

Гришина Н.В. Жизненные сценарии: нормативность и индивидуализация



English version: [Grishina N.V. Life scripts: normativity and individualization](#)

Санкт-Петербургский государственный университет, Санкт-Петербург, Россия

[Сведения об авторе](#)

[Литература](#)

[Ссылка для цитирования](#)

Анализируются понятия жизненного сценария и жизненного пути. Различаются нормативный и индивидуальный жизненный сценарий. Приводятся результаты ряда исследований жизненного сценария. Отмечены тенденции к дестандартизации жизненного сценария, снижению роли нормативных компонентов, усилению индивидуализации жизненного сценария. Обсуждается проблема «типовых» сценариев, описываются результаты исследования (N = 164) жизненного сценария «успешный предприниматель».

Ключевые слова: жизненный путь, жизненный сценарий, нормативный сценарий, индивидуализация, жизненная модель

Одной из примечательных тенденций развития современной психологии является очевидное нарастание интереса к проблематике жизненного пути человека. Понятие жизненного пути, традиционное для российской психологии, конкретизируется современными исследователями в изучении жизненных ситуаций, жизненного пространства, стиля жизни, жизненных стратегий и др. Статья посвящена проблематике жизненного сценария, исследование которого позволяет, на наш взгляд, отразить существенные аспекты жизненного пути человека. Полученные результаты подтверждают перспективность теоретической и эмпирической разработки понятия жизненного сценария.

Понятие жизненного пути

История использования понятия «жизненный путь» в отечественной психологической литературе связана с именами Б.Г.Ананьева и С.Л.Рубинштейна. По Ананьеву, жизненный путь – это последовательность жизненных событий, формирование человека как личности и субъекта деятельности в конкретном социально-историческом контексте, связанное с разными возрастными этапами. Понятие жизненного пути отвечает задаче целостного описания человека в единстве его качеств индивида, личности, субъекта деятельности и индивидуальности. С.Л.Рубинштейн в своих работах обосновывает событийный подход к анализу жизненного пути и использует понятие человека как субъекта жизни, которое в дальнейшем развивается в исследованиях его учеников и последователей. Проводившиеся исследования жизненного пути как разных этапов развития человека, в основном, отражали возрастные и индивидуально-психологические особенности человека. Классическим подходом к целостному описанию жизненного пути считаются идеи Ш.Бюлер, предполагавшей, что подобное описание должно включать: 1) объективные условия жизни и события жизненного пути человека; 2) внутреннюю эволюцию, становление системы ценностей человека, изменение его установок; 3) деятельность человека и продукты его творчества (подробнее см. [Гришина, 2007]).

Интересно, что в рамках использования понятия «путь» в обыденной речи среди таких его основных значений, как «дорога», «способ или средство, образ достижения чего-то, направление», существует и

еще одно значение – «польза, прок, толк, успех, выгода» [Даль, 1955, с. 543]. В качестве его иллюстрации Даль приводит выражение «Из этого человека выйдет путь» (в сегодняшнем языке это значение сохранилось в выражениях «непутевый человек» или разговорном «все путем»).

«Расшифровка» данного значения понятия «путь» на языке экзистенциального психолога, в сущности, означает реализованность, «исполненность» жизни.

Жизненный путь в рамках экзистенциальных подходов: человек как субъект жизни

Жизненный путь в рамках экзистенциальных подходов рассматривается не как смена возрастных периодов и сопутствующих им социальных изменений (достижений), а как результат активности субъекта, выстраивающего свою жизнь. Понятие экзистенции, давшее название этому направлению, напомним, идет от латинского *existere*, буквальноозначающего «не сдаваться, подниматься на борьбу». Именно это значение реализуется в идеях современной экзистенциальной психологии, предполагающей, что бытие не дается человеку автоматически, оно выбирается человеком и нуждается в утверждении, подтверждении.

Понятие «экзистенция» – «существование» – специалисты предпочитают использовать без перевода, оставляя за ним значение именно человеческого существования (в отличие, например, от существования предметов материального мира), при этом существования особого, глубинного. Именно этот смысл несет в себе одна из первых фраз, с которой начинает свои знаменитые лекции М.Мамардашвили, – *жизнь есть усилие во времени*, что означает «нужно совершать усилие, чтобы оставаться живым» [Мамардашвили, 1997, с. 8].

