

УДК 159.9.072.432

ВОЗРАСТНЫЕ АСПЕКТЫ САМОСОЗНАНИЯ ЧЕЛОВЕКА В КРИЗИСНЫЕ ПЕРИОДЫ ВЗРОСЛЕНИЯ

¹Люсова О.В., ²Тимашева Л.В.

¹ФГБОУ ВПО «Волгоградская академия физической культуры»,
Волгоград, e-mail: oxy180171@mail.ru;

²ФГБОУ ВПО «Астраханский государственный университет», Астрахань, e-mail: lavtim@mail.ru

Проведен сравнительный анализ содержания самосознания субъектов, находящихся на двух кризисных этапах онтогенетического развития: на этапе перехода от младшего школьного – к подростковому периоду развития и на этапе кризиса юности, которые являются психологическим пространством перехода от детства к взрослости, в котором субъект решает задачи развития, связанные с взрослением, которые связаны с субъектностью как особым предметом переживания и временной направленностью самосознания, обусловленной отношением к своему прошлому, настоящему и будущему. Анализ эмпирического исследования позволил выделить типичные и вариативные особенности возрастного самосознания на каждом из кризисных периодов (характеристики возрастной субъектности, предмет переживания, временную направленность самосознания) и определить основные направления и средства психологической работы с субъектами возрастного развития в зависимости от особенностей возрастного самосознания.

Ключевые слова: возрастное самосознание, субъектность, временная перспектива, кризис возрастного развития, возрастные новообразования, субъект возрастного развития

AGE ASPECTS OF SELF-AWARENESS IN CRISIS DURING ADOLESCENCE

¹Lyusova O.V., ²Timasheva L.V.

¹Volgograd Academy of Physical Culture, Volgograd, e-mail: oxy180171@mail.ru;

²The Astrakhan state university, Astrakhan, e-mail: lavtim@mail.ru

The comparative analysis of maintenance of consciousness of subjects being on two crisis stages of ontogenetic development is conducted: on the stage of transition from junior school – to the juvenile period of development and on the stage of crisis of youth, that are psychological space of transition from childhood to the adulthood, in that a subject decides the tasks of development, related to maturing, that is related to the subject as special article of experiencing and temporal orientation of consciousness, conditioned by attitude toward the past, present and future. The analysis of empiric research allowed to distinguish the typical and variant features of the age-related consciousness on each of crisis periods (descriptions of the age-related subject, article of experiencing, temporal orientation of consciousness) and define basic directions and facilities of psychological work with the subjects of the age-related development depending on the features of the age-related consciousness.

Keywords: age-consciousness, subjectivity, time perspective, the crisis of age, age-related formations, the subject of age development

Проблема переходного периода развития отчётливо выделяется в настоящее время в психологической науке и практике. Вопрос о психологическом содержании переходного возраста, его структуре и механизмах развития до сих пор остаётся дискуссионным. В отечественной науке психологические концепции, описывающие механизмы возрастных переходов, связаны с кризисом возрастного развития. Исследования, выполненные в данном контексте, показывают, что происходящие в переходный период изменения в психике человека не исчерпываются кризисом системы отношений, а обусловлены логикой его содержательного развития.

В этот период возникают новообразования, связанные со сферой самосознания: практическое сознание (В.В. Давыдов), чувство взрослости (Д.Б. Эльконин, Т.В. Драгунова), образ взрослости (О.В. Курышева), рефлексивное отношение к себе и своим

возможностям (К.Н. Поливанова), субъектная позиция (Л.Б. Слугина), определение своего места во взрослом мире, формирование социально ответственного поведения (Р. Хавигхерст) и т.д.

Эти новообразования связаны с определённой областью самосознания – возрастным самосознанием, на основе которого осуществляется:

1. Осознание отношения к месту своего нахождения на отрезке возрастного континуума между детством и взрослостью.

2. Осознание системы внутренних ресурсов, необходимых для решения задач, связанных с взрослением.

3. Осознание включённости в ситуацию взросления и формирование отношения к себе как субъекту возрастного развития.

Наше исследование было посвящено анализу содержания самосознания субъектов, находящихся на двух кризисных этапах онтогенетического развития: на этапе пере-

хода от младшего школьного – к подростковому периоду развития и на этапе кризиса юности. Представленность в исследовании младших подростков и респондентов раннего юношеского возраста позволила выделить типические и вариативные характеристики в самосознании в зависимости от этапа возрастного кризиса и определить направления психологической помощи и поддержки подросткам и юношам в переломные моменты развития.

