Московский Институт Психоанализа

НЕГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
ЧАСТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

Факультет психологии
Кафедра Кафедра психотерапии и психологического консультирования

Допустить к защите
Заведующий кафедрой
психотерапии и
психологического
консультирования
д.псх.н.,проф. Спиваковская А.С.

_____

«____» _____ 20__ г.

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

(БАКАЛАВРСКАЯ РАБОТА)

на тему:

«Кризис идентичности у лиц зрелого возраста»

название ВКР

Направление подготовки 37.03.01 – Психология

Направленность (профиль) «Консультативная психология»

Студент
курс 4, группа ПС5И16/03 КП _____ _____ О.А. Москвитина
(подпись) (дата)

Оригинальность текста – _____%
руководитель отдела ГИА _____ _____ Ю.В. Огиренко
(подпись) (дата)

Руководитель
к.псх. н. _____ _____ А.В. Разумова
(подпись) (дата)

Рецензент
научная степень, звание _____ _____ И.О. Фамилия
(подпись) (дата)

Печатная версия ВКР соответствует цифровой.
Цифровая копия передается для размещения в ЭБС _____(О.А. Москвитина)
(подпись студента)

Москва 2019

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....3

Глава I. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПОДХОДЫ К ИССЛЕДОВАНИЮ ФЕНОМЕНА ИДЕНТИЧНОСТИ В ОТЕЧЕСТВЕННОЙ И ЗАРУБЕЖНОЙ ПСИХОЛОГИИ.....7

1.1. Содержания понятия «идентичность» в психологии.....7

1.2. Кризис и статусы идентичности в зрелом возрасте.....13

Выводы по I главе 25

Глава II. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ КРИЗИСА ИДЕНТИЧНОСТИ У ЛИЦ ЗРЕЛОГО ВОЗРАСТА.....27

2.1 Организация и методики исследования.....27

2.2 Анализ результатов исследования.....34

2.3 Рекомендации лицам зрелого возраста по преодолению кризиса идентичности.....50

Выводы по II главе 53

ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....54

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.....67

ПРИЛОЖЕНИЯ……71

ВВЕДЕНИЕ

Вопросы, связанные с идентичностью, в последнее время привлекают интерес отечественных ученых. Изучение идентичности – классическая тема для западной психологии проблема идентичности (Э. Эриксон, Дж. Марсиа). В настоящее время изучаются различные аспекты идентичности (Л.Ф. Косенчук), кризис идентичности в качестве нормообразующего фактора становления личности (О.И. Жукова, Н.А. Самойлик), особенности процесса формирования личностной и профессиональной идентичности (Е.И. Манапова, А.А. Озерина, М.Ю. Самошина).

Актуальность исследования обусловлена тем, что именно в зрелом возрасте можно говорить о сформированной психосоциальной идентичности, определении ценностных ориентаций, личном мировоззрении, нравственных идеалов, жизненных целей. В то же время в силу быстро меняющихся условий современной жизни значительно возрастает роль изучения проблемы активности и эмоциональной включенности личности в свою жизнь, ее осмысления, выработки жизненных ориентиров, принципов, собственной позиции, а также смыслоутраты и отчуждения от собственной личности. Проблема исследования заключается в противоречии между имеющимися эмпирическими исследованиями статусов идентичности (на основании подходов Дж. Марсиа) и недостаточной степенью изученности их связи с осмысленностью жизни (смыслоутратой).

С появлением соответствующего диагностического инструментария в этой сфере начались эмпирические исследования, в которых понятие идентичности изучалось в связи с самодетерминацией личности (Т.О. Гордеева), с профессиональной реализацией личности (Н.В. Евтешина), изучалось соотношение образа «Я» и самоотчуждения и (И.В. Латыпов), и др.

Трансформация ценностной структуры общества и ценностносмысловой сферы лиц зрелого возраста в современных условиях

жизни имеет свои последствия в виде экзистенциального конфликта личности, появления такого феномена как отчуждение, отражающего нарушение связей между человеком и его жизненным миром. Самоотчуждение представляет собой нарушение внутриличностных связей, что может приводить к серьезным деформациям личностного развития.

Проблема смыслоутраты и отчуждения находит свое отражение в работах зарубежных (Э. Фромм, К. Хорни, С. Мадди и др.) и отечественных психологов (В.В. Абраменкова, Д.А. Леонтьев, Е.Н. Осин и др.).

С. Мадди определяет отчуждение как основу экзистенциального невроза, связанного с утратой смысла [17]. Выделяемые им формы отчуждения: вегетативность, бессилие, нигилизм и авантюризм могут проявляться в отношении к себе, другим людям, труду, обществу, однако различаются, прежде всего, мерой отчуждения. Источником отчуждения, по С. Мадди, становится неспособность человека делать выбор, придающий его жизни уникальный смысл и направление; человек становится конформистом, подчиняется логике биологических потребностей и социальных ролей.

Исследование отчуждения, в том числе как проявления смыслоутраты, является достаточно новым для отечественной психологии, имеются лишь отдельные работы (В.В. Абраменкова, Д.А. Леонтьев, Е.Н. Осин).

Объект исследования – идентичность лиц зрелого возраста.

Предмет исследования – статусы идентичности в зрелом возрасте.

Цель исследования – изучить взаимосвязи статусов идентичности, отчуждения и осмысленности жизни в зрелом возрасте.

Гипотезы исследования:

1. Существуют особенности структуры статусов идентичности, соответствующие характеру выборки (лица зрелого возраста).
2. Существуют связи статусов идентичности с осмысленностью жизни.
3. Существуют связи статусов идентичности со смыслоутратой (отчуждением).

В соответствии с целью сформулированы следующие **задачи исследования**:

1. Изучить теоретические аспекты идентичности и особенностей ее кризиса у лиц зрелого возраста.
2. Изучить взаимосвязь и структуру статусов идентичности.
3. Выявить группы респондентов, различающиеся уровнем выраженности статусов идентичности
4. Изучить взаимосвязь и структуру статусов идентичности и аспектов осмысленности жизни.
5. Изучить взаимосвязь и структуру статусов идентичности, форм и сфер отчуждения.
6. Рассмотреть взаимосвязь и структуру статусов идентичности, осмысленности жизни, форм и сфер отчуждения.

Методы исследования: обзорно-аналитические и теоретические (анализ научной литературы).

В исследовании статусов идентичности в связи с осмысленностью жизни и смыслоутратой (отчуждением) были использованы следующие методы:

1. Эмпирические: Опросник объективного измерения статуса эгоидентичности (Objective Measure of Status Ego-Identity – OMEIS-R Дж. Адамса) – русская версия Т.А. Гаврилова и Е.В. Глушак., методика «СЖО», тест смысложизненных ориентаций Д.А. Леонтьева, а также методика «ОСОТЧ» опросник субъективного отчуждения Е.Н. Осина.
2. Методы статистической обработки данных: корреляционный анализ, факторный анализ по методу главных компонент без вращения и с последующим Varimax- вращением, кластерный анализ центров K-Mean Cluster. Вычисления проводились на персональном компьютере с помощью программного пакета Statistica 6,0 for Windows.

Теоретическое значение работы определяется тем, что в ней детально рассматривается проблема взаимосвязи статусов идентичности в период

кризиса идентичности в зрелом возрасте, отчуждения и осмысленности жизни.

Практическая значимость заключается в возможности использования результатов исследования психологами в консультативной работе с лицами зрелого возраста по проблеме развития идентичности, осмысленности жизни, самореализации, личностного самоопределения.

Структура работы. Выпускная квалификационная работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка литературы.

Глава I. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПОДХОДЫ К ИССЛЕДОВАНИЮ ФЕНОМЕНА ИДЕНТИЧНОСТИ В ОТЕЧЕСТВЕННОЙ И ЗАРУБЕЖНОЙ ПСИХОЛОГИИ

1.1. Содержания понятия «идентичность» в психологии

Идентичность представляет собой структуру, субъективно переживаемую человеком как чувство тождественности и постоянства собственной личности при восприятии других, признающих это тождество. Человек со сформированной идентичностью ощущает себя и свое бытие постоянным, а прошлое, настоящее и будущее воспринимает как единое целое (Эриксон, 2009). Центральным в периодизации Эриксона является понятие идентичность и самоидентичность. Сам Эриксон определяет это понятие только тавтологически, как «субъективное чувство непрерывной самотождественности». Американский словарь психологических терминов дает не многим более содержательное определение: «Идентичность — это условие, при котором человек ощущает себя неизменным (в своих существенных проявлениях), действуя в самых разных жизненных обстоятельствах», «Самоидентичность – это чувство того, что я остаюсь тем же самым, основанное главным образом на преемственности моих целей, намерений и воспоминаний». Разумеется, это неопределения сущности явления, а синонимический ряд: идентичный - такой же - одинаковый = вполне схожий = совпадающий с самим собой. Русское слово «тождество» или «тожество» является калькой латинского «идентичность» и образовано от корня «то же» (самое). Сущностным, научным определением самоидентичности и является вся теория ее развития, представленная в схеме периодизации Э. Эриксона (Цукерман, 1995)

Психосоциальная идентичность является центральным понятием теории Э. Эриксона, который впервые детально начал изучение данного феномена. Э. Эриксон понимает идентичность как процесс организации жизненного опыта в индивидуальное «Я», что предполагает динамику его

развития на протяжении всей жизни человека. Идентичность, по Э. Эриксону, представляет собой сложное личностное образование, имеющее несколько уровней:

- индивидный (результат осознания человеком собственной временной протяженности; представление о себе как о некоторой относительно неизменной данности физического облика, темперамента и т.д.);

- личностный (ощущение человеком собственной неповторимости, уникальности своего жизненного опыта, задающее некоторую тождественность самому себе);

- социальный (отражает внутреннюю солидарность человека с социальными, групповыми идеалами и стандартами.

Данный феномен Э. Эриксон называет социальной идентичностью (Эриксон, 2009). Важным механизмом формирования идентичности являются, по Э. Эриксону, последовательные идентификации ребенка со значимыми взрослыми (психосоциальная идентичность возникает как постепенный синтез идентификаций). В случае, если между различными моделями поведения взрослых, с которыми идентифицируется ребёнок, возникает конфликт, он находит свое выражение в психологических проблемах ребенка.

С точки зрения Э. Эриксона, идентичность никогда не достигает завершенности, ее формирование характеризуется динамизмом представлений о себе, которые служат основой постоянного расширения самосознания и самопознания личности (Эриксон, 2008). Согласно теории Э. Эриксона, в развитии личности происходит закономерная смена этапов, в течение каждого из них происходят качественные преобразования внутреннего мира, отношений и поведения человека, в результате чего он как личность приобретает нечто новое, характерное для данного этапа развития.

Э. Эриксон построил оригинальную схему развития человека на протяжении всей жизни, положив в основу «эпигенетический принцип». Термин «эпигенез» был позаимствован из биологии, он означает учение о

зародышевом развитии организма как процессе, осуществляемом путем последовательных новообразований в противовес признанию в половых клетках и зачатках зародыша изначального многообразия структур (Элкинд, 2009).

Эпигенетическая теория развития Э. Эриксона охватывает все жизненное пространство человека (от младенческого возраста до старости). Автор описывает исторические условия, в которых формируется «Я» (Эго) ребенка. Развитие «Я» тесно связано с изменяющимися социальными предписаниями, культурным аспектом и ценностными ориентациями. По мнению Э. Эриксона, человек, взаимодействуя с окружающим миром в процессе своего развития, становится все более и более компетентным. «Я» (Эго) ориентируется на ценности и идеалы общества, становящиеся в процессе воспитания личности ценностями и идеалами ее самой. Э. Эриксон выделил восемь стадий жизненного пути человека, для каждой из которых характерна специфическая задача, выдвигаемая обществом. От того, решает человек эти задачи, или же испытывает внутренний конфликт, «застревая» на какой-либо стадии развития, зависит его дальнейшая жизнь, ее качество и чувство субъективного благополучия (Элкинд, 2009):

Стадия 1. Базовое чувство доверия – недоверия. От рождения до 18 месяцев. Э. Эриксон подчеркивает ключевую роль матери в прохождении данной задачи возраста. Критерий сформированности доверия к миру, по Э. Эриксону, представляет собой способность ребенка спокойно переносить то, что мать периодически исчезает из поля зрения, вскоре возвращаясь. Установление благоприятных взаимоотношений между ребенком и матерью оказывает существенное влияние на всю его дальнейшую жизнь. Вследствие депривации потребности в общении у ребенка развивается явление «госпитализма», тормозящее не только психические, но и физиологические жизненно важные процессы развития. Если мать полноценно участвует в развитии ребенка, способна проявить к нему эмпатию и любовь, то можно с уверенностью говорить о его дальнейшем развитии как благоприятном.

Стадия 2. Автономность – стыд, сомнение. От 18 до 36 месяцев. В этом возрасте ребенок интериоризирует отношение к нему окружающих, впоследствии это формирует его образ «Я». Благодаря адекватному родительскому отношению, ребенок научается понимать свои чувства и потребности, формируя способность произвольного управления своим эмоциональным состоянием и поведением. Частые наказания за непослушание в этом возрасте приводят к развитию чувства стыда и неуверенности в себе.

Стадия 3. Инициатива (предприимчивость) – вина. От 3 до 6 лет. В этот период усиливается потребность ребенка в самостоятельности, в постановке своих целей, придумывании занятий, проявлении изобретательности. Это возраст игры, в которой ребенок осваивает мир человеческих отношений. На данном этапе важным для развития ребенка является его доверие к взрослому, который поощряет ребенка в его достижениях. Если общение ребенка со взрослым наполнено положительными эмоциями, это может способствовать переходу на новую ступень развития идентичности.

Стадия 4. Трудолюбие – неполноценность. От 6 до 11 лет. Ребенок овладевает различными умениями; кроме игровой, появляется учебная деятельность, стремление трудиться, усердно учиться. В этот период ребенок приобретает внутреннюю позицию школьника, у него формируется учебная мотивация. Э. Эриксон отмечает еще одну важную характеристику данного периода – развитие рефлексии как способности к осознанию себя и своих действий [4]. Рефлексия способствует тому, что ребенок вырабатывает свой собственный взгляд на мир, собственное мнение, личностное отношение к окружающему. В период 6-11 лет у ребенка формируется чувство умелости, компетентности, а в негативном варианте развития – чувство неполноценности (Элкинд, 2009).

Стадия 5. Идентичность – ролевой беспорядок. От 11 до 20 лет. Этот этап является ключевым для приобретения чувства идентичности. Подростки колеблются между положительным полюсом идентификации «Я» и

отрицательным полюсом спутанностью ролей. Подросткам бывает сложно принимать себя такими, какие они есть, со всеми достоинствами и недостатками, сильными и слабыми качествами. При удачном протекании кризиса подросткового возраста, у юношей и девушек формируется чувство идентичности, при неблагоприятном протекании их характеризует спутанная идентичность (мучительные сомнения в себе, в своем месте в обществе, неясные жизненные перспективы).

Стадия 6. Интимность – изоляция. От 21 до 25 лет. Молодые люди переходят к решению взрослых жизненных задач, вступают в дружеские отношения, формируют брачный союз, в котором рождаются дети. Период молодости называют этапом «человеческой близости». В этот период происходит принципиальный выбор между установлением близких отношений, дружеских и семейных связей и изоляцией (к ней склонны юноши и девушки со спутанной идентичностью). Таким образом, центральным противоречием на этой стадии является конфликт между близостью и изоляцией. Молодые люди, успешно разрешившие этот конфликт, не боятся и умеют устанавливать близкие доверительные отношения с противоположным полом. Близость, по Э. Эриксону – это способность отдавать себя другому человеку, не боясь потерять собственную идентичность, свое «Я» (Элкинд, 2009).

Стадия 7. Производительность – застой. От 25 до 50/60 лет. На этом этапе обнаруживается противоречие между способностью человека к развитию, к продуктивности и личностным застоем, медленным регрессом личности. В период взрослости формируется и пересматривается содержание жизненных планов человека. По мнению Э. Эриксона, важнейшей характеристикой в становлении взрослого человека является продуктивность той деятельности, которой он занимается, которую он ощущает как ценную для себя. В том вкладе, который человек вносит в развитие общества, он может оценить на этапе взрослости свою включенность, продуктивность (или стагнацию, застой).

Стадия 8. Целостность – отчаяние, безысходность. Свыше 60 лет. Эта стадия завершает жизненный путь. Человек, рефлексируя прожитую жизнь, либо чувствует уравновешенность как следствие целостности своей личности, либо – отчаяние как итог жизни, прожитой «не так, как хотелось». Период поздней взрослости (зрелости) характеризуется наличием генеративности – стремления влиять на следующее поколение через собственных детей, через собственный вклад в развитие общества.

