**СОДЕРЖАНИЕ**

**Введение** 2

**1. Жизненный путь человека как проблема психологии** 3

**2. Варианты жизненного пути** 7

**3. Поиск смысла жизни** 11

**Заключение** 14

**Список использованной литературы** 15

**Введение**

Личность человека - это его жизненный путь, его деятельность на этом жизненном пути, деятельность, которая способна изменить не только жизнь человека, но и мир вокруг него. Личность - это индивидуально-активный человек, строящий условия жизни и свое отношение к ней; субъектом жизни человек становится, если начинает ответственно подходить к самой жизни и ее выборам; жизненный путь должен заканчиваться стремлением вверх - к нравственным, этическим ценностям.

Изучение биографических явлений имеет не только теоретическое, но и практическое значение. Уясняя закономерности жизнедеятельности и жизненного пути, человек может лучше представить себе оптимальный вариант собственного развития, определить свой жизненный путь. Понимание роли личности в планировании и осуществлении жизненного пути способствует более ответственному отношению к нему, стремлению ставить серьезные жизненные цели и достигать их осуществления.

В настоящей работе будут рассмотрен общий теоретический подход психологии к проблеме жизненного пути. В частности такие вопросы как варианты жизненного пути и поиск смысла жизни. Так же будут представлены взгляды отечественных и зарубежных психологов на данную проблему.

1. **Жизненный путь человека как проблема психологии**

Первое систематическое изучение закономерностей жизненного пути было предпринято Ш. Бюлер и ее сотрудниками в Венском психологическом институте в 20—30-е гг. На большом эмпирическом материале ею было установлено, что, несмотря на индивидуальное своеобразие, существуют закономерности («регулярности») в сроках наступления оптимумов жизни в зависимости от соотношения духовных, «ментальных», и биологических, «витальных», тенденций. Были обнаружены также различные типы жизненного развития личности. Ш. Бюлер была разработана идеалистическая концепция развития человека как процесса постепенного становления и изменения духовных целевых структур самосознания. Идеи и эмпирические исследования Ш. Бюлер способствовали оформлению экзистенциальной психологии на Западе. [[1]](#footnote-1)

В отечественной психологии к теме жизненного пути первыми обратились Н. А. Рыбников, С. Л. Рубинштейн, Б. Г. Ананьев, Н. А. Рыбников выступил с инициативой развернуть исследования по генетической психологии личности (20-е гг.). Для Б. Г. Ананьева проблема жизненного пути стала актуальной в начале 30-х гг. в связи с исследованиями по характерологии, проводимыми им в Психоневрологическом институте им. В. М. Бехтерева в Ленинграде. С. Л. Рубинштейн уделил внимание психологическим вопросам биографии, теоретически рассматривая вопросы самосознания в «Основах общей психологии». В дальнейшем разные аспекты жизненного пути, жизнедеятельности личности разрабатывались в трудах советских ученых, посвященных природе человека и его развитию.

Б. Г. Ананьев[[2]](#footnote-2) обосновал проект науки о целостном развитии человека в едином жизненном цикле. Эта наука, по Ананьеву — онтопсихология,должна объединить в себе возрастную психофизиологию, изучающую онтогенез психофизиологических функций мозга, и генетическую персонологию, направленную на изучение собственно личностной эволюции в процессе жизненного пути. Предметом онтопсихологии являются взаимосвязи, взаимозависимости онтогенеза и жизненного пути, которые определяют главные закономерности целостного индивидуального развития человека. В этой целостности, однако, Б. Г. Ананьев отчетливо различал две взаимодействующие, но все же особые формы. Во-первых, онтогенез — развитие индивида и его мозга, психофизиологических функций. Онтогенез программируется генетически, протекает в биологическом времени жизни. Во-вторых, жизненный путь, который строится по социальным проектам в историческом времени, датируется историческими и биографическими событиями.

