Міленіум, 2004. — 273 с.

14. *Ранк О.* Травма рождения / Отто Ранк. — М. : Аграф, 2004. — 400 с.

15. *Стюарт Й., Джойнс В.* Основы ТА: Транзакційний аналіз / Й. Стюарт, В. Джойнс; [пер. з англ.]. - К. : ФАДА, ЛТД, 2002. - 393 с.

16. *Титаренко Т. М.* Життєвий світ особистості: у межах і за межами буденності. — К. : Либідь, 2003. — 374 с.

17. *Шаповаленко И. В.* Возрастная психология (Психология развития и возрастная психология) / И. В. Шаповаленко. — М.: Гардарики, 2005. — 349 с.