Под генеративностью понимается способность личности видеть мир, интересоваться другими людьми, быть продуктивным, что дает человеку ощущение субъективного благополучия. В другом варианте, при наличии замкнутости в психологическом плане, у пожилого человека снижаются интересы и притязания к внешнему миру, появляется эгоцентризм, снижается эмоциональный контроль, «заостряются» некоторые личностные черты. В варианте адаптации к старению по принципу «замкнутости», этот возрастной период нельзя считать возрастом развития.

Но возможен и другой вариант адаптации, когда пожилой человек желает сохранить себя как личность, стремится поддерживать и развивать его связи с обществом. В этом случае он стремится концептуализировать, систематизировать и передать свой опыт будущему поколению (Элкинд, 2009).

Таким образом, на каждой стадии развития человека, описанной Э. Эриксоном, присутствуют определенные задачи возраста. Человек, решая их, проживает кризисы развития. Итогом положительного прохождения кризиса является новообразование возраста, характеризующее переход на более зрелую ступень идентичности. Итогом негативного прохождения кризиса является «застревание» на определенном этапе развития, что мешает человеку двигаться дальше, формируя свою идентичность, реализуя свой жизненный потенциал.

1.2. Кризис и статусы идентичности в зрелом возрасте

Каждый человек в течение жизни сталкивается с определенными переломными моментами, когда остро осознает свою беспомощность перед неизведанностью бытия и определением своей роли в нем. Эти этапы характеризуются переосмыслением ценностей, которые ранее считались незыблемыми, поисками смысла жизни и формированием идей для его достижения. Кризис идентичности, по мнению психологов, является важной точкой отсчета в процессе утверждения человека в качестве полноценной личности, которая способна противостоять социуму, имея собственные взгляды и убеждения.

Рассмотрим, что представляет собой личностный кризис. Личностный кризис – этап в жизни человека, вызванный некой критической ситуацией, когда реализовать ранее поставленные жизненные цели не представляется возможным. Критическая ситуация может быть вызвана как внешними причинами, так и внутренними предпосылками. На этом жизненном этапе человек не может быстро решить возникшую проблему. Те способы, которые были приемлемы ранее, уже не работают. Нужны новые решения, к принятию которых человек часто оказывается не готов. Более того, иногда возникает ощущение, что сделать это невозможно.

Душевный кризис становится этапом, после которого меняется весь ход жизни личности. От того, как человек выйдет из ситуации, которая вначале кажется тупиковой, будет зависеть его дальнейшее существование.

В психологии выделяют несколько стадий, которые человек проходит во время этого этапа.

1. Появление критической ситуации. В жизни возникают обстоятельства, которые вызывают фрустрацию, то есть невозможность реализовать жизненные замыслы, ощущение краха и обмана. Такое состояние воспринимается в качестве утраты, восполнить которую нет возможности, вызова или угрозы.

2. Стрессовое состояние. Человек испытывает сильнейшее эмоциональное напряжение. Предпринимаются попытки разрешить ситуацию старыми испытанными способами.

3. Ситуация проблемы. В том случае, если попытки нейтрализовать неприятные последствия критической ситуации проверенными способами не увенчались успехом, происходит угнетение психологического состояния. Человек испытывает неконтролируемый гнев, тревогу, возможны депрессивные состояния. Из-за эмоционального напряжения замедляются мыслительные процессы, поэтому становится сложно излагать мысли, формулировать и анализировать сложившуюся ситуацию. Начинаются поиски новых путей решения проблемы.

4. Кризис. Не найдя выхода из сложившейся ситуации, человек теряет мотивацию, эмоциональное состояние резко ухудшается, создается ощущение тупика. Воспоминания о критической ситуации обостряются, а все события, произошедшие после, воспринимаются в качестве ее продолжения.

5. Погружение в кризис. Нарушается физическое и психическое здоровье. Эмоциональное состояние неустойчивое. Человек сосредотачивается на своих переживаниях, впадает в глубокую депрессию.

6. Восстановление. Этап, когда пути для решения проблемы найдены. Человек либо меняет свое отношение к сложившейся ситуации, либо устраняет причины, вызвавшие ее. Улучшается общее физическое состояние, восстанавливается аппетит и сон, начинают работать новые стереотипы поведения.

Личностный кризис – сложный период, с которым не все люди могут справиться самостоятельно. Поэтому на этом этапе близким людям важно позаботиться о вовремя оказанной психологической помощи.

Личностный кризис может быть вызван несколькими причинами, опираясь на которые выделяют следующие виды переломных этапов:

- кризис возрастного развития, который связан с этапами физического и психологического взросления человека;

- ситуативный кризис, который вызван определенными трагическими событиями в жизни: развод, болезнь, серьезная травма, смерть, потеря близкого человека.

От того, насколько сильна воля человека, зависит длительность и напряженность любого сложного этапа. При планировании своей жизни лишь небольшое количество людей задумывается о неприятных «сюрпризах», которые она может преподнести. Увольнение с работы, крах в карьере, неожиданное ухудшение материального благосостояния, измена любимого человека или развод – от таких неприятных событий не застрахован никто. Человек начинает выяснять причины того, что произошло, и не находит их. Внезапность наступления изменений пугает и заставляет искать причину в себе. Чувство вины оттого, что было сделано не все, чтобы предотвратить ситуацию, не покидает. Человек впадает в глубочайшую депрессию.

Душевный кризис появляется как сопутствующее явление при неразрешенных внутренних конфликтах. Желание разобраться в своих ощущениях и духовных возможностях, переосмысление жизненной позиции в связи с возрастными и ситуационными изменениями являются важными составляющими выработки личностных качеств. Особенности этих переломных моментов связаны с переживанием не только за собственную жизнь, но и за жизнь других людей.

Возрастные кризисы становления личности являются естественной потребностью психики человека. Они кратковременны и обеспечивают правильный ход развития личности. Каждый из таких периодов связан с изменениями деятельности человека и развитием его психических возможностей.

- Кризис новорожденных обусловлен изменением в жизнедеятельности вне утробы матери;
- Переломный этап первого года жизни связан с увеличением потребностей и возможностей ребенка;

- Три года является точкой отсчета в определении собственного «Я»;
- В семь лет у малыша начинается новый вид деятельности, связанный с обучением в школе;
- Подростковый этап связан с процессом полового созревания и физическими изменениями;
- В 17 лет возникает кризис идентичности, который является необходимостью принятия самостоятельных решений и началом самостоятельной взрослой жизни;
- В 30 лет переломный период связан с невозможностью реализации жизненных целей, поставленных ранее;
- У сорокалетних людей перелом характеризуется нерешенностью проблем предыдущего этапа;
- Уход на пенсию воспринимается как изменение привычного уклада жизни, переосмысления прожитых лет и ощущение ненужности и нереализованности.
- Правильная реакция человека на возрастные изменения способна не только вывести из затяжной депрессии, но и позволит выйти ему на более качественный уровень развития.

Роль конкретного возрастного этапа определяется его местом в общем цикле развития человека. Внутри каждой возрастной стадии реализуются два центральных направления: от трансформации области жизненных отношений к развитию действий, операций и обратно – от перестройки этих функций и операций к новой деятельности. Между указанными стадиями осуществляется переход предметной деятельности в новый круг общественных отношений. Именно это обстоятельство лежит в основе истока тенденции генетического изучения каждого возрастного этапа как этапа целостного и гармоничного развития личности в роли субъекта познания, общения и труда.

В психологии термином «возраст» обозначается категория, которая

означает качественно специфическую ступень онтогенетического развития, так называемые временные черты индивидуального развития [1].

Отметим, что возраст нельзя свести к сумме отдельных психических процессов, а также это не просто календарная дата. По определению Л.С. Выготского, возраст представляет собой относительно замкнутый цикл детского развития со своей структурой и динамикой [6]. Внутреннее содержание возраста определяет его продолжительность. В психологической науке выделены хронологический (или паспортный возраст представляет собой координату отсчета, на фоне которой осуществляется процесс психического развития ребенка, его социализация) и психологический возраст. Следует отметить, что хронологический и психологический возраст зачастую не совпадают.

В отечественной психологии приняты на сегодняшний день разные по принципам построения концепции возрастной периодизации.

А.В. Петровский в 80-е годы прошлого столетия разработал концепцию возрастной периодизации, основанную типом деятельностно-опосредованных отношений ребенка/взрослого с референтными для него группами [5].

Л.С. Выготский в культурно-исторической концепции рассматривает возраст как относительно закрытый период развития, значение которого определяется его местом в общем цикле развития и в котором общие законы развития находят всякий раз качественно своеобразное выражение. При этом конкретный возрастной период чувствителен к развитию определенных психических процессов и свойств, психологических качеств личности, в следствие этого и к определенному типу воздействий [6].

Отметим, что каждый возрастной период, независимо от того стабильный он или критический – является переходным, готовящим человека к переходу на более высокую возрастную ступень. Сложность возрастного этапа заключается в том, что он содержит в себе психологические реалии настоящего времени, ценностный смысл которого во многом определяется

потребностями будущего.

Характерные возрастные черты определяются [11]:

1) особенностями вхождения ребенка в группы разного уровня развития и в образовательные учреждения;

2) изменением характера воспитания в семье;

3) формированием новых видов и типов деятельности, которые обеспечивают освоение ребенком общественного опыта, системы сложившихся знаний, норм и правил человеческой деятельности;

4) особенностями физиологического развития.

Отметим, что понятие возрастных особенностей, границ не абсолютны – границы возраста подвижны, изменчивы, имеют конкретно-исторический характер и зачастую не совпадают в различных социально-экономических условиях развития личности.

В человеческой жизни каждый возраст имеет конкретные нормативы, при помощи которых можно оценить адекватность развития личности. Переход к следующему возрастному этапу осуществляется в форме кризисов возрастных [1].

Зрелость - самый длительный в процессе онтогенеза период, охватывающий возраст примерно от 25 до 65 лет. Часто понятие отождествляют с совершеннолетием, но это далеко не одно и то же [20].

Нет единого подхода в определении, что такое психологическая зрелость. Бесспорным является лишь утверждение, что о зрелости можно говорить в тот период, когда личность находится на пике своих интеллектуальных, физических и духовных способностей. Ее созревание происходит постепенно и знаменует переход:

от подчиненности старшим в семье - к равенству;

от зависимости - к самостоятельности;

от простейшего набора реакций на внешние воздействия - к разнообразному поведенческому репертуару;

от беспечной жизни - к осознанию своей ответственности за события;

от примитивных увлечений - к более сложным интересам.

Импульсивные поступки человека сменяются обдуманными шагами, выстраиванием длительной перспективы, опирающейся на предшествующий опыт. Именно последний способен заставить человека отказаться от сиюминутных достижений во имя получения более серьезной выгоды в дальнейшем [23].

Начало ранней зрелости совпадает с периодом юности. Авторы расходятся в определении точных возрастных границ, но наиболее распространенной точкой зрения является позиция В. Гинзбурга. По его утверждению, парни вступают в период психологической зрелости с 16 до 24 лет; девушки, взрослеющие чуть раньше, - с 15 до 20 лет [14].

Рассмотрим характеристику н юности. В этот период человек включается во все виды социальной активности: он наделяется правовыми и избирательными правами, создает семью, реализуется в профессиональном плане и учится экономической ответственности. Впитав информацию о различных социальных ролях, человек начинает применять ее по отношению к себе.

А. Толстых утверждает, что в этот период происходит начало реализации появившихся возможностей для саморазвития. Главной проблемой часто называют противоречие между изоляцией и близостью с окружающими. В это время необходимо: найти гармонию между реальностью и мечтами; обрести наставника; определиться с карьерой; выстроить сферу интимно-личностного общения [17].

Примерно к 40 годам психологическая зрелость человека выходит на новый уровень. Это связано с поиском ответов на жизненно важные вопросы: о смысле существования, реализации желаний. У людей происходит переоценка ценностей, ревизия притязаний. Формируется способность переосмыслить окружающую действительность, заинтересоваться новыми людьми, повлиять на свое будущее, стать настоящим профессионалом, реализоваться в творчестве. Но это и пора сомнений. Любой человек задается

вопросом, а правильно ли он выбрал свой путь. Его преследует страх снижения работоспособности, появляется потребность в выборе новых целей. Частая причина - различие между желаниями и действительностью. Новый уровень зрелости связан с появлением проблем, которые часто связывают с кризисом середины жизни. Ученые полагают, что преодоление его связано с решением следующих личностных задач [18]:

- формированием гражданской ответственности;
- достижением определенного уровня жизни;
- оптимальной организацией досуга;
- углублением личностного аспекта в отношениях с близкими, помощью детям;
- принятием и привыканием к собственным физиологическим изменениям;
- поддержанием стареющих родителей.

Поздний период психологической зрелости личности связан с выходом на пенсию, поэтому возрастные границы подвижны. Выделяют три важнейших момента, которые позволяют говорить о новом, самостоятельном этапе в развитии индивида:

- смена деятельности;
- доживание;
- сохранение ценностей и основного содержания жизни.

Человеку важно преодолеть чувство ненужной обеспокоенности, опустошенности, чрезмерной сосредоточенности на себе. Это достигается за счет [22]:

- активной вовлеченности в социальные, семейные и общественные отношения;
- появления толерантности во взаимоотношениях с другими людьми;
- эмоциональной устойчивости; принятия реальной, а не желаемой картины мира; способности к самопознанию и формированию сложившейся

системы ценностей.

Ученые отмечают: одним из важнейших моментов психологической зрелости в старости является правильное ощущение своего возраста, преодоление противоречий духовных, биологических и психологических возможностей человека.

Все уровни зрелости сопряжены с личностным кризисом. Ф. Перлз считает: главным ее показателем является умение найти выход из тупиковой ситуации, опираясь на собственные ресурсы. Зрелость позволяет преодолеть фрустрацию и страх, умея рисковать и принимать ответственные решения.

Но Ж.-М. Робин, например, в основном разделяющий мнение коллеги, считает возможным воспринимать помощь извне. Главным показателем личностной незрелости, по его мнению, является беспомощность. А нахождение выхода из тупика, не важно, за счет личностных ресурсов или с помощью окружающих, – это показатель взрослости.

Психологический возраст может совершенно не совпадать с календарным. И в 15 лет встречаются абсолютно зрелые индивиды, и в 30 – лица, не способные отвечать за свои действия и поступки. Для того чтобы разобраться, рассмотрим подробнее психологические особенности зрелости [31].

Авторы выделяют различное количество признаков, мы остановимся на наиболее существенных, которые будут раскрыты чуть ниже. Аутентичность С древнегреческого слово переводится как «подлинный» и перекликается с понятием «конгруэнтность». Речь идет об адекватности и согласованности элементов. В данном контексте сравнимо со словом «самобытность» и является одним из важнейших показателей психологической зрелости личности. Явление описано американским ученым Д. Бьюдженталем, включающим в него следующие моменты:

- осознание настоящего;
- свобода выбора здесь и сейчас;
- осознание собственной ответственности за данный выбор.

Аутентичный человек искренен в сиюминутных проявлениях и в поведении в целом. Он не притворяется знающим, влюбленным или довольным в ответ на ожидания окружающих. Многие стремятся играть роли, надевая на себя маски и тратя энергию на то, чтобы продемонстрировать приличный внешний фасад, не решая при этом внутренние проблемы. В ответ они также получают неискренность, затрудняясь в расшифровке реального к себе отношения других людей.

Аутентичная личность тратит время на решение возникающих проблем, не прячась за чужой маской. Она способна к проявлению гибкости в любых ситуациях [16].

Принятие чувств. Речь идет об искренности в отношении самого себя. Зрелая личность открыта жизненному опыту и принимает полную гамму собственных чувств. А не только социально одобряемых из них. Окружение часто побуждает вытеснять печаль, злость, раздражительность и другие отрицательные эмоции. С детства родители учат: «не плачь», «не показывай волнения», «не переживай». Но если эмоции постоянно вытеснять, в дальнейшем они станут первопричиной неконтролируемого поведения в самых неожиданных моментах. Психологическая зрелость подразумевает проживание возникающих чувств. Только этот способ позволяет нам держать под контролем собственное поведение, быть терпимыми не только по отношению к самим себе, но и к другим людям. Если человек осознает свои реакции, то он способен грамотно регулировать ответные действия.