В 1935 году в «Основах психологии» С.Л. Рубинштейн обратился к проблеме жизненного пути, критикуя Шарлоту Бюлер, которая говорила, что личность в своем жизненном пути есть только проект того, что заложено в детстве. Рубинштейн говорит о том, что жизненный путь есть некая целостность и в то же время состоит из этапов, каждый из которых может стать поворотным в жизни личности. Жизненный путь для Рубинштейна - не сумма жизненных событий, отдельных действий, продуктов творчества. Жизненный путь - это целостное, непрерывное явление; каждый человек, по мнению Рубинштейна, имеет свою собственную историю[[3]](#footnote-3) и даже становится личностью именно потому, что имеет свою жизненную историю![[4]](#footnote-4) Для Рубинштейна важно не просто выделить возрастные этапы, а учесть, как каждый этап подготавливает последующий и влияет на него. Каждый этап играет важную роль в жизненном пути, но не определяет его с фатальной неизбежностью. Центральная проблема личной жизни - сможет ли личность стать субъектом собственной жизни. Личность как субъект жизни - это идея об индивидуально-активном человеке, строящем условия жизни и свое отношение к ней.[[5]](#footnote-5) Субъектом своей жизни личность становится в силу способности решать свои проблемы, отвечать за свои поступки, за счет ответственности и отношений с другими людьми. Человек становится субъектом жизни в том смысле, как он вырабатывает способ решения жизненных противоречий и осознает свою ответственность перед собой и людьми за последствия такого решения.

К.А. Абульханова-Славская, развивая идеи С.Л. Рубинштейна, считает, что разрешение противоречий жизни способствует развитию личности. Разрешение противоречий жизни Абульханова-Славская видит в способах отношений людей друг с другом. Способ решения жизненных противоречий характеризует социально-психологическую и личностную зрелость человека: "Последняя проявляется в умении соединять свои индивидуальные особенности, свои статусные, возрастные возможности, собственные притязания с требованиями общества, окружающих. Способность осуществлять это соединение мы определяем как жизненную стратегию"[[6]](#footnote-6) Абульханова-Славская (вслед за Рубинштейном) предлагает рассматривать жизненный путь личности в его целостности, а стратегия жизни должна заключаться в раскрытии и разрешении подлинных причин противоречий, а не в уходе от них путем жизненных перемен. Термин "жизненная стратегия", предложенный Абульхановой-Славской, это индивидуальная организация, постоянная регуляция хода жизни в соответствии с ценностями данной личности и ее индивидуальной направленностью. Жизненная стратегия - это выбор, определение и реализация ценностей жизни. (Абульханова-Славская рассматривает нравственные ценности, этические ценности).[[7]](#footnote-7)

В заключении скажем о сходствах и различиях экзистенциальной психологии и ее отечественного варианта – психологии жизненного пути. Экзистенциальная психология с присущей ей проблематикой все активнее завладевает умами российских психологов. Положения экзистенциальной психологии и психологии жизненного пути сближаются в следующих основных моментах.[[8]](#footnote-8)

1. В психологии жизненного пути, равно как и в экзистенциальной психологии, личность рассматривается как субъект, который собственными выборами строит индивидуальный жизненный путь. Методологическое расхождение психологии жизненного пути с экзистенциальной психологией – в объеме свободы, которым наделяется личность как субъект жизни. Экзистенциальные психологи утверждают волюнтаризм (своеволие) и индетерминизм поступков личности, а в психологии жизненного пути принята более умеренная диалектическая позиция по данному вопросу.

2. В психологии жизненного пути, равно как и в экзистенциальной психологии, психологические особенности и способности личности трактуются как производные от ее реального взаимодействия с жизненными обстоятельствами.

3. В психологии жизненного пути, равно как и в экзистенциальной психологии, преодолевается разрыв между личностью как субъектом и ее жизнью как объектом.

4. В психологии жизненного пути и экзистенциальной психологии поднимаются и решаются схожие проблемы, но с различных методологических и теоретических позиций.

