**Жизненный путь личности: осознаваемые и неосознаваемые аспекты**

Г. Н. Березина

Жизненный путь человека не сводится к его биографии, ибо история жизни человека откладывается не только в события или поступки, но и во внутренние психические структуры, изменяющие саму личность. Ту личность, которая согласно представлениям С. Л. Рубинштейна, и является субъектом своего жизненного пути, активным творцом своей жизни [8].

Изучение жизненного пути личности неотделимо от изучения личностной организации времени. Теория личностной организации времени в нашей стране разрабатывается К. А. Абульхановой-Славской и ее школой [1, 2]. Именно в личности сходятся воедино прошлое, настоящее и возможное будущее, ибо «личность ... опосредует зависимость предшествую- щего и последующего этапа в ходе жизни» [2, с. 20.]

В нашем исследовании была сделана попытка проанализировать пласт сознательных и неосознаваемых особенностей личности, связанных с ее жизненным путем, или особенностей личностной организации времени жизни.

Наиболее сложно, конечно, адекватно оценивать неосознаваемый уровень личностной организации времени. Для этого была специально разработана оригинальная методика на основе синтеза многих интересных техник. Для получения характеристик неосознаваемого пласта личностной организации времени мы обратились к образной сфере личности. В глубинной психологии прослеживается связь образной сферы (сновидения, галлюцинации, дневные грезы и т. п.) с предсознательными психическими процессами. В подходе, который называется нейро-лингвистическим программированием, предполагается, что в образах в скрытой форме присутствуют все психологические характеристики личности [З]. Роль наглядно-образных элементов в мышлении человека именно на «начальных стадиях формирования мысли» отмечал С. Л. Рубинштейн [9]. А. А. Гостев выразился еще более определенно: «Образы — язык неосознаваемого» [5, с. 47].

Нами была разработана специальная методика, позволяющая представить жизненный путь личности в виде череды мысленных образов прошлого, настоящего и возможного будущего (трансспективы времени). Термин трансспектива введен в психологическую науку В. И. Ковалевым, он «означает такое психологическое образование, в котором органически объединяются, интегрируются прошлое, настоящее и будущее личности» [7, с. 183]. В нашей работе мы использовали несколько иное понимание трансспективы: предлагали испытуемому другой способ ее построения и иначе анализировали полученные данные. Поскольку трансспектива — это ряд мысленных образов, возникающих у испытуемого, в которых пред- ставлены индивидуальные особенности его восприятия, переживания и планирования времени, нам необходимо было научиться извлекать неосознаваемую информацию.

Чтобы преодолеть основные недостатки классической интроспекции: крайний субъективизм испытуемых в оценке своего опыта и невозможность сравнивать данные, полученные двумя разными людьми, — мы применили новую систему анализа образного материала.

Первым принципиальным моментом в нашей работе был подход к образу как к изображению. Основы такого подхода предложены в работе Л. М. Веккера и Б. Ф. Ломова «О чувственном образе как изображении» [4]. Определение образа как изображения позволило нам сформулировать второй важный принцип нашего исследования. Мы решили отказаться от анализа содержания сознания, заключенного во внутреннем образе,потому что именно это содержание наиболее субъективно и изменчиво, а провели анализ формальных характеристик образа. Это и особенности его мысленного месторасположения: расположение образа относительно испытуемого (вверху-внизу, справа-слева, впереди-позади), и субъективно оцениваемая от- носительная величина образа, расстояние до него, четкость-яркость, наличие цвета и движения.

В результате мы могли извлечь следующие характеристики трансспективы:

1. Структурированность трансспективы. Трансспектива считалась тем более структурированной, чем более строгой была мысленная последовательность образов, чем она более напоминала функцию от времени и чем сильнее были связаны образы между собой.

2. Наличие «разрывов» и своеобразных «перегибов» в ровной последовательности образов. маленьких, неподвижных).

4. Постепенное приближение или удаление образов с течением времени. Многие люди представляют образы прошлого и будущего тем ближе к себе, чем ближе по времени к настоящему представляемое в образе событие. Другие — наоборот.

