НЕГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

ВЫСШЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

Московский институт психоанализа

На правах рукописи

**Николаева Анастасия Юрьевна**

**СУБЪЕКТ СОСТОЯНИЯ ВЗРОСЛОСТИ**

Диссертация

на соискание ученой степени

PhD по специальности «Психология»

Научный руководитель:

доктор психологических наук, профессор

Нагибина Наталия Львовна

**Москва 2018**

**ОГЛАВЛЕНИЕ**

|  |  |
| --- | --- |
| **ВВЕДЕНИЕ………………………………………………………………..** | 3 |
| **ГЛАВА 1. Теоретические основы исследования субъекта состояния взрослости……………………………………………………………** | 18 |
| 1.1. Взрослость как проблема в современной психологии…………... | 18 |
| 1.2. Анализ взрослости в философии и психологии……………………. | 33 |
| 1.3. Состояния и взрослость……………………………………………... | 47 |
| 1.4. Становление субъективной взрослости……………………………. | 65 |
| 1.5. Субъект состояния взрослости……………………………………… | 79 |
| 1.6. Субъективное состояние взрослости……………………………… | 92 |
| **ГЛАВА 2. Эмпирическое исследование субъекта состояния взрослости…………………………………………………………………** | 105 |
| 2.1. Комплекс компонентов субъективного состояния взрослости…… | 105 |
| 2.2. Анализ результатов исследования субъективного состояния взрослости…………………………………………………………………. | 119 |
| 2.3.Анализ результатов исследования субъекта состояния взрослости | 146 |
| 2.4. Анализ результатов исследования типологии субъекта состояния взрослости…………………………………………………………………. | 180 |
| 2.5. Практические рекомендации для психологического консультирования взрослых……………………………………………………………. | 187 |
| **ЗАКЛЮЧЕНИЕ…………………………………………………………..** | 192 |
| **СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ………………………………………………** | 198 |
| **ПРИЛОЖЕНИЕ…………………………………………………………..** | 216 |

**ВВЕДЕНИЕ**

**Актуальность исследования**

Особенностью мира современных взрослых являются стремительные изменения, порождающие обилие вариантов выбора образа жизнедеятельности, требующие преобладания креативности над функционированием, принятия разнообразия, самоопределения субъекта жизнедеятельности. Социальная среда характеризуется противоречивым усилением неоднородности, неравенства, смешением социокультурных традиций, поиском национальной идентичности. Новые времена диктуют новые требования, с новыми личностными стандартами, неоднократно изменяющимися еще при жизни одного поколения. Адаптация и развитие личности сопровождается не только возрастными кризисами, но и экологическими, политическими, финансовыми кризисами неустойчивого, изменяющегося мира, техногенным и природными катастрофами, терроризмом, вспышками неуправляемой агрессии как политических вождей, так и рядовых граждан. Повышаются требования к переработке информации, выбору существенного, значимого для конкретного индивида. Изменения столь значительны, что можно говорить о глобальной проблеме человека в изменяющемся мире.

Очевидна потребность в психических структурах, способных справляться с жизненными обстоятельствами, соединить в себе новые противоположности новых жизненных реалий на основе понимания себя в этом мире, поиска своего пути, постижения недоступного ранее знания.

В поисках такой структуры психологи все чаще обращаются к концептам субъект, субъектность, субъект-субъектные отношения. При всем разнообразии подходов, субъектность чаще всего трактуется как относительно автономная, глубинная психическая структура, обеспечивающая стабильность/лабильность самореализации, самобытия в изменяющемся, противоречивом, нестабильном мире.

Отечественные и зарубежные психологи, рассматривая становление личности, как правило, делают акцент на процессах идентификации с другими людьми, общественными отношениями и недооценивают значимость «создания себя», аутентичности , осознания, переживания своей внутренней реальности. Психическая реальность сложно детерминирована не только внешними, но и внутренними условиями. Сознание человека рефлексирует как рациональные, так и нерациональные детерминанты, не укладывающиеся в линейную логику причина – следствие, а имеющие многомерные, многоуровневые, нелинейные характеристики. Все более становится очевидным, что математико-экспериментальные методы, ориентированные на измеряемые психические феномены, оставляют за гранью науки огромный пласт субъективных продуктов, обладающих большим ресурсным потенциалом.

Одним из условий полноценной включенности в современную жизнь, удовлетворенности жизнью является достижение собственной субъективно опробованной взрослости.

Трансформация представлений о взрослости, формирование новых взглядов на особенности взрослой жизни связана с социальными процессами, пересматривающими возрастные границы взросления, старения, пенсионного возраста, вступления в брак, соотношения хронологического возраста супругов, рождения детей, линий построения карьеры и т.д. С одной стороны, усиление многообразия, вариативность стилей жизни, открывает благоприятные возможности развития субъекта взрослости, с другой стороны ведет к возникновению новых форм риска и принуждения быть фигурантом, функционером, а не субъектом.

Отсутствует единая точка зрения по поводу того, что понимать под «взрослостью», Взрослость рассматривается как стадия развития человека, период онтогенеза, отделяющий детство от старости, так считает Ш.Бюлер. Состоянием продуктивности и генеративности или стагнации и застоя, по мнению Э.Эриксона. Взрослость характеризуется достижением высшего уровня личностного и социального развития, обретением индивидуальности, самости, самореализованности, стремлением к постоянному саморазвитию при сохранении собственной уникальности, так считали К.Г.Юнг, Б.Г.Ананьев. Взрослость является относительно стабильным состоянием или подвержена значительным возрастным изменениям и кризисам. В этих подходах нет ответа на вопрос: «Является ли хронологически, физиологически, социально взрослый человек субъектом взрослости?»

Проблемой современного общества является обесценивание взрослости, застревание в детскости, независимо от хронологического возраста, с уходом от взрослых проблем. Эклектика аксиосферы ведет к попыткам подвергнуть сомнению онтологическую самодостаточность взрослости, провоцирует социальный нигилизм, инфантилизацию, иждивенчество, девиантное поведение. Современная ситуация жизнедеятельности взрослых характеризуется «префигуративностью» (М.Мид), «смешанными линиями развития» (А.Г.Асмолов, В.А. Вагнер), «надситуативной активностью» (В.А.Петровский, Т.Ф. Базылевич), что накладывает отпечаток на содержание и динамику представлений о взрослости.

Субъектный подход в психологии создает возможности исследования уникального субъективного опыта индивида, в частности, исследования взрослости как субъективного состояния. Структурированное субъективное состояние взрослости обеспечивает субъекта жизнедеятельности адекватными паттернами взрослости, создающими возможность самоосуществления собственной жизни.

Субъективная взрослость трактуется нами как самоопределение собственной человеческой сущности, переживание самого себя как субъекта отношений с внутренними объектами, субъекта состояния взрослости. Субъективное состояние взрослости – аффективно-когнитивный динамический комплекс, включающий образы, переживания, отношения и символизацию собственной взрослости.

Субъект состояния взрослости - носитель субъективного состояния взрослости включающего образы взрослости, переживания взрослости, отношения взрослости и символы взрослости, функционирующие в самоорганизующейся целостности субъектных свойств.

Актуальность работы обусловлена тем, что проблема субъективного состояния взрослости, как определяющего субъекта взрослости недостаточно изучена в отечественной и зарубежной психологии. Экспликация субъекта и взрослости противоречива. Тема является актуальной в теоретическом и прикладном аспекте, т. к. реализованность собственной взрослости является отправной точкой для активного включения в социальную жизнь, а также для разрешения многих жизненных задач, связанных с самостоятельным проживанием собственной жизни, в частности, в работе психолога с клиентскими запросами взрослых людей, связанными с неустроенностью собственной жизни.

Данная работа посвящена рассмотрению комплекса психологических проблем, связанных с субъектом состояния взрослости.

**Степень разработанности проблемы исследования**

Исследования, посвященные взрослости как хронологическому периоду жизни, проводились в психологической школе Б.Г.Ананьева и были связаны в основном с изучением динамики развития психофизиологических функций взрослого (Б.Г. Ананьев, Е.И. Степанова, Е.Ф. Рыбалко, Н.А. Грищенко-Розе, JI.H. Кулешова и др.). Психологическая сущность взрослости при этом остается мало изученной. В русле этой же психологической школы, вслед за C.Л. Рубинштейном, было рассмотрено понятие жизненного пути как истории человека, тесно связанной с социальной историей его времени и определены основные особенности развития личности в процессе проживания жизни (К.А.Абульханова-Славская). Взрослость определена социальными ориентирами с игнорированием ощущения себя взрослым, разве, что за исключением чувства взрослости (Д.Б.Эльконин). Другое наиболее развитое направление в области психологии взрослых — это акмеологическое изучение субъекта деятельности (В.С. Агапов, А.А Бодалев, Н.В. Кузьмина, Э.Ф. Зеер, Л.A. Головей, А.А. Деркач, Л.A. Рудкевич, Т.Ф. Базылевич и др.) акцентировано на факторах достижения вершин профессионализма, анализирует этапы, движущие силы и кризисы профессиональной карьеры. Для этого направления характерно представление взрослости как зрелости. На наш взгляд категория зрелости может быть применена к любому периоду жизни человека: зрелый подросток, зрелый старик, характеризуя степень выраженности признаков данного возрастного этапа. Очевидно, что этого недостаточно для определения сущности взрослости, более того, догматичное функционирование на основе идеального образа «акме» ведет к тому, что образ действует в индивиде и посредством его субъект отсутствует.

Более продуктивным представляется нам анализ взрослости в связи с субъектностью, когда взрослость рассматривается как универсальная, глубинная сущность человека, позволяющая ему выступать не объектом, а субъектом социализации и культуры, преемственности и смены поколений (Л.С.Выготский, И.С.Кон, П.Сорокин); важнейшим социальным фактором, обеспечивающим стабильность общества (К.Маркс, М.Вебер, Б.Г.Ананьев, А.Н. А.А.Леонтьевы, Э.Эриксон, Л.Н.Коган).

В рамках психоаналитической школы исследования взрослости принадлежат З.Фрейду, Э.Эриксону, К.Юнгу, В.Франклу, Э.Фромму, Э.Берну, В.Райху, К.Хорни, Дж.Кемпбеллу и др. Взрослость рассматривается детерминированной детскими впечатлениями и травмами. Ценность перехода от физиологически и социально обусловленной детерминации к внутренней снижается из-за жесткой привязанности к переживаниям детства и недооценки относительной автономии субъективной реальности.

В постнеклассической интерпретации личность рассматривается как саморазвивающаяся система с акцентами на особой ценности субъективного опыта и свойственной человеку направленности на конструирование мира и себя. (Е.А.Сергиенко, В.Е.Клочко и др.) ценным в этом подходе является отделение понятия «субъект» с доминированием внутренней мотивации, от понятия «личность», с социально ориентированной мотивацией. Разрешение противоречий между полюсами внешней и внутренней детерминации возможно, на наш взгляд, на новом качественном уровне: при становлении субъекта состояния взрослости.

Субъектный подход фиксирован на поиске источников и причин активности в самом субъекте (А.В.Брушлинский), на взаимной имплицированности бытия и человека (С.Л.Рубинштейн), на свойственной человеку как субъекту способности порождать новые формы бытия и себя самого.

В связи с этим изменяется взгляд на взрослость связанный с хронологическим возрастом, с психофизиологической зрелостью, как на возрастной этап, наряду с детством, юностью и старостью исследуемый в возрастной психологии и психологии развития (Э.Эриксон, В.Г.Ананьев, Н.А.Аминов, Г.Крайг, В.И.Слободчиков, Е.И.Исаев, Е.П.Ильин) в сторону исследования специфики субъективного состояния взрослости.

