

УДК 159.901

**Логинова И.О.**

*Красноярский государственный медицинский университет  
им. проф. В.Ф. Войно-Ясенецкого*

## **ОСОБЕННОСТИ УСТОЙЧИВОСТИ ЖИЗНЕННОГО МИРА ЧЕЛОВЕКА В КРИЗИСНЫХ УСЛОВИЯХ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**I. Loginova**

*Krasnoyarsk State Medical University named after professor V.F.Voyno-Yasenevskiy*

### **FEATURES OF INDIVIDUAL OUTLOOK STABILITY IN CRITICAL SITUATIONS**

*Аннотация.* В статье представлен авторская методика изучения устойчивости жизненного мира человека. Его применение легло в основу проведенного исследования и сравнительного анализа устойчивости жизненного мира людей, находящихся в привычных и кризисных условиях жизнедеятельности. Получены результаты, позволяющие констатировать различия в группах респондентов, находящихся в привычной (стабильной) жизненной ситуации (первая группа) и в кризисных условиях жизнедеятельности (вторая группа). Выделены особенности устойчивости жизненного мира людей, находящихся в кризисных условиях жизнедеятельности.

*Ключевые слова:* устойчивость жизненного мира человека, кризисные условия жизнедеятельности.

*Abstract.* The author suggests her own method of studying individual outlook stability and applies it to two types of situations: habitual ways and activity under critical circumstances. The results obtained show differences in the groups of respondents acting in a familiar situation (the first group) and in crisis (the second group). The features of individual outlook stability in crisis have been revealed.

*Key words:* individual outlook stability, critical conditions.

В условиях динамично развивающегося общества, непрерывно изменяющихся условий жизни актуализируются вопросы проявления и формирования устойчивости жизненного мира человека в различных жизненных условиях. Особую актуальность приобретает данная проблематика в случаях, когда идет речь о кризисных жизненных ситуациях, в которых степень устойчивости жизненного мира людей имеет тенденцию к снижению.

Важность обращения к данной проблеме связана с тем, что устойчивость жизненного мира человека позволяет удерживать целостность системы «человек – мир», обеспечивая переход возможности в действительность и сохранение человеком самоидентичности в условиях его жизнедеятельности. При отсутствии или недостаточной выраженности устойчивости жизненного мира «человек тождественен не всей своей жизни, а лишь ее отрывкам» [3, 259-266] (до кризисной ситуации, после кризисной ситуации и т. д.). Как правило, у людей, переживших кризисные ситуации или находящихся к условиям кризисной ситуации, кризисных условиях жизнедеятельности, жизнь фрагментирована на отрывки, представляющие жизненную мозаику, а не драму, поскольку она (жизнь) лишается внутреннего самоидентитета [1].

Учитывая, что устойчивость жизненного мира человека обеспечивает возможность самоосуществления проекта своей жизни, выступающего неотъемлемой характеристикой

человека и проявляющегося в условиях реальной жизнедеятельности, мы поставили перед собой задачу: исследовать особенности жизненного мира людей, находящихся в привычных и кризисных условиях жизнедеятельности.

### Методика

Нами разработана методика «Изучение устойчивости жизненного мира человека». Основная идея данной методики состоит в том, чтобы обнаружить такие особенности устойчивости человека, которые обеспечивают определенный режим функционирования, результатом которого выступает «жизнестойкость» по отношению к «внешним» и «внутренним» воздействиям. Специальная процедура исследования представлена ниже.

*Инструкция: Предлагаем Вам написать эссе на тему «Три дня моей жизни, которые...». Для выполнения данного задания Вам следует:*

1) выбрать три наиболее интересных дня, имеющих отношение к Вашему прошлому, настоящему или будущему;

2) определить их содержание и отразить его в теме Вашего эссе, продолжив начатое название;

3) описать в эссе события этих дней и Ваши переживания, эмоциональное отношение к этим событиям;

4) *постарайтесь показать роль, значение этих дней в Вашей жизни.*

Обработка результатов предполагает поэтапный анализ следующих позиций.

1. Определяется временной модус событий, описываемых в эссе (все три дня либо относятся к прошлому, настоящему или будущему, либо каким-то образом рассредоточены на временной оси жизни человека).