С позиций экзистенциального подхода человек ежедневно выбирает и подтверждает свое существование, свое бытие. Этот выбор не может быть сделан раз и навсегда. *Быть субъектом своей жизни – это осуществлять выбор субъектной позиции* по отношению к своим жизненным задачам и обстоятельствам. Субъектность – это не статичная характеристика, которой человек обладает или нет (как, например, какой-то чертой личности), это выбор, осуществляемый в каждой конкретной ситуации.

Предметом психологической науки являются различные *метауровни организации и реализации субъекта* – субъект жизни, субъект развития, субъект деятельности, субъект познания. Наиболее общим из них является *понятие субъекта жизни*. Формулировка «человек как субъект жизни» принадлежит С.Л.Рубинштейну. В категориальной системе С.Л.Рубинштейна субъект жизни определяется через характерный, типичный для человека способ выстраивания и воспроизведения жизненных отношений. Человек – это организатор событий своей жизни, жизненного пространства и жизненного времени.

В современной психологии осуществляется активный поворот в сторону изучения проблем бытия. В последние годы интенсивно оформляется новая область отечественной науки – психология человеческого бытия, для которой характерен приоритетный интерес к онтологическому аспекту существования человека и переход «от гносеологического анализа *познания субъектом мира* к онтологическому исследованию его *существования в мире*» [Знаков, 2008, с. 32–33].

Этот поворот можно считать революционным – после длительного доминирования парадигмы, «в соответствии с которой психология должна изучать исключительно психические феномены, а не какие-то "трансубъективные пространства"» [Клочко, 2008, с. 46]. Данная проблема, в свою очередь, была связана с более глобальной – «*проблемой игнорирования в психологии онтологических оснований человеческой жизни*, когда нивелируются проблемы пространственно-временной развертки бытия, включая проблемы предметности, реальности и действительности мира» [Там же. С. 47].

Понятие бытия, когда-то введенное в психологическую литературу С.Л.Рубинштейном, привлекает все большее внимание современных ученых. Уместно заметить в этой связи, что Г.Г.Шпет, один из

первых исследователей социального бытия, предлагая различать разные виды бытия, в то же время утверждал, что все они «соединяются в бытии социальном» и «окружающая нас действительность является в первую очередь не природной, а социальной, исторической, культурной»; данный подход поддерживается и современными исследователями [Марцинковская, 2007, с. 35].

Проблемное поле «бытийной» тематики становится областью соединения общепсихологического и социально-психологического векторов исследований, именно здесь особенно явно происходит «размывание» границ традиционно понимаемого общепсихологического и социально-психологического знания.

Пространство «жизненной» проблематики задает общий предмет исследования и общность используемых понятий: «В последние годы в общей и социальной психологии для обозначения широкого спектра социальных форм активности человека стало все чаще использоваться понятие "жизнедеятельность"» [Журавлев, 2007, с. 27].

«Взаимодополнительность» общепсихологического и социально-психологического знания базируется на том, что общая психология, в частности психология личности, обеспечивает внеконтекстуальный ракурс описания, изучая транситуационные «черты» личности, а изучение поведения (за исключением его витальных форм) – это, в подавляющем большинстве случаев, неизбежное обращение к социальным факторам и социальному контексту. Поведение человека практически всегда включено в социокультурный контекст, имеет – в этом смысле – социальный характер, и его релевантное понимание невозможно без обращения к социально-психологическим подходам.

Традиционное для российской психологической науки понятие жизненного пути является наиболее общим понятием в описании активности человека. Этот «макроуровень» описания психологии субъекта (напомним высказывание Б.Г.Ананьева: «Для онтопсихологии естественный масштаб измерений – человеческая жизнь в целом» [Ананьев, 1968, с. 7]) операционализируется в таких категориях, как жизненный мир, жизненное пространство, цели, планы, стратегии жизни и т.д.