В настоящее время происходит размывание хронологических границ традиционных периодов жизни, в результате чего критерии взрослости индивидуализируются и стремительно субъективируются, одним из важнейших и центральных компонентов взрослости может выступать собственное ощущение и самооценка себя как взрослого (Е.Е.Сапогова).

Е.Е.Сапогова определяет взрослость как протяженное стационарное состояние, характеризуемое стабилизацией функций и свойств сложившейся личности, образовавшегося интеллекта, определившихся ценностных ориентаций и картины мира. В этом определении, на наш взгляд, недостает динамичности в понимании состояния как энергетического фона.

В подходе к анализу психических состояний личности, субъекта состояний (А.О.Прохоров, В.И.Панов, Ю.Е. Сосновникова, И.Г.Петров), эго-состояний, архетипов (Э.Берн, У.Винникот, К.Г.Юнг, Дж.Бьюдженталь) имеется неиспользованный потенциал определения взрослости как субъективного состояния.

Исследование субъекта состояния взрослости через анализ сущности и места субъективного состояния взрослости во внутренней реальности субъектных свойств явилось целью настоящей работы

**Научная задача:** определить и исследовать субъект состояния взрослости как субъективное состояние взрослости, включающее образы взрослости, переживания взрослости, отношения взрослости, символы взрослости; в целостности субъектных свойств, разработать методику исследования содержания и структурных компонентов субъективного состояния взрослости, разработать рекомендации для практического применения полученных данных в психологическом консультировании взрослых.

**Объект исследования:** субъект взрослости.

**Предмет исследования:** субъект состояния взрослости, каксубъективное состояние взрослости в целостности субъектных свойств хронологически взрослых.

**Цель исследования:** определить и выявить содержание, структурные компоненты и место субъективного состояния взрослости в целостности субъектных свойств хронологически взрослых.

**Основная гипотеза исследования:** субъект взрослости может быть рассмотрен как субъективное состояние взрослости в целостности субъектных свойств;

**Частные гипотезы исследования:**

**-** субъективное состояние взрослости является целостной психологической структурой, определяющей субъекта состояния взрослости;

-взрослость может быть определена и исследована как субъективное состояние взрослости, определяющее субъекта состояния взрослости ;

**-** субъективное состояние взрослости имеет выраженную структуру, компонентами субъективного состояния взрослости являются образы взрослости, переживания взрослости, отношения взрослости, символы взрослости;

- субъективное состояние взрослости взаимосвязано с рядом субъектных свойств, создающих субъекта состояния взрослости;

-субъективное состояние взрослости имеет типологические особенности.

**Задачи исследования:**

В соответствии с обозначенной целью и выдвинутыми гипотезами исследования поставлены следующие задачи:

-определить понятие субъект состояние взрослости;

-разработать методику исследования субъективного состояния взрослости;

-исследовать структуру субъективного состояния взрослости;

-выявить взаимосвязи субъективного состояния взрослости с субъектными свойствами;

-выявить типологические особенности субъективного состояния взрослости;

-разработать практические рекомендации для применения полученных данных в психологическом консультировании взрослых.

**Теоретико-методологическую основу исследования составили:**

**-** теория психического отражения (А.Н.Леонтьев, В.Г.Ананьев, Б.Ф.Ломов, В.Н.Мясищев, С.Д.Смирнов, В.П.Зинченко, Н.Л.Нагибина, И.И.Ильясов);

- основные положения субъектно-деятельностного подхода, сформулированные в работах отечественных ученых (Л.С. Выготский, С.Л. Рубинштейн, А.Н, Леонтьев, Б.Г. Ананьев, А. В. Брушлинский, К.А. Абульханова-Славская, В.А. Петровский, Т.Ф.Базылевич, Ж.И.Намазбаева, А.Л. Журавлев, В.И. Слободчиков, Г.А. Цукерман и др.);

- работы по исследованию взрослости (Э.Эриксон, В.Г.Ананьев, Н.А.Аминов, Г.Крайг, В.И.Слободчиков, Е.И.Исаев, Е.П.Ильин);

- работы по исследованию реализации самости человека в связи с самоактуализацией (А.Маслоу, В.И.Слободчиков), личностным ростом (К.Роджерс, Дж.Бъюдженталь), самореализацией (К.А.Абульханова, С.В. Агапов, Э.В.Галажинский, А.А.Деркач, Л.А.Коростылева, И.Д.Егорычева, Д.А.Леонтьев и др.), самотрансценденцией (В.Франкл, Д.А.Леонтьев), «конструированием миров» (А.Г.Асмолов), «жизненным самоосуществлением» (И.О.Логинова);

**-** работы по исследованию психических состояний (Б.Г.Ананьев, Н.Д.Левитов, Ю.Е.Сосновникова, А.О.Прохоров, В.И.Панов, Е.П.Ильин, Э.Берн).

**Методическая организация исследования.**

Для решения задач исследования и верификации гипотез использовался комплекс методов: на теоретическом уровне проводился анализ с использованием номотетического и идеографического подходов, на эмпирическом уровне использовались методы беседы, экспертных оценок, психодиагностические методики: тест индекс жизненной удовлетворенности (ИЖУ), адаптации Н. В. Паниной (Опросник общего психологического состояния человека), модифицированная автором методика Л.В.Алексеевой, М.А.Щукиной, О.В.Кудрявцевой, направленная на исследование субъектности человека; тест-опросник уровня субъективного контроля (УСК) Е.Ф.Бажина, А.М.Эткинда; Опросник Плутчика- Келлермана- Конте, Методика Индекс жизненного стиля (Life Style Index, LSI); Тест Трансактный анализ Э. Берна (Тест ребенок, взрослый, родитель). Субъективное состояние взрослости исследовалось с помощью авторской методики «Рельеф субъективного состояния взрослости». Методика направлена на изучение основных сторон субъективного состояния взрослости: образов взрослости, переживаний взрослости, отношений взрослости и символизаций взрослости. Субъективное состояние взрослости оценивалось со стороны его компонентов, их интенсивности и изменений.

Каждый метод применялся для решения определенных задач и проверки отдельных гипотез.

С целью статистической обработки данных использовалась программа SPSS 16. В качестве критериев были выбраны: критерий Манна-Уитни (U) для оценки различий между двумя независимыми выборками по уровню какого-либо признака; коэффициент корреляции Пирсона для определения тесноты (силы) и направления корреляционной связи между двумя признаками или двумя профилями (иерархиями) признаков; факторный анализ для выделения системы независимых факторов субъективного пространства взрослости и их сопоставления с эго-состояниями, полученными Э.Берном.

В пилотажном исследовании приняли участие 21человек (9 мужчин и 12 женщин, средний возраст 40,1 лет) преподаватели и сотрудники Новомосковского филиала Университета Российской академии образования (НФ УРАО), психологи, сотрудники различных предприятий города Новомосковска и Новомосковского района Тульской области, студенты старших курсов, обучающиеся заочно. В основном исследовании приняли участие 110 человек (48 мужчин и 62 женщины, средний возраст 40,1лет), бакалавры, магистры, обучающиеся очно и заочно, преподаватели и сотрудники НФ УРАО, сотрудники различных предприятий города Новомосковска и Новомосковского района.

Исследование проходило в период с 2011 по 2018 год и состояло из **трех основных этапов:**

**на первом этапе** (2011 – 2012 гг.) анализировалась история и современное состояние проблемы, уточнялись цели и задачи исследования, определялись методические подходы, подбирался адекватный понятийный аппарат.

**на втором этапе** (2012 – 2013 гг.) разрабатывалась и апробировалась методика исследования субъективного состояния взрослости

**на третьем этапе** (2013 – 2018 гг.) проводилось эмпирическое исследование субъективного состояния взрослости, обработка полученных данных, анализ и осмысление результатов исследования, их включение в сложившуюся систему психологического знания.

**Надежность и достоверность** результатов эмпирического исследования обеспечена применением комплекса методик, доказавших свою валидность и отвечающих целям и задачам исследования, использованием современных методов статистической обработки данных.

**Научная новизна исследования:**

**-**субъект рассмотрен как состояние на примере состояния взрослости;

- выделена область психологической реальности, субъективно переживаемая как состояние взрослости;

- выделены структурные компоненты субъективного состояния взрослости;

- обнаружены и описаны субъектные свойства, сопровождающие субъективное состояние взрослости;

- проанализированы эго-состояния как факторы типологии субъективного состояния взрослости;

- разработана и апробирована методика для диагностики субъективного состояния взрослости.

**Лично соискателем:**

**-** проведен теоретический и эмпирический анализ субъекта состояния взрослости;

**-** разработана оригинальная методика для диагностики субъективного состояния взрослости;

- предложен алгоритм анализа субъективного состояния взрослости с учетом представлений обыденного сознания;

- предложена оригинальная модель субъективного состояния взрослости;

- описана взаимосвязь субъективного состояния взрослости с субъектными свойствами индивида;

- показана перспективность использования новых разработанных идей о субъективном состоянии взрослости в науке и психологической практике;

- выявлено, что субъективное состояние взрослости зависит от субъективной оценки психологического возраста и не зависит от пола хронологически взрослого индивида;

-выявлено, что субъективное состояние взрослости более наполнено в период хронологически поздней взрослости;

- выявлено влияние эго-состояния на субъективное состояние взрослости, позволяющее выделить типы субъективного состояния взрослости: состоявшаяся взрослость, озабоченная взрослость, защищающаяся взрослость.

**Теоретическая значимость исследования обоснована тем, что**

**-** впервые обозначен и описан субъект состояния взрослости;

**-** впервые обозначена и описана структура психологической реальности субъективного состояния взрослости в целостности субъектных свойств;

- проанализирована роль компонентов субъективного состояния взрослости, наиболее часто фигурирующих в научной литературе, в контексте реального опыта переживания взрослости, чувства взрослости и связи между этими компонентами;

- определены и наполнены содержанием понятия «субъект состояния взрослости», «субъективное состояние взрослости», «образы взрослости», «переживания взрослости», «отношения взрослости», «символы взрослости»;

- показано, что субъективное состояние взрослости – целостное психологическое образование, имеющее устойчивую структуру и динамический характер.

**Значение полученных соискателем результатов исследования для практики подтверждается тем, что:**

- разработаны и внедрены программы по использованию результатов диссертационного исследования в рамках лекционных и практических занятий бакалавров и магистров на факультете психологии НФ УРАО;

- создана система практических рекомендаций по применению результатов эмпирического исследования в процессе подготовки психологов к проведению тренинговых, консультативных сессий для взрослых с учетом знаний о субъективном состоянии взрослости;

- представлены методические рекомендации по применению разработанной методики в исследовательской и психологической консультационной практике;

- полученные результаты используются в консультативной психологической практике, направленной на разрешение психологических проблем взрослых.

**Оценка достоверности результатов исследования выявила:**

- результаты получены с использованием тестов и опросников, доказавших свою валидность;

- теория построена на известных проверяемых данных, фактах, согласуется к опубликованными экспериментальным данными исследований других ученых;

- идея базируется на анализе практического опыта использования компонентов субъективного состояния взрослости в процессе проведения тренингов и индивидуальных консультаций, обобщения передового опыта по подготовке в ВУЗе;

- использованы современные методики сбора и обработки информации (корреляционный анализ. факторный-анализ, контент-анализ, статистический анализ, и т.д.), представительные выборочные совокупности с обоснованием подбора объектов (единиц) наблюдения и измерения.

**Личный вклад соискателя** состоит во включенном участии соискателя на всех этапах процесса, непосредственном участии соискателя в получении исходных данных, в создании в апробации результатов исследования, в разработке эмпирических процедур, обработке и интерпретации эмпирических данных, подготовке основных публикаций по выполненной работе.

