

АНАЛИЗ ЖИЗНЕННОЙ И ВРЕМЕННОЙ ПЕРСПЕКТИВЫ БЕЗРАБОТНЫХ¹

Т.А.Осипович

Анализируется временная перспектива безработных, рассматривается взаимосвязь жизненной и временной перспективы безработных с копинг поведением и самоотношением.

Ключевые слова: жизненная перспектива, временная перспектива, безработица, жизнестойкость.

Жизнь человека многогранна и разнообразна. С самого начала социализации мы готовим

себя к тому, чтобы стать личностью, самореализованной в семейном, профессиональном, творческом планах. Но в силу ряда причин, одним

¹ Исследование проводилось при участии студентов-психологов 4 курса КPCY: А. Семенов, Н. Вепренцевой, А. Парасухиной, А. Шелеметье-

вой, З. Алияровой, А. Юсуповой, К. Касымбековой, Э. Амановой, И. Ивановой, В. Тен, Е. Белан.

людям удастся достичь больших успехов, чем другим при равных условиях. Некоторые люди становятся успешными практически в любом деле, в то время как другие постоянно терпят поражение в борьбе с жизненными трудностями.

О проблемах “жизненного пути личности”, “стилях жизни” и “стратегиях жизни”, “жизненной программе личности” и “жизненной перспективе” заговорили в 70–80 гг. XX в. Проблемой личности как субъекта жизни занимались К.А. Абульханова-Славская, С.Л. Рубинштейн, Б.Г. Ананьев, Н.А. Логинова, Л.И. Анцыферова, Т.Б. Карцева и др. [1; 2]. В настоящее время изучение проблем жизненного пути продолжается, в чем убеждают результаты исследований таких психологов, как В.И. Ковалев, А.А. Кроник, Р.А. Ахмеров, К.В. Карпинский, В.М. Слуцкий, С.С. Гончарова и М.И. Яковчук и др. В работах К.А. Абульхановой-Славской, ее сотрудников и учеников отношения “личность – жизнь” определяются целостным подходом [1; 2]. Содержание исследований В.Н. Украинец, Л.В. Сохань, Е.И. Головаха, А.А. Кроник, Л.Е. Шкляр касается в основном “жизненной программы личности”, “жизненной перспективы”, “субъективной картины жизненного пути” [3–5]. Данные исследователи рассматривают жизнь как взаимосвязь ряда событий с их субъективными переживаниями.

С точки зрения “событийно-биографического подхода”, разрабатываемого данными авторами, психологическую судьбу личности определяет способ переживания событий жизни. В последние годы накапливается все больше фактов, свидетельствующих о том, что деятельность человека существенно определяется его прошлым и будущим, так называемым “опережающим отражением”. К.А. Абульханова-Славская указывает на то, что “жизненная перспектива” – это не только будущие цели, ценности, но и темп жизненного движения, оптимальность развития, возрастание активности личности. Прошлый опыт человека, осознание жизненной перспективы не может не влиять на его профессиональное развитие и построение карьеры.

Целью нашего исследования стало проведение сравнительного анализа жизненной и временной перспективы работающих людей и безработных.

Мы предположили, что особенности жизненной и временной перспективы оказывают влияние на формирование личностных убеждений человека в отношении профессиональной самореализации. Считаем, что существуют различия у работающих и безработных в осознании временной перспективы: у работающих присутствует позитивное отношение к своему прошлому и будущему в отличие от безработных. Люди, состоящие в статусе безработных, характеризуются более болезненной переносимостью своих неудач, что и является в дальнейшем тормозящим фактором в реализации каких либо перспектив.

В исследовании принимали участие 84 человека, из них 44 успешно работающих и 40 человек безработных. Все респонденты, принимавшие участие в социально-психологическом исследовании, были разделены на 2 группы: 1-я – работающие; 2-я – безработные.

Для решения поставленной цели и проверки гипотез были использованы следующие методики.

1. Авторская анкета, которая направлена на выявление особенностей социально-демографического положения исследуемой выборки, а также на выявление личностного отношения респондентов к профессиональной самореализации и карьерному росту.