Развитие самопознания. Характеристика зрелой личности включает развитие самопознания. Ибо без понимания самого себя невозможно эффективно выстраивать коммуникации с окружающими. Этот процесс помогает реалистичному отношению к самому себе и лучшему пониманию других. Зрелая личность должна осознавать, чего хочет добиться в жизни, что является для нее важным, а что нет. Она постоянно подвергает корректировке свои ценности. Ей не следует становиться отражением надежд окружающих, а необходимо действовать, руководствуясь собственными

убеждениями. Это позволяет чувствовать себя сильной в межличностных контактах [22].

Устойчивость к неопределенности. Многие теряются в ситуациях, в которых нет ясности, недостает структуры. Но человеку часто приходится попадать на чужую территорию, поэтому ему требуется уверенность в условиях отсутствия определенности. Мы часто не знаем, с какой проблемой столкнемся и какие решения придется принимать.

Уверенность в собственной интуиции, адекватности чувств, убеждение в конструктивности решений и умение оправданно рисковать – все это помогает человеку переносить напряженность, создаваемую неопределенностью. Это также удел зрелых личностей.

Большинство ученых относят к характеристике зрелости и следующие черты:

Личную ответственность за принятые решения. Она помогает по-иному относиться к критике, видя в ней полезную обратную связь.

Отсутствие страха при выстраивании близких отношений. Человек сам определяет дистанцию с другими, свободно выражая свои чувства [24].

Постановку реальных целей в общении. Речь идет об отказе от перфекционизма и взваливания на себя ответственности за несостоявшиеся отношения. Важнее извлекать полезные уроки, избегая чувства вины.

Наличие эмпатии - умения воспринимать чувства других людей. Учет их в процессе общения позволяет выстроить правильные коммуникации.

Психологическая зрелость – понятие многоаспектное, одной из сторон которого является взаимодействие с обществом. Невозможно жить в отрыве от его проблем и чаяний. Социальный аспект – это, в первую очередь, отказ от сложившихся стереотипов. Ориентируясь на собственные потребности и ощущения, зрелая личность в меньшей степени подвержена манипуляциям и воздействию толпы. Но в то же время зрелый индивид принимает мир со всеми его законами, несовершенствами и даже страданиями. Он не пытается изменить то, что складывалось веками, но тратит ресурсы на улучшения в

микросоциуме, чтобы находиться в гармонии с окружением и приносить максимальную пользу [20].

О социально-психологической зрелости свидетельствуют:

- чувство ответственности;
- социальный интеллект, умение предвидеть изменение общественных процессов;
- забота о других;
- активность в жизни общества;
- применение знаний и навыков на пользу другим;
- преодоление проблем на пути к самореализации.

Только социальная среда способна сформировать зрелую личность. У каждого человека различная степень социализации: количество контактов, уровень взаимодействия, жизненные ценности, на основе которых строится общение. Это позволяет ученым выделять уровни зрелости: низкий, высокий и средний.

Среди основных критериев зрелости выделяют внешние и внутренние. К первым относится степень овладения социальными компетенциями, рассмотренными выше. Ко вторым можно отнести черты, характеризующие личность: эмпатию, общительность, адекватную самооценку, ответственность, внимательность, толерантность и т. д.

Подводя итог отметим, что чем выше у человека стремление к самопознанию и саморазвитию, чем более быстрыми темпами он осваивает жизненные уроки, развивая ответственность и толерантность, тем более высоким уровнем зрелости он обладает.

Выводы по I главе

Идентичность представляет собой структуру, субъективно переживаемую человеком как чувство тождественности и постоянства собственной личности при восприятии других, признающих это тождество. Человек со сформированной идентичностью ощущает себя и свое бытие постоянным, а прошлое, настоящее и будущее воспринимает как единое целое.

Важным механизмом формирования идентичности являются последовательные идентификации ребенка со значимыми взрослыми идентичность никогда не достигает завершенности, ее формирование характеризуется динамизмом представлений о себе, которые служат основой постоянного расширения самосознания и самопознания личности.

В развитии личности происходит закономерная смена этапов, в течение каждого из них происходят качественные преобразования внутреннего мира, отношений и поведения человека, в результате чего он как личность приобретает нечто новое, характерное для данного этапа развития. На каждой стадии развития человека присутствуют определенные задачи возраста. Человек, решая их, проживает кризисы развития. Итогом положительного прохождения кризиса является новообразование возраста, характеризующее переход на более зрелую ступень идентичности. Итогом негативного прохождения кризиса является «застревание» на определенном этапе развития, что мешает человеку двигаться дальше, формируя свою идентичность, реализуя свой жизненный потенциал.

Каждый человек в течение жизни сталкивается с определенными переломными моментами, когда остро осознает свою беспомощность перед неизведанностью бытия и определением своей роли в нем. Эти этапы характеризуются переосмыслением ценностей, которые ранее считались незыблемыми, поисками смысла жизни и формированием идей для его достижения. Личностный кризис – этап в жизни человека, вызванный некой критической ситуацией, когда реализовать ранее поставленные жизненные

цели не представляется возможным. Критическая ситуация может быть вызвана как внешними причинами, так и внутренними предпосылками. На этом жизненном этапе человек не может быстро решить возникшую проблему. Те способы, которые были приемлемы ранее, уже не работают. Нужны новые решения, к принятию которых человек часто оказывается не готов. Более того, иногда возникает ощущение, что сделать это невозможно. От того, насколько сильна воля человека, зависит длительность и напряженность любого сложного этапа.

Кризис идентичности, по мнению психологов, является важной точкой отсчета в процессе утверждения человека в качестве полноценной личности, которая способна противостоять социуму, имея собственные взгляды и убеждения.

Все уровни зрелости сопряжены с личностным кризисом. Ф. Перлз считает: главным ее показателем является умение найти выход из тупиковой ситуации, опираясь на собственные ресурсы. Зрелость позволяет преодолеть фрустрацию и страх, умея рисковать и принимать ответственные решения.

Глава II. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ КРИЗИСА ИДЕНТИЧНОСТИ У ЛИЦ ЗРЕЛОГО ВОЗРАСТА

2.1 Организация и методики исследования

Цель исследования – изучить взаимосвязи статусов идентичности, отчуждения и осмысленности жизни в зрелом возрасте.

В соответствии с целью сформулированы следующие задачи исследования:

1. Изучить теоретические аспекты идентичности, осмысленности жизни и отчуждения.
2. Изучить взаимосвязь и структуру статусов идентичности.
3. Выявить группы испытуемых, различающиеся уровнем выраженности статусов идентичности
4. Изучить взаимосвязь и структуру статусов идентичности и аспектов осмысленности жизни.
5. Изучить взаимосвязь и структуру статусов идентичности, форм и сфер отчуждения.
6. Рассмотреть взаимосвязь и структуру статусов идентичности, осмысленности жизни, форм и сфер отчуждения.

Гипотезы исследования:

1. Существуют особенности структуры статусов идентичности, соответствующие характеру выборки.
2. Существуют значимые положительные связи позитивных статусов идентичности (мораторий, достигнутая идентичность) с осмысленностью жизни и отрицательные со смыслоутратой (отчуждением в различных формах и сферах жизни).
3. Существуют значимые отрицательные связи неблагоприятных статусов идентичности (диффузная, принятая идентичность) с осмысленностью жизни и положительные со смыслоутратой (отчуждением в различных формах и сферах жизни).

Организация данного исследования включала в себя несколько этапов:

1. Подготовительная часть исследования включала изучение литературы, что соответствовало целям и задачам данной работы.

2. Формирование выборки и проведение психологической диагностики: исследование проводилось в период с … по … 201_г., на выборке из 54 человек.

3. Обработка результатов диагностики.

4. Интерпретация полученных результатов и формулирование выводов.

Выбор психодиагностического инструментария осуществлялся в соответствии с поставленными задачами исследования. Были использованы методики, связанные с изучением форм и сфер отчуждения, статусов идентичности и осмысленности жизни.

Опросника объективного измерения статуса эгоидентичности (Objective Measure of Status Ego-Identity – OMEIS-R Дж. Адамса) – русская версия Т.А. Гаврилова и Е.В. Глушак.

Цель: выявление статусов идентичности согласно концепции Дж. Марсиа.

Материал: бланк с утверждениями и вариантами ответов;

Организация: групповая;

Процедура исследования: стандартная.

Теоретико-методологическая основа, на которой базируется построение опросника объективного измерения статуса эго-идентичности, представлен концепциями формирования эго-идентичности Дж. Марсиа.

Количество вопросов в варианте опросника (OMEIS-R) представлено 64 пунктами и имеет две шкалы – идеологической и интерперсональной эгоидентичности.

Под идеологическим компонентом эго-идентичносии автором понимается идентичность, которая отражает ценности и установки индивида, связанные с политикой, религией, профессиональной деятельностью,

основные принципы и взгляды на образ жизни. Социальная или интерперсональная идентичность складывается из системы ценностей и взглядов, отражающих аспекты дружбы, свиданий, половых ролей и отдыха.

Апробируемая Шкала интерперсональной идентичности содержит 32 утверждения, оцениваемых по шестибальной шкале: от полностью согласен (6 баллоа) до полностью не согласен (1 балл). Тематика утверждений связана с представлениями индивида о вопросах дружбы, свиданий, проведения свободного времени (досуга) и отдыха, а также с взглядами на супружеские роли и обязанности в браке.

Шкала позволяет выявить четыре статуса эго-идентичности согласно концепции Дж. Марсиа: диффузную, принятую, мораторий и достигнутую.

Диффузная идентичность – состояние идентичности индивида, не испытывающего потребности в исследовании альтернатив, т.е. не прошедшего кризиса и не сформировавшего системы ценностей, убеждений и оязательств

Принятая идентичность - состояние идентичности индивида, также не прошедшего кризис, однако имеющего определенную и устойчивую систему ценностей, убеждений и обязательств, сформированных не в результате активного поиска, а путем идентификации с родителями или другими значимыми лицами.

Мораторий идентичности - состояние идентичности индивида, в настоящий момент времени находящегося в ситуации активного проживания кризиса и поиска его разрешения, но не имеющего определенной и устойчивой системы ценностей, убеждений и обязательств. Достигнутая идентичность - состояние идентичности индивида, прошедшего кризис и имеющего состоятельно сформированную и уникальную систему личности значимых ценностей, убеждений и обязательств.

Опросник субъективного отчуждения С. Мадди. Цель: измерение переживания индивидом отчуждения с опорой на концепцию экзистенциального невроза С. Мадди.

Материал: бланк с утверждениями и вариантами ответов;

Организация: групповая;

Процедура исследования: стандартная.

Мадди выделяет 4 формы отчуждения (экзистенциального невроза):

1) Вегетативность - неспособность поверить в истину, важность или ценность любой реально осуществляемой или воображаемой деятельности (наиболее тяжелая форма).

2) Бессилие - утрата человеком веры в свою способность влиять на жизненные ситуации при сохранении ощущения их важности.

3) Нигилизм - убеждение в отсутствии смысла, утверждаемое путем занятия деструктивной позиции.

4) Авантюризм («крусадерство») - компульсивный поиск жизненности в опасных, экстремальных видах деятельности, в силу переживания бессмысленности повседневной жизни.

ОСОтч состоит из 60 утверждений, каждое из к-рых измеряет убеждение, соответствующее проявлению одной из 4 форм отчуждения в одной из 5 сфер жизни. Согласие с каждым из утверждений испытуемым предлагается оценить по процентной шкале (0-100 %).

Опросник содержит 9 субшкал, измеряющих отчуждение в форме вегетативности, бессилия, нигилизма, авантюризма, отчуждение от работы, от общества, отчуждение в межличностных отношениях, от семьи и отчуждение от самого себя. Балл по субшкале рассчитывается как среднее по входящим в нее утверждениям; общий показатель отчуждения рассчитывается по всем 60 утверждениям. Методика прошла все этапы валидизации и стандартизации. При отсутствии гендерных и слабой выраженности возрастных различий сильными оказались профессиональные различия в уровне отчуждения: наиболее высокий уровень был получен у

представителей низкоквалифицированных профессий, безработных, менеджеров среднего уровня, клерков; наиболее низкий - у психологов, преподавателей, науч. работников и программистов.

Опросник позволяет производить дифференцированную диагностику индивидуальной выраженности смыслоутраты в различных сферах жизни и может быть использован в практике консультирования или для выявления лиц, относящихся к группе риска по нарушениям, связанным со смыслоутратой (девиантное поведение, формирование зависимостей, депрессии, профессиональное выгорание).

Тест смысложизненных ориентаций Д.А. Леонтьев. Цель: измерение осмысленности жизни.

Материал: бланк с утверждениями и вариантами ответов;

Организация: групповая;

Процедура исследования: стандартная.

Оригинальная методика в ее окончательном варианте представляет собой набор из 20 шкал, каждая из которых представляет собой утверждение с раздваивающимся окончанием: два противоположных варианта окончания задают полюса оценочной шкалы, между которыми возможны семь градаций предпочтения.

Испытуемым предлагается выбрать наиболее подходящую из семи градаций и подчеркнуть или обвести соответствующую цифру. Обработка результатов сводится к суммированию числовых значений для всех 20 шкал и переводу суммарного бала в стандартные значения. Восходящая последовательность градаций (от 1 до 7) чередуется в случайном порядке с нисходящей (от 7 до 1), причем максимальный балл (7) всегда соответствует полюсу наличия цели в жизни, а минимальный балл (1) - полюсу ее отсутствия.

Выделены следующие пять факторов или субшкал:

1. Качество жизни (7 пунктов): общая оценка удовлетворенности субъекта той жизнью, которой он живет.

2. Смысл бытия (6 пунктов): наличие в жизни смысла и целей, уверенность в возможности их найти.

3. Преграды бытия (2 пункта): отношение к смерти и личностному выбору.

4. Ответы на вопросы бытия (3 пункта): возможность найти решение экзистенциальных проблем, отсутствие страха и смущения перед ними.

5. Будущая жизнь и ответственность (2 пункта).

Интерпретация субшкал:

1. Цели в жизни. Баллы по этой шкале характеризуют наличие или отсутствие в жизни испытуемого целей в будущем, которые придают жизни осмысленность, направленность и временную перспективу. Низкие баллы по этой шкале даже при общем высоком уровне ОЖ будут присущи человеку, живущему сегодняшним или вчерашним днем. Вместе с тем высокие баллы по этой шкале могут характеризовать не только целеустремленного человека, но и прожектера, планы которого не имеют реальной опоры в настоящем и не подкрепляются личной ответственностью за их реализацию. Эти два случая несложно различить, учитывая показатели по другим шкалам СЖО.

2. Процесс жизни или интерес и эмоциональная насыщенность жизни. Содержание этой шкалы совпадает с известной теорией о том, что единственный смысл жизни состоит в том, чтобы жить. Этот показатель говорит о том, воспринимает ли испытуемый сам процесс своей жизни как интересный, эмоционально насыщенный и наполненный смыслом. Высокие баллы по этой шкале и низкие по остальным будут характеризовать гедониста, живущего сегодняшним днем. Низкие баллы по этой шкале - признак неудовлетворенности своей жизнью в настоящем; при этом, однако, ей могут придавать полноценный смысл воспоминания о прошлом или нацеленность в будущее.

3. Результативность жизни или удовлетворенность самореализацией. Баллы по этой шкале отражают оценку пройденного

отрезка жизни, ощущение того, насколько продуктивна и осмысленна была прожитая ее часть. Высокие баллы по этой шкале и низкие по остальным будут характеризовать человека, который доживает свою жизнь, у которого все в прошлом, но прошлое способно придать смысл остатку жизни. Низкие баллы - неудовлетворенность прожитой частью жизни.

4. Локус контроля-Я (Я - хозяин жизни). Высокие баллы соответствуют представлению о себе как о сильной личности, обладающей достаточной свободой выбора, чтобы построить свою жизнь в соответствии со своими целями и представлениями о ее смысле. Низкие баллы - неверие в свои силы контролировать события собственной жизни.

5. Локус контроля-жизнь или управляемость жизни. При высоких баллах - убеждение в том, что человеку дано контролировать свою жизнь, свободно принимать решения и воплощать их в жизнь. Низкие баллы - фатализм, убежденность в том, что жизнь человека неподвластна сознательному контролю, что свобода выбора иллюзорна, и бессмысленно что-либо загадывать на будущее.