В отечественной психологии категорией, основным атрибутом которой считается активность, является категория субъекта. Субъект «обозначает», «определяет» себя своей активностью. Такие характеристики, как жизненные цели, стратегии жизни, смысловые ориентации и др., опосредуют взаимодействие человека с миром, они являются более гибкими (по сравнению с персонологическими), и в условиях быстрых изменений социальной реальности именно они оказываются наиболее важными в решении задач успешного взаимодействия с миром. К этой же области относится и ценностная система человека, которая, по мнению специалистов, имеет «не столько познавательного-гносеологического, сколько экзистенциально-онтологического характер» [Ценностные основания ... , 2008, с. 7].

Исследования жизненных сценариев

Предметом наших исследований является *проблематика жизненных сценариев, жизненных моделей и жизненных выборов.*

Несмотря на явно нарастающий интерес к данной теме как в зарубежной, так и отечественной психологической науке, число посвященных ей исследований по-прежнему ограничено. Так, на XXIX Международном психологическом конгрессе (Берлин, 2008) этой тематике фактически был посвящен всего один симпозиум [Abstracts ... , 2008, р. 27]. Он объединял две темы – собственно жизненные сценарии (life scripts) и индивидуальный выбор событий человеком для включения их в свой жизненный нарратив. Центральной темой обсуждения стал вопрос о том, насколько индивидуальные различия в жизнедеятельности и жизнеописаниях людей испытывают на себе влияние культурных норм. Общим результатом ряда доложенных исследований стало признание типичного характера жизненного сценария: независимо от культуры, пола и возраста жизненные сценарии людей включают одни и те же события.

Жизненные сценарии определяются как культурно разделяемые представления относительно порядка

и времени жизненных событий в прототипическом жизненном цикле. В отличие от них жизненная история – это уникальная история отдельного человека. В психологии во многом под влиянием работ МакАдамса [МакАдамс, 2008; McAdams, 1993] популярность приобретает термин «личная история».

Общепризнанным для современной гуманитарной литературы является представление об обретении человеком в современной реальности уникальных возможностей раскрытия своей индивидуальности, что связано с имевшим на протяжении последнего столетия беспрецедентным изменением условий жизни людей, расширением их возможностей свободного выбора. Создаются условия, усиливающие процесс самодетерминации, связанные с ростом самосознания индивидуальности, стремлением человека к реализации собственных целей и смыслов существования. В силу этого человек оказывается перед необходимостью выстраивания собственной жизни, осуществления «жизнетворчества» как преобразования структуры бытия в мир конкретного субъекта. Данные тенденции являются следствием фундаментальных изменений в жизни человеческого сообщества, для которого на протяжении тысячелетий задачи выживания составляли основное содержание жизни, занимая все ее время и энергию.

Эта тема нашла достаточное отражение в работах современных ученых. В частности, Ф.Зимбардо отмечает: «На протяжении большей части истории у людей едва ли был особый выбор в том, как провести время. Они использовали его, чтобы выжить, сперва индивидуально, затем коллективно» [Зимбардо, 2010, с. 20]. Задачи выживания диктуют и соответствующие нормы поведения: в обществах, где «экономическое самообеспечение является первостепенной задачей», «послушание становится необходимым для выживания признаком» [Либин, 1999, с. 299]. Изменения в условиях существования принципиально изменяют психологическое существование человека. Как отмечает А.Г.Асмолов, по мере перехода личности «от режима потребления, усвоения культуры в режим созидания и творчества» биологическое и историческое время, в котором живет человек, «все более превращается в *психологическое время* жизни личности» [Психология личности, 2008, с. 380].

В сущности, речь идет об *индивидуализации жизненного сценария* и возможном *снижении роли нормативных компонентов*.

Каковы эмпирические основания подобных утверждений?

Межпоколенные исследования жизненных сценариев

Проведенное в Британии сравнительное исследование двух когорт (1958 и 1970 годов рождения) продемонстрировало растущую тенденцию к отклонению от жизненных стандартов у более поздних поколений, что, по мнению авторов, бросает вызов нормативным представлениям о паттернах жизненного пути [Schoon, 2008, p. 169].

