

одной стороны, безусловно зависит от трансформации общества, появления новых пластов социальных коммуникаций, огромного потока информации и технологических новинок. Но, с другой стороны, в не меньшей степени определяется разной способностью и желанием самого человека адаптироваться к переменам в окружающей его среде (новый формат отношений, цифровые технологии, ограничения на передвижения, инновационные услуги и возможности).

Та часть престарелых людей, для которых характерен высокий уровень адаптации, которые оптимистично настроены по отношению к будущему, положительно оценивают свое прошлое, ощущают поддержку со стороны родных и близких, готовы включаться и в меру своих способностей пользоваться современными достижениями человечества. Для них характерно разнообразие интересов, они обладают высоким уровнем принятия других членов общества, удовлетворены общением. Безусловно, такой настрой улучшает психическое здоровье и позволяет его поддерживать на высоком уровне, что также положительно влияет и на физическое самочувствие.

Для пенсионеров с низким уровнем адаптации свойственным является ожидание проблем от современного общества, трудностей в общении и приспособлении к новым условиям существования. Для этой группы характерно наличие пассивных интересов, невозможность найти новое любимое

занятие из широкого разнообразия сфер и возможностей, которые предлагает новый мир. Все это приводит к ухудшению психического здоровья, что связано с исчерпанием личных ресурсов и возможностей, ограничением способов улучшения и стабилизации психического состояния, его гармонизации.

Список литературы:

1. Lukyanets, Artem Population Aging and Its Impact on the Country's Economy // Social science quarterly. 2021. Volume 102: Number 2; pp 722-736.
2. The new sociology of ageing / Martin Slattery. London: Routledge advances in sociology, 2021. 318 p.
3. Павлова Н.С., Сергиенко Е.А. Субъективное качество жизни, психологическое благополучие, отношение к временной перспективе и возрасту у пенсионеров, ведущих разный образ жизни // Вестник Санкт-Петербургского университета. Психология. 2020. Т. 10. № 4. С. 384-401.
4. Aging in the context of urbanization: social determinants for the depression of Chinese older population / Fan Yang. London: Routledge, 2021. 178 p.
5. Петрова Н.Н., Хвостикова Д.А. Распространенность, структура и факторы риска психических расстройств у лиц старшего возраста // Успехи геронтологии. 2021. Т. 34. № 1. С. 152-159.
6. Vogelsang, Eric M. Population Aging and Health Trajectories at Older Ages // The journals of gerontology. 2019. Volume 74: Number 7; pp 1245-1255.

УДК 159.9.07
ГРНТИ 15.31

ОСМЫСЛЕННОСТЬ ЖИЗНИ КАК ОСНОВА ПОСТРОЕНИЯ ЛИЧНОСТЬЮ КАРЬЕРНЫХ ПЛАНОВ В ВОЗРАСТЕ ВХОЖДЕНИЯ ВО ВЗРОСЛОСТЬ

DOI: 10.31618/ESU.2413-9335.2021.5.92.1530

Карабанова Ольга Александровна

*Д-р психол. наук,
Московский государственный университет им. М.В.Ломоносова,
г. Москва,
ORCID 0000-0003-2637-4353*

Захарова Елена Игоревна

*Д-р психол. наук,
Московский государственный университет им. М.В.Ломоносова,
г. Москва
ORCID 0000-0003-0879-5613*

Старостина Юлия Андреевна

*Канд. психол. наук,
Московский государственный университет им. М.В.Ломоносова,
г. Москва*

АННОТАЦИЯ

Целью исследования стало изучение взаимосвязи осмысленности жизни и карьерных планов личности в профессиональной и семейной сфере на возрастном этапе вхождения во взрослость. Семейная карьера представляет последовательную смену конвенциональных семейных ролевых позиций и развитие релевантных им компетенций в соответствии с жизненным циклом семьи и самоопределением личности. Были использованы тест смысло-жизненных ориентаций и авторский опросник семейной и профессиональной карьеры. Выборку составили 167 студентов в возрасте 17-22 лет. Результаты позволили выявить три группы респондентов, различающихся по уровню осмысленности жизни. Обнаружено, что высокий уровень осмысленности жизни сочетается с определенностью карьерных планов в сфере семьи и

профессии и высоким уровнем их согласованности. Респонденты с низким уровнем осмысленности жизни характеризуются недостаточной сбалансированностью профессиональных и семейных карьерных планов. Ориентация на профессиональную карьеру при недостаточном внимании к жизненным планам в сфере семьи сочетается у них с внешним локусом контроля.