**Положения, выносимые на защиту:**

1**.** Субъект состояния взрослости есть субъективное состояние взрослости, включающее образы взрослости, переживания взрослости, отношения взрослости, символы взрослости; в целостности субъектных свойств.

1. В психологической реальности субъекта взрослости можно выделить и структурировать целостное образование - субъективное состояние взрослости.
2. В структуру субъективного состояния взрослости включены в качестве компонентов образы взрослости, переживания взрослости, отношения взрослости и символы взрослости.
3. Субъективное состояние взрослости относительно автономно от пола субъекта взрослости.
4. Субъектные характеристики определяют типологию субъективного состояния взрослости, как ядерного, инвариантного образования в целостности субъектных свойств.

**Апробация исследования.**

Материалы диссертации обсуждались на заседаниях кафедры психологии личности и дифференциальной психологии Московского института психоанализа и кафедры психологии и педагогики Новомосковского филиала Университета Российской академии образования. Также они были представлены на пятой Российской конференции по экологической психологии (Москва, 2008), на VII, VIII, X, ХI, ХII, XIII ежегодных Международных научно-практических конференциях «Пси-фактор: психологические факторы жизнедеятельности» (Новомосковск, 2009, 2010, 2012, 2013, 2014, 2015), на V, VI, VII, IX, X, XI, XII ежегодных Международных научно-практических конференциях «Гуманитарные и естественнонаучные факторы решения экологических проблем и устойчивого развития» (Новомосковск, 2008, 2009, 2010, 2012, 2013, 2014, 2015). Содержание диссертационной работы отражено в восьми публикациях, в том числе: статья в ежегоднике Московского института психоанализа «Психологические и психоаналитические исследования» (Москва, 2013), четыре статьи в ежегоднике «Сборник научных трудов Новомосковского филиала Университета Российской академии образования» (Новомосковск, 2010, Т.8.Ч.2; 2011, Т.9.Ч.2;2012,Т.10.Ч2; 2013,Т.11.Ч.1), три статьи в журналах, входящих в перечень ВАК.

По теме диссертационной работы под руководством диссертанта было защищено две дипломные работы (Университет Российской академии образования, Новомосковский филиал).

Результаты работы прошли практическую апробацию при проведении лекционных, семинарских, тренинговых занятий со студентами 3 и 4 курсов специалитета, бакалавритата и 2 курса магистратуры факультета психологии Университета Российской академии образования, Новомосковский филиал.

**Структура диссертации.**

Диссертация состоит из введения, 2 глав, заключения, списка литературы и приложений. Основной текст диссертации изложен на 210 страницах. Вместе с приложениями текст диссертации изложен на 274страницах. Список литературы включает 183 наименования, в том числе 22 на английском языке.

**Глава 1. Теоретические основы исследования**

**субъекта состояния взрослости**

**1.1.Взрослость как проблема в современной психологии**

В динамичной жизни современного общества, которое принято называть открытым, глобализирующимся, информационным, сетевым, повышается социальная мобильность, смешиваются социокультурные нормы, традиции, возможности, что создает континуум субъективных переживаний действительности от содержательной наполненности, плотности среды до экзистенциального вакуума. Глубокая общественная трансформация ставит вопросы об онтологической сущности человека, о возможности полноценной включенности в жизнь, удовлетворенности жизнью, достижении собственной взрослости, зрелости, самореализации.

Ситуационный аспект актуальности проблемы связан с изменениями в ментальности российского общества, выражающими стремление преодолеть однолинейность и перейти к плюралистическому, многомерному видению. В современной психологии сложилась уникальная ситуация для исследования взрослости не только как формы, определяемой природными и социальными основаниями, но и объединить возможности субъектного, онтологического, психоаналитического, психолигвистичечского, экзистенциального подходов в психологии.

Модернизационная парадигма требует изменения содержания сознания, форм и способов поведения. Попадая в реальный мир с его сложной системой обществ различного типа, сосуществующих в условиях неравномерного и разноуровнего развития, порождающих нестабильность и многочисленные противоречия, человек стоит перед необходимостью бесконечной пластичности не только отдельных атрибутов своей личности, но самого себя в целом. Разнообразие социальных условий, скоротечность событий создает необходимость непрерывной адаптации, к постоянно меняющемуся внешнему миру. Это требует изменения содержания сознания, форм и способов поведения. Адаптивные возможности личности не безграничны, новые времена диктуют новые требования, с новыми личностными стандартами, неоднократно изменяющимися еще при жизни одного поколения. Социализация психики реализуется в условиях безудержной погони за материальными благами ценой эксплуатации и окружающей и человеческой природы, погони за развлечениями, расцвета нарциссизма, приправленными компьютерной грамотностью (Р.Мэй ).

Идеалом выступает личность, стремящаяся подняться над уровнем других, уверенная в себе и опирающаяся исключительно на свои собственные достижения, добивающаяся реализации личных устремлений. Современность дает больше альтернатив для выбора, но и требует большей смелости, решительности, самостоятельности. В качестве сдерживающего фактора выступает внешний контроль и внутренняя саморегуляция и самоконтроль. В этих условиях возрастает индивидуализация, как тенденция, ведущая к успешной самореализации. По мнению Т.Ф.Базылевич: «Психическое развитие человека в современном обществе, переходящем от эпохи "масс" к эпохе индивидуальностей, в значительной мере определяется знаниями фундаментальных законов целостности свойств человека как субъекта психической деятельности. Усилившаяся в этой связи рефлексия психологов и практиков, направленная на раскрытие сущностных детерминант формирования индивидуальности, свидетельствует о крушении ранее распространенных стереотипов мышления, постулирующих широкие возможности подгонки людей под единый стандартный образец требований деятельности, рассматривающих смысл образования как преодоление своеобразия человека. Напротив, в современном мире существующее разнообразие индивидуальностей анализируется как бесценное богатство общества» [15,с.5].

Дестандартизация жизни, усиление многообразия в социальных процессах ведет, по утверждению И.С.Кона, к формированию более сложной, творческой и индивидуальной личности [66].

Традиционно принятый в российской культуре способ поведения, ориентированный на кооперацию, сотрудничество, доверие, внутрисемейные связи в условиях конкуренции, соревновательности, индивидуализации приводит, зачастую, к эмоциональной неудовлетворенности, неопределенности, неуверенности, социальной изоляции, потере семейных и дружеских связей. Противоречие заключается в расхождении желания быть полноценным участником общественной жизни и одновременно передать ответственность за решение жизненных трудностей социальному окружению, государству. Развитие не столько индивидуального, сколько субъектного потенциала, на наш взгляд, могло бы быть одним из решений сложившегося противоречия.

Современный мир столкнулся с кризисом «западного образа жизни», «образцов для подражания», кризисом наставничества. Ярко выражена разобщенность между экзистенциальной реализацией человека, дающей человеку «вкус и силу жизни» (Лэнглэ, 2007), и обыденной жизнью, полной «тоски и тревоги», с «воскресными неврозами», «чувством одиночества и разобщенности», где нет места индивидуальности, уникальности, субъективности и переживаниям человека, а востребовано его функционирование как конкурирующего со всем миром и против всех биосоциального существа.

В поисках выхода из сложившейся ситуации, в лучшем случае человек уповает на собственную психическую устойчивость, компенсирующую неустойчивость внешнего мира, в худшем случае – пытается притупить осознание бытия, впадая в апатию, эмоциональную черствость или же включаясь в безудержную гонку за материальными благами или наслаждениями.

В поисках себя люди обращаются к практикующим психологам, психологам-консультантам. Клиенты психолога ставят вопросы о преодолении страданий, о возможности выхода из затруднительной ситуации, избавления от зависимостей, поиске или выборе партнеров, в целом о качестве существования в мире.

Ощущение дискомфорта появляется, когда человек утрачивает себя в качестве взрослого субъекта собственной жизни, собственной судьбы. Острое переживание отчуждения, изоляции, одиночества, как проблема, тем более, чем больше глобализуется мир, разрушаются границы.

Проблема взрослости стоит особенно остро в связи с бытием человека в «новой реальности», речь идет о «гиперреальности» (Ж.Бодрийяр), о «киберпространстве» (У.Гибсон), «виртуализации» современного общества (Ю.П.Зинченко). С одной стороны, субъектность личности возрастает, так как упрощается доступ к «глобальным воплощениям» своего ментального продукта. Благодаря технологиям виртуальной реальности, ментальная конструкция отдельного человека потенциально более субъектна, отдельный человек более активный агент воздействия на структурирование событий. С другой стороны, виртуализация отношений личности таит опасность симуляции ее субъектности или искажения субъектной ориентированности из-за отсутствия истинного диалога с другим. Таким образом основная проблема человека быть субъектом тех многообразных бытийных пространств, в реорганизации которых он утверждает себя [118].

По-новому осмысливается игра, ее значение в становлении взрослости. Игра в экзистенциальном измерении обнаруживает способность человека к самопревосхождению, самоконструированию и изменению собственной темпоральности и топоса и темпоральности и топоса окружающего мира. Игра позволяет человеку овладеть такими своими состояниями, о самой возможности которых человек не догадывался.

В то же время игрушечная жизнь внутри компьютерных игр, блеск персонажей рекламы обесценивает взрослость, создает иллюзию того, что оставаясь ребенком или как минимум молодым в душе можно прожить жизнь, не задумываясь о последствиях. Остаются без внимания жизненные реалии мира взрослых.

Спонтанности и эмоциональности противопоставляется рационализация деятельности. Спонтанность предполагает то, что идет изнутри, само собой, по собственному побуждению. Это является необходимым условием творческой самореализации личности. При благоприятных условиях спонтанность является основой самостоятельности, самодисциплины, внутренней свободы, более ценного и глубокого переживания жизни. При неблагоприятных условиях спонтанность становится основой инфантилизма.

Социальная инфантильность – состояние рассогласования между биологическим и социальным возрастом. Инфантилизм является защитной реакцией на неспособность справиться с семантическим шоком, когда с одной стороны выдвигаются требования к взрослости, самостоятельности, а с другой – предоставляются материальные блага и негласное послание оставаться зависимым.

Современная семья сталкивается с проблемами внутренне противоречивого развития ребенка. В качественно новой, семиотически неоднородной жизненной среде, которая включает в себя принципиально различные социотексты и коммуникативные поля, множество моделей социального поведения усложняется и затрудняется становление социальной и индивидуальной идентичности, интериоризация социокультурных кодов поведения, выработка собственных стратегий и форм взаимодействия со значимыми другими. Наряду с развития интеллектуальных и творческих способностей детей прослеживается инфантилизация, снижение темпов и уровня развития мотивационно-волевой сферы, воображения, возрастание нервно-психической напряженности, затруднения в формировании коммуникативной компетентности. Возрастает число детей с проблемным течением психического развития, с нарушениями социализации. Ж.И.Намазбаева отмечает значение сходства переживаний у детей при благоприятной социализации и нарушениях психического развития, являющихся основополагающими в нашем поведении, в коммуникативных функциях, осознании, понимании, самоотношении, отношении к окружающему миру[92].

Влияние информационной среды и масс-медиа становится фактором риска возникновения информационной и игровой зависимости (Фельтдштейн Д.И., 2012).

Неразрешенные детские проблемы инфантилизируют взрослость, блокируя становление аутентичного субъекта взрослости.

С нового времени эта форма развития преобладает, появилось новое явление историко-эволюционного развития человека, которое получило название «секулярный тренд», или вековая тенденция, которая содержит в себе два процесса: с одной стороны, ускорение созревания, с другой, замедление темпов старения, способствующих удлинению жизненного цикла[117].