**2. Варианты жизненного пути**

По гипотезе В. Н. Дружинина, «существуют независимые от индивида, изобретенные человечеством и воспроизводящиеся во времени жизни варианты жизни. Человек в зависимости от конкретных обстоятельств может выбрать тот или иной вариант, но вариант жизни может быть ему навязан. Степень свободы индивида и мера давления на него внешнего мира – социальной среды – зависят от конкретных исторических условий. Понятие «вариант жизни» является целостной психологической характеристикой индивидуального бытия и определяется типом отношения человека к жизни. Вариант жизни формирует человеческую личность, «типизирует» ее. Индивид превращается в представителя «жизненного личностного типа».[[9]](#footnote-9) Таким образом, под вариантом жизни понимается качественно-определенный способ осуществления личностью своего жизненного пути. Причем в этом способе интегрируются определенные ценности и смыслы жизни с инструментальными стратегиями их достижения. В такой трактовке понятие «вариант жизни» является синонимом устоявшегося термина «жизненный сценарий». В качестве самостоятельных вариантов выделяются типы жизни: «жизнь начинается завтра», «жизнь как творчество», «жизнь как достижение», «жизнь есть сон», «жизнь по правилам», «жизнь – трата времени» и «жизнь против жизни». Несмотря на некоторую художественность в этих названиях, за ними скрывается вполне определенная психологическая реальность.

«Жизнь начинается завтра» – это вариант жизни, в котором личности отводится пассивная роль мечтателя и прожектера. Человек, реализующий этот вариант, обычно имеет массу планов на будущее и хорошее чувство временной перспективы, но до практического воплощения задуманных мероприятий дело не доходит. Личность постоянно откладывает на завтра осуществление важных дел, берет нескончаемые отсрочки по выполнению жизненных обязательств. В конечном итоге подготовительная фаза жизненного пути неадекватно растягивается во времени, а времени на настоящую жизнь фактически не остается. Это вечное детское состояние. Финал человека, живущего такой жизнью, печален: им владеют отчаяние и досада за напрасно растраченные годы.

«Жизнь как творчество» – это вариант жизни, в котором личности отведена роль экспериментатора, ставящего опыты над своей судьбой. Жизненный путь творческой личности отклоняется от нормативных моделей жизни, нередко представляется бунтом против устоявшегося образа жизни. На самом деле за творчеством и бунтарством личности скрывается внутреннее неприятие жизненной действительности, стремление избежать горьких разочарований в жизни. Личность, избравшая данный вариант жизни, чаще всего ведет богемную жизнь и свысока посматривает на других людей. Смысл ее творчества – показать тщетность и никчемность усилий, направленных на достижение внешне комфортной, респектабельной жизни. Основная ставка делается на преображение жизни внутренней, на очищение души.

«Жизнь как достижение» – это вариант жизни, в котором личность выступает в роли «человека действия», «человека, сделавшего себя». Основная психологическая особенность данного варианта жизни заключается в обесценивании настоящего и «фетишизации» будущего. Человек жертвует настоящим для того будущего, которое маячит на горизонте. Время жизни рассматривается как ресурс для реализации максимального количества целей, сулящих лучшую жизнь. Наиболее яркие образцы данного варианта жизни поставляет западная цивилизация, воспитывающая своих членов в духе культа достижений. Наиболее типичны в этом отношении карьеристы, прагматики и трудоголики.

«Жизнь есть сон» – это вариант жизни, центральной характеристикой которого является уход личности от реалий жизни в иллюзорный мир переживаний. Человек, культивирующий данный вариант жизни, ведет созерцательный, пассивный образ жизни. В. Н. Дружинин описывает данное состояние как своеобразный «психологический анабиоз». Очень часто этому варианту жизни сопутствует употребление наркотиков и прочих психотропных веществ, при помощи которых достигается эффект дереализации. Это ощущение нереальности «внешней» жизни и одновременно ощущение реальности единственно желанной «внутренней» жизни»[[10]](#footnote-10). Данный вариант жизни очень популярен в восточных культурах и религиях, исповедующих принцип невмешательства в естественный ход жизни, например, в дзен-буддизме.

