

Астафьева И.Н.

В статье представлена типология жизненного плана, основанная на теоретическом анализе зарубежных и отечественных теорий и исследований. Критериями типологии стали особенности структуры и содержания жизненного плана. В рамках структурного подхода типы жизненного плана определяются особенностями взаимосвязи его элементов. В рамках содержательного подхода типы жизненного плана выделены по двум критериям: преобладание жизненной сферы в целях жизненных планов и особенности характеристик содержания жизненных планов.

Ключевые слова: *жизненный план, структура жизненного плана, цели жизненного плана, характеристики жизненного плана.*

Современный постоянно и быстро изменяющийся мир предъявляет особые требования к личности, которая должна прогнозировать, проектировать, планировать свою жизнь. В связи с этим проблема жизненных планов является одной из самых востребованных как в психологической науке, так и в обществе. Для выявления общих закономерностей жизненных планов необходимо создание их типологии.

Типология жизненных планов может строиться по разным критериям: по особенностям их структуры и особенностям их содержания.

Рассмотрим структурный подход к типам жизненного плана. Данная типология выделена нами на основе анализа теоретических представлений о жизненном плане зарубежных и отечественных психологов. На структуру жизненного плана существует несколько точек зрения, обобщив которые мы выделили структурные типы плана: жизненный план как уровни, как иерархия, как соподчинение, как система, как рядоположенность, как совокупность, как отношение смыслообразования, как организация.

План рассматривается как многоуровневое образование. Он локализуется в структуре базовой системы психики и состоит из трех уровней – сенсорного, перцептивного и речемыслительного. При этом план, стратегия и тактика образуют операциональный компонент регулятивной подсистемы психики (Волков А.М. и др., 1987).

Некоторые авторы рассматривают жизненный план как всякий иерархически построенный процесс в организме, способный контролировать порядок, в котором должна совершаться какая-либо последовательность операций (Миллер Дж. и др., 2000). Данные авторы рассматривают следующие характеристики планов: источник планов, объем

планов, детали планов, гибкость планов, темп планирования, координация планов, удержание плана, откровенность, сигналы остановки.

Утвердившимся является представление о том, что в качестве механизма формирования плана выступает перестройка определенных личностных структур: план возникает в результате иерархизации мотивов, обобщения и укрупнения целей, а также в результате конкретизации целей и мотивов, становления, устойчивого ядра ценностных ориентаций (Абульханова-Славская К.А., 1997, Асеев В.Г., 1981, Вардомацкий А.П., 1991).

План, по мнению А.Н. Леонтьева, имеет определенное число составляющих. А.Н. Леонтьев выделяет отдельные деятельности – по критерию различия побуждающих их мотивов, действия – процессы, подчиняющиеся сознательным целям и, наконец, операции, которые непосредственно зависят от условий достижения конкретной цели (Леонтьев А.Н., 1997).

Предлагается системное представление о плане. Выделяются три общие компоненты любого плана: начальное состояние, цель (или конечное состояние) и средства, связующие начальное и конечное состояния (Сидоренко Е.А., 2001). Данные авторы выделяют такие характеристики плана как жизнестойкость и эффективность, однако не раскрывают содержание данных характеристик. По мнению другого автора, системообразующим фактором системы «план» в таком его понимании является целенаправленность (Молоткова Е.А., 1997). Жизненный план содержит те же компоненты, что и планы действий: субъект, объект плана, возможности, средства и т.д. (Шлапак Н.А., 1974).

Жизненный план – совокупность желаемых и вероятных конкретных путей и средств осуществления

жизненных целей индивида, при этом подчеркивается необходимость системного, последовательного порядка действий, необходимых для их выполнения (Коган Л.Н., 1984).

Понимая под планом действий путь, ведущий к отдаленной цели, требующей сложного ряда действий и средства, пригодные для ее достижения, С.Л. Рубинштейн отмечает, что вместо единой системы действий, направленных на цель, легко может получиться простое рядоположение друг с другом несвязанных действий, последовательность которых находится в полной зависимости от обстоятельств. Так происходит, когда конечная цель не определяет характер и способ действия. В данном случае конечный результат действий может вовсе не совпадать с первоначальной целью (Рубинштейн С.Л., 2003).