Первичные данные были подвергнуты статистической обработке с помощью программы Statistic 6.0 for Windows с использованием следующих методов:

Факторный анализ:

- показателей методики объективного измерения статуса эгоидентичности Дж. Р. Адамса для выявления структуры статусов идентичности;
- показателей методики объективного измерения статуса эгоидентичности Дж. Р. Адамса и показателей Опросника субъективного отчуждения Е.Н.Осина для выявления структуры статусов идентичности, форм и сфер отчуждения;
- показателей Теста смысложизненных ориентаций Д.А. Леонтьев и показателей методики объективного измерения статуса эго-идентичности

Дж. Р. Адамса для выявления структуры статусов идентичности и осмысленности жизни.

- показателей Объективного измерения статуса идентичности Дж. Р. Адамса, Теста смысложизненных ориентации (СЖО) Д.А.Леонтьева и Опросника субьективного отчуждения Е.Н.Осина для выявления структуры статусов идентичности, осмысленности жизни форм и сфер отчуждения.

Кластерный анализ был использован для выявления групп, различающихся статусами идентичности.

Корреляционный анализ:

- показателей методики объективного измерения статуса эгоидентичности Дж. Р. Адамса для выявления взаимосвязи статусов идентичности;

- показателей методики объективного измерения статуса эгоидентичности Дж. Р. Адамса и показателей Опросника субьективного отчуждения Е.Н.Осина для выявления взаимосвязи статусов идентичности, форм и сфер отчуждения; показателей методики объективного измерения статуса эго-идентичности Дж. Р. Адамса и Теста смысложизненных ориентации (СЖО) Д.А.Леонтьева для выявления взаимосвязи статусов идентичности и сфер аспектов осмысленности жизни.

2.2 Анализ результатов исследования

Для выявления взаимосвязи статусов идентичности в исследуемой выборке был проведен корреляционный анализ показателей методики «Объективного измерения статуса идентичности Дж. Р. Адамса»

Таблица 1

Взаимосвязи статусов идентичности (N=54)

	Диффузная	**Принятая**	**Мораторий**	**Достигнутая**
Диффузная	1,00			
Принятая	-0,20	1,00		
Мораторий	**0,30***	0,16	1,00	
Достигнутая	0,01	0,17	**0,43****	1,00

Примечание: в таблице коэффициенты корреляции по К.Пирсону при p<,05 отмечены – *, при p<,01 -**

Связей было выявлено мало, в частности:

Мораторий идентичности связан с:

- Достигнутой идентичностью (r=0,30 при p≤0,01).
- Диффузной идентичностью (r=0,30 при p≤0,05).

Т.е. Мораторий идентичности (состояние идентичности индивида, в настоящий момент времени находящегося в ситуации активного проживания кризиса и поиска его разрешения, но не имеющего определенной и устойчивой системы ценностей, убеждений и обязательств) предполагает достигнутую идентичность (состояние идентичности индивида, прошедшего кризис и имеющего состоятельно сформированную и уникальную систему личности значимых ценностей, убеждений и обязательств) и диффузную идентичность (состояние идентичности индивида, не испытывающего потребности в исследовании альтернатив, т.е. не прошедшего кризиса и не сформировавшего системы ценностей, убеждений и обязательств).

Выявленные связи статусов идентичности могут указывать на их сочетание в нашей выборке, в частности сочетание моратория как с достигнутой, так и диффузной идентичностью. Это указывает на то, что в идентичности представителей нашей выборки наряду с характеристиками, присущими кризису идентичности, присутствуют посткризисные и докризисные проявления.

Можно предположить, что мораторий, как переходное состояние идентичности у представителей нашей выборки преобразуется как в достигнутую идентичность, т.е. обретение своего «Я», так и в диффузную идентичность, т.е. отказ от поиска своей идентичности, собственных ценностей и установок.

Для выявления структуры статусов идентичности в исследуемой выборке был проведен факторный анализ показателей методики «Объективного измерения статуса идентичности Дж. Р. Адамса». Выявилось два значимых фактора (доля объяснимой дисперсии 70%.)

Таблица. 2

Структура статусов идентичности (N=54)

Статусы идентичности	**Фактор 1**	**Фактор 2**
Диффузная	0,303	**-0,820**
Принятая	**0,390**	**0,700**
Мораторий	**0,851**	-0,206
Достигнутая	**0,772**	0,170
Собственные числа	1,563	1,234
Доля объяснимой дисперсии %	39,1	30,9

В первый фактор DOD 39,1% со значимыми весами вошли мораторий идентичности (0,851), достигнутая идентичность (0,772), принятая идентичность (0,390). Ядро фактора мораторий идентичности (0,851).

Фактор однополюсный.

В отличие от корреляционного анализа, мораторий идентичности в факторе связан не только с достигнутой, но и с принятой идентичностью. Факторный анализ показывает, что за мораторием идентичности, может следовать не только обретение собственного «Я», но и ригидного не рассуждающего личностного склада принятой идентичности. При этом статусе идентичности некритично заимствуются ценности семьи, группы, любых значимых людей. Фактор может свидетельствовать как о сочетании

статусов идентичности в нашей выборке, так и возможных «векторах» развития идентичности. Фактор можно назвать «Мораторий в связи с другими статусами идентичности (возможными направлениями выхода из него»

Во второй фактор DOD 30,9% со значимыми весами вошли диффузная идентичность (-0,820) и принятая идентичность (0,700). Ядро фактора диффузная идентичность (-0,820). Фактор двухполюсный. На одном полюсе находится принятая идентичность, на другом полюсе, диффузная идентичность. Фактор свидетельствует о том, что диффузная идентичность предполагает снижение принятой идентичности. Такое соотношение статусов идентичности возможно, в случае если человек, отказываясь формировать собственную идентичность, также отказывается некритически принимать взгляды и ценности ближайшего окружения. Вероятно, фактор описывает предкризисное состояние идентичности, осложненное сильным давлением значимых окружающих, которому молодой человек сопротивляется. Фактор можно назвать «Оппозиция принятого и диффузного статусов идентичности»

Для выявления групп, различающихся профилями статусов идентичности был проведен кластерный анализ K-Mean Cluster показателей методики «Объективного измерения статуса идентичности Дж. Р. Адамса»

Результаты кластерного анализа представлены на рисунке 1.

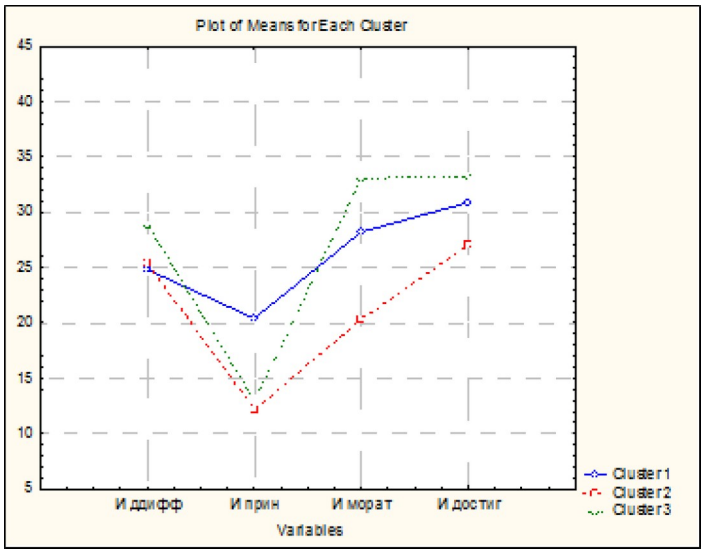

Рис. 1. Группы испытуемых, различающиеся уровнем выраженности статусов идентичности

Примечание: И дифф – Диффузная идентичность, и прин – принятая идентичность, И морат – мораторий, И дост – достигнутая идентичность.

Было выявлено 3 кластера, различающихся профилем статусов идентичности.

Статусы идентичности условно можно разделить на благоприятные и неблагоприятные.

Благоприятным статусом можно назвать достигнутую идентичность, т.к. она подразумевает, что человек, прошедший кризис уже сформировал собственные ценности. Также благоприятным статусом идентичности можно назвать мораторий идентичности, как статус, означающий стадию кризиса, поиска себя, своих ценностей, установок. При положительном исходе, мораторий идентичности завершает достигнутая идентичность.

Неблагоприятными статусами идентичности можно назвать принятую и диффузную идентичность. Оба эти статуса подразумевают отсутствие кризиса в процессе становления идентичности. Принятая идентичность, как статус идентичности, означает, что ценности, цели и убеждения молодого человека образовались не в результате прохождения им стадии кризиса идентичности, а некритично переняты от значимого окружения. Диффузная идентичность также указывает на отсутствие кризиса идентичности, отказ от поиска своих ценностей, целей и установок.

Первый кластер (22 человека) характеризуется высоким уровнем принятой и промежуточным уровнем моратория и достигнутой идентичности. Т.е относительно продвинувшись в поиске собственного «Я», представители этой группы в наибольшей степени характеризуются также заимствованием готовых норм и ценностей. Назовём «Группа с высоким уровнем принятой идентичности».

Второй кластер (14 человек) отличается низким уровнем достигнутой идентичности, моратория и принятой идентичности. Т.е. относительно отстающие в поиске собственных ценностей и установок, представители этой

группы, все же в наименьшей степени характеризуется заимствованием готовых установок. Уровень диффузной идентичности в группе сближается с ее уровнем в первой группе. Обозначим группу «Группа с низким уровнем достигнутой, принятой идентичности и моратория».

Третий кластер (18 человек) с высоким уровнем достигнутой идентичности и моратория идентичности, возможно, наиболее предрасположен к позитивному прохождению кризиса. Представители группы в меньшей степени (как и представители второй группы) характеризуются наличием заимствованных установок. Однако диффузная идентичность, означающая отказ от поиска собственного «Я», в группе также имеет самый высокий уровень. Обозначим группу «Группа с высоким уровнем достигнутой идентичности и моратория».

Таблица 3

Выраженность статусов идентичности в группах

Сравниваемые группы			**1 «Группа с высоким уровнем принятой идентичности»**	**2 «Группа с низким уровнем принятой, достигнутой идентичности и моратория»**	**3 «Группа с высоким уровнем достигнутой идентичности и моратория».**
Показатели		Кол-во чел	22	14	18
		%			
Статус идентичности	Докризисные статусы идентичности	Диффузная Сред.зн* - 26,9(± 5,6)	24,8 (± 4,5)	25,4(±6,4)	28,9(±3,9)
		Принятая Сред.зн - 18,9(±6,9)	20,4 (± 3,9)	12,1(±3,9)	12,9(±3,0)
	Кризисные и посткризисные статусы идентичности	Мораторий Сред.зн - 27,4(± 6,4)	28,2 (±2,7)	20,3(±3,1)	33,1(±4,0)
		Достигнутая Сред.зн - 30,6(± 5,3)	30,9(±3,9)	27,1(±5,0)	33,2(±5,3)

***Примечание: данные по апробации Шкалы интерперсональной идентичности опросника OMEIS-R Дж. Адамса (Гаврилова, Глушак , 2011)**

Таким образом, выделившиеся с помощью кластерного анализа группы с точки зрения сочетания статусов имеют свои сильные и слабые стороны. Положительными моментами, отличающими исследуемую выборку является то, что

- Основную ее часть составили респонденты с высоким и средним уровнем благоприятных статусов достигнутой идентичности и моратория (1 и 3 группы, всего 40 человек),
- более половины выборки (2 и 3 группы, 32 человека) характеризует низкий уровень принятой идентичности.

Данные кластерного анализа соответствуют сочетанию статусов идентичности в первом факторе п.3.1.2. Мы видим, что в группах с высоким уровнем моратория высокий уровень достигнутой идентичности сочетается с высоким и средним уровнем принятой идентичности. Они соответствуют также обнаруженному во втором факторе сочетанию диффузной и принятой идентичности: в двух группах при высоком уровне диффузной идентичности, имеется низкий уровень принятой идентичности

Для выявления взаимосвязи статусов идентичности, форм и сфер отчуждения был проведен корреляционный анализ показателей методики «Объективного измерения статуса идентичности Дж. Р. Адамса» и «Опросника субъективного отчуждения Е.Н.Осина». Было выявлено всего 2 связи.

Выявилось всего две значимых связи.

Достигнутая идентичность образует связь нигилизмом ($r=0,31$ при $p\leq0,05$).

Принятая идентичность образовала связь с отчуждением от общества ($r=0,55$ при $p\leq0,01$).

Таким образом, достигнутая идентичность, как состояние идентичности зрелого человека, нашедшего своё «Я», предполагает форму отчуждения нигилизм, как убеждение в отсутствии смысла и активность, направленную на подтверждение этого убеждения. Эта активность

предполагает деструктивную позицию, отрицание ценностей. На такую возможность указывал Э.Эриксон: «Если самая ранняя стадия завещала «кризису идентичности» важную потребность в доверии себе и другим, то ясно, что подросток особенно страстно ищет тех людей и те идеи, которым он мог бы верить. Это в свою очередь означает, что и оказавшиеся в этой роли люди и идеи должны доказать, что они заслуживают доверия. В то же самое время человек боится быть обманутым, доверившись простодушным обещаниям окружающих, и парадоксально выражает свою потребность в вере громким и циничным неверием» (Э.Эриксон, 2006, с.138–139).

Таблица 4

Взаимосвязи статусов идентичности, форм и сфер отчуждении

		Идентичность			
		Диффузная	Принятая	Мораторий	Достигнутая
Формы отчуждения	**Вегетативность**	-0,03	0,16	-0,11	0,16
	Бессилие	0,08	0,25	0,01	0,25
	Нигилизм	-0,04	0,26	-0,01	**0,31***
	Авантюризм	0,18	0,13	0,11	0,04
Сферы отчуждения	**От общества**	-0,05	**0,55***	0,14	0,27
	От учебы	-0,10	0,20	-0,13	0,11
	В межличностных отношениях	0,16	0,20	0,05	0,21
	От семьи	-0,02	-0,10	-0,01	0,23
	От себя	0,22	0,15	-0,06	0,16
Общий показатель		0,05	0,26	-0,01	0,26

Примечание: в таблице коэффициенты корреляции по К.Пирсону при p<,05 отмечены – *.

Принятая идентичность, как идентичность, при которой человек имеет чужие, перенятые от других убеждения, связана со сферой отчуждения от

общества, предполагает ощущение чуждости себе, региона или страны проживания в целом; отчуждение от политического строя. Связь может косвенно указывать на противоречие семейных ценностей (ценностей ближайшего окружения) и общественных ценностей.

Для выявления структуры статусов идентичности, форм и сфер отчуждения был проведен факторный анализ показателей методики «Объективного измерения статуса идентичности Дж. Р. Адамса», а также частных показателей «Опросника субъективного отчуждения Е.Н.Осина».

Выявилось 4 фактора (доля объяснимой дисперсии 80%).

Нас интересуют только третий и четвертый фактор, так как первый фактор DOD 42,6% отображает только взаимосвязи отчуждения, а второй фактор DOD 12,6% – взаимосвязи статусов идентичности

В третий фактор DOD 11,3% со значимыми весами вошли отчуждение от общества (-0,392), диффузная идентичность (0,748) и принятая идентичность (-0,656). Ядро фактора диффузная идентичность (0,748). Фактор двухполюсный. На одном полюсе находится диффузная идентичность, на другом полюсе, отчуждение от общества и принятая идентичность. Фактор свидетельствует о том, что диффузная идентичность предполагает снижение принятой идентичности и отчуждения от общества. Мы имеем сочетание статусов идентичности, при которой человек не пытается войти в кризис, при этом он не стремится также принять ценности, нормы значимых личностей. В той степени однако, в которой он заимствует ценности ближайшего окружения, он отчуждается от общества. Фактор можно назвать: «Диффузная идентичность, снижающая принятую идентичность и отчуждение от общества».

Таблица 5

Структура статусов идентичности, форм и сфер отчуждения (N=50)

	Фактор 1	Фактор 2	Фактор 3	Фактор 4
Вегетативность	**-0,896**	-0,249	0,043	-0,126
Бессилие	**-0,856**	0,008	-0,031	-0,162
Нигилизм	**-0,915**	-0,072	-0,054	-0,072
Авантюризм	**-0,373**	0,143	0,226	**0,642**
От общества	**-0,709**	0,310	**-0,392**	0,153
От учебы	**-0,757**	-0,203	-0,171	0,183
В межличностных отношениях	**-0,863**	0,002	0,170	0,064
От семьи	**-0,601**	-0,195	0,304	**-0,384**
От себя	**-0,797**	-0,112	0,248	0,095
Диффузная	-0,049	0,312	**0,748**	0,294
Принятая	-0,322	**0,424**	**-0,656**	0,258
Мораторий	-0,030	**0,851**	0,224	-0,106
Достигнутая	-0,316	**0,600**	0,003	**-0,521**
Собственные	5,535	1,636	1,463	1,111
DOD %	42,6	12,6	11,3	8,5

Статусы идентичности в факторе совпадают с представленными во втором факторе структуры статусов идентичности (табл. 2), только здесь они конкретизированы с точки зрения особенностей отчуждения.