Существенную роль в определении возрастной принадлежности человека играет социальная составляющая. Целые группы взрослых не подпадают под социальное определение взрослости, характеризующейся экономической независимостью и надежностью. От этого зависит возможность выполнения требований, предъявляемых обществом к взрослому человеку. Взрослый должен нести ответственность не только за себя, но и за других, прежде всего близких людей, предвидеть жизненные события и быть готовым к решению проблем. При этом наличие физиологических и психологических признаков взрослости находится в противоречии с положением социально-инфантильного члена общества, далекого от своего возрастного равновесия, включая ситуации, когда за такового его держит само государство. Взрослость может иметь превращенную форму инфантильности, в ее различных измерениях и проявлениях.

Глобальная и внутренне разнородная социокультурная среда современности нарушает течение культурного диалога, связи поколений отцов и детей, осмысленности самого бытия человека, его цели и предназначения.

На теоретическом уровне решение этих проблем, очевидно, с настоятельной необходимостью требует нового осмысления проблем взрослости и взрослого, разработки на этой основе определенных концептуальных моделей, в которых бытие взрослого человека в мире было бы представлено как его собственное бытие [71].

Актуальность конвергенции понятий взрослость и субъект, создание проблемного поля взаимодействия этих понятий определена вызовами, которые бросает психологической науке бурно развивающаяся практика психологического сопровождения жизнедеятельности.

Живущий активной жизнью мир, отраженный как информационно насыщенная, открытая внешняя среда, находится в противоречии с неразвитостью категориальной системы, способной обозначить предлагаемую реальность, адекватно реагировать на нее (об этом свидетельствует, например, рубрика «no comments»). Интернет делает доступной информацию не только о событиях, происходящих во внешнем мире, но и предлагает обилие фото- и видеоматериалов о ранее интимном и сокровенном внутреннем мире, что требует от современного человека психологической компетентности для анализа происходящего.

Небывалый рост технологий, взлет технического разума, создает ощущение утраты контроля, того, что каждый новый шаг выльется в случайное или преднамеренное уничтожение.

Взрослый клиент практического психолога зачастую поставлен в ситуацию выбора способа человеческого бытия, поиска подлинного существования. Пограничные ситуации особенно обостряют проблемы одиночества, трагизма, ответственности, поиска смысла и цели, протест против неподлинного, травмируют психику в случае неспособности совладать с ними.

Становление субъектности в постиндустриальную эпоху происходит в качественно новых условиях информатизации и виртуализации жизненной среды. Закономерности и язык виртуального мира проникают в социокультурную среду и жизненный мир личности. Традиционная «гуманитарная» культура, которая транслировалась посредством рационально организованного процесса познания вытесняется «мозаичной» культурой, имеющей неупорядоченный, случайный характер (Моль,1995).

Взаимопроникновение культур (этнических, гендерных, возрастных) ведет к размыванию границ определенности ценностей, их системным сбоям, хаотичности, спутанности. Это накладывает особую ответственность на субъекта, способного к саморазвитию, самодетерминации, преодолению издержек социализации. М.Мид отмечал значение самостоятельного определения мировоззренческих, ценностных приоритетов субъекта в процессе своей социализации.

С. Кьеркигор отмечал, что сила человека, превосходящая силу рода в его единичности, отдельности. «Если мы желаем порядка в жизни, то мы должны, прежде всего, заботиться о том, чтобы сделать из каждого человека отдельного, единственного» (Кьеркигор,2010)

Идея субъектности в зарубежных психологических концепциях, сформировалась в ХХ веке в рамках персонологического направления (Адлер,1986, Маслоу, 2003, 1987; Роджерс,1986; Фромм,1990 и др.) и в отечественной психологии (Рубинштейн С.Л., Брушлинский, Абульханова –Славская, 1991; Ананьев, 1980; Слободчиков, 1995 и др.) Идеи субъектности в отечественной психологии представлены в концепциях персонализации, индивидуальности, адаптации, социализации (Братусь, 1985; Петровский,1998; и др.), развитие субъектного потенциала личности (Брушлинский, 2002; Исаев, 1995; Сергиенко, 2000 и др.), субъектной активности и субъектного опыта учащихся (Чудновский, 2006; Якиманская, 1994; Волочков, 2007; Осницкий,1996 и др.).

Субъект широко используемое понятие в современной науке, претерпевающей переход от анализа объектов науки к интересу к субъектам. Субъект воспринимается одновременно как познаваемое и познающее. Это более сложный объект познания, ввиду его характеристик, связанных с динамичностью, непосредственностью, самопричинностью, асинхронностью и прочими атрибутами переживания реальности, бытия в мире. Понятие личность доминирует в исследованиях того этапа в развитии психологии, когда наука пыталась приблизиться к естественно-научным параметрам, когда герменевтический, описательный, интерпретирующий факты подход занимал второстепенные позиции. Понятие субъект создает пространство и для объективного исследования и дает место для существования, бытия субъекта.

В психологии сложился дисбаланс между применением идеографического и номотетического подходов, хотя теоретически они должны дополнять друг друга (Егорова, 1997)

Понятие субъект - попытка науки уловить бытийственные характеристики феномена не умервщляя его расчленением на объекты.

Взрослость – наиболее длительный, ответственный, фокусирующий на себе результативность жизни этап онтогенеза. Понимание взрослости в современной психологии недостаточно дифференцировано от биологизаторского и социологизаторского критериев. Факт размытости хронологических границ взрослости от 20 до 60-65 лет, говорит о субъективной принадлежности этого состояния и относительности биологических критериев, включая половую зрелость и возможность деторождения.

Социальные показатели взрослости более надежны, но и они порой иллюзорны, когда социально состоявшийся человек, финансово независимый, семейный, имеющий детей, ощущает внутреннюю опустошенность и нереализованность. Психологическая практика показывает, что подавляющее большинство обращающихся за психологической помощью - с точки зрения социума, казалось бы, взрослые, самостоятельные, благополучные и даже состоявшиеся люди. Однако, несмотря на возраст, они все еще находятся под прессингом неразрешенных юношеских конфликтов, драматических детских переживаний, жизненных страхов и иллюзий…

Трудности рассмотрения взрослости связаны с рассмотрением «человека вообще», что заслоняет собой проблему взрослости. Тем не менее осмысление мира человека как человека.

Взрослость описывается либо в терминах универсального, единого подхода, единой природы, универсальных законов, либо сопоставляется с множественностью, многообразием онтологий, темпоральностей, модальностей, ипостасей, состояний (экстазисов).

Взрослый период является наиболее продолжительным и наиболее продуктивным периодом развития человека. Несмотря на признание важности более комплексного его изучения, исследований, касающихся специфики развития взрослого, субъективной взрослости в настоящее время все еще недостаточно.

Впервые исследования, посвященные развитию во взрослом периоде, проводились в психологической школе Б.Г. Ананьева и были связаны в основном с изучением динамики развития психофизиологических функций взрослого (Б.Г. Ананьев, Е.И. Степанова, Е.Ф. Рыбалко, Н.А. Грищенко-Розе, JI.H. Кулешова и др.). В русле этой же психологической школы, вслед за C.J1. Рубинштейном, было рассмотрено понятие жизненного пути как истории человека, тесно связанной с историей его времени и определены основные особенности развития личности в процессе жизненного пути. Другое наиболее развитое направление в области психологии взрослых — это акмеологическое изучение субъекта деятельности (А.А Бодалев, Н.В. Кузьмина, Э.Ф. Зеер, J1.A. Головей, А.А. Деркач, J1.A. Рудкевич, Т.Ф.Базылевич и др.). Здесь изучаются факторы достижения вершин профессионализма, анализируются этапы, движущие силы и кризисы профессиональной карьеры.

Современные программные курсы профессиональной подготовки предполагают закрепление модели поведения, включающей как «твердые навыки» («хардскилз», англ. Hard skills – «твердые навыки»), связанные с технологией выполнения профессиональной деятельности, так и «мягкие навыки» («софтскилз», англ. Soft skills – «мягкие навыки»), такие как умение убеждать, находить подход к людям, лидировать, работать в команде. Социальные навыки, важные как для работы, так и для личной жизни, формируются при помощи упражнений, практических ситуаций, заставляющих принимать самостоятельные решения. избавляющие от выученной беспомощности, при малейшем отклонении от схемы, рассмотренной в предложенной (готовой) профессиональной модели. Освоение «мягких навыков» возможно на основе освоения различных моделей поведения, умения целостно понимать собственные и общие интересы, умения расставлять приоритеты и делать выбор, способности видеть и различать множественность полутонов и вариантов ситуации.

О значимости пространства взрослости, осознания и обнаружения себя, как условий для профессионального становления современных учителей пишет Ж.И.Намазбаева: "Нам видится,  что психологический анализ дилеммы, определяемой как "социализация - инфантильность", "идентичность - мораторий", "функционирование - рефлексивная пауза", необходим для ответов на важные вопросы. Как помочь студентам  в том, чтобы профессиональная деятельность приобретала для них личностный оттенок - стала средством осознания  себя? Мы предполагаем, что  для "обнаружения себя" студенты первого и второго курса должны  располагать пространством взросления"[16].

Эти направления хоть и имеют определенные точки пересечения, но все же остаются не включенными в общую логику изучения развития взрослого человека.

Множественность и разноречивость подходов связана с тем, что «психическое развитие человека является одновременно функцией биологического и исторического времени, и онтогенетическая эволюция многократно и разнообразно опосредуется историей развития личности, ее жизненным путем в обществе. Во взрослом периоде это опосредование существенно возрастает, обуславливая высокую вариативность развития.

Специфика развития взрослого человека состоит в том, что он решает уже не учебные, а собственные жизненные задачи. Взрослый всегда имеет определенное представление о собственной жизни, включающее события индивидуально-психологического, биологического, исторического характера и охватывающее его прошлое, настоящее и будущее. В связи с этим, наиболее адекватно изучать развитие во взрослости через анализ жизненного пути, личностного развития и саморазвития, что становится особенно актуальным в эпоху социальных перемен и усложнения, интенсификации общественной жизни. В настоящее время психологическая теория и практика нуждается в разработке закономерностей изменения субъективного представления о собственной жизни в различные возрастные периоды.

Очевидно, homo sociologicus, мотивированный моральными и социальными нормами, должен ужиться с homo economicus, стремящемуся к личному гедонистическому удовлетворению, а также с homo subjecticus, реально оценивающему «субъективную стоимость» денег, социальных требований и социальных благ. По мнению И.И.Ильясова, социальный опыт и знания выступают средствами деятельности учения и изменения опыта субъекта, а не целью[60].

В исследованиях Мамычевой Д.И. отмечается динамика восприятия детства и взрослости. От восприятия детства как самобытной субкультуры через идею равноправия альтернатив мировоззрения ребенка и взрослого к восприятию детства как Другого, онтологически необходимого взрослому. Таким образом, опыт детства выполняет структурирующую роль множественности альтернативных, не сводимых друг к другу внутренних пространств в самосознании взрослого. Идея «внутреннего ребенка», разрабатываемая психоанализом, постулирует возможность сосуществования детскости и взрослости, способствуя расширению внутреннего пространства взрослого субъекта.

По мнению Мамычевой Д.И., тенденциями в мире современных взрослых являются вариативность стилей жизни, утрата личностного смысла, необходимость постоянного повышения профессионализации, приоритет креативности над функционированием, что вызывает предположение о появлении «новой взрослой событийности», «нового способа жизни». Эта «новая событийность» представлена кризисом взрослости как зрелости и ответственности, развенчанием образа «сложившегося» индивида. Критерии зрелости, сформированные опытом предшествующих поколений (семейное положение, линейная карьера, целенаправленное накопление капитала, т.е. свершенность основных выборов на раннем этапе), не встречают прямых аналогов в опыте настоящем [84].