Жизненный план определяется как совокупность решений личности об организации своей жизнедеятельности в определенных сферах, выделяются следующие его компоненты: объект плана, мотивационно-организующая и эмоционально-оценочные составляющие, а также решение о субъекте осуществления плана. Предполагается следующая структура жизненный план личности: объект плана – это цели и средства действия; мотивационно-организационная составляющая – стремление осуществить цели и средства, стремления использовать различные мобилизационные приемы, представления о сроках; эмоционально-оценочные составляющие – субъективная оценка значимости собственных индивидуально-психологических особенностей в качестве средств осуществления плана, субъективная оценка значимости объекта плана, субъективная уверенность в плане, эмоциональные переживания в связи с планируемым будущим; представления о субъекте осуществления плана (Молоткова Е.А., 1997).

Жизненные цели И.О. Мартынюк определяет как одно из звеньев цепочки личностных образований, опосредующих отношения смысла жизни и деятельности. Место жизненной цели в трехзвенной смысловой структуре деятельности определяется тем, что жизненная цель появляется от смысла жизни и далее трансформируется в дробные задачи и планы. Между конечными и промежуточными целями устанавливаются отношения смыслообразования: жизненные цели «придают смысл более конкретным и частным целям» (Мартынюк И.О., 1990).

В структурном подходе не зафиксированы типы планов, однако описана типология целей, предложенная Фридманом А.Ю. Автор описывает психологические механизмы, посредством которых осуществляется влияние оценок значимости жизненных целей на их очередность: компенсация отдельных показателей значимости, блокирование и безусловное разблокирование реализации жизненной цели

отдельными показателями значимости, недооценка или переоценка величины итоговой значимости. Данный подход позволил различать планирование высоко значимых, средне значимых и низко значимых жизненных целей (Фридман А.Ю., 2004).

Рассмотрим содержательный подход к типам жизненного плана, который выделен нами на основе анализа эмпирических данных отечественных и зарубежных исследователей. Содержательный подход к типам жизненного плана может быть выделен на основе двух критериев: преобладание жизненной сферы в целях жизненных планов и особенности характеристик содержания жизненных планов.

Несомненным является тот факт, что жизненный план не может быть сведен до одной сферы жизнедеятельности, так как жизнедеятельность личности представлена как минимум тремя основными сферами – деятельности, семейной и личностной. В связи с этим, мы, в качестве критерия выделения типов жизненных планов, будем использовать преобладание сферы жизни личности, представленной в целях жизненных планов. Так, авторы в своих исследованиях, задавая испытуемым названия жизненных планов инструкцией, выделяют жизненные планы с преобладанием в них целей, связанных с реализацией личностью собственных желаний и стремлений, целей, связанных с семейной сферой либо профессионально-карьерных целей.

Жизненный план, основанный на целях самореализации, не связанных с семьей и карьерой, описывается авторами как внутренний ориентир для изыскания новых возможностей роста личности (Мелджес Ф., 1995), как возможность реализации творческого потенциала (Олпорт Г., 2002), как предпосылка полного раскрытия и реализации человеческого потенциала (Рубинштейн С.Л., 1999).

Содержание жизненного плана данного типа представлено основными целями, связанными с реализацией собственных желаний и стремлений. В их роли выступают уважение к себе окружающих людей, честно прожитая жизнь, наличие отдельной квартиры, занятие любимым делом (Горшков М.К., Тихонова Н.Е., 2002). Согласно исследованию жизненных планов женщин, проведенному институтом комплексных социальных исследований РАН, цели, связанные с личностным аспектом жизни (друзья, своя квартира, интересная работа), даже несколько опередили цели, связанные с семейными ролями женщин. У женщин ведущими сферами жизни являются обучение и образование, увлечения. Общественная и профессиональная жизнь имеют меньшую значимость (Пеньков А.И., 2000).

Жизненный план, в основе которого цели, касающиеся семейной сферы, чаще всего включает в себя женитьбу/замужество и рождение детей.

Исследователи, описывая данный тип плана, указывают на значимость семейной жизни для реализации доминирующих смыслов и ценностей (Пеньков А.И., 2000), на зависимость семейного плана от личностных (Омельченко Е.Л., 2002) и социально-демографических особенностей субъекта плана (Горшков М.К., Тихонова Н.Е., 2002).

Жизненные планы, касающиеся профессионально-карьерной сферы, связаны с такими целями как выбор профессии, продвижение вверх по карьерной лестнице.