ABSTRACT

The aim of the study was to explore the relationship between the meaningfulness of life and the career plans of an individual in the professional and family spheres at the age stage of emerging adulthood. A family career represents a sequential change in conventional family role positions and the development of relevant competencies in accordance with the life cycle of the family and self-determination of the individual. We used the test of meaningful life orientations and the author's questionnaire of family and professional careers. The sample consisted of 167 students aged 17-22. The results allowed us to identify three groups of respondents, differing in the level of meaningfulness of life. It was found that a high level of life meaningfulness is combined with a certainty of career plans in the sphere of family and profession and a high level of their consistency. Respondents with a low level of meaningfulness in life are characterized by an insufficient balance of professional and family career plans. Orientation towards a professional career with insufficient attention to life plans in the family sphere is combined with an external locus of control.

Ключевые слова: осмысленность жизни, жизненные планы во временной перспективе, профессиональная карьера, семейная карьера, вхождение во взрослость, карьерные планы

Keywords: meaningfulness of life, life plans in the time perspective, professional career, family career, emerging adulthood, career plans

Личностное самоопределение как обретение жизненных целей и смыслов связано с выбором и принятием значимых социальных ролей, открывающих перспективы саморазвития личности. Осмысленность жизни, определяемая как определенность и потенциальная реализуемость жизненных целей и планов их достижения, составляет жизненную стратегию и основу развития личностного потенциала [4]. В то время как изучение закономерностей формирования жизненных планов во временной перспективе было реализовано для подросткового и юношеского возраста, в котором самоопределение носит предварительный характер [1; 2], период вхождения во взрослость принципиально отличается от предшествующего необходимостью осуществления реального самоопределения. В этом случае задачей самоопределения становится согласование карьерных планов в профессиональной и семейной сфере на основе соотношения желаемого, возможного и реализуемого с учетом временной перспективы [7; 8; 9]. Если профессиональная карьера давно является одним из приоритетных направлений исследований в современной психологии [5; 6; 10; 11], то семейная карьера относительно новое понятие. Определение карьеры как последовательности смены социальных ролевых позиций личности, раскрывающих все новые возможности саморазвития и самореализации и формирования компетенций, релевантных ролевым задачам, позволяет ввести понятие семейной карьеры, направленной на реализацию жизненных планов личности в сфере супружеских и детско-родительских отношений. Семейная карьера может рассматриваться как последовательная смена конвенциональных ролевых позиций (сын/дочь, возлюбленный/-ая, супруг, отец/мать, бабушка/дедушка) в соответствии с жизненным циклом семьи и индивидуальной жизненной траекторией личности.

Цель исследования – изучение взаимосвязи осмысленности жизни и временных планов в сфере профессиональной и семейной карьеры у молодых взрослых. Актуальность проблемы обусловлена сложностью решения проблемы самоопределения личности как порождения смыслов и жизненных планов в современном транзитивном обществе высокой социальной неопределенности. Мы предположили, что осмысленность жизни и успешность разрешения ключевых задач развития периода молодости, а именно задачи профессионального самоопределения и построения карьерных планов во временной перспективе и задачи семейного самоопределения и конкретизация планов в отношении заключения брака и рождения ребенка взаимосвязаны.

Материалы и методы. В исследовании были использованы Тест смысложизненных ориентаций (Д.А.Леонтьев) [3] и авторская методика «Жизненные планы – семейная и профессиональная карьеры» (СПК). Тест смысложизненных ориентаций позволяет определить такие характеристики осмысленности жизни как цели в жизни; процесс, интерес и эмоциональная насыщенность жизни; результативность жизни и удовлетворенность итогами самореализации; локус контроля Я, выражающий уверенность личности в возможности контролировать события своей жизни; локус контроля – жизнь как убеждение личности в возможности управлять своей жизнью на основе свободного выбора и принятия решений. Методика «Жизненные планы – семейная и профессиональная карьеры» направлена на выявление мотивационных установок и временных планов в отношении семейной и профессиональной карьер. Опросник СПК включает 5 шкал - мотивационных установок, карьерных планов, локуса контроля в отношении карьеры, временной перспективы и согласования семейной и профессиональной карьер. В инструкции респонденту предлагается выразить согласие с

утверждениями в соответствии с 5-балльной шкалой. Методы статистической обработки включали кластерный анализ методом К-средних и критерий Стьюдента для независимых выборок.