5. Постепенное уменьшение или увеличение величины мысленной «картинки» (образа) с течением времени. Отдельно оценивались линии прошлого и будущего. Для нахождения психологических соответствий между этими формальными характеристиками трансспективы и реальными людьми с их конкретным жизненным путем, личностными особенностями, мы использовали, с одной стороны, разработанный 3. Фрейдом, в том числе и для анализа образной сферы (сновидения), метод свободных ассоциаций и, с другой стороны, личностные опросники. С помощью свободных ассоциаций мы исследовали преимущественно критические точки трансспективы (разрывы, перегибы, выделяющиеся образы) с целью выявления неосознаваемой интерпретации образов, относящихся к тому или иному времени жизни испытуемого. Для оценки сознательных представлений испытуемых о своем жизненном пути мы применили оригинальный опросник жизненного пути личности и опросник планирования будущего В. Ф. Серенковой. Данные опросники представляют собой списки вопросов, частью открытых, частью закрытых, касающихся особенностей биографии испытуемого. Полученную с их помощью информацию можно объединить в 4 блока: прошлое, настоящее, будущее и активность субъекта.

В настоящей работе подробно анализируются осознанные и неосознаваемые особенности прошлого и настоящего времени жизни личности.

Прошлое. Этот блок включал в себя следующие сведения:

а) этапы жизненного пути. Испытуемому предлагалось разделить свою жизнь на этапы и кратко охарактеризовать каждый этап;

б) наиважнейший временной период. Испытуемому предлагалось уточнить, какой период в его жизни был наиболее важным для становления его личности (детские, школьные, юношеские, зрелые годы);

в) важнейшие события жизни. Испытуемому предлагалось назвать наиболее важные события, перевернувшие его жизнь, в том числе, связанные с угрозой для жизни, потерей близких, психологическими травмами. Настоящее. Этот блок включал сведения по одной теме:

а) временные ориентации. Испытуемому предлагалось оценить, на какое время жизни он ориентирован: прошлое, настоящее, будущее. Все эти вопросы обращены к сознательной части личности. От испытуемого требовалось предварительно осознать те или иные собственные особенности, и только после этого он мог их охарактеризовать. Оценка была, естественно, субъективной и максимально осознанной.

В исследовании приняло участие 50 человек, мужчин и женщин, в возрасте 25-35 лет. Этот возраст нами был выбран специально. С одной стороны, за плечами наших испытуемых уже был определенный жизненный опыт, часть жизненного пути ими уже была пройдена, при этом они уже имели возможность проявить себя как субъекты выбора (выбор специаль- ности, выбор брачного партнера) и даже успели вкусить какие-то плоды этого выбора. С другой стороны, впереди было еще достаточно времени, чтобы строить планы относительно будущего и воплощать их.

В. Ф. Серенкова [10], анализируя масштабность планирования личностью времени, его длительность, стратегичность, прогнозируемость, выделила два способа планирования времени: оптимальный (у испытуемых с долговременной регуляцией) и неоптимальный. В, И. Ковалев также описал два временных стиля: пролонгированный и ситуативный. Исходя из этой важнейшей характеристики организации личностью своего времени, мы разделили испытуемых на две группы, резко различные по своему жизненному пути.

Первая группа — аспиранты — 25 человек. Предшествующий жизненный путь у них был достаточно насыщенным (поступление в ВУЗ, защита диплома, поступление в аспирантуру), от них требовалось проявить свои способности, работоспособность.

Вторая группа — лица без высшего образования. Общая психологическая характеристика представителей этой группы была весьма своеобразной. Все они пришли на краткосрочные курсы для приобретения «современной, высокооплачиваемой специальности» (менеджмент, бух. учет, массаж). В недалеком прошлом часть из них лишились работы или работа пе- рестала устраивать их материально, другие были на содержании родителей или супругов, и это перестало удовлетворять последних.

Налицо две резко отличающиеся временные стратегии. В первом случае (аспиранты) мы видим ориентацию на деятельность, требующую значительных временных затрат, возможные плоды которой отнесены в неопределенное, достаточно далекое будущее. Испытуемые строят и пытаются воплотить долгосрочные планы, по крайней мере в области выбора специальности и приобретения соответствующего образования. Подобные качества обычно свойственны людям с пролонгированным способом организации времени жизни. Во втором случае испытуемые ориентируются на небольшой промежуток времени, соотносимый с настоящим. В их прошлом отсутствуют реализованные долгосрочные планы, типа получения высшего образования. В настоящем же, решив сменить профессию, они также не склонны тратить на это много времени. Из множества ныне существующих вариантов приобретения новой специальности они предпочли 2-3-х недельные курсы. Таким образом, в реальной жизни эти испытуемые показали ситуативный способ организации времени.

Исследования жизненного пути личности по классификации В. Н.

Дружинина [6] относятся к уровню изучения уникальной индивидуальности и это требует от исследователя осторожного подхода к анализу полученных результатов, чтобы за выявлением общих закономерностей не проглядеть индивидуальность. В своей работе «Структура и логика психологического исследования» В. Н. Дружинин рекомендует в качестве наиболее адекватных методов исследования в таких случаях установление сходств (построение размытых классификаций) и описание отдельных случаев.