«Жизнь по правилам» – это вариант жизни, для которого характерна высокая нормативная регламентация жизнедеятельности личности. В любой культуре и в каждом обществе существует свод правил, которые предписывают социально желательный порядок осуществления личностью жизненного пути. Те, кто выбивается из нормативного графика жизни, подлежат наказанию, а в некоторых случаях – поощрению. По мнению В. Н. Дружинина, жизнь по правилам удобна тем, что она избавляет человека от нелегкого беремени выбора: ведь все расписано уже за него и до него. Данный вариант жизни распространен в обществах с тоталитарным или авторитарным режимом, с репрессивной системой норм и правил социального взаимодействия.

«Жизнь – трата времени» – это вариант жизни, в структуре которого основным занятием личности является пустое и бесцельное времяпрепровождение. Данный вариант привлекает многих людей тем, что в нем заложена гомеостатическая ориентация.

Это значит, что у человека нет нужды напрягаться ради достижения жизненных целей, силиться преодолеть обстоятельства, беспокоиться о том, как идут дела. Львиную долю жизни отнимают занятия, направленные на растрату времени.

Этот вариант жизни нередко наблюдается среди населения высокоразвитых стран, относящегося к «среднему классу». Время, свободное от зарабатывания денег, по преимуществу тратится впустую.

«Жизнь против жизни» – это вариант жизни, в котором основной движущей силой является борьба за выживание. Человек, избравший для себя данный вариант жизни, становится на «тропу войны» против всех. Речь идет не о войне в привычном смысле слова, но жертвы и пострадавшие от жизнедеятельности такого человека всегда есть.

Это может быть более завуалированная форма борьбы за социальные блага, например, конкуренция и жесткое соперничество.

Данный вариант жизни в своих крайних формах распространен в милитаризованных обществах или обществах с низким уровнем экономического развития.

**3. Поиск смысла жизни**

Поиск смысла жизни – это активность личности, но психологическая сущность этой активности не уточняется. Тем не менее, некоторые исследователи признают, что успех разработки психологической концепции смысла жизни в первую очередь зависит от адекватной операционализации понятия «поиск смысла жизни». Например, канадский психолог Поль Вонг констатирует, что «исследования смысла жизни тормозятся недостатком четко определенных и широко принятых понятий. Некоторые из используемых понятий, такие, как смысл жизни, жизненная цель, осмысленность, бессмысленность уже в достаточной степени проработаны, но еще несут на себе груз философских интерпретаций. Наиболее перспективным и эвристичным является понятие поиска смысла жизни»[[11]](#footnote-11). Понятие поиска смысла жизни полагается в качестве интегративного теоретического конструкта в силу нескольких причин.

1. Поиск смысла жизни является психическим процессом, который включает когнитивные, мотивационные и поведенческие процессы.

2. Поиск смысла жизни подразумевает потребность в смысле жизни, которая активизирует и направляет индивида.

3. Поиск смысла жизни переходит в практическую реализацию найденного смысла, которая предполагает расчленение смысла на жизненные цели, задачи, планы и программы.

4. Поиск смысла жизни преимущественно является когнитивным процессом по реконструкции смысла реального жизненного пути.

5. Поиск смысла жизни имеет внешние проявления и может быть психометрически измерен.

«Короче говоря, – заключает Вонг, – понятие «поиск смысла жизни «предполагает возможность строгого научного анализа, в отличие от других понятий, обремененных умозрительными интерпретациями».[[12]](#footnote-12)

С позиций психологии человеческого бытия логично предположить, что за понятием «поиск смысла жизни» скрываются феноменология, закономерности и механизмы понимания личностью своего жизненного пути и его смысла. Другими словами, поиск смысла жизни осуществляется посредством психологических механизмов и закономерностей понимания личностью своего жизненного пути.