В четвертый фактор DOD 8,5% со значимыми весами вошли авантюризм (0,642), отчуждение от семьи (-0,384), достигнутая идентичность (-0,521). Ядро фактора авантюризм (0,642). Фактор двухполюсный. На одном полюсе находится форма отчуждения авантюризм, на другом полюсе – отчуждение от семьи и достигнутая идентичность. Фактор свидетельствует о том, что достигнутая идентичность предполагает отчуждение от семьи. Достигнутая идентичность предполагает также снижение авантюризма, как компульсивного поиска жизненности, вовлечённости в опасных, экстремальных видах деятельности. Авантюризм связан с попыткой справиться с переживаниями бессмысленности повседневной жизни.

Достижение идентичности в зрелом возрасте в психологической литературе закономерно связывают с выходом из родительской семьи.

Возможно, отчуждение от семьи сопровождает (а также облегчает) уход из неё. При этом имеет место определенная устойчивость личности, препятствующая её вовлечению в рискованные авантюры.

Исходя из результатов корреляционного и факторного анализов, можно обозначить некоторые особенности связи статусов идентичности с формами и сферами отчуждения в исследуемой выборке.

Достигнутая идентичность, как состояние идентичности человека, нашедшего своё «Я», предполагает форму отчуждения нигилизм. Человек ставит под сомнение общепринятые идеалы, нормы нравственности и культуры. Однако отрицание ценностей, по мнению Э.Эриксона – это потребность в вере, выражаемая громким и циничным неверием.

Принятая идентичность предполагает отчуждение от общества, что может косвенно указывать на противоречие семейных ценностей (ценностей ближайшего окружения), разделяемых молодым человеком и общественных ценностей. При этом диффузная идентичность, снижает как принятую идентичность, так и отчуждение от общества. Человек, не предпринимающий попыток войти в кризис, не стремится также заимствовать ценности семьи и ближайшего окружения. При этом он сторонится общества в той мере, в которой на него оказывает влияние семья.

Вступая в период практической самореализации, личность выходит из родительской семьи, для поддержания своей идентичности в условиях самостоятельной жизни. Человек уже нашедший своё «Я», не имеет склонности к рискованным, сомнительным мероприятиям и приключениям иготов к созданию собственной семьи.

Таким образом, мы обнаружили связи статусов идентичности со смыслоутратой (отчуждением), определив их в связи со смыслом жизни «от обратного», в негативной форме.

Для выявления взаимосвязи статусов идентичности с осмысленностью жизни, а также их структуры, были предпринят корреляционный и факторный анализы методик «Объективного измерения статуса

идентичности Дж. Р. Адамса» и «Тест смысложизненных ориентации (СЖО) Д.А Леонтьева».

Статусы идентичности и осмысленности жизни со значимыми факторными весами оказались в разных факторах. (Табл. 5. Взаимосвязи статусов идентичности и осмысленности жизни и Табл. 6. Структура статусов идентичности и осмысленности жизни представлены в приложении). Связей между статусами идентичности и осмысленностью жизни также не обнаружено. Таким образом, часть гипотезы о том, что существуют значимые положительные связи позитивных статусов идентичности (мораторий, достигнутая идентичность) с осмысленностью жизни не подтвердилась. Также не подтвердилось то, что существуют значимые отрицательные связи неблагоприятных статусов идентичности (диффузная, принятая идентичность) с осмысленностью жизни.

Мы формулировали гипотезу исходя из исследований зрелого возраста, связывающих его с поиском смыслом жизни (В. Франкл). В то же время в психологической литературе есть точка зрения, что подлинный смысл жизни, может быть, достигнут только после обретения собственного «Я». Ученик В.Франкла А. Лэнгле писал о том, что смысл – это еще не все. Не из одного лишь смысла состоит наша жизнь, смысл представляет собой только одно из условий исполненной экзистенции. Для экзистенции существует еще ряд условий. Главное из них: человек должен иметь возможность быть самим собой, чувствовать, что он имеет право быть таким, какой он есть, в своей отличности от всех других людей, потому что в своей сущности он – единственный и неповторимый. Если преобладает только смысл, то он приобретает функцию компенсации. Человеку, не обретшему своего Я, подойдет любой смысл (Лэнгле, 2006). Наши испытуемые по возрасту находятся в процессе утверждения собственного «Я».

Для выявления структуры статусов идентичности, осмысленности жизни и форм отчуждения был предпринят факторный анализ показателей методик «Объективного измерения статуса идентичности Дж. Р. Адамса»,

частных показателей «Теста смысложизненных ориентации (СЖО) Леонтьев Д.А», а также показателей форм отчуждения методики «Опросник субьективного отчуждения Е.Н.Осина». Выявилось 2 значимых фактора (доля объяснимой дисперсии 54,8%).

Первый фактор DOD 35,8% включает полную структуру показателей осмысленности жизни. В фактор со значимыми весами вошли процесс (0,917), результат (0,893), локус контроля - жизнь (0,887), локус контроля Я (0,851), цель (0,848) , вегетативность (-0,585) и бессилие (-0,483). Ядро фактора процесс (0,917). Фактор двухполюсный. Как мы видим, на одном полюсе представлены характеристики осмысленности жизни, на другом – формы отчуждения; что подтверждает представление об отчуждении как смыслоутрате (Д.А. Леонтьев, Е. Осин). Фактор свидетельствует о том, что осмысленность жизни, как энергетическая характеристика смысловой сферы, количественная мера степени и устойчивости направленности жизнедеятельности субъекта на какой-то смысл**,** предполагает снижение наиболее тяжелых форм отчуждения. К ним относятся бессилие как утрата человеком веры в свою способность влиять на жизненные ситуации, однако при сохранении ощущения их важности и вегетативность, как неспособность поверить в истину, важность или ценность любой реально осуществляемой или воображаемой деятельности. Фактор обозначим: «Осмысленность жизни, снижающая тяжелые формы отчуждения».

Таблица 6

Структура статусов идентичности, осмысленности жизни и форм отчуждения (N=54)

	Фактор 1	**Фактор 2**
Вегетативность	**-0,585**	**0,618**

Бессилие	**- 0,483**	**0,650**
Нигилизм	-0,304	**0,800**
Авантюризм	-0,027	**0,352**
Диффузная	-0,016	0,065
Принятая	-0,037	**0,477**
Мораторий	0,305	**0,410**
Достигнутая	0,128	**0,656**
Цель	**0,848**	0,035
Процесс	**0,917**	-0,103
Результат	**0,893**	-0,168
Локус контроль Я	**0,851**	-0,016
Локус контроль жизни	**0,887**	-0,160
Собственные числа	4,649	2,465
DOD %	35,8	19,0

Второй фактор DOD 19,0%. В фактор со значимыми весами вошли бессилие (0,650), вегетативность (0,618) (самые тяжелые формы отчуждения) и с меньшим факторным весом авантюризм (0,352), достигнутая идентичность (0,656), принятая идентичность (0,477) и мораторий (0,410). Ядро фактора нигилизм (0,800). Фактор однополюсный.

В факторе из статусов идентичности с наибольшим факторным весом представлена достигнутая идентичность, а из форм отчуждения – нигилизм, связь соответствующих показателей обсуждалась ранее и представлена в табл. 3. Присоединение других форм отчуждения можно объяснить сочетанием достигнутой идентичности с принятой идентичностью и мораторием. Таким образом, структура идентичности, в которой достигнутая идентичность сочетается с принятой, характеризуется не только нигилизмом, но также вегетативностью, бессилием, как самыми тяжелыми сферами отчуждения, и в меньшей степени авантюризмом.

Таким образом, хотя мы не обнаружили связей статусов идентичности с осмысленностью жизни, выявилась их связь со смыслоутратой

(отчуждением). Фактор можно назвать: «Формы отчуждения, сопутствующие сочетанию статусов достигнутой, принятой идентичности и моратория».

Для выявления структуры статусов идентичности, осмысленности жизни и сфер отчуждения был предпринят факторный анализ показателей методик «Объективного измерения статуса идентичности Дж. Р. Адамса», «Теста смысложизненных ориентации (СЖО) Леонтьев Д.А» и показателей сфер отчуждения методики «Опросник субьективного отчуждения Е.Н.Осина». Выявилось 3 значимых фактора (доля объяснимой дисперсии 64,1%).

Первый фактор DOD 33,7% имеет полную структуру осмысленности жизни. В фактор со значимыми весами вошли процесс (0,933), результат (0,881), локус контроля Я (0,875), локус контроля жизни (0,864) и цель(0,821), отчуждение от себя (-0,575) и отчуждение в межличностных отношениях(-0,521).

Ядро фактора - процесс (0,933). Фактор двухполюсный. На одном полюсе находятся характеристики осмысленности жизни, на другом - отчуждение от себя и отчуждение в межличностных отношениях. Фактор свидетельствует о том, что осмысленность жизни предполагает снижение отчуждения от себя (самоотчуждения) и отчуждения в межличностных отношениях. Это можно объяснить тем, что, как уже было сказано ранее, осмысленность жизни предполагает уже найденное «Я» и принятие себя и других.

Таблица 7

Структура статусов идентичности, осмысленности жизни и сфер отчуждения (N=54)

	Фактор 1	Фактор 2	Фактор 3
Общество	-0,058	**0,842**	0,078
Работа	-0,304	**0,665**	-0,138
Межличностные отношения	**-0,521**	**0,597**	0,272
Семья	-0,326	**0,365**	0,136
Я	**-0,575**	**0,470**	0,227
Диффузная	-0,175	-0,261	**0,750**
Принятая	0,048	**0,642**	-0,110
Мораторий	0,198	0,116	**0,766**
Достигнутая	0,069	**0,447**	**0,481**
Цель	**0,821**	-0,022	0,101
Процесс	**0,933**	-0,079	0,016
Результат	**0,881**	-0,187	0,112
Локус контроль Я	**0,875**	0,014	-0,120
Локус контроль жизни	**0,864**	-0,191	0,134
Собственные числа	4,713	2,633	1,618
DOD%	33,7	18,8	11,6

Второй фактор DOD 18,8% имеет полную структуру сфер отчуждения. В фактор, со значимыми весами вошли отчуждение от работы (0,665), отчуждение в межличностных отношениях (0,597), отчуждение от себя (0,470) и в наименьшей степени отчуждение от семьи (0,365), принятая идентичность (0,642) и достигнутая идентичность (0,447). Ядро фактора – отчуждение от общества (0,842). Фактор двухполюсный. Фактор свидетельствует о том, что отчуждение человека в различных сферах предполагает принятую идентичность, как состояние идентичности индивида, не прошедшего кризиса, однако имеющего устойчивую систему ценностей, сформированных посредством идентификации со значимыми лицами и достигнутую идентичность, как состояние идентичности индивида, прошедшего кризис и имеющего уникальную систему личностно значимых

ценностей. Фактор можно назвать: «Принятая идентичность в сочетании с достигнутой идентичностью и соответствующие им сферы отчуждения»

Третий несмешанный фактор не представляет для нас интереса.

2.3 Рекомендации лицам зрелого возраста по преодолению кризиса идентичности

Психологи по-разному описывают путь к выходу из «срединного кризиса», но в целом многие согласны с периодизацией этого кризиса, предложенной юнгианским аналитиком Мюрреем Стайном. Он выделяет три стадии процесса трансформации в середине жизни.

Первая стадия

Ощущение безвозвратной утраты и необходимость расставания с прошлым – прошлыми идеалами, мечтами, мифами и иллюзиями. Их надо «оплакать и похоронить».

Вторая стадия

Период «подвешенности» и неуверенности: возникает множество новых вопросов, главным из которых является вопрос о своей прежней идентичности и понимании самого себя.

Эта стадия для многих может оказаться критической и закончиться нескоро, так как ее длительность зависит от степени готовности человека принять себя в новом амплуа и мудро распорядиться всем своим прошлым опытом. Наши попытки завершить этот период преждевременно зачастую приводят к прекращению реализации своего творческого потенциала и ставят под угрозу само его существование, а также наш переход к следующему жизненному этапу. В этот период происходит формирование нового мира, а для этого необходимо время.

Третья стадия

Наконец, на третьем этапе происходит рождение новой личности, и ей тоже необходимо время для того, чтобы проявить свои уникальные особенности и обрести устойчивое положение в потоке жизни.

Необходимо заметить, что точное определение границ этих стадий невозможно, каждая из них плавно переходит в другую, а иногда даже происходит их повторное прохождение (при условии неполной или неэффективной реализации).

Перечислим некоторые типичные проблемы, которые переживает человек зрелого возраста в период кризиса:

а) Понимание, что уже достиг того, чего хотел, что это максимум, больше стремиться некуда;

б) Вместо достигнутой вершины человек находит плато, где оказалось осуществленным только часть задуманного. Например, карьера, смышленый ребенок, а с мужем/женой в разводе. Или, муж/жена, дети, интересная работа, где тебя ценят, но съемная квартира и постоянно еле хватает денег до зарплаты. Или деньги, карьера, идеальный брак, но нет детей, и уже нет здоровья рожать;

в) Бывает, что кризис в зрелом возрасте начинается, когда что-то случается в жизни. Например, вместо высокой должности, к которой долго стремился – крах карьеры или непоправимая и безвременная потеря.

г) Привыкая всё откладывать на потом, человек замечает, что другие уже давно его обогнали, а он вряд ли успеет наверстать упущенное время своей жизни.

Поскольку же человеческие мечты почти всегда имеют некоторые нереалистические черты, подчас даже фантастические, оценка их расхождения с действительностью в этот период окрашена, как правило, в отрицательные и эмоционально-тягостные тона. Время уходит, дабы проявить разрыв между мечтами и действительностью достаточно ярко, резко и болезненно для человека. Достаточно часто в этот период человек ощущает чувство пустоты и отсутствие смысла жизни.

Некоторые характерные особенности этого периода:

- длительные настроения апатии и депрессии,

- чувства крушения иллюзий и разочарования либо в жизни вообще, либо в определенных людях, которые ранее идеализировались;

- мечты молодости исчезают или грубо разрушаются;

- тревога по поводу смерти вкрадывается в душу, и люди часто говорят, что жизнь их кончится раньше, чем удастся «по-настоящему пожить».

Трансформация иллюзий, которая не является чем-то необычным в период юности, для личности в 30 или 35 лет, может оказаться довольно угрожающим и болезненным.

Некоторые рекомендации психологов для преодоления кризиса среднего возраста и возврату к полноценной жизни:

Первое:

Понять, что происходящее с вами является вполне закономерным явлением, с которым в своей жизни сталкивается каждый человек.

Второе:

Не относиться к трудностям данного периода как к приговору, но как к возможности открытия новых граней себя и новых перспектив в жизни.

Третье:

Не доводить себя до синдрома хронической усталости и переутомления, чаще отдыхать и расслабляться (например, активный отдых, поездки на природу всей семьей или же пешие прогулки и т.д.).

Четвертое:

Найдите для себя источник персонального вдохновения (новое хобби, знакомство с новыми людьми, с которыми у вас схожие интересы, проводите больше времени с друзьями). Попробуйте изменить привычный образ жизни.

Пятое:

Проанализируйте и измените свое отношение к работе. Нравится ли вам то, чем вам приходится заниматься? Получаете ли вы отдачу от своей работы, как в материальном плане, так и в моральном удовлетворении. Приносит ли кому-то пользу ваша работа? Насколько вы справляетесь с

поставленными задачами? Если ответы в основном отрицательные, задумайтесь, может пора уже найти для себя более подходящий вариант?

Шестое:

Восстановить или выстроить вновь доверительные отношения в кругу своей семьи. В большинстве своем именно наша семья является для нас единственным спасательным кругом в бурном море жизненных перипетий.

Седьмое:

Перестать идеализировать себя, научиться смотреть на вещи реально. Это помогает человеку быстрее понять себя. Лучше признаться себе в каких-то промахах и ошибках, которые были допущены в процессе жизни, постараться исправить их, чем умалчивать эти ситуации и делать вид, что все хорошо.

Восьмое:

Часто в зрело возрасте кризис сопровождается боязнью неминуемой старости, боязнь стать немощным и никому не нужным. В этом случае стоит вспомнить знаменитых людей, которые в довольно преклонном возрасте продолжали свою активную деятельность, писали книги, картины и т.д.