Исходя из вышеизложенного и сложности нашего объекта изучения, в данной работе мы ограничимся качественным описанием полученных результатов.

Как мы предположили, важнейшие события жизненного пути личности, начала и концы определенных этапов на бессознательном уровне могут отразиться в образной сфере человека. На трансспективе в возрастных точках, соответствующих этим временам, могут наблюдаться разрывы и перегибы в общей последовательности картин; или отдельные образы будут выпадать из общей закономерности.

Отвечая на вопросы опросника, испытуемые на сознательном уровне выделили этапы своей жизни и указали самые значительные события, по большей части совпадающие с началами и концами определенных этапов. Большая часть испытуемых (54%) выделяла этапы своей жизни, ориентируясь на существующие в обществе социальные представления о том, на какие этапы должна делиться жизнь (детство, отрочество, юность). При таком делении испытуемые также опирались на социально заданные внешние ориентиры, преимущественно деятельного характера (детство до школы;

школа, армия, поступление в техникум-ВУЗ — это юность;

работа после ВУЗа — зрелые годы).

16% участников нашего эксперимента выделяли этапы своей жизни, ориентируясь на события социальной, эмоциональной жизни (встреча со значимым другим, расставание;

дружба, брак, рождение детей).

Другие испытуемые делили свою жизнь на этапы, ориентируясь на свой личностный рост («в 5 лет научился читать, а в 12 написал первое стихотворение»), на переезды из города в город («до 10 лет мы жили в одном городе, потом переехали в другой») или же не делили вообще.

Особенно значимых результатов между представителями обеих групп испытуемых отмечено не было. Хотя аспирантам в своем делении жизненного пути более свойственно опираться на внешние деятельные ориентиры (школа, ВУЗ, аспирантура), вероятно, потому что у них есть основания для этого. Испытуемые из второй группы, перейдя порог школы, чаще просто не имели перед собой значительных деятельных ориентиров (достижений), поэтому далее они делили свою жизнь на этапы, опираясь на события личной, эмоциональной и т. п. жизни.

При исследовании неосознаваемого пласта личностной организации времени испытуемому предлагалось представить мысленно картину того, как он проделывает какое-нибудь нехитрое действие (умывание, одевание, прием пищи и т. д.) в разные времена своей жизни (в прошлом это 20, 10, 5 и 1 годы назад). При необходимости испытуемый представлял образ 30 лет назад и промежуточные образы с интервалом в 1 год. Если представить череду временных образов как линию, то критическими точками в такой линии будут точки разрывов и перегибов. Важную информацию могут нести точки, в которых образ значительно отличался от соседних (был меньше-больше, ярче-темнее и т. п.). Образы, находящиеся в таких точках, исследовались с помощью свободных ассоциаций. Таким образом были установлены следующие соответствия.

Точки разрывов и перегибов трансспективы приходились на следующие события:

Дата ожидаемого конца жизни (или планируемого): «Тогда я считал, что буду жить до 30 лет и все» — 2 случая.

Физическое насилие со стороны других лиц — 3 случая.

Гибель близкого человека (обычно родителей) — 5 случаев.

Распад семьи — 2 случая.

Вступление в брак, рождение ребенка — 4 случая.

Глубокие психологические травмы — 3 случая.

События, являющиеся угрозой для жизни — 3 случая.

Поступление (окончание) в ВУЗ, школу — 2 случая.

Нахождение новых друзей, значимых других — 2 случая.

Этап личностного роста — 1 случай.

Причины не определены — 3 случая.

Изменение отдельного образа (относительно соседних меньше-больше, ярче-тусклее и т. д.) — в наших опытах встречалось 7 раз. Все семь изменений испытуемые связывали с различными психологическими переживаниями. При этом увеличение размера мысленной картинки, появление в ней цвета и движения говорят о положительных изменениях (личностный рост, встреча со значимым другим), и наоборот: уменьшения размера, яркости, исчезновение цвета и движения — о психических травмах. Отвечая на вопрос о наиболее важных, поворотных событиях в своей жизни, испытуемые также указывали события преимущественно общественной жизни: поступление в институт, вступление в брак. Однако при сравнении таковых событий, выделенных сознательно, с отраженными на характере трансспективы, соответствия наблюдаются только в случае сильной эмоциональной значимости события для испытуемого или наличия угрозы физическому существованию.

Переезды: из двух сознательных — два есть на трансспек-тиве.