2. Подсчитываются все глаголы в эссе, фиксируется в процентном отношении количество глаголов прошедшего, настоящего и будущего времени (по результатам выбирается соответствующая графа).

3. Определяется критерий выбора содержания описываемых событий (биографический, когда описываются события соб-

ственной биографии, включенные в общую сюжетную линию жизни; топологический, когда отправной точкой описанных событий выступает определенное пространство (географическое, культурное, ценностно-смысловое и т. д.); хронотопическое, когда совмещены биографический и топологический критерии, позволяющие описать события в призме единства пространства и времени жизни человека).

4. Определяется общий эмоциональный фон описываемых событий (через анализ используемых в тексте прилагательных, позволяющих выявить соотношение эмоционально нейтральных прилагательных, эмоционально отрицательных и эмоционально положительных).

5. Определяется значение описываемых событий в жизни человека (в зависимости от места и роли событий относительно общей линии становления человека и ее оценки в данный момент).

6. Определяется отношение к описываемым событиям (рациональное определяется как разумное, наиболее целесообразное, обоснованное отношение к описанию; ответственное определяется как критичное, рефлексивное отношение к произошедшему и имеющее выводы относительно роли событий в жизни; ценностное определяется как «уплотнение мира вокруг человека» за счет единства пространственных, временных и смысловых значимых контекстов).

7. Оценивается непрерывность личностной истории (непрерывность отсутствует, когда человек отождествляет себя с отдельными конкретными событиями: жизнь – мозаика; проявляется на отдельных этапах, когда человек «протягивает» линию от конкретного события в пространстве и времени жизни; удерживается, когда человек в описании показывает взаимосвязанность различных событий, объединенных общей линией становления человека).

8. Анализируется рефлексивная позиция автора по отношению к описываемым событиям (отсутствует, когда человек не демонстрирует рефлексивную позицию по отноше-

нию к описываемым событиям; проявляется ситуативно, когда человек демонстрирует рефлексивную позицию по отношению к одному из описываемых событий или к одной из сторон жизнеописания; целостная рефлексивная позиция, когда описываемые события выступают предметом рефлексии в контексте жизни человека).

На основании выделенных данных подсчитывается сумма баллов по всем восьми позициям. Полученные баллы интерпретируются следующим образом:

– 24–39 баллов – устойчивость, которая характеризует таким образом организованный человеком процесс жизнедеятельности, который ориентирован на использование ранее сформированных форм взаимодействия с окружающим миром, зачастую неадекватных условиям настоящей жизненной ситуации. Стагнационный характер проявления устойчивости жизненного мира не способствует продуктивному и оптимальному жизненному самоосуществлению. Чем ниже балл, тем выше степень выраженности стагнационного характера проявления устойчивости жизненного мира человека, которая определяет особенности таких характеристик, как отсутствие ценностного отношения к жизни, перспектив дальнейшего движения, снижение рефлексивной способности, доминирование стереотипных продуктов жизнедеятельности, неспособность к решению творческих задач, невозможность адекватно оценить собственные жизненные дефициты.

– 40–59 баллов – устойчивость, которая характеризует таким образом организованный человеком процесс жизнедеятельности, который не способствует сохранению здоровья, личностному росту и творчеству. Неконструктивный характер проявления устойчивости жизненного мира снижает продуктивность и оптимальность жизнедеятельности человека. Чем ниже балл, тем выше степень выраженности неконструктивного характера проявления устойчивости жизненного мира человека, которая определяет особенности таких характеристик, как потеря самоидентичности, недостаток

ресурса (собственного потенциала, условий среды) для разрешения противоречия между образом мира и образом жизни, нарушение непрерывности личностной истории, утрата целей и смыслов жизнедеятельности, отсутствие равновесия между реальностью и желаемой гармонией.

– 60–80 баллов – устойчивость, которая характеризует особым образом организованный человеком процесс жизнедеятельности, способствующий сохранению здоровья, личностному росту и творчеству, отражает тенденцию к оптимизации своего потенциала, гармоничному самоосуществлению во всех жизненно важных для него сферах. Общая конструктивность (продуктивность и оптимальность) жизненного самоосуществления человека основывается на конструктивном характере проявления устойчивости жизненного мира человека. Конструктивный характер проявления устойчивости жизненного мира человека определяет особенности таких характеристик, как доминирование продуктов нового качества, способность к решению творческих задач, соответствие возможностей человека степени его ответственности за реализацию этих возможностей, ценностное отношение к жизни, наличие перспектив дальнейшего движения, отсутствие недостатка ресурса (собственного потенциала, условий среды) для разрешения противоречий между образом мира и образом жизни, самоидентичность.