Специфику взглядов на взрослость в новое время отмечает и Н.А.Рыбакова, которая пишет о двух формах прохождения человека по возрастному ряду. Первая, известная с древнейших времен, имеет форму круга, жизненный цикл завершается уподоблением ребенку. Вторая форма характеризуется сохранением всех потенций человека, и старый человек также входит в категорию взрослых [117].

Динамичная социальная жизнь в России в последние десятилетия ведет к размыванию границ традиционных периодов жизни. Это характерно и для других обществ. Так, американские психологи, в частности, Грэйс Крайг, пишет об отсутствии возрастных маркеров и обращению к понятиям возрастных часов и социальных норм. Возрастные часы выступают в качестве внутренней временной диаграммы, структурирующей время жизни, своего рода расписанием жизни. Сверяясь с ними можно определить насколько медленно или быстро продвигается человек относительно социальных норм. Однако, возрастные часы тоже подвижны. Можно вернуться к учебе в 35, 40 и более лет, а вступать в брак и разводиться на протяжении всей жизни [70].

Таким образом, мировой тенденцией является движение к безразличному к возрасту сообществу, члены которого, независимо от возраста вовлечены в разнообразную деятельность и в широкий круг событий. Стабильностью обладает лишь оппозиция «ребенок-взрослый».

Практика жизни говорит, что мы имеем дело с неравновесным миром и неравновесным человеком, друг друга взаимно определяющих, что это игра сил и есть тенденция дальнейшего развития. В этих условиях, когда развивается и человек, и мир, актуальным становиться не подготовка себя к старости, как у древних греков и римлян, не ожидание спасения после смерти, как у христиан, а самосохранение и выживание в стихии жизни [117] с потребностью самореализации в собственной самобытности.

Задача практической психологии – помощь в обретении собственного Я, раскрытии своей индивидуальности. Социализация не должна быть только адаптивной, а должна позволить уйти от мира, чтобы обрести себя и вернуться в мир, чтобы теперь уже сознательно творить его.

Обострение проблемы субъекта связано с усилением проявления (высвобождения) субъекта, расширением поля субъектности в пространстве множественности социального контекста (хотя необходимо признать, что социальный контекст часто оказывается в оппозиции субъектности человека).

Проблематизируется состояние психологической взрослости и высокими требованиями, предъявляемыми к социальной и психологической зрелости человека. Эклектика аксиосферы ведет к попыткам подвергнуть сомнению онтологическую самодостаточность взрослости, провоцирует социальный нигилизм, инфантилизацию, иждивенчество, девиантное поведение. Современная ситуация жизнедеятельности взрослых характеризуется «постфигуративностью» (М.Мид), «смешанными линиями развития» (А.Г.Асмолов, В.А. Вагнер), «надситуативной активностью» (В.А.Петровский, Т.Ф. Базылевич), что накладывает отпечаток на организацию пространства и времени взрослости.

Становление субъекта взрослости требует овладения различными уровнями, смыслами, означиваниями бытия. Акт рефлексии предполагает пребывание на уровне неопределенности бытия. Рефлексия создает возможность полимодального бытия.

Таким образом взрослый обладает темпоральной дифференциацией, проявляющейся в «участности» взрослого, в его способности влиять на время и пространство, владеть ими, перемещаться из модальности в модальность. Пространственная и временная целостность взрослого нередуцируема к отдельным модальностям. Пространство и время взрослости нелинейно, переменно.

Взрослость конституируется субъектом через включенность в деятельность, объективный мир, обретение себя на разных нарративных основаниях. Создавая и разрабатывая нарративы, взрослый переосмысливает историю, обретает свою историю жизни. Взрослость невозможно получить от кого бы то ни было, она должна пройти собственное становление.

Сложность взрослого определяется противоречием между тем, что должно и стремлением к себе «иному», отличному от себя как сущему в настоящем, между своей нынешней актуализации и сепарацией от отдельных частей (внутренних объектов), от своей прежней идентичности, становление новой идентичности.

Таким образом, с одной стороны усиление многообразия, вариативность стилей жизни, открывает благоприятные возможности развития субъекта взрослости, с другой стороны ведет к возникновению новых форм риска и принуждения.

Подобные проблемы характерны и для западных культур. Н. Элиас отмечает, что «западный человек с детства вынужден существовать в условиях относительно высокой саморегуляции и личной независимости. Он с раннего возраста постигает, что ценное и желательное, вызывающее одобрение и ощущение гордости поведение состоит в том, чтобы с опорой на свои собственные способности и личные усилия и достижения научить отделять себя от других и выделяться на их фоне» [156].

В рамках этой идеи необходимым условием является освоение собственной спонтанности. Зрелая спонтанность, имеет бессознательную укорененность, проведена через сознательный анализ. В ситуация значительного социального контроля проявления спонтанности затруднены как внешними, так и внутренними угрозами, «…сильнее, нежели угроза со стороны других, для того, кто теряет над собой контроль, зачастую оказывается угроза со стороны самого себя – своего страха, стыда, угрызений совести» [157].

Современный психолог сталкивается с проблемами бытия, которые в начале прошлого века обсуждались российскими философами: случайность в судьбе человека, бессилие разума, скачкообразное развитие человеческого существа, хрупкость человеческого существа, отчуждение, конечный характер и кратковременность человеческой жизни, неизбежность смерти, небытие.

Темы запросов разнообразны и разносторонни, но суть, скрываемая за ними одна – желание набраться смелости и жить своей жизнью, обрести право делать самостоятельные шаги без оглядки на мнение и позицию авторитетов. Для многих обращение к психологу – результат многолетних попыток психологической сепарации от родителей и безрезультивного поиска своего Я. Причем, справиться с такой деструктивной зависимостью не помогают ни финансовое благополучие, ни положение в обществе, ни сам далеко не детский возраст [6].

Субъектная модель взрослости должна предполагать возможность полиидентичности личности, многообразие исторических и современных культурных ориентиров, пребывание на нескольких уровнях бытия одновременно (скольжение через границы событий, эмоций, смыслов, символов), политемпоральность и полиморфность взрослости, нелинейность жизненного пространства взрослости, актуализация бинарных оппозиций: субъект-объект, сознание-бессознательное; мое-чужое; подлинное-ложное; эго-синтонное – эго-дистонное; аутентичное-идентичное [59].

Взрослость, рассматриваемая как период, зрелость, акме, модус, ипостась, отделяется от своего носителя, существует сама по себе. необходима модель субъективной взрослости, дающая возможность самоосуществления человеческого в человеке в условиях динамичной общественной трансформации.

**1.2 Анализ взрослости в философии и психологии**

Взрослость человека давно является предметом психологии, философии, культурологии, педагогики, социологии. В возрастной психологии взрослость рассматривается как период онтогенеза. Политическая психология, разрабатывая вопрос о субъекте политических и правовых отношений, обозначает в качестве ведущих признаков совершеннолетие и дееспособность.

В целом, исследования взрослости характеризуются разнообразием направлений. Взрослость рассматривается как универсальная, глубинная сущность человека, позволяющая ему выступать субъектом социализации и культуры, преемственности и смены поколений (Л.С.Выготский, И.С.Кон, П.Сорокин); важнейшим социальным фактором, обеспечивающим стабильность общества (К.Маркс, М.Вебер, Б.Г.Ананьев, А.Н. А.А.Леонтьевы, Э.Эриксон, Л.Н.Коган). Взрослый обладает особыми психофизиологическими свойствами (А.Бандура, Д.Боулби, У.Брофенбреннер, А.Валлон,А.Бергсон).

Взрослость обладает собственной сущностью, собственной онтологией. Взрослость – это отклик человека на необходимость порождения, конструирования, творчества пространства бытия личностных смыслов, что проявляется и реализуется в разных способах бытия взрослого, в труде, образовании, игре [59].

В исследованиях взрослости рассматривается идея трансформации человека в процессе его пространственно-временной адаптации в определенное время и в определенном месте.

Основными идеями рационально-деятельностной онтологии являются логоцентризм и линейное мышление (Г.Буркхард). Взрослость формируется коррелятивно структурам деятельности. Доминантой развития ребенка и взрослого является «ведущая деятельность». Взрослость возникает как результат деятельностного отношения к миру, с ограниченным набором признаков, необходимых для конструирования, схематизирования и упрощения деятельности.

Взрослость, исследуемая через призму культурно исторических типов и смыслов, рассматривается как система смысловых ориентаций. В рамках этого направления взрослость выступает в качестве гетерогенной и гетерохронной онтологии, что позволяет выйти из жестких однозначных, однолинейных систем рассмотрения взрослости и прийти к идее осмысления различных жизненных миров и практик современного взрослого человека в ракурсе полимодальности, полиморфности.

В целом, современная философия анализирует существование и воспроизводство взрослости в современной культуре, пределы ее динамики и трансформации, разрабатывает модели онтологии взрослого, которая позволила бы понять, каким образом саморазвитие универсального культурно означенного человеческого феномена - взрослости может и должно обеспечить существование человеческого в человеке в условиях глубокой общественной трансформации.

Таким образом, Взрослость описывается либо в терминах универсального, единого подхода, единой природы, универсальных законов, либо взрослость можно сопоставить с полимодальностью, множественностью, многообразием онтологий, темпоральностей, модальностей, ипостасей, экстазисов.

Универсальная онтология взрослости опирается на признание структурно -функционального подхода, нахождение общих законов взросления и взрослости. Универсальная онтология построена как модель, имеющая один центр, локус, вокруг которого разворачиваются, присоединяются атрибуты. Взрослый наделяется сущностью, определенной устойчивой формой, предполагается, что он имеет конечную цель и смысл жизни, что его появление вызвано причинами, достаточно полно изученными в медицине, психологии, естественных науках. Создается впечатление, что онтологическое пространство взрослого ясно и рационально понятно. В целом можно сделать вывод, что для классической философии характерны:

- субстанциональный подход к взрослости, то есть субстационализация взрослого, отношение к взрослому как к данности;

- реификация термина взрослость, взрослость понимается как вещь, которой можно обладать;

- взрослый дан сам себе непрямым, опосредованным образом;

-формирование взрослости обусловлено существованием (в той мере, в какой она актуализирует сущность, дает ей проявиться);

-происходят поиски атрибутов взрослости как ее неотчуждаемых свойств[59].

Полимодальная онтология взрослости, включающая в себя:

- возможность пребывания на нескольких уровнях бытия одновременно;

- многообразие культур взрослых в истории и современности;

- актуальная полимодальность взрослости, осознаваемая в психоанализе и социокультурных дискурсах как полиидентичность личности взрослого;

- политемпоральность и полиморфность взрослости;

- нелинейность топологии взрослости;

- через герменевтические феномены - игру; метафору, миф, смысл и др.;

- через исследуемые в постмодернизме бинарные оппозиции, например, чтойность-ктойность, дописьменность-письменность[59].

Символы субъективного мира взрослого рассматриваются в связи с вопросами разных уровней бытия взрослого. Наличное бытие и необналичиваемое бытие, в котором взрослый пребывает посредством актов трансцендирования, позволяет констатировать неоднозначность деяния, различные плоскости, параметры, формы означивания взрослости.

Постмодернистское осмысление онтологии взрослости связано с идеей различия, как легитимации плюрализма и множественности, идеей «ктойности» как обнаружение действующего человека в речи. Действователь, актор возможен только если он одновременно является говорящим, раскрывающим действие словом. Рефлексируя, вербализуя себя через речь действующий человек обнаруживает свою «ктойность». Рациональный взрослый субъект обнаруживает себя в статусе, социальной роли – объективной «чтойности». Индивидуализирующийся через нарративность субъект находит себя и другого в речи через «ктойность». Проявление «ктойности», собственной позиции героя собственной истории требует от человека настоящей смелости, решимости, мужества. Эта «настоящесть» и проявляется в субъективном принятии позиции взрослого. Изначальная смелость позиции взрослого, действующего и говорящего, делает возможной свободу взрослого.