В проведенном под нашим руководством исследовании С.Ю.Лавренчук принимали участие женщины трех поколений, состоящие в прямом родстве, жительницы С.-Петербурга и Ленинградской области от 17 до 86 лет в количестве 90 человек, составляющие 30 семей: женщины старшего поколения («бабушки») – 1920–1945 годов рождения (средний возраст – 74 года); женщины среднего поколения («матери») – 1948–1964 годов рождения (средний возраст – 46 лет); женщины младшего поколения («дочери») – 1975–1988 годов рождения (средний возраст – 22 года). Исходя из возраста участниц исследования, можно утверждать, что их ценностные ориентации были, в основном, сформированы в 50–60-х годах прошлого века (для старшего поколения), в 80-х годах (для среднего поколения) и в наше время (для младшего поколения); таким образом, различия в значимости для них тех или иных ценностей могут быть обусловлены существенными социальными изменениями, произошедшими в российском обществе на протяжении последнего полувека.

Полученные в результате проведенного исследования показатели системы ценностей дают четкую картину их изменений от поколения к поколению. От старшего поколения к среднему и младшему поколениям как на уровне нормативных идеалов, так и на уровне индивидуальных приоритетов

уменьшаются показатели конформности, традиций, щедрости (мотивационной целью данного типа ценностей является благополучие близких людей), универсализма (ориентация на благополучие всех людей и природы) и безопасности. Напротив, возрастают значения показателей ценности самостоятельности, стимуляции (как стремления к новизне и глубине переживаний), гедонизма (как стремления к наслаждению жизнью), достижений (как личного успеха, обеспечиваемого социальной компетентностью), власти (как достижения социального статуса, признания, достатка). (Достоверность полученных данных подтверждается результатами другого проведенного нами исследования: опрос 347 студентов-первокурсников по методике Шварца показал близость их показателей к показателям «младшего поколения» из описываемого исследования; подробнее см. [Гришина, Лавренчук, 2008]).

Содержательный анализ результатов демонстрирует тенденцию снижения (как на уровне нормативных идеалов, так и на уровне индивидуальных приоритетов) значимости социальных ценностей и одновременного увеличения значимости личных ценностей. Практически все эти ценности, так или иначе, отражают ориентацию на активную, субъектную позицию в отношении с их жизненным миром.

Одним из сложных вопросов исследований этого типа – основанного на межпоколенных сравнениях – является то, что принадлежность к разным поколениям, наряду с особенностями социокультурной ситуации определенного времени, одновременно предполагает различия в возрасте.

Однако многочисленные исследования Ш.Шварца, проведенные им в более чем 50 странах, позволили ему констатировать приоритет социальных и культурных факторов над возрастными. По его утверждению, самое большое влияние на ценности оказывает культура, и лишь затем возраст, образование и пол. Именно культурная принадлежность оказывается основным фактором влияния на ценности, а значит, и нормы повседневной жизни. К.Клакхон утверждает: «Культура постоянно регулирует нашу жизнь. С момента нашего рождения и до самой смерти, сознаем мы это или нет, на нас оказывается постоянное давление, принуждающее нас принимать определенные типы поведения, выработанные другими людьми. Одни пути мы выбираем по собственной воле, на другие вступаем потому, что не знаем иных, от третьих мы отклоняемся или возвращаемся к ним совершенно невольно...» [Клакхон, 1998, с. 49].

В свое время той же точки зрения придерживался С.Л.Рубинштейн: историческая эпоха «ставит перед человеком определенные задачи и в силу объективной логики вещей требует от него как самого существенного определенности в отношении этих задач. На них формируется и на них же испытывается и проверяется характер людей» [Рубинштейн, 1999, с. 621].

Таким образом, эмпирические данные позволяют утверждать, что по мере продолжающегося ускорения темпов изменений социокультурного контекста будет усиливаться тенденция к дестандартизации жизненных сценариев и жизненных моделей. В то же время, несмотря на нарастающую тенденцию индивидуализации жизненных моделей и, соответственно, жизненного опыта людей, сообщество всегда будет продуцировать нормы жизнедеятельности людей: «Нет двух людей одного и того же возраста, пола, социального положения и одной субкультуры, которые имели бы идентичный жизненный опыт. Культура сама по себе состоит из набора норм, которые самым различным образом применяются и интерпретируются каждой матерью и каждым отцом. И все же из опыта мы знаем, что члены различных обществ будут, как правило, стремиться разрешать проблемы удовлетворения биологических потребностей, приспособления к природным условиям и к другим людям способами, в которых будет много общего» [Клакхон, 1998, с. 230].