Выводы по II главе

1. Для выявления взаимосвязи статусов идентичности в исследуемой выборке был проведен корреляционный анализ показателей методики «Объективного измерения статуса идентичности Дж. Р. Адамса»

Связей было выявлено мало, в частности:

Мораторий идентичности связан с:

- Достигнутой идентичностью ($r=0,30$ при $p\leq0,01$).
- Диффузной идентичностью ($r=0,30$ при $p\leq0,05$).

Т.е. Мораторий идентичности предполагает достигнутую идентичность и диффузную идентичность.

Выявленные связи статусов идентичности могут указывать на их сочетание в нашей выборке, в частности сочетание моратория как с достигнутой, так и диффузной идентичностью. Это указывает на то, что в идентичности представителей нашей выборки наряду с характеристиками, присущими кризису идентичности, присутствуют посткризисные и докризисные проявления.

Можно предположить, что мораторий, как переходное состояние идентичности у представителей нашей выборки преобразуется как в достигнутую идентичность, т.е. обретение своего «Я», так и в диффузную идентичность, т.е. отказ от поиска своей идентичности, собственных ценностей и установок.

2. Для выявления структуры статусов идентичности в исследуемой выборке был проведен факторный анализ показателей методики «Объективного измерения статуса идентичности Дж. Р. Адамса». Выявилось два значимых фактора (доля объяснимой дисперсии 70%.)

В первый фактор DOD 39,1% со значимыми весами вошли мораторий идентичности (0,851), достигнутая идентичность (0,772), принятая идентичность (0,390). Ядро фактора мораторий идентичности (0,851).

В отличие от корреляционного анализа, мораторий идентичности в факторе связан не только с достигнутой, но и с принятой идентичностью. Факторный анализ показывает, что за мораторием идентичности, может следовать не только обретение собственного «Я», но и ригидного не рассуждающего личностного склада принятой идентичности. При этом статусе идентичности некритично заимствуются ценности семьи, группы, любых значимых людей. Фактор может свидетельствовать как о сочетании статусов идентичности в нашей выборке, так и возможных «векторах» развития идентичности. Фактор можно назвать «Мораторий в связи с другими статусами идентичности (возможными направлениями выхода из него» (фактор однополюсный).

Во второй фактор DOD 30,9% со значимыми весами вошли диффузная идентичность (-0,820) и принятая идентичность (0,700). Ядро фактора диффузная идентичность (-0,820). Фактор двухполюсный. На одном полюсе находится принятая идентичность, на другом полюсе, диффузная идентичность. Фактор свидетельствует о том, что диффузная идентичность предполагает снижение принятой идентичности. Такое соотношение статусов идентичности возможно, в случае если человек, отказываясь формировать собственную идентичность, также отказывается некритически принимать взгляды и ценности ближайшего окружения. Вероятно, фактор описывает предкризисное состояние идентичности, осложненное сильным давлением значимых окружающих, которому молодой человек сопротивляется. Фактор можно назвать «Оппозиция принятого и диффузного статусов идентичности»

3. Для выявления групп, различающихся профилями статусов идентичности был проведен кластерный анализ K-Mean Cluster показателей методики «Объективного измерения статуса идентичности Дж. Р. Адамса»

Было выявлено 3 кластера, различающихся профилем статусов идентичности.

Первый кластер (22 человека) характеризуется высоким уровнем принятой и промежуточным уровнем моратория и достигнутой

идентичности. Т.е относительно продвинувшись в поиске собственного «Я», представители этой группы в наибольшей степени характеризуются также заимствованием готовых норм и ценностей. Назовём «Группа с высоким уровнем принятой идентичности».

Второй кластер (14 человек) отличается низким уровнем достигнутой идентичности, моратория и принятой идентичности. Т.е. относительно отстающие в поиске собственных ценностей и установок, представители этой группы, все же в наименьшей степени характеризуется заимствованием готовых установок. Уровень диффузной идентичности в группе сближается с ее уровнем в первой группе. Обозначим группу «Группа с низким уровнем достигнутой, принятой идентичности и моратория».

Третий кластер (18 человек) с высоким уровнем достигнутой идентичности и моратория идентичности, возможно, наиболее предрасположен к позитивному прохождению кризиса. Представители группы в меньшей степени (как и представители второй группы) характеризуются наличием заимствованных установок. Однако диффузная идентичность, означающая отказ от поиска собственного «Я», в группе также имеет самый высокий уровень. Обозначим группу «Группа с высоким уровнем достигнутой идентичности и моратория».

Выделившиеся с помощью кластерного анализа группы с точки зрения сочетания статусов имеют свои сильные и слабые стороны. Положительными моментами, отличающими исследуемую выборку является то, что

- Основную ее часть составили респонденты с высоким и средним уровнем благоприятных статусов достигнутой идентичности и моратория (1 и 3 группы, всего 40 человек),
- более половины выборки (2 и 3 группы, 32 человека) характеризует низкий уровень принятой идентичности.

Данные кластерного анализа соответствуют сочетанию статусов идентичности в первом факторе п.3.1.2. Мы видим, что в группах с высоким

уровнем моратория высокий уровень достигнутой идентичности сочетается с высоким и средним уровнем принятой идентичности. Они соответствуют также обнаруженному во втором факторе сочетанию диффузной и принятой идентичности: в двух группах при высоком уровне диффузной идентичности, имеется низкий уровень принятой идентичности

4. Для выявления взаимосвязи статусов идентичности, форм и сфер отчуждения был проведен корреляционный анализ показателей методики «Объективного измерения статуса идентичности Дж. Р. Адамса» и «Опросника субъективного отчуждения Е.Н.Осина». Было выявлено всего 2 связи.

Выявилось всего две значимых связи.

Достигнутая идентичность образует связь нигилизмом ($r=0,31$ при $p\leq0,05$).

Принятая идентичность образовала связь с отчуждением от общества ($r=0,55$ при $p\leq0,01$).

Таким образом, достигнутая идентичность, как состояние идентичности зрелого человека, нашедшего своё «Я», предполагает форму отчуждения нигилизм, как убеждение в отсутствии смысла и активность, направленную на подтверждение этого убеждения. Эта активность предполагает деструктивную позицию, отрицание ценностей.

5. Для выявления структуры статусов идентичности, форм и сфер отчуждения был проведен факторный анализ показателей методики «Объективного измерения статуса идентичности Дж. Р. Адамса», а также частных показателей «Опросника субъективного отчуждения Е.Н.Осина».

Выявилось 4 фактора (доля объяснимой дисперсии 80%).

Нас интересуют только третий и четвертый фактор, так как первый фактор DOD 42,6% отображает только взаимосвязи отчуждения, а второй фактор DOD 12,6% – взаимосвязи статусов идентичности

В третий фактор DOD 11,3% со значимыми весами вошли отчуждение от общества (-0,392), диффузная идентичность (0,748) и принятая

идентичность (-0,656). Ядро фактора диффузная идентичность (0,748). Фактор двухполюсный. На одном полюсе находится диффузная идентичность, на другом полюсе, отчуждение от общества и принятая идентичность. Фактор свидетельствует о том, что диффузная идентичность предполагает снижение принятой идентичности и отчуждения от общества. Мы имеем сочетание статусов идентичности, при которой человек не пытается войти в кризис, при этом он не стремится также принять ценности, нормы значимых личностей. В той степени однако, в которой он заимствует ценности ближайшего окружения, он отчуждается от общества. Фактор можно назвать: «Диффузная идентичность, снижающая принятую идентичность и отчуждение от общества».

Статусы идентичности в факторе совпадают с представленными во втором факторе структуры статусов идентичности, только здесь они конкретизированы с точки зрения особенностей отчуждения.

В четвертый фактор DOD 8,5% со значимыми весами вошли авантюризм (0,642), отчуждение от семьи (-0,384), достигнутая идентичность (-0,521). Ядро фактора авантюризм (0,642). Фактор двухполюсный. На одном полюсе находится форма отчуждения авантюризм, на другом полюсе – отчуждение от семьи и достигнутая идентичность. Фактор свидетельствует о том, что достигнутая идентичность предполагает отчуждение от семьи.

6. Исходя из результатов корреляционного и факторного анализов, можно обозначить некоторые особенности связи статусов идентичности с формами и сферами отчуждения в исследуемой выборке.

Достигнутая идентичность, как состояние идентичности человека, нашедшего своё «Я», предполагает форму отчуждения нигилизм. Человек ставит под сомнение общепринятые идеалы, нормы нравственности и культуры. Однако отрицание ценностей, по мнению Э. Эриксона – это потребность в вере, выражаемая громким и циничным неверием.

Принятая идентичность предполагает отчуждение от общества, что может косвенно указывать на противоречие семейных ценностей (ценностей ближайшего окружения), разделяемых молодым человеком и общественных ценностей. При этом диффузная идентичность, снижает как принятую идентичность, так и отчуждение от общества. Человек, не предпринимающий попыток войти в кризис, не стремится также заимствовать ценности семьи и ближайшего окружения. При этом он сторонится общества в той мере, в которой на него оказывает влияние семья.

Вступая в период практической самореализации, личность выходит из родительской семьи, для поддержания своей идентичности в условиях самостоятельной жизни. Человек уже нашедший своё «Я», не имеет склонности к рискованным, сомнительным мероприятиям и приключениям и готов к созданию собственной семьи.

Таким образом, мы обнаружили связи статусов идентичности со смыслоутратой (отчуждением), определив их в связи со смыслом жизни «от обратного», в негативной форме.

7. Для выявления взаимосвязи статусов идентичности с осмысленностью жизни, а также их структуры, были предпринят корреляционный и факторный анализы методик «Объективного измерения статуса идентичности Дж. Р. Адамса» и «Тест смысложизненных ориентации (СЖО) Д.А Леонтьева».

Статусы идентичности и осмысленности жизни со значимыми факторными весами оказались в разных факторах.. Связей между статусами идентичности и осмысленностью жизни также не обнаружено. Таким образом, часть гипотезы о том, что существуют значимые положительные связи позитивных статусов идентичности (мораторий, достигнутая идентичность) с осмысленностью жизни не подтвердилась. Также не подтвердилось то, что существуют значимые отрицательные связи неблагоприятных статусов идентичности (диффузная, принятая идентичность) с осмысленностью жизни.

8. Для выявления структуры статусов идентичности, осмысленности жизни и форм отчуждения был предпринят факторный анализ показателей методик «Объективного измерения статуса идентичности Дж. Р. Адамса», частных показателей «Теста смысложизненных ориентации (СЖО) Леонтьев Д.А», а также показателей форм отчуждения методики «Опросник субьективного отчуждения Е.Н.Осина». Выявилось 2 значимых фактора (доля объяснимой дисперсии 54,8%).

Первый фактор DOD 35,8% включает полную структуру показателей осмысленности жизни. В фактор со значимыми весами вошли процесс (0,917), результат (0,893), локус контроля - жизнь (0,887), локус контроля Я (0,851), цель (0,848) , вегетативность (-0,585) и бессилие (-0,483). Ядро фактора процесс (0,917). Фактор двухполюсный. Как мы видим, на одном полюсе представлены характеристики осмысленности жизни, на другом – формы отчуждения; что подтверждает представление об отчуждении как смыслоутрате (Д.А. Леонтьев, Е. Осин). Фактор свидетельствует о том, что осмысленность жизни, как энергетическая характеристика смысловой сферы, количественная мера степени и устойчивости направленности жизнедеятельности субъекта на какой-то смысл, предполагает снижение наиболее тяжелых форм отчуждения. К ним относятся бессилие как утрата человеком веры в свою способность влиять на жизненные ситуации, однако при сохранении ощущения их важности и вегетативность, как неспособность поверить в истину, важность или ценность любой реально осуществляемой или воображаемой деятельности. Фактор обозначили как: «Осмысленность жизни, снижающая тяжелые формы отчуждения».

Второй фактор DOD 19,0%. В фактор со значимыми весами вошли бессилие (0,650), вегетативность (0,618) (самые тяжелые формы отчуждения) и с меньшим факторным весом авантюризм (0,352), достигнутая идентичность (0,656), принятая идентичность (0,477) и мораторий (0,410). Ядро фактора нигилизм (0,800). Фактор однополюсный.

В факторе из статусов идентичности с наибольшим факторным весом представлена достигнутая идентичность, а из форм отчуждения – нигилизм. Присоединение других форм отчуждения можно объяснить сочетанием достигнутой идентичности с принятой идентичностью и мораторием. Таким образом, структура идентичности, в которой достигнутая идентичность сочетается с принятой, характеризуется не только нигилизмом, но также вегетативностью, бессилием, как самыми тяжелыми сферами отчуждения, и в меньшей степени авантюризмом.

Таким образом, хотя мы не обнаружили связей статусов идентичности с осмысленностью жизни, выявилась их связь со смыслоутратой (отчуждением). Фактор можно назвать: «Формы отчуждения, сопутствующие сочетанию статусов достигнутой, принятой идентичности и моратория».

9. Для выявления структуры статусов идентичности, осмысленности жизни и сфер отчуждения был предпринят факторный анализ показателей методик «Объективного измерения статуса идентичности Дж. Р. Адамса», «Теста смысложизненных ориентации (СЖО) Леонтьев Д.А» и показателей сфер отчуждения методики «Опросник субьективного отчуждения Е.Н.Осина». Выявилось 3 значимых фактора (доля объяснимой дисперсии 64,1%).

Первый фактор DOD 33,7% имеет полную структуру осмысленности жизни. В фактор со значимыми весами вошли процесс (0,933), результат (0,881), локус контроля Я (0,875), локус контроля жизни (0,864) и цель(0,821), отчуждение от себя (-0,575) и отчуждение в межличностных отношениях(-0,521).

Ядро фактора - процесс (0,933). Фактор двухполюсный. На одном полюсе находятся характеристики осмысленности жизни, на другом - отчуждение от себя и отчуждение в межличностных отношениях. Фактор свидетельствует о том, что осмысленность жизни предполагает снижение отчуждения от себя (самоотчуждения) и отчуждения в межличностных отношениях. Это можно объяснить тем, что, как уже было сказано ранее,

осмысленность жизни предполагает уже найденное «Я» и принятие себя и других.

Второй фактор DOD 18,8% имеет полную структуру сфер отчуждения. В фактор, со значимыми весами вошли отчуждение от работы (0,665), отчуждение в межличностных отношениях (0,597), отчуждение от себя (0,470) и в наименьшей степени отчуждение от семьи (0,365), принятая идентичность (0,642) и достигнутая идентичность (0,447). Ядро фактора - отчуждение от общества (0,842). Фактор двухполюсный. Фактор свидетельствует о том, что отчуждение человека в различных сферах предполагает принятую идентичность, как состояние идентичности индивида, не прошедшего кризиса, однако имеющего устойчивую систему ценностей, сформированных посредством идентификации со значимыми лицами и достигнутую идентичность, как состояние идентичности индивида, прошедшего кризис и имеющего уникальную систему личностно значимых ценностей. Фактор был назван: «Принятая идентичность в сочетании с достигнутой идентичностью и соответствующие им сферы отчуждения»

Третий несмешанный фактор не представлял для нас интереса.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Идентичность представляет собой структуру, субъективно переживаемую человеком как чувство тождественности и постоянства собственной личности при восприятии других, признающих это тождество. Человек со сформированной идентичностью ощущает себя и свое бытие постоянным, а прошлое, настоящее и будущее воспринимает как единое целое.

Каждый человек в течение жизни сталкивается с определенными переломными моментами, когда остро осознает свою беспомощность перед неизведанностью бытия и определением своей роли в нем. Эти этапы характеризуются переосмыслением ценностей, которые ранее считались незыблемыми, поисками смысла жизни и формированием идей для его достижения. Кризис идентичности, по мнению психологов, является важной точкой отсчета в процессе утверждения человека в качестве полноценной личности, которая способна противостоять социуму, имея собственные взгляды и убеждения.

Все уровни зрелости сопряжены с личностным кризисом. Ф. Перлз считает: главным ее показателем является умение найти выход из тупиковой ситуации, опираясь на собственные ресурсы. Зрелость позволяет преодолеть фрустрацию и страх, умея рисковать и принимать ответственные решения.

В результате проведенного исследования можно говорить о следующем: выявленные связи статусов идентичности могут указывать на их сочетание в нашей выборке, в частности сочетание моратория как с достигнутой, так и диффузной идентичностью. Это указывает на то, что в идентичности представителей нашей выборки наряду с характеристиками, присущими кризису идентичности, присутствуют посткризисные и докризисные проявления.