Гибель близкого человека: из двух — два.

Авария, болезнь: из двух — два.

Рождение ребенка: из 2 — 2,

Личностный рост: из 4 — 2.

Поступление в ВУЗ, аспирантуру (окончание оных): из 9 — 2.

Встреча со значимыми другими: из 8 — 2.

Две других важнейших характеристики линии прошлого на трансспективе — это общая тенденция к увеличению или уменьшению размера образа с приближением его по времени к настоящему (расходящаяся или сходящаяся линия) и тенденция к увеличению или уменьшению представляемого расстояния до образа также с приближением его по времени к настоящему (приближающая или удаляющаяся). Этим качествам трансспективы мы пока не нашли надежных психологических или личностных соответствий.

У большинства испытуемых линия прошлого расходящаяся и приближающая к настоящему. Это совпадает с мнением испытуемых о том, что самые важные периоды жизни — это юность и зрелые годы (24%), школьные годы, юность и зрелые годы (46%), то есть возраст, также приближенный к настоящему. С другой стороны, практически все испытуемые отмечали у себя ориентацию на настоящее и будущее, строгую ориентацию только на прошлое не отметил никто. Считается, что значительные события своей жизни человек обычно представляет больше по размеру, ярче и ближе к себе. Возможно, ориентация испытуемых на настоящее и будущее, подчеркивание ими важности более позднего возраста, отразились на трансспективе, воспроизведя расходящиеся и приближающиеся линии прошлого.

Испытуемые двух групп значительно отличались между собой по степени структурированности трансспективы. Лица с пролонгированным характером организации времени жизни, имеющие насыщенный внешними деятельными достижениями жизненный путь (1 группа), имели высокоструктурированные и структурированные трансспективы, а часть испытуемых из 2 группы с преимущественно ситуативным способом организации времени — малоструктурированные.

Таким образом, подведем итог этой части нашей работы. Здесь мы описывали ту часть жизненного пути, которая уже пройдена испытуемым. Если проанализировать ее сознательное восприятие и неосознаваемое отображение, то мы видим отчетливую разницу. На сознательном уровне человек преимущественно ориентируется на бытующие в обществе пред- ставления о себе и своем жизненном пути, на социально принятые ориентиры и подчеркивает в качестве этапных в своей жизни моменты приобщения себя к тем или иным социальным институтам. Подобный тип социальных представлений (представления о взаимоотношении Я-общество, об ответственности и деятельности) К. А. Абульхановой-Славской назван личност-но-ориентированным.

Однако на более глубоком уровне человек реагирует не на социально заданные представления, а на вещи более экзистенциальные и даже физиологические. В наших опытах на трансспективе стандартно отображались все события, представляющие угрозу для жизни (болезнь, авария, возможный конец жизни), периоды сексуального созревания, рождение ребенка, насилие со стороны других лиц. С другой стороны, человек бессознательно закрепляет в своей образной сфере все события, связанные с сильными эмоциональными переживаниями, особенно отрицательными — потеря близкого человека, психоиче-ские травмы. И с третьей стороны, в трансспективе могут отразится события личностно значимые, являющиеся этапными в личностном развитии. Например, у одного испытуемого на трансспективе был четкий перегиб в год, который он называл «годом моего просветления». В то же время социально значимые события, такие как поступление в ВУЗ, на работу, на уровне подсознания остаются почти не замеченными.

Таким образом, на основе анализа прошлого и настоящего, нами установлен принцип соотнесения осознанных и неосознаваемых особенностей личностной организации времени. В дальнейшем мы предполагаем использовать полученные закономерности для анализа планирования и организации личностью своего возможного будущего.

**Список литературы**

1. Абульханова-Славская К. А. Стратегии жизни. М., 1991.

2. Абульханова-Славская К. А. Развитие личности в процессе жизне- деятельности // Психология формирования и развития личности. М., 1981,с.19-45.

3. Андреас К., Андреас С. Измените свое мышление и воспользуйтесь результатами. Новосибирск, 1993.

4. Веккер Л. М., Ломов Б. Ф. О чувственном образе как изображении // Вопр. филос., 1961, № 4, с. 47-59. о. 5. Гостев А. А. Образная сфера человека. М., 1992.

6. Дружинин В. Н. Структура и логика психологического исследования. М., 1994.

7. Ковалев В.И. Особенности личностной организации времени жизни // Гуманистические проблемы психологической теории. М., 1995, с'. 179-185.

8. Рубинштейн С. Л. Мышление. Язык. Речь // Вопр. языкознания, 1957, № 2.