В своих исследованиях мы различаем нормативный жизненный сценарий (как совокупность неких обязательных событий, отвечающих представлениям своего времени), индивидуальный жизненный сценарий (содержащий как нормативные компоненты, так и индивидуальные жизненные события, составляющие биографию конкретного человека) и личную историю (как самоописание).

Нормативный жизненный сценарий

Нормативный жизненный сценарий включает в себя совокупность и примерную последовательность событий, типичных для данной культуры. Как отмечает К.Клакхон, «Любая отдельная культура формирует нечто вроде плана всей жизнедеятельности человека» [Клакхон, 1998, с. 39]. Исследования показывают высокую степень близости нормативных сценариев во многих культурах, что отражает универсалии человеческого существования.

Начальный период жизни человека более жестко определяется нормативными установками общества, что связано с необходимостью решения задач эффективной социализации человека в социальном контексте. В рамках нашей культуры этот период задан установленным сроком начала школьного образования и его обязательностью для всех. Однако уже на этом типичном сценарном отрезке возникают отклонения, оказывающие влияние на последующий жизненный сценарий человека. Эти отклонения могут быть сопряжены с особыми трудностями прохождения нормативного сценария (что приводит к его неэффективной реализации, удлинению сроков прохождения или незавершенности этого отрезка нормативного сценария), что в дальнейшем может приводить к деструкции жизненного сценария.

Другой тип возникающих отклонений от нормативного сценария – ранние проявления самостоятельности, ответственности, появление в структуре типичного содержания нормативного сценария занятий, отражающих проявления профессиональной направленности, устойчивых увлечений, являющихся результатом собственного выбора, что отражает ранние проявления субъектности; данные отклонения от нормативности фактически задают «опережающий сценарий», влияющий на последующий жизненный сценарий.

«Неправильное», «отклоняющееся» поведение также имеет свой нормативный образец. Ю.М.Лотман, анализируя психологические основы бытового поведения, указывает: «Возникают правила для нарушений правил и аномалии, необходимые для нормы... При этом различные типы культуры будут диктовать субъективную ориентированность на норму (высоко оценивается "правильное" поведение, жизнь "по обычаю", "как у людей", "по уставу" и пр.) или же ее нарушения (стремление к оригинальности, необычности, чудачеству, юродству, обесцениванию нормы амбивалентным соединением крайностей)» [Лотман, 1975, с. 26]. «Неправильное» поведение также подчиняется определенным законам социального взаимодействия или, как там же пишет Лотман, «неправильное, нарушающее нормы данной общественной группы поведение отнюдь не случайно»; с другой стороны, оно «не случайно» и для индивида, поскольку за частными, отдельными действиями или стратегиями поведения стоят индивидуальные, «парадигмальные» представления относительно данного класса ситуаций.

Завершение нормативного сценария ставит субъекта перед первым значимым жизненным выбором. *Персональный (личный) сценарий* является результатом «жизнетворчества» самого человека. *Жизненные выборы* в психологии трактуются как потенциально переломные моменты жизненного сценария, предопределяющие его дальнейшее содержание. Жизненные выборы определяют жизненные модели – сценарии, реализуемые в конкретных сферах, основными из которых являются профессиональная и семейная сфера. *Жизненные модели* являются результатом как самостоятельного жизненного выбора, так и воспроизводства моделей, принятых в обществе, в старших поколениях и транслируемых, прежде всего, «по вертикали», через семью.