### Результаты и обсуждение

Выборка исследования была представлена двумя группами респондентов: людьми, находящимися в привычной (стабильной) жизненной ситуации (первая группа), и людьми, находящимися в кризисных условиях жизнедеятельности (вторая группа). Количество респондентов в каждой группе составило 50 человек. Средний возраст респондентов в первой группе – 37,2 лет, во второй – 37,4 лет. Соотношение в группах мужчин и женщин – 30 % / 70 % соответственно.

Первичный количественный анализ проводился с опорой на выделенные в методике параметры.

Таблица 1

## Результаты сравнительного анализа устойчивости жизненного мира людей

Исследуемый параметр	Первая группа	Вторая группа
Временной модус событий	– настоящее – будущее – 70% – прошлое – настоящее – будущее – 30%	– настоящее – 30% – прошлое – настоящее – 70%
Представленность глаголов прошедшего, настоящего и будущего времени	– глаголов настоящего и будущего времени в равных долях – 70% – глаголов прошедшего, настоящего и будущего времени в равных долях – 30%	– доминируют глаголы настоящего времени – 30% – доминируют глаголы прошедшего времени – 40% – глаголов прошлого и настоящего времени в равных долях – 30%
Критерий выбора содержания описываемых событий	– топологический – 70% – хронологический – 30%	– биографический – 70% – топографический – 30%
Общий эмоциональный фон описываемых событий	– положительный – 100%	– нейтральный – 70% – отрицательный – 30%
Значение описываемых событий в жизни человека	– удерживают общую направленность развития – 70% – значимые и важные, но не удерживающие общую направленность развития – 30%	– значимые и важные, но не удерживающие общую направленность развития – 40% – центральная линия развития – 30% – завершение линии развития – 30%
Отношение к описываемым событиям	– ценностное – 30% – ответственное – 70%	– рациональное – 100%
Непрерывность личностной истории	– удерживается – 70% – проявляется на отдельных этапах жизнеописания – 30%	– отсутствует – 100%
Рефлексивная позиция по отношению к описываемым событиям	– целостная рефлексивная позиция – 70% – рефлексивное отношение проявляется ситуативно – 30%	– отсутствует рефлексивное отношение – 70% – рефлексивное отношение проявляется ситуативно – 30%

Качественный анализ полученных данных у респондентов первой группы свидетельствует:

1) временной модус описываемых респондентами событий располагается в диапазоне «прошлое – настоящее – будущее», что подтверждается наличием глаголов прошедшего, настоящего и будущего времени в текстах респондентов и указывает на непрерывность личностной истории, которая удерживается на протяжении всего текста, определяя перспективы дальнейшего движения;

2) критерием выбора содержания событий является хронотоп как пространственно-временной континуум реального бытия респондентов, в котором наиболее значимыми выступают события, удерживающие общую линию развития, что связывается нами с целостностью жизненной истории и само-

тождественностью респондентов;

3) наличие рефлексивного отношения к жизненным событиям, самому себе способствует анализу жизненных условий, трудностей, возникающих в процессах жизнедеятельности, что обеспечивает динамичность изменений в процессе жизни и повышает степень устойчивости жизненного мира респондентов.

Качественный анализ полученных данных у респондентов второй группы свидетельствует:

1) в кризисных условиях жизнедеятельности временной модус описываемых респондентами событий располагается в диапазоне «прошлое – настоящее», что подтверждается и наличием глаголов настоящего и прошедшего времени в текстах респондентов, а также указывает на отсутствие непрерывности

Таблица 2

**Результаты исследования особенностей устойчивости жизненного мира в группах респондентов**

Первая группа		Вторая группа		t-критерий	p
$\mu$	$\delta$	$\mu$	$\delta$		
61,73	10,47	29,96	8,76	10,95	0,001

личностной истории;

2) критерием выбора содержания событий является биография респондентов, в которой наиболее значимыми выступают события, характеризующие центральную линию развития, завершение линии развития, а в некоторых случаях – значимые и важные, но не удерживающие общую линию развития, что связывается нами с фрагментарностью, появляющейся в силу особых (кризисных) условий жизнедеятельности;

3) отсутствие рефлексивного отношения или его ситуативное проявление, несмотря на рациональное отношение к описываемым событиям, затрудняет анализ жизненных условий, трудностей, возникающих в кризисных условиях жизнедеятельности, что не способствует как изменению жизненной ситуации, так и изменению степени устойчивости жизненного мира респондентов.