Основные виды понимания личностью смысла жизни в юности.[[13]](#footnote-13)

1. Терминальный вид. В целом личность смысл своей жизни видит в конечной реализации жизненных целей, осуществлении сокровенных мечтаний и покорении определенных жизненных высот.

2. Процессуальный вид. Специфику понимания смысла жизни, присущую данному виду, метко передают крылатое выражение: «Смысл жизни не в достижении цели, а в ее преследовании».

3. Нигилистический вид. Личность с таким видом понимания обесценивает значение смысла жизни лично для себя и для других людей («смысл жизни не представляет никакой ценности для человека», «понимание человеком смысла своей жизни ничего в ней не меняет», «потеря человеком смысла жизни может быть легко пережита»).

4. Аксиологический вид. Это такое понимание личностью смысла жизни, когда сам смысл жизни выступает в качестве одной из главных человеческих ценностей («смысл жизни можно считать одной из величайших ценностей человека).

5. Гедонистический вид. Общая логика, присущая данному виду понимания, заключается в осмыслении личностью своей жизни через категории удовлетворения – неудовлетворения личных потребностей. Смысл жизни для такой личности заключается в «получении удовольствий», «пользовании жизненными благами», «удовлетворении желаний». В свою очередь осмысленность жизни обусловливается притоком, «валом» всяческих благ и.

6. Аскетический вид. Содержание данного вида составляют утверждения о необходимость ограничения человеком своих потребностей, обуздания страстей и непрерывного самосовершенствования.

7. Эвдемонический вид. В данном случае понимание личностью смысла жизни сводится к стремлению обрести и сохранить счастье.

8. Глористический вид. Существование личности в данном случае наполнено смыслом при условии осознания своей значимости и почтенности.

9. Деонтологический вид. Деонтологическое понимание смысла жизни основано на твердом убеждении о наличии тесной связи между предназначением личности и ее жизненным.

10. Гуманистический вид. Прямым источником гуманистического понимания смысла жизни явилась направленность жизненного пути личности на благо конкретных «значимых других» («ребенок», «родители», «семья») или более общая ориентация на принесение пользы другим.

11. Виталистический вид. При таком понимании смысл жизни вкладывается в «борьбу за выживание», «конкуренцию». Необходимым фоном для насыщения жизни смыслом выступают «жизненные невзгоды», «трудности», «препятствия» и «преграды», которые необходимо превозмогать.

12. Фаталистический вид. Понятие судьбы чаще всего опредмечивается в неустранимых жизненных обстоятельствах («рок», «предназначение», «доля») либо в неопределенной группе жизненных обстоятельств, на которые индивид не способен повлиять («тяжелая жизненная ситуация»).

Поиск смысла жизни является полимотивированной активностью личности. Его побудительная регуляция не сводится к одной лишь потребности в понимании смысла жизни, а является многокомпонентной системой, отражающей неповторимые условия жизненного пути личности.

**Заключение**

Жизненный путь — «это история формирования и развития личности в определенном обществе, современника определенной эпохи, сверстника определенного поколения»[[14]](#footnote-14). Историческая природа личности требует от психолога изучения или хотя бы учета исторических обстоятельств ее жизни. В психологии биография человека всегда служила богатым источником знаний о личности, но, что еще важнее, она сама является предметом психологического изучения.

Изучение биографических явлений имеет не только теоретическое, но и практическое значение. Уясняя закономерности жизнедеятельности и жизненного пути, человек может лучше представить себе оптимальный вариант собственного развития, определить свой жизненный путь. Понимание роли личности в планировании и осуществлении своего варианта жизненного пути способствует более ответственному отношению к нему, стремлению ставить серьезные жизненные цели и достигать их осуществления.