Индивидуальные различия в жизненных сценариях

Индивидуальные различия в жизненных сценариях были предметом исследования Д.М.Абдульмановой, выполненного под нашим руководством [Абдульманова, 2010]. Результаты ее исследования показали, что «индивидуализация» жизненного сценария проявляется в вариативности ряда его характеристик: количество событий, выделяемых человеком в качестве значимых в своей жизненной истории; содержание этих событий (их тип); оценка (восприятие) собственной жизни как дискретного набора событий или единого событийного ряда, обладающего внутренней взаимосвязанностью. Были выделены факторы, оказывающие влияние на вариативность жизненного

сценария или связанные с нею. Так, значимым фактором оказался возраст человека: в более старших возрастах (в рамках проведенного исследования в группе старше 31 года, по сравнению с лицами моложе 25 лет) большее значение начинает придаваться социальным событиям и достижениям, связанным с решением жизненных задач (по сравнению с внутренними событиями, событиями-переживаниями), при этом общее количество событий, оцениваемых в качестве жизненно значимых, начинает уменьшаться, происходит их более жесткая оценка.

Лица, оценивающие собственную жизнь как цельную или дискретную, обнаруживают различия в содержании, вкладываемом ими в понятие судьбы, в прогнозировании своего будущего, в выделении значимых для них жизненных событий по параметрам собственного благополучия или связи с другими людьми. Начато исследование и личностных особенностей, связанных с характеристиками индивидуальной вариативности жизненного сценария. Так, важнейший (в контексте исследования жизненных сценариев) параметр жизнестойкости оказался прямо пропорционально связан с объемом жизненного сценария (количеством включаемых в него человеком событий), с оценками его временных характеристик – прошлого, настоящего и будущего. Также получены данные о связи отдельных особенностей жизненного сценария с характеристиками ценностей человека. Предварительно – на основании всех изученных характеристик – выделены разные психологические типы с точки зрения формирования и описания своего жизненного сценария (подробнее см. [Абдульманова, 2010]).

Как уже отмечалось, в течение долгого периода истории человеческого общества жизненные модели подавляющего большинства людей определялись необходимостью решения задач выживания, что задавало универсальные параметры и нормативность их жизненных сценариев. С середины XX века, по свидетельству специалистов, наступает «век изобилия», угрожающий, по мнению некоторых из них, «эрой праздности». Начинается поиск альтернативных, «смысловых» моделей жизни, выразившийся в сменявшихся друг друга культурных образцах, получивших распространение прежде всего в молодежной среде (например, движение «хиппи» 60-х годов XX века, движение «яппи» 70-х годов и т.д.).

Описание и анализ вариативности индивидуального существования, выделение «типовых» индивидуальных моделей становится новой задачей для гуманитарных наук. Так, в свое время Э.Фромм осуществляет уже ставшее классическим описание фундаментальных модусов бытия: «Обладание и бытие являются двумя основными способами существования человека, преобладание одного из которых определяет различия в индивидуальных характерах людей и типах социального характера» [Фромм, 1990, с. 22]. В своих очерках экзистенциальной психологии В.Н.Дружинин предпринимает попытку выделения разных типов «вариантов жизни»: «жизнь как предисловие», «жизнь как достижение», «жизнь по правилам», «жизнь-времяпрепровождение» и т.д. [Дружинин, 2000].

Индивидуализация жизненного сценария может осуществляться в разных формах, и задача выделения их значимых параметров, содержательных и стилевых особенностей обладает особой теоретической и практической значимостью (представляя в то же время особую сложность).

Сценарий «успешный предприниматель»

Эмпирической иллюстрацией могут служить результаты выполненной под нашим руководством серии исследований, в центре внимания которых были персональные (биографические и личностные) *детерминанты жизненного сценария «успешный предприниматель»*.

Участниками данной серии исследований были 164 предпринимателя, отвечающих заранее определенным критериям успешности (исследования выполнены В.Лазаревым, Россия; М.Горяевой, Россия; М.Габриэле, Италия; Ф.Пьерони, Италия; Э.Газзола, Бразилия). В результате изучения особенностей людей, достижения и жизненный путь которых позволяет рассматривать их в качестве успешной модели «жизнетворчества» (в сфере предпринимательства), мы получили ряд повторяющихся характеристик (среди которых: ранние проявления самостоятельности, в том числе при принятии решений; раннее начало работы; высокая ценность самостоятельности; приоритет и вовлеченность в деятельность; ответственность; стремление к росту и развитию и др.). Эти

характеристики могут рассматриваться в качестве прототипных в описании жизненного сценария «успешный предприниматель»; при этом эти характеристики субъектности являются универсальными для представителей разных культур.