В ходе дальнейшего эмпирического исследования нами были получены результаты, позволяющие констатировать различия в группах респондентов, находящихся в привычной (стабильной) жизненной ситуации (первая группа) и в кризисных условиях жизнедеятельности (вторая группа).

Среднегрупповые результаты в данных группах выглядят следующим образом: в первой группе – 61,73 баллов; во второй группе – 29,96 баллов.

Среднегрупповые показатели респондентов первой группы указывают на конструктивный характер проявления устойчивости жизненного мира, способствующий сохранению здоровья и способствующий оптимизации собственного потенциала. Можно полагать, что в данных условиях жизнедеятельности представители данной группы

имеют возможность апробировать различные способы взаимодействия с миром, осуществлять выбор наиболее адекватного способа жизнедеятельности, что позитивно сказывается на устойчивости жизненного мира и успешности жизнедеятельности.

Среднегрупповые показатели респондентов второй группы свидетельствуют о наличии и использовании ранее сформированных форм взаимодействия с окружающим миром, зачастую неадекватных условиям настоящей жизненной ситуации. Можно полагать, что в кризисных условиях жизнедеятельности представители данной группы не могут отступить от имеющихся способов взаимодействия с миром, затрудняются адекватно оценить ситуацию, действуют неконструктивно, демонстрируя низкую степень устойчивости жизненного мира.

Различия между данными группами являются статистически высоко значимыми ( $t=10,95$  при  $p<0.001$ ), а это позволяет предположить, что в кризисных условиях жизнедеятельности определенным образом снижается степень устойчивости жизненного мира людей.

### Выводы

Устойчивость мира человека обеспечивает возможность самоосуществления проекта своей жизни, выступающего неотъемлемой характеристикой человека и проявляющегося в условиях реальной жизнедеятельности.

Одним из показателей устойчивости жизненного мира человека выступает характер режима функционирования психологической системы, который может быть как конструктивным, так и неконструктивным, в зависимости от соответствия режима функциони-

рования условиям и требованиям среды. Эта взаимосвязь среды, создающей обстоятельства жизни человека и формирующей самого человека, способного изменять условия собственной жизнедеятельности, позволяет выбирать оптимальный режим функционирования психологической системы: особым образом организованный человеком процесс жизнедеятельности, способствующий сохранению здоровья, личностному росту и творчеству. Важнейшей системной особенностью выступает тенденция к оптимизации своего потенциала, характеризующая жизненный путь любого человека. Совокупность выделенных на методологическом и методическом уровнях показателей определяет общую конструктивность выбранного режима функционирования – степень устойчивости жизненного мира человека.

Исследование степени устойчивости психологической системы как показателя тождественности собственной жизни, удерживающей целостность системы «человек

– мир», может идти по линии изучения режима функционирования психологической системы, реализуемого в условиях реальной жизнедеятельности [2, 4-22].

В группах респондентов, находящихся в привычной (стабильной) жизненной ситуации (первая группа) и в кризисных условиях жизнедеятельности (вторая группа), обнаружены различия в особенностях устойчивости жизненного мира, что зафиксировано в ходе качественного и количественного анализа.

#### ЛИТЕРАТУРА:

1. Логинова И.О. Психология жизненного самосо осуществления. М.: СГУ, 2009.
2. Логинова И.О. Исследование устойчивости жизненного мира человека в процессе самоосуществления // Психология обучения. 2010. № 2.
3. Хасаина З.М. О специфике «современного человека» // Человек: соотношение национального и общечеловеческого: Сб. материалов международного симпозиума (г. Зугдиди, Грузия, 19–20 мая 2004 г.). Выпуск 2 / Под ред. В.В. Парцвания. СПб., 2004.