Содержание жизненного плана описываемого типа рассматривается в психологических исследованиях с точки зрения их детерминации гендерными и возрастными особенностями. Гендерные особенности определяют степень активности в выборе профессии, а возрастные – в планировании деловой карьеры. Так, в планировании деловой карьеры женщины чаще, чем мужчины, пассивны, больше живут сегодняшним днем и меньше заглядывают в завтрашний. По данным В.Г. Горчаковой, лишь 20 % женщин в нашей стране имеют устойчивую тенденцию к профессиональной карьере (Ильин Е.П., 2002). Что касается возрастного аспекта, большинство молодых россиянок хотели бы сделать карьеру, попасть в определенный круг людей, иметь собственный бизнес, в то время как их соотечественницы более старшего возраста в большинстве своем этого не хотят (Горшков М.К., Тихонова Н.Е., 2002).

При описании профессионально-карьерных планов большое значение придается авторами связи профессионального плана с другими сферами жизни личности (например, семейной) (Климов Е.А., 1996). Карьерные планы способствуют устройству семейно-бытовых условий, воспитанию и образованию детей, расширению круга общения, организации развивающего отдыха и досуга, саморазвитию (Чернышев А.Я., 2008).

Результаты, полученные институтом комплексных социальных исследований РАН, позволили Горшкову М.К., Тихоновой Н.Е. выделить четыре основных типа россиянок, которые различаются своими жизненными устремлениями. Эти типы условно названы следующим образом: «домашние женщины», «труженицы», «карьеристки» и «отчаявшиеся». Каждый из данных типов характеризуется не противоположными жизненными целями, а меньшим или большим многообразием состава этих целей.

Тип «домашних женщин» ориентирован на воспитание хороших детей, наличие надежных друзей, на честно прожитую жизнь, уважение окружающих.

«Труженицы», сохраняя эти же цели в качестве своих жизненных устремлений, плюс к тому ориентированы также на интересную и престижную работу, возможность заниматься любимым делом, на хорошее образование.

«Карьеристки» (это название не содержит в себе негативного оттенка, и связано только с тем, что стержнем специфических для этой группы жизненных ориентаций выступает стремление сделать карьеру), имеют самый широкий спектр жизненных устремлений. Этот тип включает тех женщин, которые плюс к жизненным целям предыдущих типов либо уже имеют, либо уверены, что им по силам иметь собственный бизнес, сделать карьеру, побывать в разных странах мира, попасть в определенный круг людей.

Наконец, четвертый тип, который назван «отчаявшиеся», включает в себя женщин, которые по своим стремлениям очень близки к «домашним женщинам», но считают, что не смогут реализовать в своей жизни характерные для этой группы жизненные цели и, прежде всего, создать счастливую семью, воспитать хороших детей и т.п. (Горшков М.К., Тихонова Н.Е., 2002).

Рассмотрим типы жизненного плана с точки зрения характеристик его содержания, а именно полноты, согласованности, субъектности, перспективности, гибкости, оптимистичности, осознанности и реалистичности.

Полнота жизненного плана характеризуется представленностью в плане таких составляющих как мотивы, цели, средства (действия), временной отрезок планирования и представления о субъекте плана (Рудакова С.В., 2003). В зависимости от этого критерия можно выделить полные (представлены все элементы) и неполные (отсутствует хотя бы один элемент) жизненные планы.

Под согласованностью понимается степень соответствия мотивов, целей и средств достижения целей (Рудакова С.В., 2003). В зависимости от наличия или отсутствия соответствия жизненные планы могут быть согласованными и несогласованными.

Теория жизненного пути личности предлагает в качестве основной характеристики жизненного плана личности субъектность, представляющую собой стремление и готовность субъекта жизнедеятельности осуществить свой план. В зависимости от субъекта осуществления жизненного плана можно выделить жизненные планы, реализуемые либо самим планирующим, либо другими людьми, либо зависящие от обстоятельств.

Перспектива плана – характеристика, представляющая собой временной отрезок, на который личность с уверенностью планирует свою жизнь. На необходимость учета временных затрат по достижению целей жизненного плана указывает ряд авторов. Отмечается, что задание четко обозначенного срока исполнения способствует достижению целей (Адлер Г., 2002). Временная перспектива жизненного плана – это временной отрезок, на который личность

с уверенностью планирует свою жизнь. Временной диапазон планирования может ограничиваться несколькими следующими секундами или минутами либо месяцами, годами (Миллер Дж. и др., 2000). В связи с этим можно выделить краткосрочные и долгосрочные жизненные планы.