При анализе мы опирались на структуру и содержание возрастного самосознания, выделенную Л.В. Тимашевой [7].

В исследовании участвовали 326 младших подростков, обучающихся в муниципальных школах г. Волжского Волгоградской области и 269 студентов первых курсов Волжского института экономики, педагогики и права.

Сравнительный анализ полученных данных осуществлялся по следующим критериям:

1. Характеристики возрастной субъектности.
2. Доминирующий предмет переживания, представленный в самосознании.
3. Временная направленность самосознания.

Таблица 1

Структура и содержание возрастного самосознания

Содержательные компоненты	Процессуальная сторона	Результативная сторона
Когнитивный	Выделение себя из возрастного континуума и осознание степени своей взрослости, понимание своего места на возрастном этапе	Осознание ситуации взросления. Представление о себе как субъекте возрастного развития
Эмоциональный	Переживания по поводу меры способности осуществлять взрослые формы отношений, отношения к себе «как к взрослому» со стороны других	Эмоционально-ценностное отношение к себе как субъекту возрастного развития
Поведенческий	Опробование меры своих возможностей осуществлять новую форму взрослых отношений с окружающими (действия-пробы)	Осознание собственных действий по решению задач взросления. Определение перспективы взросления

Сбор эмпирического материала осуществлялся с помощью следующих методов и методик:

1. Методика «Незавершённые предложения», направленная на получение информации о представленности в самосознании различных аспектов «возрастного Я».

2. Методика «Ассоциативное самописание», представляющая собой модифицированный вариант метода «Двадцать высказываний» М. Кун, позволяющая выделить предмет переживаний в самосознании.

3. Диагностическая беседа «Периоды моей жизни», выявляющая меру осознания временной направленности собственного Я [6].

4. «Циклический тест времени» Т. Cottle, используемый для исследования типа ценностно-временной структуры «Я».

5. Методика «10 событий настоящего» Е.И. Головаха и А.А. Кроник, выявляющая представленность будущего в субъективном настоящем времени.

6. Проективная методика исследования личности «Must-тест» П.Н. Иванова, Е.Ф. Колобова для определения содержания возрастного самосознания [3].

7. Методика цветowych метафор И.Л. Соколомина для выявления отношения к субъективному времени жизни.

Результаты исследования позволили выделить следующие типические характеристики самосознания в обеих возрастных группах:

1. Младший подростковый и ранний юношеский возраст являются психологическим пространством перехода от детства к взрослости, в котором субъект решает задачи развития, связанные с взрослением.

2. Осознание себя как субъекта возрастного развития определяется тем, что в момент кризиса субъектность развития становится особым предметом переживания.

3. Изменения в самосознании взрослеющего субъекта связаны с временной направленностью самосознания, обусловленной отношением к своему прошлому, настоящему и будущему.

Анализ также позволил определить особенности возрастного самосознания на каждом из кризисных периодов.

По результатам эмпирического исследования были определены основные направления и средства психологической работы с субъектами возрастного развития в зависимости от особенностей возрастного самосознания.