2. Тест Эллиса, позволяющий определить степень рациональности – иррациональности мышления, наличие и выраженность иррациональных установок [5].

3. “Опросник о способах копинга” Р. Лазаруса и С. Фолькмана [6], направленный на исследование ситуативно-специфических стратегий (конфронтативный копинг, поиск социальной поддержки, планирование решения проблемы, самоконтроль, дистанцирование, положительная переоценка, принятие ответственности, бегство-избегание).

4. Тест жизнестойкости Д.А. Леонтьева [7]. Прикладной аспект жизнестойкости обусловлен той ролью, которую эта личностная переменная играет в успешном противостоянии личности стрессовым ситуациям, прежде всего в профессиональной деятельности. По данным исследований, жизнестойкость оказывается ключевой личностной

переменной, опосредующей влияние стрессогенных факторов (в том числе хронических) на соматическое и душевное здоровье, а также на успешность деятельности.

5. Методика на изучение временной перспективы Зимбардо [8], в которой представлена ориентация человека на прошлое, настоящее и будущее.

6. Тест-опросник самоотношения В.В. Столина [9], который построен в соответствии с разработанной В.В. Столиным иерархической моделью структуры самоотношения. Опросник позволяет выявить три уровня самоотношения, отличающихся по степени обобщенности:

- глобальное самоотношение;
- самоотношение, дифференцированное по самоуважению, аутосимпатии, самоинтересу и ожиданиям отношения к себе;
- уровень конкретных действий (готовностей к ним) в отношении к своему “Я”.

Данные обрабатывали с учетом выделенных групп при помощи стандартного пакета Microsoft Excel, программы STATISTICA (расчет средних, стандартных отклонений, критерии достоверности отличий t-критерий Стьюдента, критерий Манна-Уитни, корреляционного анализа, пакета статистических программ SPSS 11.5.

Результаты и их обсуждение

Статистический критерий Манна-Уитни (см. табл. 1) показал статистически достоверные различия между 1-й и 2-й группами по факторам “планирование решения проблемы” ($U=317$; $p<0,01$), “самоконтроль” ($U=393$; $p<0,05$), “бегство-избегание” ($U=393,5$; $p<0,05$).

Полученные данные свидетельствуют о том, что у безработных не выражена копинг стратегия “решение проблемы” ($U=317$; $p<0,01$), они не настроены на совершение конкретных дей-

ствий для преодоления стресса в отличие от работающих. Кроме того, для безработных характерен низкий уровень самоконтроля ($U=393$; $p<0,05$), им сложно регулировать свои чувства и действия: они более склонны к избеганию решения проблем ($U=393,5$; $p<0,05$).

При сопоставлении результатов двух групп по методике “Шкала временной перспективы Ф. Зимбардо” получили статистически достоверные различия по фактору “позитивное прошлое” ($U=346$; $p=0,01$) и по фактору “будущее” ($U=406$; $p=0,01$). Из полученных данных следует, что у безработных слабо выражена ориентация на будущее, стремление к целям и будущим перспективам. В отличие от безработных работающие планируют и стараются реализовывать свои планы. Более того участники 1-й группы очень тепло, позитивно относятся к прошлому в отличие от участников 2-й группы (табл. 2).

Кроме того, были выявлены тенденции, которые не достигли статистической значимости. Так, во 2-й группе по сравнению с 1-й показатели по шкале “фаталистическое настоящее” приближаются к максимуму, что предполагает беспомощное и безнадежное отношение этих участников к будущему и вообще к жизни. Этот фактор отражает отсутствие сфокусированной временной перспективы, свидетельствует о существовании убеждения, что их будущее предопределено и на него невозможно повлиять индивидуальными действиями. Иными словами, настоящее должно переноситься с покорностью и смирением.