Взрослый существует в единой темпоральности прошлого, настоящего и будущего, удерживая у себя свершившееся и проецируя себя в будущее. Взрослость есть становление, где ставшее – результат его самого. Согласно Хайдеггеру, взрослый принимает на себя озабоченное состояние, отвечающее на зов бытия. Множественность времени и пространства взрослого конституируется его полимодальной онтологией, где каждая модальность содержит характерный для нее топос. Связь времени и пространства обнаруживается в хронотопе (Бахтин).

Для удостоверения самотождественности человека в классической философии ему нужен объективный мир. В постмодернистской онтологии взрослость конституируется обретением себя самого, невозможностью получения взрослости от кого бы то ни было. Мир взрослых – это мир людей, обладающих ктойностью.

В рамках психоаналитической школы исследования взрослости принадлежат З.Фрейду, Э.Эриксону, К.Юнгу, В.Франклу, Э.Фромму, Э.Берну, В.Райху, К.Хорни, Дж.Кемпбеллу и др.

Одна из проблем современности – глобальный кризис основополагающих бытийных и ценностных параметров человеческого существования, оказавшегося под угрозой распада и даже уничтожения. Важнейшим условием устойчивого развития современного человека является укоренение в свою человеческую сущность, в которой сочетаются, имеют место быть индивидные, личностные, субъектные, самостные психические структуры.

Один из наиболее авторитетных исследователей экзистенциализма Отто Ф. Больнов, отмечает: «Поскольку же человек разочаровался в любой объективной вере и для него все стало сомнительным, поскольку все содержательные смыслы жизни были поставлены изменчивостью под вопрос, остался лишь возврат к собственному внутреннему, чтобы здесь, в окончательной, предшествующей всем содержательным установкам глуби, добыть ту опору, которая более не принадлежала бы объективному миропорядку. Это предельное, глубинное ядро человека обозначают заимствованным у Кьеркегора понятием существования» [26].

В гуманистической психологии (А. Маслоу, Г. Олпорт, К. Роджерс и др.) центральное значение придавалось процессу самореализации, самоактуализации взрослого человека.

По мнению А. Маслоу, самоактуализирующиеся люди не ограничиваются удовлетворением элементарных (дефицитарных) потребностей, но привержены высшим, предельным, бытийным ценностям, среди которых истина, красота, добро. Они стремятся достичь в своем деле высот (или возможно более высокого уровня). На основе анализа биографий ряда самоактуализирующихся личностей (зрелых, разумных) Маслоу обнаружил присущие им качества: более эффективное восприятие действительности и более комфортные взаимоотношения с ней; принятие себя, других и природы; спонтанность; сосредоточенность на проблеме; отстраненность (как потребность в уединении и самодостаточности); независимость от культуры и окружения; постоянная свежесть оценок; социальное чувство; глубокие, но избирательные социальные взаимоотношения; демократический характер; нравственная убежденность; невраждебное чувство юмора; креативность. Чтобы совершенствоваться, продвигаться в направлении самоактуализации, нужно помнить прежде всего, что это продолжающийся процесс, требующий упорного труда над собой:

- необходимо стремиться самозабвенно отдаваться переживаниям, раскрывая свою человеческую сущность взамен демонстрации позы, маски, психологической защиты;

- в каждый момент жизни делать выбор, ведущий к личностному росту, через преодоление страха и стремления к безопасности;

- прислушиваться к внутреннему голосу, дать возможность проявиться своей самости, начиная с самых простых вещей (вроде доверия своему собственному вкусу при оценке кушанья или напитка);

- быть честным с самим собой и принимать на себя ответственностъ;

- не бояться не понравиться другим людям;

- необходимо преодолеть иллюзии, выявить и отказаться (как бы ни было это болезненно) от психологических защит, понять свои потенциальные возможности и желания.

   Г. Олпорт считал, что зрелость личности определяется степенью функциональной автономии ее мотивации. Взрослый индивид здоров и продуктивен, если он превзошел ранние (детские) формы мотивации и действует вполне осознанно. Олпорт, проанализировав работы многих психологов, представил описание самореализующейся личности в виде следующего перечня черт:

1. интерес к внешнему миру, сильно расширенное чувство Я;
2. теплота (сострадание, уважение, терпимость) в отношении к другим;
3. чувство фундаментальной эмоциональной безопасности (принятие себя, самоконтроль);
4. реалистическое восприятие действительности и активность в действиях;
5. самообъективация (самопонимание), привнесение своего внутреннего опыта в актуально переживаемую ситуацию и чувство юмора;
6. “философия жизни”, которая упорядочивает, систематизирует опыт и сообщает смысл индивидуальным поступкам.

Необходимо поощрять развитие человеческого потенциала с детства и до конца жизни.

Б.Г. Ананьев в своей книге “Человек как предмет познания” (1969) подчеркивал, что психология среднего возраста — сравнительно новая отрасль возрастной психологии. Психология зрелости оказалась на периферии психологического познания. С одной стороны, она оттеснена подходами генетической психологии, для которой зрелость выступает лишь как продукт и своего рода финал индивидуально - психического развития человека. С другой стороны, геронтология анализирует зрелость как период, в котором сосредоточены истоки процессов старения. Тем не менее данные из истории изучения взрослости позволили выделить произошедшие за последнее столетие явные онтогенетические сдвиги: ускорение процессов созревания и замедление процессов старения, особенно в сфере интеллекта и личности современного человека, что привело к расширению диапазона зрелости — с точки зрения ее продолжительности и потенциала. Период взрослости, основной этап жизнедеятельности человека, заслуживает того, чтобы четко были сформулированы собственные социальные и психологические задачи развития именно этого периода.

В.И. Слободчиков и Г.А. Цукерман считают, что суть первой ступени взрослости (17—42 года) состоит в индивидуализации системы общественных ценностей и идеалов соответственно личностной позиции человека, который становится субъектом общественных (не узкосоциальных) отношений. Формулой субъектности, по мнению авторов интегральной периодизации психического развития, могут стать слова Мартина Лютера: “На том стою и не могу иначе”.

Завершающая ступень (после 39 лет и далее) — универсализация — полагается как потенциальная возможность достижения высшего уровня духовного развития, вхождения в пространство обще- и сверхчеловеческих, экзистенциальных ценностей [153].

Культурно-исторический подход рассматривает взрослость как культурно–означенное бытие. Мир взрослого - феномен мира культуры. Взрослый – часть культурной традиции, избыточной для полимодального взрослого. Взрослость реализуется в виде бесконечного числа поливариантных форм. Природа взрослого пластична, неразрывно связана с настоящим, меняется в зависимости от намерений другого, взрослый никогда не тождественен себе. Присваивая уже существующий смысл, взрослый подбирает новые смыслы, обретая через это собственную значимость. В культурно-историческом подходе делаются акценты на исследованиях ментальности взрослого в различных эпохах и культурах, проявлениях психических процессов и состояний, свойственных психике взрослого (Л.С.Выготский). В современной психологии эта традиция продолжена в исследованиях символов, смыслов, технологий взрослости. Данные исследования культур и субкультур свидетельствуют о вариативности культуральных форм проявления взрослости, что ведет к мысли о полимодальной онтологии взрослости.

Взрослый существует в мире смыслов. Смыслы взрослости имеют как социокультурное, так и личное значение. Взрослый одновременно живет в настоящем и основывается на традициях прошлого. Взрослый не всегда тождественен себе (некоторые философы утверждают, что никогда не тождественен себе). Смысл взрослого открывается ему через рефлексию и интерпретацию экзистенциальных ценностей. Понимание себя обретается через поиск и нахождение смыслов, что ведет к многоликости взрослого, способности меняться в зависимости от ситуации, под влиянием других. Интерпретация смыслов ведет к появлению новых смыслов, что порождает неограниченные возможности для существования взрослого. Переинтерпретируя смысл, взрослый обретает собственную значимость. Самореализуясь, взрослый объективирует себя, индивидуализуясь - субъективирует себя. Взрослый субъект обнаруживает себя как в рациональности своих социальных статусов, так и в индивидуализированной активности своих позиций. Только принимая позицию взрослого, действующего и говорящего, человек обретает свободу. Антогонизм позиции и статуса присутствует в ролевых теориях взрослости, вытекающих из дихотомии субъект-объект. Освоение ролевого статуса позволяет заполнить пространство объектов взрослости. Становление позиции создает субъекта взрослости. Возможность занять позицию в собственной локальной истории требует от человека настоящего мужества, решимости и смелости, «настоящести». Занимая позицию, взрослый выступает героем своей истории, даже бездействуя внешне.

С точки зрения психологии взрослый понимается как знающее существо, имеющее достаточно простые константные функции психики: мышление, восприятие, память, воображение. Когнитивная сфера психики выступает основой активной деятельности взрослого, неважно, умственной или теоретической, или материальной. Эта классическая когнитивистская тенденция считается вполне естественной в научной психологии: бихевиоризме, гештальтпеихологии, когнитивных школах Ж.Пиаже и Л.Выготского. Считается, что именно константность обеспечивает выполнение требования воспроизводимости результатов, т.е. проявление взрослости в любое время и в любом месте[59].

Норма и девиантность взрослости переосмыслены как культурные символы. Нормативный образ взрослости варьирует в разных культурах.

В рамках нормативного подхода образ взрослого описывается на основе выявления различий взрослых и детей, взрослых и подростков, взрослых и стариков. Нормы психического функционирования, зафиксированные в психологических методиках диагностики рассчитываются по возрастам, в частности для взрослых. Показатели взрослых берутся как точка отсчета. Нормативный образ взрослости – один из вариантов существования взрослых в реальных культурах. При этом, есть взрослые, неадекватные обществу, норма же предполагает адекватность обществу. Одномерности нормы противостоит избыточность культуры. Нормавзрослость и анормальность в одной культуре имеют не совпадающую символику в другой культуре. Множественность поведения взрослых вытекает не из их анормальности, а из их пластичности.

Взрослость как предел, вершина зрелости человеческого бытия, интегральная характеристика человека трактуется в акмеологии (Рыбников, Е.Степанова, А.А.Бодалев).

Учитывая многомерность процесса развития и гетерохронность достижений в разных сферах можно выделить несколько признаков взрослости:

- способность реагировать на изменения и успешно приспосабливаться к новым условиям, позитивно разрешать противоречия и трудности;

-преодоление зависимости и способность брать ответственность за себя и других;

-личностная индивидуация;

-субъективное планирование и реализация собственной жизни.

Психологическая наука меняет свой парадигмальный строй с переходом на постнеклассический этап развития (Гусельцева, 2007; Степин, 2000; Теория и методология психологии: постнеклассическая перспектива…,2007). Одним из новых ориентиров в разработке проблем личности является раскрытие роли субъектности в обеспечении способности личности познавать и продуктивно преобразовывать предметную и свою собственную субъективную действительность, проектировать свою жизнедеятельность, жизненный путь, осуществлять саморегуляцию, интегрировать и мобилизировать психические ресурсы для реализации поставленных целей, самосовершенствоваться, саморазвиваться и т.д. (Абульханова,1973; Брушлинский, 1994; Осницкий, 1996; Петровский, 1996; Рубинштейн, 2003).