Вариативные характеристики самосознания

Младшие подростки	Ранняя юность
Характеристики возрастной субъектности	
Возникает новая возрастная позиция, занимающую которую младший подросток начинает инициировать собственное изменение	Субъектность проявляется в ориентации на создаваемые личностью жизненные планы (вначале в воображении, потом в реальных жизненных условиях)
Усиливается субъектная активность в областях, дающих возможность продемонстрировать свою умелость окружающим	На основе интеграции требований, идущих из разных сфер жизнедеятельности, активизируется потребность в поиске смысла своего существования
В самосознании складываются когнитивно оформленные знания о себе как субъекте, способном (или неспособном) решать задачи собственного взросления	В самосознании складываются когнитивно оформленные жизненные планы, которые соответствуют вырабатываемой концепции жизни
Новые задачи развития – формирование целостной идентичности, осознание своего места в пространстве возрастного континуума, внутренних ресурсов, необходимых для решения возрастных задач	Новые задачи развития – принятие ответственности за результаты своей жизнедеятельности, построение жизненных планов, проектирование среднего этапа жизни
Предмет переживания	
Предметом переживания становится отношение к себе с точки зрения своей похожести (или непохожести) на идеальные модели взрослости	Предметом переживания становятся размышления о себе и своем жизненном предназначении
Временная направленность самосознания	
В переживаниях по поводу прошлого этапа развития доминируют положительно окрашенные воспоминания о реальных или идеализированных событиях прошлого	Переживания по поводу субъективного прошлого связаны с отдаленными событиями детства
В настоящем чувствуют себя противоречиво	Формируется осознанный образ настоящего в субъективном времени
Начинают осознавать временную протяженность своего Я. Появляется дифференцированное отношение к результату предшествующего этапа развития, к перспективе своего развития в будущем, а также появляется готовность обсуждать и сравнивать себя в разных временных проекциях своей жизни. Будущее идеализируется в мечтах, затем постепенно оно кристаллизуется в конкретных ситуациях, появляется новое видение изменившегося себя, начинают оформляться планы на будущее	Озабоченность будущим резко усиливается. Вопрос «Кто я?» подразумевает оценку не столько наличных черт, сколько перспектив и возможностей: кем я стану, что случится со мной в будущем, как и зачем мне жить? Развивается конструктивное отношение к будущему, появляется способность оперировать категориями будущего. Образ будущего связан с жизненными целями. Испытывают трудность в совмещении того, что называется ближней и дальней временной перспективой, первая из которых охватывает непосредственно сегодняшнюю и завтрашнюю деятельность и цели, а вторая – долгосрочные жизненные планы
Появившееся новое видение себя в разных временных периодах актуализирует потребность в самоизменении и саморазвитии	Развивается способность к прогнозированию, что определяет изменение отношения к будущему и способствует расширению временной перспективы сознания. На первое место выдвигаются мотивы, связанные с жизненными планами и намерениями на будущее

Для младших подростков целесообразно использование стратегии формирующих воздействий, основанной на принципах комплементарной деятельности. С одной стороны, это предполагает доформирование таких новообразований предыдущего этапа развития, как умение анализировать и планировать свои действия в различных учебных и жизненных ситуациях, рефлексия своих возможностей, способностей

и индивидуальных особенностей, осознание различных сторон своей компетентности. С другой стороны, предполагается формирование позитивного представления подростков о себе и отношения к себе как к субъектам развития в переходный период, а также осознание и принятие перспективы собственного взросления [7]. Условием успешного становления представления о себе как субъекте возрастного развития

является восприятие младшим подростком непрерывности собственного Я в сочетании с позитивным отношением к предшествующему, настоящему и будущему этапам своего развития [1].

Так как на этапе ранней юности субъектность проявляется в ориентации на создаваемые личностью жизненные планы [5], то для юношей и девушек целесообразно применять технологию проектирования будущего, которая направлена на решение следующих задач [4]:

- создание условий для осознания собственных желаний и стоящих за ними ценностей и смысла жизни;
- осознание свободы и ответственности за собственные выборы;
- анализ наличной ситуации и личностных ресурсов по изменению ее в соответствии с целью;
- знакомство с психотехнологиями постановки целей и техниками тайм-менеджмента;
- развитие проектного мышления и воображения [2].

Технология проектирования будущего направлена на формирование позитивного отношения к своему будущему, гармоничного отношения к своему субъективному времени (когда прошлое, настоящее и будущее преемственно связаны), осознанного образа будущего в субъективном настоящем. Методическое обеспечение технологии проектирования будущего в юношеском возрасте предполагает работу по трем временным векторам: работу с субъективным прошлым, субъективным настоящим и субъективным будущим. В соответствии с этими векторами возможно применение следующих методов работы [3].

– Работа с прошлым – психоанализ, транзактный анализ, индивидуальная психотерапия А. Адлера, психосинтез – осознание жизненного стиля, очищение сознания от старых стереотипов, когнитивная психотерапия как осознание собственных неадаптивных стереотипов поведения и мышления.

– Работа с настоящим – гештальттерапия для осознания эмоционального состояния; техники тайм-менеджмента (Г.С. Алтшуллер, Г.А. Архангельский, А.К. Гастев, Й. Зайверт, А.А. Любищев, Ф. Тейлор) для построения конкретных планов действий, организации своего времени, контроля за исполнением действий; НЛП, психосинтез – работа с ресурсами.

– Работа с будущим – реориентация жизненного стиля А. Адлера, авторские модели Ш. Гавайн, Дж. Рейнуотер для поиска смыслов, ценностей, поддержания веры, построения образов будущего.