Выбор этого типа сценария для данной серии исследований был обусловлен не только практическими интересами их авторов, но и тем, что в случае предпринимательской деятельности могут быть обозначены относительно точные критерии успешности. В качестве таковых выступали объективные показатели социальной компетентности (высокий уровень достижений социального и экономического характера), являющейся необходимым условием таких характеристик субъектности, как автономность и самостоятельность, а также субъективные показатели удовлетворенности жизнью в целом и актуальной жизненной ситуацией. Наиболее трудной проблемой исследования разных типов жизненных сценариев является поиск и формулировка критериев их оценки, на основании которой они могут быть отнесены к определенному типу. Однако очевидные совпадения в полученных нами результатах данной серии исследований подтверждают правомерность данного типа исследовательских процедур.

Сценарии ухода

Варианты жизненных сценариев включают не только сценарии достижений и самореализации, но и *сценарии «ухода»*. К таковым, например, относится поиск «добровольной простоты» в виде сценария «дауншифтинга» (downshifting). Этим понятием обычно обозначается переход с высокооплачиваемой, но связанной с чрезмерным стрессом, нагрузками и отнимающей все свободное время работы на более спокойную, хотя и низкооплачиваемую по сравнению с прежней; иногда это и полный отход человека от дел или социальной активности (не в результате вынуждающих обстоятельств, но исключительно как добровольный выбор). «Авторы» подобного жизненного сценария считают его способом жить проще, счастливее и в согласии с окружающей средой.

В рамках данного сценария выделяются разные стратегии: смена рода деятельности, смена «жизненного пространства» (непосредственного окружения или места жительства), путешествия, новые практики в сфере творческой или духовной деятельности и др. Явление «дауншифтинга», в том числе и как результат разочарования в прежних целях и ценностях, по свидетельству западных специалистов, становится все более распространенным. И хотя данное явление более свойственно западной культуре, оно отмечается и в России (см. выполненное под нашим руководством исследование Е.Е.Басакиной [Басакина, 2007]). Другие варианты сценария «ухода» могут иметь психологически более глубокие основания (например, в связи с явлением *прокрастинации*, которое может рассматриваться не только как некая ситуативная реакция, но и как основа жизненного сценария).

Заключение

Изучение разных типов жизненных сценариев, их общих параметров, таких как структура, объем, внутренняя связность или дискретность, представляется особо сложной задачей, обладающей высокой теоретической и практической значимостью. Это становится тем более очевидным, что мы вступаем в эпоху индивидуальных жизненных выборов, индивидуального выстраивания жизненного сценария, индивидуализации человеческого существования. Жизнь человека становится сложнее, но эта сложность вполне отвечает его сущности и потенциалу, его возможностям и его желаниям, открывая перед человеком перспективу иного, более полного и подлинного существования. Как писал М.К.Мамардашвили, жизнь, в которой я сам участвую, тем самым превращается в бытие.

[Литература](#)

Абдульманова Д.М. Индивидуальные различия в жизненных сценариях: магистерская дис. / С.-Петербург. гос. ун-т. СПб., 2010.

Ананьев Б.Г., Дворяшина М.А., Кудрявцева Н.А. Индивидуальное развитие человека и константность

восприятия. М.: Просвещение, 1968.

Басакина Е.Е. Предрасположенность человека к дауншифтингу: психологические факторы: дипломная работа / С.-Петербург. гос. ун-т. СПб., 2007.

Гришина Н.В. Психология жизненного пути // Психологический журнал. 2007. Т. 28, N 5. С. 81–88.

Гришина Н.В., Лавренчук С.Ю. Ценностные ориентации личности: семья и поколение // Вестник Санкт-Петербургского университета. Серия 12, Психология. Социология. Педагогика. 2008. Вып. 3. С. 113–123.

Даль В.И. Толковый словарь живого великорусского языка. Т. 3. М.: Гос. изд-во иностр. и национ. словарей, 1955.

Дружинин В.Н. Варианты жизни: очерки экзистенциальной психологии. М.: ПЕР СЭ; СПб.: Иматон-М, 2000.