В постнеклассической интерпретации личность рассматривается как саморазвивающаяся система с акцентами на особой ценности субъективного опыта и свойственной человеку направленности на конструирование мира. (Е.А.Сергиенко, В.Е.Клочко и др.) Субъектный подход фиксирован на поиске источников и причин активности в самом субъекте (А.В.Брушлинский), на взаимной имплицированности бытия и человека (С.Л.Рубинштейн), на свойственной человеку как субъекту способности порождать новые формы бытия, объективируя в нем свое субъективное. Ряд авторов указывает на необходимость понятий «психологическое», «социально-психологическое пространство» вместо понятий «среда», «условия», «действительность» как отражающее преобразующее отношение субъекта к внешнему и внутреннему миру (Журавлев А.Л., Купрейченко А.Б., 2012).

В качестве эвристичных направлений современной психологической науки можно обозначить субъектнго-деятельностный, системно-субъектный, субъектно-средовой, субъектно-бытийный подходы, онтопсихологию и др. Концептуальный потенциал этих теорий опирается на категорию «субъект». Знаков отмечает, что психология субъекта способна порождать новые ветви психологического знания (Знаков, 2005).

Субъект переживает свое бытие как тотальность, целостность взаимообусловленных феноменов внутреннего мира, его организмических состояний, поведенческих моделей и событий внешнего мира, в котором он претворил свою субъектность (объективировал субъективное) (Рябикина, 2005). Помимо деятельностных оснований в психологии субъекта уделяется значительное внимание таким проявлениям человеческой активности как: общение, созерцание, бессознательная психическая жизнь (Знаков, 2005).

Перспективным представляется тенденция субъектно-бытийного подхода создавать онтологические основания человеческой жизни, простанственно-временной разверстки бытия, включая проблемы предметности бытийных и событийных пространств личности. О дефиците понятий, описывающих процесс «инкарнации» вещей в человека, а человека в мир, мысли об условности границ между человеком и миром, указывает Клочко (Клочко, 2008). Предметы реальности предстают в сознании как знаки, информирующие о намерениях, отношениях, характеристиках другого человека.

Субъектно-бытийный подход предполагает опору на процессуальный характер бытия, изучение эмоциональной оценки настоящего, прошлого и будущего, анализ результатов внутренней работы осознания и осмысления. [152].

А.В. Брушлинский ввел расширительное понимание субъекта. Он отмечал, что субъект – это наиболее широкое, всеохватывающее понятие человека, обобщенно раскрывающее неразрывно развивающееся единство всех его качеств: природных, социальных, общественных, индивидуальных и т.д. Личность, напротив, менее широкое и недостаточно целостное определение человеческого индивида. Быть субъектом - это значит быть творцом своей истории, вершителем своего жизненного пути. Инициировать и осуществлять практическую деятельность, общение, поведение, познание, созерцание и другие виды специфически человеческой активности (творческой, нравственной свободной) и добивать необходимых результатов. (Брушлинский, 2002). Таким образом понимается субъект, рассмотренный Брушлинским через призму субъектно-деятельностного (С.Л.Рубинштейн), комплесного (Б.Г.Ананьев), социального (А.Н.Леонтьев), системного (Б.Ф.Ломов) подходов.

Крюкова Т.Л. отмечает, что критерием взрослости может выступать способность продуктивного совладающего поведения, помогающего справляться с жизненными трудностями.

Взросление, развитие самосознания, осмысленность и целенаправленность жизни делают копинг-поведение более успешным, сдвигая акцент с преимущественного использования эмоционально-ориентированных и ориентированных на избегание способов совладания к более прямым, рациональным, активным действиям, направленным на преобразование ситуации, что символизирует уверенность субъекта в том, что трудности поддаются его контролю и могут быть разрешены. Это может быть иллюзией или вероятностным допущением, но человек совершенствуется и укрепляется в способах контроля над собственной жизнью.

Стремление к вовлечению большего числа факторов, дающих возможность с большей вероятностью определить последствия, отказ от прямолинейности побуждают к развитию взрослости, усложняя свойство социального интеллекта проникать в социальные чувства и ценности как свои собственные, так и других людей. Взрослые, в отличие от невзрослых, значимо чаще выбирают проблемно-ориентированные способы совладания, реже эмоционально-ориентированные.

Осознание, оценка себя как взрослого может выступать той силой, которая направляет поведение взрослого в сторону его большей рациональности и осмысленности в трудной ситуации. Взросление, развитие самосознания, осмысленность и целенаправленность жизни делают копинг-поведение более успешным, направленным на преобразование ситуации; развивает адаптационные возможности человека к окружающему миру и самому себе [72].

Вероятностное осмысление ситуации предполагает веру в себя. Вера не имеет отрицательных форм, делает вывод М.Г.Чеснокова. Серьезность веры отражает внутреннюю осмысленность и согласованность (цельность) жизни человека. Таким образом индивидуальность – это не идеализированный герой, непревзойденный гений, а любящий, ищущий, отчаивающийся, возмущающийся и верящий человек со всеми особенностями и шероховатостями его личности [148].

Подводя итог, можно определить взрослость как состояние актуализации, потенциала (психического, социального, экзистенциального) для осуществления собственной сущности в собственном бытии.

Взрослость – особая система внутреннего мира личности, генерирующая продуктивную активность, позволяющая осознать себя автором, творцом собственной жизни, в целом субъектом жизни.

Изменяется взгляд на взрослость связанный с хронологическим возрастом, с психофизиологической зрелостью, как на возрастной этап, наряду с детством, юностью и старостью исследуемый в возрастной психологии и психологии развития (Э.Эриксон, В.Г.Ананьев, Н.А.Аминов, Г.Крайг, В.И.Слободчиков, Е.И.Исаев, Ильин).

В настоящее время происходит размывание хронологических границ традиционных периодов жизни, в результате чего критерии взрослости индивидуализируются и стремительно субъективируются, одним из важнейших и центральных компонентов взрослости может выступать собственное ощущение и самооценка себя как взрослого (Сапогова, 2001).

В проблеме взрослости ставятся акценты на несинхронности хронологоического и психологического возраста, на значимости субъективной оценки в определении уровня взрослости. Подобная негомогенность смыслового поля понятия взрослости делает особенно актуальным необходимость как методологического обоснования, так и смыслового наполнения содержанием понятия для использования его в практической психологической поддержке становления взрослости.

Таким образом, можно выделить состояние взрослости, как одно из возможных, в ряду прочих состояний, как потенциально активный компонент психики, интегрирующий образ, переживание, отношения, символы субъекта взрослости. Становление состояния взрослости основано на переживаниях взрослости, значимых отношениях с другими взрослыми, социальных нормах взрослости, субъективных смыслах, ориентированных на самоосуществление. Реализация состояния взрослости в настоящем связывает прошлое и будущее. Становление взрослости связано с адаптацией, сепарацией, индивидуацией. В состоянии взрослости персонифицируется продуктивность, генеративность, аутентичность, оно опирается на физическую и психическую зрелость, жизненную мощь сознания и бессознательного, целостность своей природы. Активация этого состояния переживается как самоосуществление во внешней и внутренней реальности.

**1.3.Состояния и взрослость**

Психические состояния один из видов психических явлений наряду с психическими свойствами и процессами. Психические состояния определяются как уровень активации и качество функционирования психики, характерные в каждый момент времени.

Изучение психических состояний имеет огромное значение для теоретических основ психологии для решения практических и прикладных задач современной психологии.

Термин состояние, используемый в науке, обозначает множество стабильных значений переменных параметров объекта в некоторый момент времени. Состояние фиксирует фазу процесса, в течение которой ряд существенных параметров объекта остаются неизменными.

Категория «состояние», психическое состояние исследуется в психологии, в основном, по отношению к эмоциональным явлениям (эйфория, стресс, фрустрация, депрессия и др.), явлениям сознания (измененные состояния сознания, сновидения), патологическим состояниям (бред, невротические, пограничные, психотические), личностным расстройствам (расщепление, раздвоение, множественность и др.). Состояния личности, эго-состояния, не говоря уже о возрастных состояниях субъекта проработаны недостаточно.

На наш взгляд, термин «психическое состояние» как нельзя лучше характеризует субъективную взрослость. В отечественной психологии взрослость рассматривается как период онтогенеза, модальность, модус, ипостась. Категория «состояние» и производная от нее «состояние взрослости» обладает неиспользованным научным потенциалом для формирования психологической модели взрослости, основанной на самостоянии, охватывающем личностные и смысловые детерминанты, асинхронно хронологическому возрасту, обеспечивающем существование человеческого в человеке в условиях ускоренной общественной трансформации.

Исторические корни категории «психическое состояние» уходят вглубь веков. Аристотель считал психические состояния особыми состояниями души, выделял их в самостоятельную психологическую категорию, подчеркивал связь между ними и характеристиками телесного субстрата. Гераклит отмечал противоречивость состояний души. С одной стороны постоянство, устойчивость этого психического феномена, с другой – динамичность, процессуальный характер. Он полагал, что состояния могут переходить из одного качества в другое.

И. П. Павлов считал, что психология является наукой о наших состояниях и что благодаря ей можно представить всю сложность субъективного [98].

Недостаточная проработанность субъективных явлений является общей проблемой отечественной психологии. В то же время, именно субъективная реальность особенно значима для практической психологии. Субъективная реальность – то пространство, с которым взаимодействует практический психолог, откуда приходит клиентский запрос. Субъективные переживания зачастую оттесняются социокультурной нормой или рациональностью, не спасает и признание значимости собственного индивидуального своеобразия.

Взрослость, рассмотренная как состояние субъекта, включает в себя субъективное переживание собственной взрослости, включенность в отношения с другими взрослыми, признание социокультурных норм взрослости.

В современной отечественной психологии психические состояния определяются как широкая психологическая категория, которая охватывает разные виды интегрированного отражения ситуации (воздействий на субъекта как внутренних, так и внешних стимулов) без отчётливого осознания их предметного содержания, как характеризующие психику человека, определяющие своеобразие разных психических процессов, как тесно связаные с индивидуальными особенностями личности [ 27 с.423].

В зарубежных словарях наиболее часто суть психического состояния фиксирует факт достаточной стабильности качества состояния, в то время как само состояние как психический феномен - динамично [155].

В целом, психическое состояние определяется как устойчивая в конкретном промежутке времени характеристика психической деятельности человека, наполненная динамичным предметным переживанием на [телесном](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A4%D0%B8%D0%B7%D0%B8%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D0%B8%D1%8F) уровне энергетически заряженная, а на [психологическом](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D0%B8%D1%8F) уровне снабженная системой психологических фильтров, обеспечивающих специфическое восприятие окружающего мира.

В психическом состоянии интегрируются психические процессы, протекающие в конкретный момент времени, и свойства личности, являющимися стабильными и устойчивыми характеристиками человека. Наряду с этим есть понимание психического состояния как отражения «…. личностью ситуации в виде устойчивого целостного синдрома в динамике психической деятельности, выражающегося в единстве поведения и переживания в некотором континууме времени» [109,с.11].

В определении психических состояний доминирует идея о зависимом от психики телесном энергетическом фоне функционирования. На наш взгляд, такая трактовка не учитывает возможности категории «психическое состояние», в частности, как потенциально активного компонента психики. Однажды субъективно пережитое психическое состояние наполнено личностными и смысловыми составляющими, включается в состав жизненного опыта, имеет возможность активироваться в любой жизненной ситуации.

Так, первые ростки взрослости, направленные в будущее состояние, появляются в раннем детском возрасте у ребенка в 2-3-летнем возрасте, при заботливом, поддерживающем отношении со стороны близких взрослых к высказываниям малыша «Я сам», «Я большой». Затем, в дошкольном и младшем школьном возрасте, появляется образ взрослости, содержащий в себе идеальное представление о взрослом, подкрепленное желанием быть взрослым. Подростковый возраст сопровождается чувством взрослости. Статус субъекта права, политики, экономики, получаемый в связи с совершеннолетием, открывает возможности для становления субъекта взрослости, которые могут быть реализованы при наличии субъективной оценки себя взрослым. Так поэтапно можно представить становление состояния взрослости.