В исследовании приняли участие 167 студентов вузов гг. Москвы и Пензы в возрасте 17-22 лет.

Результаты. На основе кластерного анализа методом К-средних было выделено 5 кластеров, различающихся по уровню осмысленности жизни (табл.1).

Таблица 1.

Шкалы теста смысложизненных ориентаций	Кластер		
	1	2	3
Цели в жизни	19.53	36.30	28.71
Жизнь как процесс	17.26	35.17	28.79
Результативность жизни	15.68	29.64	24.11
Локус контроля Я	14.37	23.66	18.71
Локус контроля – Жизнь	20.95	35.78	29.72
Осмысленность жизни	68.79	118.19	96.01

В результате кластерного анализа были выделены три группы студентов, различающиеся уровнем осмысленности жизни. Испытуемые 1 кластера (11.4% от выборки) обнаружили самые низкие оценки по всем шкалам теста, что свидетельствует о низком уровне осмысленности жизни. Респонденты 2 кластера (43.7%), напротив, самые высокие оценки по всем шкалам теста и высокий уровень осмысленности жизни. Удовлетворительный уровень осмысленности был констатирован для респондентов 3 кластера (44.9%). В целом, сравнительный анализ оценок по шкалам обнаружил, что респонденты всех трех групп наиболее высоко оценивают возможности управлять своей жизнью (шкала локус контроля – жизнь) и наиболее низко – возможность контролировать события своей жизни. Это

отражает определенную противоречивость - с одной стороны, активную позицию молодых людей в отношении своего права на свободный выбор и планирование своей жизненной перспективы, с другой, высокую степень неопределенности, которая ограничивает уверенность респондентов в том, что они могут контролировать события своей жизни.

Сравнительный анализ особенностей карьерных жизненных планов в профессиональной и семейной сфере у студентов с разным уровнем осмысленности жизни представлен в таблице 2 (представлены оценки по шкалам опросника СПК, где были выявлены статистически значимые различия, t-критерий Стьюдента для независимых выборок).

Таблица 2.

Шкала опросника СПК	Кластер 1		Кластер 2		Кластер 3		Значимость различий
	сред.	ст.отк.	сред.	ст.отк.	сред.	ст.отк.	
Планы в профессиональной сфере	17.11	3.31	22.26	3.25			p=0.000
Планы в семейной сфере	14.21	3.64	17.52	3.38	14.21	3.65	p=0.003
Временная перспектива в семейной сфере -неопределенная	3.68	1.38	2.62	1.35			p=0.005
Временная перспектива в семейной сфере - близкая	2.16	0.9	3.01	1.31			p=0.009
Внешний локус контроля в профессиональной сфере	8.11	1.59			7.21	1.84	p=0.04
Приоритет профессиональной карьеры	10.26	1.25	7.97	2.51	8.43	2.52	p=0.01
Сбалансированность карьер	8.68	1.38	11.6	1.39	10.12	1.68	p=0.001

Респонденты кластера 2, обнаружившие высокую осмысленность жизни, значимо отличаются от респондентов с более низким уровнем осмысленности жизни (кластеры 1 и 3) по наличию и проработанности карьерных планов в профессиональной и семейной сфере и их согласованности. У респондентов 1 кластера зафиксированы более высокие оценки приоритетности профессиональной карьеры при неопределенности временной перспективы семейной карьеры. Это свидетельствует о

недостаточном внимании к планированию своей жизненной перспективы и несбалансированности жизненных планов в профессиональной и семейной сфере. Сравнение результатов респондентов кластера 3, имеющих более высокие баллы по тесту смысложизненных ориентаций, по сравнению с респондентами кластера 1, выявил превосходство респондентов с высоким уровнем осмысленности жизни по степени сбалансированности профессиональной и семейной карьеры и большую проработанность планов в семейной сфере. Хотя

респонденты с низким уровнем осмысленности жизни и заявляют приоритет профессиональной карьеры в своих жизненных планах он сочетается с внешним локусом контроля и признанием роли внешних обстоятельств в определении их жизненной перспективы.