Список литературы

1. Калинина С.Б., Порхун Л.В. Образ «Я» и социальная адаптация подростков средствами психологического тренинга (технологический аспект) // Вестник Костромского государственного университета им. Н.А. Некрасова. – 2008. – Т. 14. – № 4. – С. 48–51.
2. Курьшева И.В. Психолого-педагогические основы развития творческой личности // Мир науки, культуры, образования. – 2011. – № 4 (29). Ч. 1. – С. 243–246.
3. Люсова О.В. Проектирование жизненного пути в юношеском возрасте; Муницип. бюджет. образоват. учреждение высш. проф. образования «Волж. ин-т экономики, педагогики и права». – Волгоград: Изд-во ВолГУ, 2012. – 200 с.
4. Люсова О.В. Психологическая безопасность образовательной среды как условие субъективного благополучия обучающихся // Категория «социального» в современной педагогике и психологии: материалы научно-практической конференции (заочной) с международным участием: 19–20 декабря 2013 г. / отв. ред. А.Ю. Нагорнова – Ульяновск: SIMJET, 2013. – С. 214–220.
5. Терелянская И.В. Исследование конкурентоспособности студентов вуза как интегральной характеристики личности // Высшее образование сегодня. – 2012. – № 4 – С. 62–68.
6. Тимашева Л.В. Исследование отношения подростков к хронологии своего возраста / Седьмая волна психологии. Вып. 9 // Интегративная психология: теория и метод: сб. по материалам 11 Международной научно-практической конференции; под ред. В.В. Козлова, Н.А. Качановой. – Ярославль: 2012, МАПН, ЯрГУ, 2012. – С. 288–291.
7. Тимашева Л.В. Младший подросток: трудности взросления // Муниципальное бюджетное образовательное учреждение высш. проф. образования «Волжский ин-т экономики, педагогики и права». – Волгоград: Изд-во ВолГУ, 2012 – 180 с.

References

1. Kalinina S.B., Porhun L.V. Obraz «Ja» i socialnaja adaptacija podrostkov sredstvami psihologicheskogo treninga (tehologicheskij aspekt) // Vestnik Kostromskogo gosudarstvennogo universiteta im. N.A. Nekrasova. 2008. T. 14. no. 4. pp. 48–51.
2. Kurysheva I.V. Psihologo-pedagogicheskie osnovy razvitiya tvorcheskoy lichnosti // Mir nauki, kultury, obrazovaniya. 2011. no. 4 (29). Ch. 1. pp. 243–246.
3. Ljusova O.V. Proektirovanie zhiznennogo puti v junosheskom vozraste; Municip. bjudz. obrazov. uchrezhdenie vyssh. prof. obrazovaniya «Volzh. in-t jekonomiki, pedagogiki i prava». Volgograd: Izd-vo VolGU, 2012. 200 p.
4. Ljusova O.V. Psihologicheskaja bezopasnost obrazovatelnoj sredy kak uslovie subektivnogo blagopoluchija obuchajushihhsja // Kategorija «socialnogo» v sovremennoj pedagogike i psihologii: materialy nauchno-prakticheskoy konferencii (zaochnoj) s mezhdunarodnym uchastiem: 19–20 dekabrya 2013 g. / отв. ред. А.Ю. Нагорнова Ульяновск: SIMJET, 2013. pp. 214–220.
5. Tereljanskaja I.V. Issledovanie konkurentosposobnosti studentov vuza kak integralnoj harakteristiki lichnosti // Vyssee obrazovanie segodnja. 2012. no. 4 pp. 62–68.
6. Timasheva L.V. Issledovanie otnoshenija podrostkov k hronotologii svoego vozrasta / Sedmaja volna psihologii. Vyp. 9 // Integrativnaja psihologija: teorija i metod: sb. po materialam 11 Mezhdunarodnoj nauchno-prakticheskoy konferencii; pod red. V.V. Kozlova, N.A. Kachanovoj. Jaroslavl: 2012, MAPN, JarGU, 2012. pp. 288–291.
7. Timasheva L.V. Mladshij podrostok: trudnosti vzroslenija // Municipalnoe bjudzhethoe obrazovatelnoe uchrezhdenie vyssh. prof. obrazovaniya «Volzhskij in-t jekonomiki, pedagogiki i prava». Volgograd: Izd-vo VolGU, 2012 180 p.

Рецензенты:

Черемисова И.В., д.псих.н., доцент, зав. кафедрой психологии, ФГБОУ ВПО ВГАФК, г. Волгоград;

Кайгородов Б.В., д.псих.н., профессор, декан факультета психологии, ФГБОУ ВПО «Астраханский государственный университет», г. Астрахань.

Работа поступила в редакцию 06.03.2015.