Гибкость жизненного плана представляет собой возможность изменения порядка частей плана без ущерба для его выполнения (Миллер Дж. и др., 2000). Исходя из наличия/отсутствия данной возможности, можно выделить гибкие и статичные (изменение частей плана мешает его выполнению) жизненный план.

Оптимистичность жизненного плана зависит от показателей субъективной уверенности в жизненном плане и эмоциональных переживаний в связи с планируемым будущим (Молоткова Е.А., 1997). В зависимости от описанных показателей можно выделить оптимистичный (преобладание эмоций положительного знака над эмоциями отрицательного знака) и неоптимистичный (преобладание отрицательных эмоций) планы.

Осознанность, как характеристика жизненного плана, представляет собой степень детализированности каждого из компонентов (Рудакова С.В., 2003). Соответственно, можно выделить осознанный (детализированный) и неосознанный (схематичный) жизненные планы.

Реалистичность жизненного плана представляет собой интегральную характеристику, включающую в себя такие его характеристики, как полнота, согласованность, субъектность, гибкость и оптимистичность. В зависимости от степени выраженности каждой из характеристик можно выделить реалистичные и нереалистичные жизненные планы.

Таким образом, на основе теоретического анализа мы выделили два подхода к типологии жизненных планов. В рамках структурного подхода мы выделили следующие типы жизненного плана: жизненный план как уровни, как иерархия, как соподчинение, как система, как рядоположенность, как совокупность, как организация, как отношение смыслообразования. В рамках содержательного подхода типы жизненного плана определены нами с точки зрения двух критериев: преобладание жизненной сферы в целях жизненных планов и особенности характеристик содержания жизненных планов. По критерию «преобладание жизненной сферы в целях жизненных планов» в типологию включены жизненные планы, направленные на самореализацию личности (вне профессии и семьи); жизненные

планы, связанные с постановкой целей, касающихся семейной сферы; жизненные планы, основанные на профессионально-карьерных целях. По критерию «особенности характеристик содержания жизненных планов» в типологию включены жизненные планы, реализуемые либо самим планирующим, либо другими людьми, либо зависящие от обстоятельств, полные и неполные, согласованные и несогласованные, краткосрочные и долгосрочные, гибкие и статичные, оптимистичные и неоптимистичные, осознанные и неосознанные, реалистичные и нереалистичные жизненные планы.

ЛИТЕРАТУРА

1. Абульханова-Славская К.А. Проблема личности в психологии // Психол. наука в России XX столетия: Проблемы теории и истории. – М.: Институт психологии РАН, 1997. – 218 с.
2. Горшков М.К., Тихонова Н.Е. Женщина новой России: какая она? Как живет? К чему стремится? Аналитический доклад. // Институт комплексных социальных исследований Российской Академии наук. Российский независимый институт социальных и национальных проблем. – 2002.
3. Климов Е.А. Психология профессионального самоопределения. – Ростов н/Д: Феникс, 1996. – 512 с.
4. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. – М.: Политиздат, 1977. – 221 с.
5. Мартынюк И.О. Жизненные цели личности: понятие, структура, механизмы формирования. – Киев: Наукова думка, 1990. – 119 с.
6. Миллер Дж., Галантер Б., Прибрам К. Программы и структура поведения / Пер. с англ. – М.: Центр НЛП-тренинга, 2000. – 226 с.
7. Молоткова Е.А. Жизненные планы личности при смене профессии: Дис...канд. психол. наук. – Ростов н/Д., 1997. – 250 с.
8. Омельченко Е.Л. Стилевые стратегии занятости и их особенности. – М., 2002.
9. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. – СПб.: Питер, 1999. – 720 с.
10. Рудакова С.В. Личностные детерминанты карьерных планов предпринимателей: Дис. ...канд. психол. наук. – Ростов н/Д, 2003.
11. Сидоренко Е. Методы математической обработки в психологии. – СПб.: Речь, 2001. – 350 с.
12. Фридман А.Ю. Очередность жизненных целей личности и их субъективная мотивационная значимость: Автореф. дис. ...канд. психол. наук. – М., 2004. – 24 с.