На следующем этапе были проанализированы данные опросника В.В. Столина в двух группах. В обеих группах достаточно высокие значения показателей интегрального самоотношения. Сравнительный анализ показал, что

Таблица 1

Средние величины показателей по шкалам опросника Р. Лазаруса Фолькмана

Фактор	Группа 1 n=44	Группа 2 n=40	Критерий Манна-Уитни (U)	p
	Средний ранг			
Планирование решения проблемы	39	26	317	0,01
Самоконтроль	38	28	393	0,05
Бегство-избегание	28	38	393,5	0,05

Таблица 2

Средние величины показателей по шкалам методики временной перспективы Ф.Зимбардо

Фактор	Группа 1 N=44	Группа 2 N=40	Критерий Манна-Уитни (U)	p
	Средний ранг			
Негативное прошлое	32	34	513	0,68
Гедонистическое настоящее	33,8	33,1	534	0,89
Будущее	38	28	406	0,01**
Позитивное прошлое	39	27	346	0,01**
Фаталистическое настоящее	30	36	447,5	0,21

** Статистически достоверные различия.

у безработных выражены показатели по шкале “самообвинение” ($t= 2,18$; $p \leq 0,05$). Высокие значения по этой шкале свидетельствуют о готовности поставить себе в вину свои промахи и неудачи, собственные недостатки. Шкала является индикатором отсутствия симпатии, что сопровождается негативными эмоциями в свой адрес, даже несмотря на достижения. У безработных существуют сомнения в ценности своей личности, потеря интереса к своему внутреннему миру. Таким образом, безработные считают, что они не могут вызывать ни у себя, ни у других людей уважение. Они менее уверены в своих силах, им сложно решать проблемы самостоятельно, считают, что их жизнь от них не зависит, пассивны в трудной ситуации безработицы. Для них характерна неспособность к глубокому анализу проблемы, осознанию своих качеств, которые могут быть полезны в настоящей ситуации и в будущем. Недооценка своих знаний, умений и навыков могут сказываться как при поиске, так и при приеме на работу. Эти формы поведения подкрепляются и нежеланием раскрываться как перед другими, так и перед собой, что также не дает возможности осознать в полной мере свои способности, профессиональные и личностные качества, что затрудняет выход из ситуации безработицы в целом.

У работающих проявляются в более выраженной форме, чем у безработных, следующие характеристики: “самоуважение” ($t=2,91$; $p < 0,01$), “аутосимпатия” ($t= 2,1$; $p \leq 0,05$), “ожидание отношения от других” ($t= 2,05$; $p \leq 0,05$). Также у них наблюдаются в большей степени, чем у безра-

ботных, такие характеристики, как “самопринятие” ($t= 2,96$; $p \leq 0,01$), “самопонимание” ($t= 1,76$; $p \leq 0,05$) и “самоинтерес” ($t= 2,15$; $p \leq 0,05$). Для работающих характерно позитивное отношение к себе, согласие с самим собой, одобрение своих планов и желаний, эмоциональное, безусловное принятие себя, пусть даже с некоторыми недостатками. Для них свойственно ощущение ценности самой личности. У них более развита сила “Я”. Они более уверены в себе, в своих силах и возможностях в отличие от участников исследований из 2-й группы.

Наши данные аналогичны данным других исследователей. Например, И.В. Шагарова исследовала самоотношение личности как фактор копинг-поведения в ситуации потери работы на выборке безработных г. Омска (2009). Большинство безработных показали средний уровень выраженности всех параметров самоотношения. Кроме того, у них выражены такие параметры, как закрытость, внутренняя конфликтность и самообвинение.

При сопоставлении результатов двух групп по тесту Д.А. Леонтьева значимые различия были выявлены по шкалам “вовлеченность” ($U=256$; $p < 0,001$), “контроль” ($U=309$; $p < 0,01$), “принятие риска” ($U=338$; $p < 0,01$). Полученные данные свидетельствуют о том, что представители 2-й группы неуверены в себе, им сложно получать удовольствие от собственной деятельности в отличие от представителей 1-й группы (табл. 3).