Смысл жизни сугубо индивидуален и нет универсального смысла, одинаково пригодного для жизни всех людей. Сколько существует людей, столько должно быть и вариантов смысла жизни. Индивидуальный смысл жизни является наиболее адекватным для данного конкретного индивида, поскольку отражает специфику его жизненного опыта и актуальной жизненной ситуации.

Соотношение биографических событий и моментов естественного жизненного цикла индивида; фазы, периодизация жизни; кризисы развития личности; типы биографий; возрастные особенности внутреннего мира человека; роль духовных факторов в регуляции социальной жизнедеятельности; возрастная динамика творческой продуктивности; общая производительность жизненного пути; удовлетворенность жизнью и т. д.— вот тот далеко не полный перечень вопросов, касающийся самой природы жизненного пути.

**Список использованной литературы**

1. Абульханова-Славская К. А. Деятельность и психология личности.— М., 1980.
2. Абульханова-Славская К.А. Стратегия жизни. - М.: Мысль, 1991.
3. Ананьев Б. Г. Человек как предмет познания.— Л., 1969.- 337с.
4. Анцыферова Л. И. Психологическое учение о человеке: теория Б. Г. Ананьева, зарубежные концепции, актуальные проблемы // Психологический журнал. – 1998. – Т. 19. – № 1. – С. 3–15.
5. Дружинин В. Н. Варианты жизни: Очерки экзистенциальной психологии. – М.: ПЕР СЕ; СПб.: ИМАТОН-М, 2000. – 135 с.
6. Карпинский К.В. Психология жизненного пути личности: Учеб. пособие. – Гродно: ГрГУ, 2002. – 167 с.
7. Логинова Н. А. Развитие личности и ее жизненный путь // Принцип развития в психологии. – М.: Наука, 1978. – С. 156–172.
8. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. - 4-изд. - СПб.: Питер, 2004. - 678 с.
9. Рубинштейн С.Л. Человек и мир. - М.: Наука, 1997. – 190 с.

1. Логинова Н. А. Развитие личности и ее жизненный путь // Принцип развития в психологии. – М.: Наука, 1978. – С. 156–172 [↑](#footnote-ref-1)
2. Ананьев Б.Г. Человек как предмет познания - Л.: ЛГУ, 1968. [↑](#footnote-ref-2)
3. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии, 4-изд. -СПб.: Питер, 2004. –С. 641. [↑](#footnote-ref-3)
4. Там же. С. 643. [↑](#footnote-ref-4)
5. Абульханова-Славская К.А. Стратегия жизни - М.: "Мысль", 1991. – С.28. [↑](#footnote-ref-5)
6. Абульханова-Славская К.А. Стратегия жизни - М.: "Мысль", 1991. – С.67. [↑](#footnote-ref-6)
7. Там же. С.69. [↑](#footnote-ref-7)
8. Карпинский К.В. Психология жизненного пути личности: Учеб. пособие / К.В.Карпинский. – Гродно: ГрГУ, 2002. – с. 49 [↑](#footnote-ref-8)
9. Дружинин В. Н. Варианты жизни: Очерки экзистенциальной психологии. – М.: ПЕР СЕ; СПб.: ИМАТОН-М, 2000. – С.12 [↑](#footnote-ref-9)
10. Дружинин В. Н. Варианты жизни: Очерки экзистенциальной психологии. – М.: ПЕР СЕ; СПб.: ИМАТОН-М, 2000.- С.76. [↑](#footnote-ref-10)
11. Карпинский К.В. Психология жизненного пути личности: Учеб. пособие. – Гродно: ГрГУ, 2002. – С.156 [↑](#footnote-ref-11)
12. Там же. С.157. [↑](#footnote-ref-12)
13. Карпинский К.В. Психология жизненного пути личности: Учеб. пособие. – Гродно: ГрГУ, 2002. – С.157. [↑](#footnote-ref-13)
14. Рубинштейн С.Л. Человек и мир - М.: "Наука", 1997. – С.104-105. [↑](#footnote-ref-14)