Журавлев А.Л. Особенности междисциплинарных исследований в современной психологии // Теория и методология психологии: Постнеклассическая перспектива / отв. ред. А.Л.Журавлев, А.В.Юревич. М.: Институт психологии РАН, 2007. С. 15–32.

Зимбардо Ф., Бойд Дж. [Zimbardo P., Boyd J.] Парадокс времени. Новая психология времени, которая улучшит вашу жизнь: пер. с англ. СПб.: Речь, 2010.

Знаков В.В. Психология субъекта А.В.Брушлинского, герменевтика субъекта М.Фуко и психология человеческого бытия // Личность и бытие: субъектный подход: материалы науч. конф., посвящ. 75-летию со дня рождения А.В.Брушлинского, 15–16 октября 2008 г. / отв. ред. А.Л.Журавлев, В.В.Знаков, З.И.Рябкина. М.: Институт психологии РАН, 2008. С. 31–37.

Клакхон К. [Kluckhohn C.] Зеркало для человека. Введение в антропологию: пер. с англ. СПб.: Евразия, 1998.

Клочко В.Е. Закономерности движения психологического познания: проблема ценностей и смысла в призме транспективного анализа // Ценностные основания психологической науки и психология ценностей / отв. ред. В.В.Знаков, Г.В.Залевский. М.: Институт психологии РАН, 2008. С. 41–61.

Либин А.В. Дифференциальная психология: на пересечении европейских, российских и американских традиций. М.: Смысл, 1999.

Лотман Ю.М. Декабрист в повседневной жизни. (Бытовое поведение как историко-психологическая категория) // Литературное наследие декабристов. Ленинград: Наука, 1975. С. 25–74.

МакАдамс Д.П. [McAdams D.P.] Психология жизненных историй: пер. с англ. // Методология и история психологии. 2008. Т. 3, вып. 3. С. 135–166.

Мамардашвили М.К. Психологическая топология пути. СПб.: Изд-во Рус. Христиан. гуманитар. ин-та, 1997.

Марцинковская Т.Д. Психология в современном мире // Теория и методология психологии: Постнеклассическая перспектива / отв. ред. А.Л.Журавлев, А.В.Юревич. М.: Институт психологии РАН, 2007. С. 33–44.

Психология личности: хрестоматия. Т. 2. Самара: Бахрах-М, 2008.

Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. СПб.: Питер, 1999.

Фромм Э. [Fromm E.] Иметь или быть? : пер. с англ. М.: Прогресс, 1990.

Ценностные основания психологической науки и психология ценностей / отв. ред. В.В.Знаков, Г.В.Залевский. М.: Институт психологии РАН, 2008.

McAdams D.P. The stories we live by: Personal myths and the making of the self. New York: William Morrow, 1993.

Abstracts of the XXIX International Congress of Psychology. Berlin, Germany. July 20-25, 2008 // International Journal of Psychology. 2008. Vol. 43, N 3/4.

Schoon I. Social change and transitions into adult roles: Mapping transition pathways and career trajectories // International Journal of Psychology. 2008. Vol. 43, N 3/4. P. 169.

Поступила в редакцию 31 марта 2011 г. Дата публикации: 17 июня 2011 г.

[Сведения об авторе](#)

Гришина Наталья Владимировна. Доктор психологических наук, профессор, факультет психологии, Санкт-Петербургский университет, Университетская наб., д. 7/9, 199034 Санкт-Петербург, Россия.
E-mail: onto@psy.spbpu.ru

[Ссылка для цитирования](#)

Гришина Н.В. Жизненные сценарии: нормативность и индивидуализация [Электронный ресурс] // Психологические исследования: электрон. науч. журн. 2011. N 3(17). URL: <http://psystudy.ru> (дата обращения: чч.мм.гггг). 0421100116/0029.

[Последние цифры – номер госрегистрации статьи в Реестре электронных научных изданий ФГУП НТЦ "Информрегистр". Описание соответствует ГОСТ Р 7.0.5-2008 "Библиографическая ссылка". Дата обращения в формате "число-месяц-год = чч.мм.гггг" – дата, когда читатель обращался к документу и он был доступен.]

[К началу страницы >>](#)