Участники 1-й группы сами выбирают собственную деятельность, свой путь, убеждены, что

Таблица 3

Средние величины показателей по шкалам теста жизнестойкости Д.А. Леонтьева

Шкала	Группа 1 n=44	Группа 2 n=40	Критерий Манна-Уитни (U)	p
	Средний ранг			
Вовлеченность	42	24	256	0,001
Контроль	40	26	309	0,01
Принятие риска	39	27	338	0,01

Таблица 4

Средние величины показателей по шкалам методики А. Эллиса

Шкала	Группа 1 n=44	Группа 2 n=40	Критерий Манна-Уитни (U)	p
	Средний ранг			
Катастрофизация	32	34	520,5	0,75
Долженствование в отношении себя	34	32	506	0,62
Долженствование в отношении других	37	29	425	0,12
Низкая фрустрационная толерантность	34	32	524,5	0,79
Самооценка	34	32	496	0,53

сами влияют на результат происходящего в отличие от участников из 2-й группы. Кроме того, представители 1-й группы рассматривают жизнь как способ приобретения опыта, готовы действовать в отсутствие надежных гарантий успеха, на свой страх и риск.

Сравнительный анализ данных двух групп по методике Эллиса значимых различий не выявил (табл. 4). Полученные данные свидетельствуют о том, что представители обеих групп используют иррациональные установки, наличие установок не зависит от социального статуса, в данном случае от наличия работы или ее отсутствия.

Корреляционный анализ показателей шкал теста жизнестойкости Д.А. Леонтьева и методики А. Эллиса показал статистически значимую зависимость между: показателями шкал “контроль” и “низкая фрустрационная толерантность” ($r = 0,373$; $p < 0,05$); шкал “контроль” и “самооценка” ($r = 0,392$; $p < 0,05$); обратную корреляционную взаимосвязь между показателями шкал “вовлеченность” и “долженствование в отношении себя” ($r = - 0,373$; $p < 0,05$).

Полученные статистически значимые коэффициенты корреляции для 1-й группы свиде-

тельствуют о том, что люди, которые способны контролировать себя, сами выбирать собственную деятельность, имеют высокий уровень стрессоустойчивости и рациональности мышления; адекватную самооценку, при большой вовлеченности в процессы не имеют высоких требований к себе.

Корреляционный анализ показателей шкал теста “Опросник о способах копинга” Р. Лазаруса и С. Фолькмана и опросника Зимбардо, показал, что у респондентов 2-й группы существует статистически значимая взаимосвязь между: показателями шкал “гедонистическое настоящее” и “положительная переоценка” ($r = 0,344$; $p < 0,05$); обратную корреляционную взаимосвязь между показателями шкал “будущее” и “дистанцирование” ($r = - 0,477$; $p < 0,05$).

Данные коэффициенты корреляции указывают на то, что люди, фокусирующиеся на росте собственной личности, прилагающие усилия для создания положительного значения, ориентируются на приятное настоящее без заботы о будущих последствиях, склонны к риску.

Корреляционный анализ показателей шкал опросника “Столина” и методики Зимбардо во 2-й группе показал статистически значимую за-

висимость между показателями шкал: “ожидание положительного отношения других” и “гедонистическое настоящее” ($r = 0,393$; $p < 0,05$); “отношение других” и “гедонистическое настоящее” ($r = 0,299$; $p < 0,05$); “самопринятие” и “негативное прошлое” ($r = 0,356$; $p < 0,05$); “саморуководство” и “фаталистическое настоящее” ($r = 0,418$; $p < 0,05$); “самообвинение” и “негативное прошлое” ($r = +0,351$; $p < 0,05$); “самоинтерес” и “гедонистическое настоящее” ($r = 0,434$; $p < 0,05$); обратную корреляционную взаимосвязь между шкалами “отношение других” и “негативное прошлое” ($r = - 0,433$; $p < 0,05$); “самоинтерес” и “будущее” ($r = - 0,362$; $p < 0,05$); “самопонимание” и “позитивное прошлое” ($r = - 0,396$; $p < 0,05$).

Результаты корреляционного анализа позволяют предположить, что негативные установки из прошлого могут воздействовать на реальный опыт неприятных или травмирующих событий, негативную реконструкцию позитивных событий или смесь их обоих. Также отмечена тенденция обвинения себя в случившемся. Наличие интереса к самому себе, в частности, к собственным мыслям и чувствам, связано с положительным отношением других. Наличие ориентации на будущее взаимосвязано со стремлением к целям и вознаграждениям. У человека, который не руководствуется собственными мыслями и мнениями, присутствует чувство незащищенности и безнадежное отношение к будущему и жизни, что может влиять на планирование своего будущего.