Заключение. Полученные результаты свидетельствуют о достаточно высоком уровне осмысленности жизни у обследованной студенческой выборки. Направленность на постановку и реализацию жизненных целей на основе самостоятельно личного выбора, убежденность в своем праве и возможностях определять свою жизненную перспективу, переживание чувства наполненности жизни характерны для значительной части выборки. Однако в то же время выявлены относительно низкие показатели уверенности респондентов в возможности контролировать жизненные события, что, по нашему мнению, обусловлено высокой социальной неопределенностью и транзитивностью современного общества. Осмысленность жизни как целенаправленность, переживание наполненности событиями и достижениями связана с наличием у респондентов согласованных карьерных планов в профессиональной и семейной сферах. Низкие показатели осмысленности жизни сочетаются с недостаточной проработанностью карьерных планов в профессиональной и семейной сферах. Отказ от формирования карьерных планов при внешнем локусе контроля, либо недостаточное внимание к планам в семейной сфере сопряжены с низкими показателями осмысленности жизни, что позволяет сделать вывод о связи осмысленности жизни с успешностью разрешения личностью задач развития периода вхождения во взрослость.

Благодарности. Исследование выполнено при финансовой поддержке РФФИ (проект № 20-013-00819/21 «Личностные факторы согласования семейной и профессиональной карьер в построении жизненных планов во временной перспективе молодыми людьми в период вхождения во взрослость»).

Список литературы

1. Божович Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте. СПб.: Питер, 2009. - 398 с. [Bozhovich LI, Personality and its formation in childhood. SPb.: Piter, 2009. (In Russ.)]
2. Гинзбург М.Р. Личностное самоопределение как психологическая проблема // Вопросы психологии. 1988. № 2. С. 19-26. [Ginzburg MR, Personal self-determination as a psychological problem. Voprosy psihologii. 1988; (2): 19-26 (In Russ.)]
3. Леонтьев Д.А. Тест смысло-жизненных ориентаций (СЖО). М.: Смысл, 2000. - 18 с.

[Leont'ev D.A. The Meaning-Based Orientation Test (SZhO). М.: Smysl, 2000. (In Russ.)]

4. Личностный потенциал: структура и диагностика / под ред. Леонтьева Д.А. М.: Смысл, 2011. - 680 с. [Personal Potential: Structure and Diagnosis / Pod red. Leont'eva DA. М.: Smysl, 2011. (In Russ.)]

5. Маркин В.Н. Детерминанты формирования индивидуальной карьерной стратегии // Социальная психология и общество. 2011. Т. 2. № 4. С. 27-49. [Markin VN, Determinants of the formation of an individual career strategy. Social psychology and society. 2011; (4): 27-49 (In Russ.)]

6. Прыжников Е.Ю., Егоренко Т.А. Проблема профессионального становления личности // Современная зарубежная психология. 2012. Т. 1. № 2. С. 111-122. [Pryazhnikova EYu, Egorenko TA, Problem of professional personality formation. Journal of Modern Foreign Psychology. 2012; (2): 111-122 (In Russ.)]

7. Datan N., Ginsberg L.H. (ed.) Life-Span Developmental Psychology: Normative Life Crises. Amsterdam, 2013. 321 p.

8. Erikson E.H. The Life Cycle Completed. N. Y. / London, 1982. 108 p.

9. Martsinkovskaya T. The Dynamics Of Identity In The Information And Transitive Space // European Proceedings of Social and Behavioural Sciences, Future Academy (online). 2019. № 114. P. 356-364.

10. Savickas M.L., Nota L., Rossier J. [et al.] Life designing: A paradigm for career construction in the 21st century // Journal of Vocational Behavior. 2009. Vol. 75. Iss. 3. P. 239-250. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2009.04.004>.

11. Super D. A life-span, life-space approach to career development // Journal of Vocational Behavior. 1980. Vol. 16. Iss. 3. P. 282-298. [https://doi.org/10.1016/0001-8791\(80\)90056-1](https://doi.org/10.1016/0001-8791(80)90056-1)

Сведения об авторах

Карабанова Ольга Александровна, доктор психологических наук, профессор, зав. кафедрой.

Московский государственный университет имени М.В.Ломоносова.

Ул. Моховая, 11, стр. 9, Москва, Россия, 125009

Телефон для связи: +7 (916) 3527746.

Захарова Елена Игоревна, доктор психологических наук, доцент, доцент

Московский государственный университет имени М.В.Ломоносова.

Ул. Моховая, 11, стр. 9, Москва, Россия, 125009

Старостина Юлия Андреевна, кандидат психологических наук, психолог

Московский государственный университет имени М.В.Ломоносова.

Ул. Моховая, 11, стр. 9, Москва, Россия, 125009