Мораторий, как переходное состояние идентичности у представителей нашей выборки преобразуется как в достигнутую идентичность, т.е.

обретение своего «Я», так и в диффузную идентичность, т.е. отказ от поиска своей идентичности, собственных ценностей и установок.

Мораторий идентичности в факторе связан не только с достигнутой, но и с принятой идентичностью. За мораторием идентичности, может следовать не только обретение собственного «Я», но и ригидного не рассуждающего личностного склада принятой идентичности. При этом статусе идентичности некритично заимствуются ценности семьи, группы, любых значимых людей. Фактор может свидетельствовать как о сочетании статусов идентичности в нашей выборке, так и возможных «векторах» развития идентичности. Фактор можно назвать «Мораторий в связи с другими статусами идентичности (возможными направлениями выхода из него» (фактор однополюсный).

Диффузная идентичность предполагает снижение принятой идентичности. Такое соотношение статусов идентичности возможно, в случае если человек, отказываясь формировать собственную идентичность, также отказывается некритически принимать взгляды и ценности ближайшего окружения.

Было выявлено 3 кластера, различающихся профилем статусов идентичности.

Первый кластер (22 человека) характеризуется высоким уровнем принятой и промежуточным уровнем моратория и достигнутой идентичности. Т.е относительно продвинувшись в поиске собственного «Я», представители этой группы в наибольшей степени характеризуются также заимствованием готовых норм и ценностей. Назовём «Группа с высоким уровнем принятой идентичности».

Второй кластер (14 человек) отличается низким уровнем достигнутой идентичности, моратория и принятой идентичности. Т.е. относительно отстающие в поиске собственных ценностей и установок, представители этой группы, все же в наименьшей степени характеризуется заимствованием готовых установок. Уровень диффузной идентичности в группе сближается с

ее уровнем в первой группе. Обозначим группу «Группа с низким уровнем достигнутой, принятой идентичности и моратория».

Третий кластер (18 человек) с высоким уровнем достигнутой идентичности и моратория идентичности, возможно, наиболее предрасположен к позитивному прохождению кризиса. Представители группы в меньшей степени (как и представители второй группы) характеризуются наличием заимствованных установок. Однако диффузная идентичность, означающая отказ от поиска собственного «Я», в группе также имеет самый высокий уровень. Обозначим группу «Группа с высоким уровнем достигнутой идентичности и моратория».

Выделившиеся с помощью кластерного анализа группы с точки зрения сочетания статусов имеют свои сильные и слабые стороны. Положительными моментами, отличающими исследуемую выборку является то, что

- Основную ее часть составили респонденты с высоким и средним уровнем благоприятных статусов достигнутой идентичности и моратория (1 и 3 группы, всего 40 человек),
- более половины выборки (2 и 3 группы, 32 человека) характеризует низкий уровень принятой идентичности.

Исходя из результатов корреляционного и факторного анализов обозначим некоторые особенности связи статусов идентичности с формами и сферами отчуждения в исследуемой выборке.

Достигнутая идентичность, как состояние идентичности человека, нашедшего своё «Я», предполагает форму отчуждения нигилизм. Человек ставит под сомнение общепринятые идеалы, нормы нравственности и культуры. Однако отрицание ценностей, по мнению Э. Эриксона – это потребность в вере, выражаемая громким и циничным неверием.

Принятая идентичность предполагает отчуждение от общества, что может косвенно указывать на противоречие семейных ценностей (ценностей ближайшего окружения), разделяемых молодым человеком и общественных

ценностей. При этом диффузная идентичность, снижает как принятую идентичность, так и отчуждение от общества. Человек, не предпринимающий попыток войти в кризис, не стремится также заимствовать ценности семьи и ближайшего окружения. При этом он сторонится общества в той мере, в которой на него оказывает влияние семья.

Вступая в период практической самореализации, личность выходит из родительской семьи, для поддержания своей идентичности в условиях самостоятельной жизни. Человек уже нашедший своё «Я», не имеет склонности к рискованным, сомнительным мероприятиям и приключениям и готов к созданию собственной семьи. Были обнаружены связи статусов идентичности со смыслоутратой (отчуждением), определив их в связи со смыслом жизни «от обратного», в негативной форме.

Теоретический анализ и результаты исследования позволяют говорить о том, что исследуемая тема актуальна и предполагает ее дальнейшее изучение с целью более глубокого раскрытия, но это уже предмет отдельного исследования в рамках данного исследования цель достигнута, задачи решены, гипотеза подтверждена на эмпирическом уровне.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. *Абраменкова, В.В.* Проблема отчуждения в психологии / В.В. Абраменкова // Вопросы психологии. – 1990. – №1. – С. 5-12.

2. *Ананьев, Б.Г.* Человек как предмет познания / Б.Г. Ананьев. – СПб., 2010. – 282 с.

3. *Анцыферова, Л.И.* Личность в трудных жизненных условиях: переосмысление, преобразование жизненных ситуаций и психологическая защита / Л.И. Анцыферова. – М., 2009. – 130 с.

4. *Выготский, Л.С.* Психология развития человека / Л.С. Выготский. – М.: Эксмо, 2011. – 1136 с.

5. *Гордеева, Т.О.* Теория самодетерминации: настоящее и будущее. Часть 1: Проблемы развития теории [Электронный ресурс] / Т.О. Гордеева // Психологические исследования: электрон. науч. журн. 2010. N 4(12). Режим доступа: URL: http://psystudy.ru

6. *Гордеева, Т.О.* Теория самодетерминации: настоящее и будущее. Часть 2: Вопросы практического применения теории [Электронный ресурс] / Т.О. Гордеева // Психологические исследования: электрон. науч. журн. 2010. N 5(13). Режим доступа: URL: http://psystudy.ru

7. *Деркач, А.А.* Субъект: формы, механизмы и пути развития / А.А. Деркач. – Казань: Центр инновационных технологий, 2011. – 120 с.

8. *Жукова, О.И.* Кризис идентичности как нормообразующее становление личности / О.И. Жукова, В.Д. Жуков [Электронный ресурс]: журнал «Вестник Кемеровского государственного университета культуры и искусств» – 2014, № 29-1. – URL: http://cyberleninka.ru/article/n/krizis-identichnosti-kak-normoobrazuyuschee-stanovlenie-lichnosti

9. *Кон, И.С.* Проблема «Я» в психологии. Психология самосознания: Хрестоматия [Текст] / И.С. Кон. – Самара: Изд. дом БАХРАХ–М, 2009. – 53 с.

10. *Коржова, Е.Ю.* Развитие личности в контексте жизненной ситуации / Е.Ю. Коржова / Сост. и общая редакция Н.В. Гришиной. – СПб.: Питер, 2016. – С. 279-285.

11. *Косенчук, Л.Ф.* Сущность идентичности и основные подходы к ее исследованию / Л.Ф. Косенчук // Теория и практика общественного развития. – 2014, №1 [Электронный ресурс]: URL: http://cyberleninka.ru/article/n/suschnost-identichnosti-i-osnovnye-podhody- k-ee-issledovaniyu

12. *Латыпов, И.В.* Отчужденность как фактор дезадаптации человека в современном обществе / И.В. Латыпов // Инновационный потенциал психологии в развитии человека XXI века. Сборник трудов межрегиональной научно-практической конференции с международным участием. Владивосток: Изд-во ВГУЭС, 2010. – 310 с. Латыпов, И.В. Соотношение феномена самоотчуждения с образом Я личности / И.В. Латыпов: автореф. дисс….. на соискание ученой степени кандидата психологических наук. – Хабаровск, 2011. – 26 с.

13. *Леонтьев, Д.А.* Психология свободы: к постановке проблемы самодетерминации личности / Д.А. Леонтьев // Психологический журнал. – 2000. – №1. – С. 15-25.

14. *Леонтьев, Д.А.* Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой реальности / Д.А. Леонтьев. – 3-е изд., доп. – М.: Смысл, 2007. – 511 с.

15. *Ливехуд Б.* Кризисы жизни — шансы жизни: развитие личности между детством и старостью. Калуга, 1994.

16. *Лэнгле А.* Жить аутентично: как, несмотря ни на что, стать самим собой? /Person. Экзистенциально-аналитическая теория личности. М.:Генезис. 2006, с.79–111

17. *Мадди, С.* Теории личности: сравнительный анализ / С. Мадди // Пер. с англ. И. Авидона, А. Батустина, П. Румянцевой. – СПб.: Издательство «Речь», 2012. – 539 с.

18. *Маслоу, А.* Психология бытия / А. Маслоу. – К.: Psylib, 2009. – 138 с.

19. *Мэй, Р.* Открытие Бытия / Р. Мэй. – М.: Институт Общегуманитарных Исследований, 2009. – 224 с.

20. *Мясищев, В.Н.* Психология отношений / В.Н. Мясищев. – М.: МОДЭК, 2011. – 400 с.

21. *Нартова-Бочавер, С.К.* Человек суверенный: психологическое исследование субъекта в его бытии / С.К. Нартова-Бочавер. – СПб.: Питер, 2014. – 400 с.

22. *Осин Е.Н.* Смыслоутрата как переживание отчуждения: структура и диагностика//Диссертация на соискание ученой степени кандидата психологических наук. – Москва, 2007. – 247 с.

23. *Роджерс, К.* Взгляд на психотерапию. Становление человека / К. Роджерс. – М.: Издательская группа «Прогресс», 2008. – 480 с.

24. *Салихова, Н.Р.* Жизненное пространство личности в зависимости от барьерности или реализуемости ценностей / Н.Р. Салихова // Известия Тульского государственного университета. Серия «Психология». Выпуск 6 / Под ред. Е.Е. Сапоговой. – Тула: Издательство ТулГУ, 2009. – С.149-165.

25. *Самойлик, Н.А.* Феноменология кризиса идентичности / Н.А. Самойлик // Мир науки, культуры, образования. – 2010, – №6. – С. 1-5.

26. *Татарко, С.А.* Измерение идентичности в рамках статусной модели Дж. Марсии / С.А. Татарко // Психологическая диагностика. – 2009. – №1. – С. 5-44.

27. *Терра, Т.К.* Динамика удовлетворенности жизнью, самоотношения и самоактуализации / Т.К. Терра // Материалы научно-практической конференции «Ананьевские чтения – 2008» / Под ред. Л.А. Цветковой, Н.С. Хрусталёвой. – СПб.: Изд-во СПб. ун-та, 2008. – С. 740.

28. *Тиллих, П.* Мужество быть / П. Тиллих. – К.: Дух і Літера, 2013. – 200 с.

29. *Тишков, В.А.* Идентичность и культурные границы.// Идентичность и конфликт в постсоветстких государствах. М., 1997, с. 15-44.

30. *Трубина, Е.Г.* Рассказанное Я: проблема персональной идентичности в философии современности. Екатеринбург, 1995. Фурастье Ж. Европейская цивилизация и европейская идентичность: анализ проблемы // Историко-культурные основы европейской цивилизации. М., 1992. С. 3-36.

31. *Франкл, В.* Воля к смыслу / В. Франкл. – М.: Апрель Пресс; ЭКСМО-Пресс, 2008. – 97 с.

32. *Фромм, Э.* Иметь или быть / Э. Фромм / Перевод Э.М. Телятниковой. – М.: Аст, Астрель, 2016. – 320 с.

33. *Шильштейн, Е.С.* Уровневая организация системы «Я».// Вестник МГУ, сер.14(психология), 1999, № 2, с. 34-45.

34. *Шпрангер, Э.* Основные идеальные типы индивидуальности / Э. Шпрангер // Психология личности / Под ред. Ю.Б. Гиппенрейтер, А.А. Пузырея. – М., 2009. – С. 55-60.

35. *Шрейдер, Ю.А.* Человеческая рефлексия и две системы этического сознания.// Вопросы философии, № 7, 1990, с. 32-41.

36. *Элкинд, Э.* Эрик Эриксон и восемь стадий человеческой жизни / Э. Элкинд / Пер. с. англ. – М.: Когито-центр, 2009. – 110 с.

37. *Эриксон, Э.* Восемь возрастов человека / Э. Эриксон / Детство и общество. – Изд. 2-е, переработанное и дополненное / Пер. Алексеева А.А. – СПб.: Речь, 2008. – 416 с.

38. *Эриксон, Э.* Идентичность: юность и кризис: Пер. с англ./ Общ.ред. и предисл. Толстых А. В. М.: Издательская группа "Прогресс", 1996. – 226 с.

39. *Ядов, В.А.* Социальные и социально-психологические механизмы формирования социальной идентичности личности.// Мир России, 1995, № 3-4.

40. *Bloom, W.* Personal identity, national identity and international relations. Cambridge: Cambridge University Press, 1996. – P. 240.

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1

Опросник объективного измерения статуса эгоидентичности (Objective Measure of Status Ego-Identity – OMEIS-R Дж. Адамса) – русская версия Т.А. Гаврилова и Е.В. Глушак.

Цель: выявление статусов идентичности согласно концепции Дж. Марсиа.

Инструкция: Внимательно прочитайте каждое утверждение. Следует отвечать на всё утверждение в целом, а не на какую-то его часть. Вам предлагается шкала ответов, от «полностью согласен» до «совершенно не согласен». Нужно выбрать тот ответ, который подходит именно для Вас. Сначала Вы можете решить, соглашаетесь ли Вы с этим утверждением или нет в целом, а затем уже решить, в какой степени. Нам действительно интересно знать, как эти утверждения отражают именно Вашу ситуацию. Спасибо.
Шкала ответов:
1= полностью согласен.
2= согласен.
3= скорее согласен.
4= скорее не согласен.
5= не согласен.
6= совершенно не согласен.

1. Я всё ещё думаю, какая профессия была бы мне по душе. Пока что я собираюсь просто работать, ожидая, пока появится что-то получше.		
2. Нет религии, которая бы привлекала меня, и я не чувствую необходимости её искать.		
3. Мои представления о том, что должны делать мужчины и женщины, соответствуют представлениям моих родителей. То, что подошло им - подойдёт и мне.		
4. Я не могу представить себе какой-то «стиль жизни», который привлекал бы меня больше, чем другие.		
5. Существует очень много разных типов людей, и мне пока неясно, какие люди могут быть моими друзьями - а какие - нет.		
6. Если меня приглашают - то я отдыхаю в компании, но я предпочитаю самостоятельно планировать свой отдых.		
7. Я никогда не задумываюсь над тем, есть ли у меня привычный способ знакомства. Я вообще не задумываюсь о том, знакомлюсь я или нет.		
8. В политике всё меняется довольно быстро. Но, я думаю, прежде всего важно понимать собственные политические взгляды.		
9. Я всё ещё пытаюсь оценить свои возможности и решить, для какой работы я подхожу более всего.		