Корреляционный анализ показателей шкал опросника “Столина” и “Опросника о способах копинга Р. Лазаруса и С. Фолькмана” во 2-й группе показал статистически значимую взаимосвязь между шкалами: “самоинтерес” и “положительная переоценка” ($r = 0,384$; $p < 0,05$); “самопринятие” и “самоконтроль” ($r = 0,346$; $p < 0,05$); “самопонимание” и “планирование решения проблем” ($r = 0,358$; $p < 0,05$).

Данные коэффициенты корреляции свидетельствуют о следующем: если у людей имеется интерес к самому себе, в частности, к собственным мыслям и чувствам, они фокусируются на росте собственной личности, направляют усилия на изменение ситуации; принимают себя такими, какие есть, при хорошем регулировании своих чувств и действий.

Корреляционный анализ показателей шкал опросника “Столина” и шкал методики “Жизнестойкость” во 2-й группе показал обратную статистически значимую взаимосвязь показателей шкал: “самоинтерес” и “принятие риска” ($r = -0,362$; $p < 0,05$).

Результаты корреляционного анализа позволяют предположить, что при увеличении интереса к самому себе, в частности, к собственным мыслям и чувствам, снижается коэффициент “принятия риска”, когда человек готов действовать в отсутствие надежных гарантий успеха, на свой страх и риск.

Таким образом, было выявлено, что безработные ощущают себя беспомощными, они требовательны в отношении к другим и чаще приписывают свои неудачи в поиске работы другим людям или внешним обстоятельствам. Безработные придают большое значение своему прошлому и оценивают его как негативное. Они стремятся отстраниться от проблемной ситуации и уменьшить ее значение. Работающие сфокусированы на решении проблемы, совершении конкретных действий, также склонны контролировать свои чувства и действия. У работающих хорошо развито чувство ответственности, они склонны брать ответственность на себя как за удачу, так и за неудачу, могут действовать в отсутствие надежных гарантий успеха на свой страх и риск. Они очень позитивно относятся к прошлому, что связано с положительным жизненным опытом. Работающие склонны принимать себя такими, какие есть, уверены в себе, а также получают удовольствие от собственной деятельности. Они сами выбирают собственную деятельность, свой путь, убеждены, что сами влияют на результат происходящего.

Литература

1. Абульханова-Славская К.А. Жизненные перспективы личности // Психология личности и образ жизни. М., 1987. С. 138–144.
2. Андреева Г.М. Социальная психология. М., 1999. С. 124–156
3. Головаха Е.И. Жизненные перспективы и профессиональное самоопределение молодежи. Киев: Наукова думка, 1988. 424 с.

Психология развития и возрастная психология

4. Головаха Е.И., Кроник А.А. К исследованию мотивации жизненного пути: Техника “каузо-метрии” // Мотивация личности (феноменология, закономерности и механизмы формирования). М., 1982. С. 99–108.
5. Эллис А. Гуманистическая психотерапия: Рационально-эмоциональный подход / Пер. с англ. СПб.: Сова; М.: ЭКСМО-Пресс, 2002. С. 78–125.
6. Lazarus R. S., Folkman S. Stress, appraisal, and coping. N.Y.: Springer, 1984. С. 117–159.
7. Леонтьев Л.А., Рассказова Е.И. Тест жизнестойкости. М.: Смысл, 2006. С. 3–62.
8. Глуханюк Н.С. Практикум по психодиагностике: Уч. пособие. М., 2003. С. 151–162.
9. Крюкова Т.Л. О методике диагностики стилей психологического совладания (копинга) у подростков ACS (Юношеская копинг-шкала) // Психическое здоровье и социально-психологическая поддержка детей и подростков: состояние и перспективы / Сост. Т.Л. Крюкова и др. Кострома, 2002. С. 144–146.