10. Обычно я не задумываюсь о религии. Так или иначе, это меня не особо заботит.		
11. Я задумываюсь над тем, кто и за что будет отвечать в моей собственной семейной жизни.		
12. Я думаю над собственной перспективой, но пока ещё нельзя сделать каких-либо выводов.		
13. Дружба может завязываться по разным причинам, но я лично выбираю друзей самостоятельно. Для меня важно, какие из моих ценностей разделяют мои друзья, и в чём мы похожи.		
14. Если я не знаю, как провести свободное время, я пытаюсь попробовать всё возможное и найти то занятие, которое бы мне понравилось.		
15. Благодаря опыту, я понимаю, какой стиль взаимоотношений с противоположным полом подходит мне.		
16. Я по-настоящему не интересуюсь политикой.		
17. С тех пор, как мои родители сказали, что им нужно, я не задаюсь вопросами о своей будущей профессии.		
18. Вера каждого уникальна. Я часто думаю над этим и точно знаю, во что могу верить именно я.		
19. Меня никогда не интересовало, как должны вести себя мужчины и женщины в браке. Меня это просто не интересует.		
20. Мне понадобилось время, чтобы понять, каким должен быть стиль моей жизни. И я не поверю никому, кто попробует меня убедить в обратном.		
21. Родители лучше меня знают, кто может быть моим другом, а кто - нет.		
22. Обычно я выбираю несколько способов провести свободное время, и они меня устраивают.		
23. Я не уделяю много внимания знакомствам. Всё происходит естественно.		
24. Я думаю, в том, что касается политики, я действую так же, как и моя семья. Например, я голосую так, как они.		
25. Я не ищу ту работу, которая подходит именно мне. Я просто делаю, что придётся.		
26. Я не знаю, что именно религия значит для меня. Мне хотелось бы измениться, но я ещё не понимаю, как.		
27. Мои представления о ролях мужчин и женщин такие же, как и в моей семье. Я не вижу смысла их менять.		
28. Мои родители решили, какой стиль жизни подойдёт мне, и я не вижу смысла задаваться вопросом по этому поводу.		
29. У меня нет близких друзей. Сейчас я не испытываю в них необходимости.		
30. Иногда я присоединяюсь к своим друзьям на отдыхе, но у меня нет		

необходимости регулярно придумывать, как провести свободное время.		
31. Мои отношения с противоположным полом складывались по-разному. Мне до сих пор неясно, какие отношения подходят мне больше всего.		
32. Существует множество политических партий и идей. Я не могу решить, каким из них следовать до тех пор, пока не пойму, что они из себя представляют.		
33. После недолгих раздумий мне совершенно ясно, к чему я стремлюсь в карьере.		
34. Религия меня запутывает. Я всё ещё меняю свои взгляды на то, что для меня правильно, а что - нет.		
35. Мне потребовалось некоторое время, чтобы понять, как должны строиться отношения супругов в браке. Но теперь я точно знаю, какие отношения больше всего подойдут мне.		
36. Мой взгляд на жизнь - итог долгих обсуждений и самоанализа.		
37. Мои друзья - это те, кому доверяют мои родители.		
38. Обычно я провожу своё свободное время так, как принято у нас в семье. Я просто не задумываюсь над тем, что это можно делать как-то ещё.		
39. Я знакомлюсь в основном с теми людьми, на кого укажут мне родители.		
40. Я разделяю далеко не все политические взгляды своих родителей.		
41. Мои родители давно решили, чем мне необходимо заниматься, и я просто следую их планам.		
42. Я задаю себе вопрос о вере, и сейчас я точно понимаю, во что верю.		
43. Я думаю над тем, какими сейчас должны быть муж и жена. Но окончательного решения нет до сих пор.		
44. Мои взгляды на жизнь такие же, как и у родителей. Они достаточно хороши для меня.		
45. Благодаря большому опыту дружеских взаимоотношений, я точно понимаю, что для меня значат друзья.		
46. Мне доводилось по-разному проводить свободное время. Но теперь мы с друзьями нашли занятие по душе.		
47. Я до сих пор неясно себе представляю, как должны строиться мои отношения с противоположным полом.		
48. Я не знаю, каковы мои политические взгляды. Но я пытаюсь представить себе то. что меня действительно заинтересует.		
49. После долгих размышлений мне стало ясно, как будет строиться моя карьера.		
50. Я разделяю те же религиозные убеждения, что и мои родители. Не знаю, почему.		
51. Существует много разных типов взаимоотношений между супругами. И я совершенно не представляю себе, как это будет выглядеть в моём случае.		

52. Я наслаждаюсь жизнью в целом и не могу представить себе необходимости придерживаться какой-то конкретной точки зрения на жизнь.		
53. У меня нет близких друзей. Мне просто нравится весело проводит время с разными людьми.		
54. Я по-разному провожу время, надеясь понять, что же мне действительно нравится.		
55. Я знакомлюсь с разными людьми, но точно знаю, каковы мои «неписаные правила» для знакомства, и почему именно я знакомлюсь с каждым человеком.		
56. Политика не интересует меня настолько, чтобы понять, какого из политических движений я придерживаюсь.		
57. Не могу решить, какую профессию выбрать. Есть много разных возможностей.		
58. У меня не возникало вопросов по поводу религии. То, что подошло моим родителям, подойдёт и мне.		
59. Мнения по поводу ролей мужчин и женщин настолько различаются, что я предпочитаю об этом не думать.		
60. После самоанализа мне стало понятно, какой должна быть моя жизнь.		
61. Я не знаю, кто из друзей лучше для меня. Я всё ещё пытаюсь понять, что такое дружеские отношения вообще.		
62. Мои предпочтения относительно профессии взяты от родителей. И я не пытаюсь это изменить.		
63. Я знакомлюсь только с теми людьми, которых одобряют мои родители.		
64. В моей семье всегда были собственные политические и моральные взгляды на такие вопросы как, например, аборт и эвтаназия. И я полностью их разделяю.		

Приложение 2

Опросник субъективного отчуждения С. Мадди

Цель: измерение переживания индивидом отчуждения.

Перед Вами список утверждений, которые описывают различные стороны нашей жизни. Пожалуйста, для каждого утверждения обведите цифру, соответствующую степени Вашего согласия с этим утверждением:

1	2	3	4	5
совершенно не согласен	**скорее не согласен**	**Нечто среднее**	**скорее согласен**	**совершенно согласен**

Помните, что здесь нет правильных и неправильных ответов. Нам интересно Ваше собственное мнение.

	совер ш. не согл.	скорее не согл.	нечто средне е	скорее согл.	совер ш. согл.
1. В современном обществе нет по-настоящему достойных целей и ценностей.	1	2	3	4	5
2. Жизнь людей полностью зависит от решений политиков.	1	2	3	4	5
3. Люди занимаются общественной работой только ради получения власти.	1	2	3	4	5
4. Меня восхищают акции протеста, полные опасности и драматизма.	1	2	3	4	5
5. В нашей стране невозможно чего-либо добиться.	1	2	3	4	5
6. Вся моя жизнь подчинена общественным требованиям и нормам.	1	2	3	4	5
7. Как искренне ни стремятся люди преобразовать общество, к лучшему оно всё равно не меняется.	1	2	3	4	5
8. Жить, никогда не нарушая никаких законов и правил, слишком скучно.	1	2	3	4	5
9. Наши законы настолько несправедливы, что я не хочу иметь с ними дела.	1	2	3	4	5
10. Один человек ничего не может изменить в общественных устоях.	1	2	3	4	5
11. Государство предназначено принуждать и угнетать людей в интересах власть имущих.	1	2	3	4	5
12. Я хотел бы родиться во времена великих переворотов и революций.	1	2	3	4	5
13. Я не верю, что жизнь в нашей стране изменится к лучшему.	1	2	3	4	5
14. Общество создаёт законы и правила, а человек может только подчиниться им.	1	2	3	4	5
15. Политика — простой способ нажиться за счёт государства.	1	2	3	4	5

	совер	скорее	нечто	скорее	совер

	ш. не согл.	не согл.	средне е	согл.	ш. согл.
16. Интереснее жить в стране, где никогда не знаешь, что случится завтра, чем в стабильной и предсказуемой.	1	2	3	4	5
17. Если друг говорит мне, что ему понравился урок (лекция), мне трудно ему поверить.	1	2	3	4	5
18. Учениками (студентами), которым с трудом даётся учёба, учителя (преподаватели) могут помыкать как хотят.	1	2	3	4	5
19. Большая часть учебного времени в школе (институте) уходит на всякие бессмысленные занятия.	1	2	3	4	5
20. Умело воспользоваться шпаргалкой на контрольной или экзамене куда интереснее, чем учить всё подряд.	1	2	3	4	5
21. Я не чувствую желания читать дополнительную литературу или ходить на факультативы.	1	2	3	4	5
22. Сколько ни учись, всё, чего хотят учителя (преподаватели), всё равно не выучишь.	1	2	3	4	5
23. Учиться бессмысленно: всё равно основная масса полученных знаний в жизни не пригодится.	1	2	3	4	5
24. Время лекции или урока я часто использую для более интересных занятий.	1	2	3	4	5
25. Учёба кажется мне скучной и тягостной.	1	2	3	4	5
26. Оценка скорее зависит от желаний или настроения учителя (преподавателя), чем от знаний ученика (студента).	1	2	3	4	5
27. Большинство людей учатся, чтобы получать хорошие оценки и избегать плохих, а не потому, что им это интересно.	1	2	3	4	5
28. Всё время приходить на занятия подготовленным — слишком скучно.	1	2	3	4	5
29. Я не получаю удовольствия от учёбы: просто вкладываю своё время и получаю оценки.	1	2	3	4	5
30. Если учитель (преподаватель) неправ, я всё равно не могу убедить его в этом.	1	2	3	4	5
31. Люди, которые утверждают, что учиться всегда интересно — просто лицемеры.	1	2	3	4	5
32. Если урок или лекция вдруг отменяется, это вносит в школьную жизнь хоть какое-то приятное разнообразие.	1	2	3	4	5
33. Общение со сверстниками чаще утомляет меня, чем доставляет удовольствие.	1	2	3	4	5
34. Каждый стремится использовать тебя в своих целях, и с этим ничего не поделаешь.	1	2	3	4	5
35. Когда пытаешься любить людей или заботиться о них, в конце концов они всё равно причиняют тебе боль.	1	2	3	4	5
36. Споры — это самое интересное в общении с людьми.	1	2	3	4	5
37. Большинство вещей, которые люди говорят друг другу, просто бессмысленны.	1	2	3	4	5
38. Чаще всего человек не может выбрать себе в друзья тех, с кем он действительно хотел бы дружить.	1	2	3	4	5
39. Люди, которые верят, что «любовь движет миром», сами себе дурят голову.	1	2	3	4	5

	ш. не согл.	не согл.	средне е	согл.	ш. согл.
40. Мне нравится говорить людям неожиданные вещи, для того чтобы увидеть их реакцию.	1	2	3	4	5
41. Я давно забыл, что такое любовь.	1	2	3	4	5
42. Человек, который слишком доверяет другим, становится уязвимым.	1	2	3	4	5
43. В отношениях между людьми слишком много лицемерия.	1	2	3	4	5
44. Мне не очень интересно со старыми друзьями — я и так почти всё о них знаю.	1	2	3	4	5
45. Сколько бы человек ни общался с другими людьми, где-то внутри себя он всё равно остаётся одиноким.	1	2	3	4	5
46. Я не могу влиять на решения других людей, даже если они касаются меня.	1	2	3	4	5
47. Друзья нужны людям только для того, чтобы было на кого "свалить" свои проблемы.	1	2	3	4	5
48. Флирт или короткий роман — хороший способ развеять скуку.	1	2	3	4	5
49. Меня тяготит необходимость общаться с родственниками.	1	2	3	4	5
50. Когда человек женится и заводит детей, он утрачивает свободу выбора.	1	2	3	4	5
51. Родители вкладывают в детей столько сил, а дети, вырастая, всё равно разочаровывают и отвергают их.	1	2	3	4	5
52. Было бы интересно иметь вторую, тайную жизнь в дополнение к семейной жизни.	1	2	3	4	5
53. Дом и семья не имеют для меня очень большого значения.	1	2	3	4	5
54. Мои родители слишком часто принимают за меня решения.	1	2	3	4	5
55. Люди женятся не по любви, а из соображений удобства и взаимной выгоды.	1	2	3	4	5
56. Спокойная и размеренная семейная жизнь – не для меня.	1	2	3	4	5
57. Люди, которые создают семью, чаще всего сами не знают, чего хотят.	1	2	3	4	5
58. Я не могу изменить отношения, сложившиеся в моей семье.	1	2	3	4	5
59. Семейная жизнь даёт человеку иллюзию защищённости и тепла.	1	2	3	4	5
60. Мне нравится, когда родители не знают о том, чем я занимаюсь.	1	2	3	4	5
61. Я не чувствую тепла и поддержки от своей семьи и родственников.	1	2	3	4	5
62. Если мои родители чего-то хотят, спорить с ними бесполезно.	1	2	3	4	5
63. Люди, которые пытаются найти опору в семье, просто недостаточно сильны для самостоятельной жизни.	1	2	3	4	5

	совер	скорее	нечто	скорее	совер

	ш. не согл.	не согл.	средне е	согл.	ш. согл.
64. Семейная жизнь, в которой нет ссор и споров, кажется унылой и однообразной.	1	2	3	4	5
65. Я устал от своих повседневных дел.	1	2	3	4	5
66. Часто я сам не могу понять, чего хочу.	1	2	3	4	5
67. Вера в собственную индивидуальность нужна людям для того, чтобы производить впечатление на других.	1	2	3	4	5
68. Я готов рисковать здоровьем, чтобы увидеть этот мир по-новому.	1	2	3	4	5
69. Жизнь кажется мне довольно скучной и бессмысленной.	1	2	3	4	5
70. Размышления о собственной свободе приносят только тягостное чувство неудовлетворённости и лишние проблемы.	1	2	3	4	5
71. Наша хвалёная способность думать на самом деле не так уж и помогает нам.	1	2	3	4	5
72. Мне нравится совершать неожиданные поступки.	1	2	3	4	5
73. Я не могу найти для себя по-настоящему интересных занятий.	1	2	3	4	5
74. Я часто понимаю, что не могу что-то в себе изменить.	1	2	3	4	5
75. Люди, которые довольны собой, просто не осознают своих недостатков или скрывают их.	1	2	3	4	5
76. Я люблю занятия, связанные с азартом и риском.	1	2	3	4	5
77. Счастье — это миф, который люди придумали, чтобы избежать отчаяния.	1	2	3	4	5
78. Я часто чувствую, что не в силах добиться в жизни того, чего я хочу.	1	2	3	4	5
79. Наши чувства не помогают нам, а только беспокоят и сбивают с толку.	1	2	3	4	5
80. Многие вещи в своей жизни я делаю, чтобы избежать скуки.	1	2	3	4	5

Приложение 3

Тест «Смысложизненные ориентации» (методика СЖО)

Цель: оценить «источник» смысла жизни, который может быть найден человеком либо в будущем (цели), либо в настоящем (процесс) или прошлом (результат), либо во всех трех составляющих жизни.

Тест СЖО содержит 20 пар противоположных утверждений, отражающих представление о факторах осмысленности жизни личности.

Инструкция:

«**Вам предложены пары противоположных утверждений. Ваша задача выбрать одно из утверждений, которое, по Вашему мнению, больше соответствует действительности, и отметить одну из цифр 1, 2, 3 в зависимости от того, насколько Вы уверены в выборе (или 0, если оба утверждения на Ваш взгляд одинаково верны)**»

		3	2	1	0	1	2	3	
1.	Обычно мне очень скучно.								Обычно я полон энергии.
2.	Жизнь кажется мне всегда волнующей и захватывающей.								Жизнь кажется мне совершенно спокойной и рутинной.
3.	В жизни я не имею определенных целей и намерений.								В жизни я имею очень ясные цели и намерения.
4.	Моя жизнь представляется мне крайне бессмысленной и бесцельной.								Моя жизнь представляется мне вполне осмысленной и целеустремленной.
5.	Каждый день кажется мне всегда новым и непохожим на другие.								Каждый день кажется мне совершенно похожим на все другие.
6.	Когда я уйду на пенсию, я займусь интересными вещами, которыми всегда мечтал заняться.								Когда я уйду на пенсию, я постараюсь не обременять себя никакими заботами.
7.	Моя жизнь сложилась именно так, как я мечтал.								Моя жизнь сложилась совсем не так, как я мечтал.
8.	Я не добился успехов в осуществлении своих жизненных планов.								Я осуществил многое из того, что было мною запланировано в жизни.
9.	Моя жизнь пуста и неинтересна.								Моя жизнь наполнена интересными делами.
10.	Если бы мне пришлось подводить сегодня итог моей жизни, то я бы сказал, что она была вполне осмысленной.								Если бы мне пришлось сегодня подводить итог моей жизни, то я бы сказал, что она не имела смысла.
11.	Если бы я мог выбирать, то я бы построил свою жизнь совершенно иначе.								Если бы я мог выбирать, то я бы прожил жизнь еще раз так же, как живу сейчас.

12.	Когда я смотрю на окружающий меня мир, он часто приводит меня в растерянность и беспокойство.		Когда я смотрю на окружающий меня мир, он совсем не вызывает у меня беспокойства и растерянности.
13.	Я человек очень обязательный.		Я человек совсем не обязательный.
14.	Я полагаю, что человек имеет возможность осуществить свой жизненный выбор по своему желанию.		Я полагаю, что человек лишен возможности выбирать из-за влияния природных способностей и обстоятельств.
15.	Я определенно могу назвать себя целеустремленным человеком.		Я не могу назвать себя целеустремленным человеком.
16.	В жизни а еще не нашел своего призвания и ясных целей.		В жизни я нашел свое призвание и цели.
17.	Мои жизненные взгляды еще не определились.		Мои жизненные взгляды вполне определились.
18.	Я считаю, что мне удалось найти призвание и интересные цели в жизни.		Я едва ли способен найти призвание и интересные цели в жизни.
19.	Моя жизнь в моих руках, и я сам управляю ею.		Моя жизнь не подвластна мне и она управляется внешними событиями.
20.	Мои повседневные дела приносят мне удовольствие и удовлетворение.		Мои повседневные дела приносят мне сплошные неприятности и переживания.