В «Психологическом словаре» психическое состояние определяется как «психологическая категория, в состав которой входят разные виды интегрированного отражения воздействия на субъекта как внутренних, так и внешних стимулов без отчетливого осознания их предметного содержания» [111, с.293].

В этом определении контекстуально выражена отнесенность к бессознательным составляющим психических состояний. Хусаинова Н.Ю. и Гиниятулина А.Р. рассматривают психические состояния в свете теории архетипов К.Г. Юнга, полагая, что архетип, находясь в состоянии либо активности, либо пассивности, детерминирует специфические психические состояния человека [146].

Сосновникова Ю.Е. определяет психическое состояние как относительно устойчивую структурную организацию всех компонентов психики, выполняющую функцию активного взаимодействия человека, как обладателя этой психики с внешней средой, представленной в данный момент конкретной ситуацией [130]. Автор делает акцент на актуальном состоянии в конкретной ситуации. Однако, состояние личности можно рассматривать одновременно и как срез субъективной динамики личности в конкретной ситуации, и как интегральные реакции личности, обусловленные ее отношениями, поведенческими потребностями, целями активности и адаптивности в окружающей среде. На наш взгляд, психическое состояние, будучи освоенным, обладает, в том числе, надситуативными характеристиками, имея возможность проявиться в любое время и в любом месте. Свидетельством этому являются также случаи неадекватных, неуместных включений интроецированных состояний. Неадекватность, как характеристика поведения с точки зрения рациональности, вполне укладывается в рамки формальной логики, если прослежена связь с травмирующими психику интроектами. Например, «ложная взрослость» подростков, как проявление протеста против детской зависимости.

Более широкая экспликация психических состояний в качестве объекта исследования, представлена у В.И.Панова, который выделяет отражательную и интегрирующую функции состояний по отношению к психическим процессам разной направленности (извне-вовнутрь, изнутри-вовне), а также к психическим явлениям разной модальности и уровня (восприятие, эмоции, индивидуальные особенности личности и т.п.) [100].

Прохоров А.О. отмечает, что интеграция-дифференциация психических процессов и свойств в единую целостную совокупность придает им качественную специфику, создавая устойчивые "процессуальные картины и ансамбли», обеспечивающие постоянство психологических функций [109].

Психические состояния влияют на формирование психических свойств и протекание психических процессов, на организацию психической структуры в целом. Благодаря регуляторной функции состояний достигается адаптационный эффект, приведение психологических особенностей субъекта в соответствие с требованиями среды. В актуализации состояний участвуют все свойства личности (при доминировании отдельных). Свойства личности интегрируются в функциональную структуру разного уровня организации, гетеро- и саморегуляции. Среди функций состояния авторы отмечают: отражательную, интеграционно-дифференциальную, формирующую (развивающую) и регуляторную. Единство отражения субъектом конкретной ситуации и отношения к ней является качественной характеристикой состояния [110].

Эмоции рассматриваются либо как самостоятельные психические состояния, либо как сопровождение состояний. Эмоции, считал У. Джеймс, являются тем «органом», который независимо от других «органов» (органов чувств, сознания, памяти, внимания и т. д. ) регулирует жизнедеятельность «психическими состояниями», детерминирует бытие личности [54]. Психические состояния поддерживаются и регулируются эмоциями; они обусловлены витальными, социальными и когнитивными потребностями и предметной ситуацией, средой (внешнего и внутреннего бытия организма). Оценка субъектом своего эмоционального состояния основана на оценке потребности. Отрицательное эмоциональное состояние возникает при низкой вероятности удовлетворения, положительные эмоции – при увеличении вероятности удовлетворения потребности. Эмоции переживаются субъективно, оцениваются самим субъектом.

Переживания состояний наполнены смыслом. Смысл являет собой личностную (субъективную) значимость объекта или ценности для человека. Переживания репрезентируют человеку содержание состояний его бытия и сознания. Ценности, пережитые положительно в эмоциях, образуют смыслы. У человека существуют две системы ориентирования: разумного, рассудочного ориентирования в мире и, наряду с ними эмоционально-смыслового ориентирования.

Изменение психических состояний возможно за счет изменения личностного смысла внешне-средового воздействия, при изменении личностного смысла психологической ситуации, в которой находится индивид, меняется психическое состояние [100].

С позиций системного подхода и концепций самоорганизации психические состояния можно охарактеризовать как неравновесные системы представляющие собой функциональную структуру, образующуюся при нарушении симметрии между организмом и средой. Нарушения симметрии возникают вследствие процессов, обусловленных внесением потока информации и энергии в открытую систему, коей является человек. В результате, вследствие самоорганизации, складывается новое функциональное образование системы – неравновесное (неустойчивое) состояние [105;141].

Ситуации, обусловливающие возникновение неравновесных состояний могут быть разделены на обратимые и необратимые. Обратимые ситуации, как правило, кратковременны – от нескольких минут до нескольких дней, тогда как необратимые длятся долго – от нескольких недель до нескольких лет. В основе обратимых ситуаций (недопережитых, незавершенных гештальтов, незаконченных действий) находятся конфликты, обиды, неожиданные или пугающие действия и т. п. В этих ситуациях действие не завершено, и субъект всегда может вернуться к его разрешению. Например, попытаться изменить свое поведение или поведение партнера, улучшить коммуникацию в общении и т. п. В результате этих действий неустойчивое (неравновесное) состояние, переживаемое субъектом, нормализуется и приобретает устойчивость. Иная картина характерна для необратимых ситуаций. В этих ситуациях действие завершено, и событие невозможно изменить. Как правило, к этим событиям относятся потери близких, их измены, инвалидность, несчастные случаи, разводы, несправедливость с последствиями и др. Первоначальная реакция на ситуацию очень острая, неравновесное состояние, переживаемое субъектом, чрезвычайно интенсивно. По истечении времени оно переходит в неравновесное состояние низкого энергетического уровня, минуя норму (интроект, внутренний объект). Анализ способов преодоления этих состояний показал, что они отличаются от способов, характерных для обратимых ситуаций. Их основным звеном является интеллектуализация переживаний, т. е. способы, где основную нагрузку несет мышление: субъекты в рамках различных форм мыслительной деятельности выстраивают логические зависимости, используя операции сравнения, анализа, абстрагирования и обобщения. Обобщение приводит к новым знаниям, к новым образованиям в структуре ментальности субъекта, к построению новой картины мира, новых смыслов и пр. Вслед за обобщением, как правило, следуют действия: принятие решения, поступки и соответствующее поведение. Эти действия нормализуют состояние субъекта – неравновесность исчезает (повышается энергетический потенциал), и субъект начинает активно включаться в процесс жизнедеятельности. В этих рассуждениях автора упущены эмоции. Только рационализации незавершенности недостаточно, необходимо включение присутствия, жизни, выживания в травмирующей ситуации, с последующей перспективой роста.

В эксперименте, описанном А.О.Прохоровым, изучались типы фрустрационных реакций субъектов и состояния. Полученные результаты показывают, что защита своего “Я” переводит переживаемые состояния в неравновесные. У лиц с “фиксацией на препятствии” состояния более устойчивы, менее неравновесны, их энергетическая компонента ниже, чем у субъектов с “фиксацией на самозащите”. Тезис «жить, а не защищаться от жизни» находит здесь свое подтверждение [107].

В подходе к анализу психических состояний личности А.О.Прохорова, отраженном в монографии «Психические состояния и их функции» психическое состояние представлено как система, которая характеризуется целостностью, многоуровневостью и иерархичностью ( в логике «всеобщее, единичное, особенное»), полимодальностью, структурой, функцией, включенностью в мегаситему и т.п. системными качествами. Основной характеристикой психического состояния автор называл «единство переживания субъекта и его поведения в ситуации жизнедеятельности» Ключевыми звеньями психического состояния им выделены: ситуация, сам субъект, системообразующий фактор [107,с.17 ].

Содержание психического состояния несет в себе отражение объектов как внешнего, так и внутреннего мира отражающего субъекта. В.И.Панов считает, что внешние предметы выступают не столько в роли объекта отражения, сколько в роли ключевого стимула, «запускающего» процесс отражения субъектом того или иного психического состояния. В этом отношении есть отличие от мнения Прохорова А.О., полагающего пусковым моментом психического состояния ситуацию. Для нашего исследования более приемлема диада субъект-объект, позволяющая выявить как субъекта взрослости, так и объект взрослости, а также субъективную и объективную стороны взрослости. Анализируя гносеологическое отношение «объект (воздействие) - субъект (образ), применительно к психическому состоянию, В. И. Панов создает трехкомпонентное отношение «внешнее воздействие – образ в виде психического состояния – внутреннее воздействие». При этом об относительной автономности психического состояния можно судить по позиции автора относительно направленности психических процессов как извне – вовнутрь, так и изнутри –вовне [100].

Анализируя психические состояния в рамках экопсихологического подхода, В.И.Панов считает, что при субъект-объектном типе взаимодействия каждый из компонентов системы «индивид-среда» выступает по отношению к другому как условие и как результат взаимодействия, взаимного развития, посредством преобразования средовых условий в недостающие «органы» и «компоненты структуры» своего развития**.** В этом случае изменение психических состояний выступает как процессуальный момент становления системы «индивид-среда» в целом. В этом случае индивидуальное психическое состояние должно будет включать в себя индивидуальные особенности не только когнитивной и эмоциональной, т.е. «внутренних», сфер сознания данного индивида, но и «внешних» сфер его сознания, в которых персонализировано окружающее его пространство (личностная идентификация с местом в пространстве), субъектифицированы (как личностно значимый другой) окружающие его люди и природные объекты и т.д. [100].

Таким образом, рассматривая природу взаимодействия в системе «индивид-среда» как реализующую в своем становлении общеприродные закономерности становления форм материального мира, тип взаимодействия между компонентами системы можно определить как субъектно-порождающий. С этой точки зрения, психическое состояние должно пройти все стадии развивающейся системы, т.е. «рождения», «становления, функционирования» и «завершения (смерть, превращение в другую форму существования)». Кризисные формы психических состояний возникают при отсутствии необходимых средовых (перцептивных, эмоциональных, поведенческих и т.п. ) условий, без которых невозможно полноценное осуществление и завершение стадий развития психического состояния. В. И. Панов формулирует способы экспликации психического состояния: феноменологический, функциональный, онтологический, экопсихологический [ 100].

Значительный интерес представляет, на наш взгляд, позиция И.Г.Петрова. И.Г.Петров, анализируя понятие «субъект состояний» и субъективное состояние, отмечает, изменчивость состояний, их непрерывность, поступательный, необратимый ход, затрудненность объективного наблюдения. Состояние вроде бы перед нами и непосредственно дано нам, но почему-то убеждения, сознание сплошь и рядом не аутентичны изменившемуся состоянию. Состояние «меня самого, какой я есть» находится под давлением «моего второго Я», которое тут же рядом, как бы со стороны наблюдая за мной, так или иначе подсказывает, как оценить мое состояние. Субъект непосредственно зависит не от внутренней и внешней среды, интроецированной или навязываемой системы требований и отношений, а от самого себя и от второго Я, которое в диалоговом или монологическом режиме отношений со мной (каким я есть) принимает решения [102]. Субъект взрослости не может состояться только в качестве социальной надстройки. Существенным звеном является реализация врожденного своеобразия, идеальных образов взрослости, жизненной стойкости, принятия своей индивидуальной сущности, адаптированности и свободы выбора.

Психическое отражение и образ, как его результат представляют собой систему разномодальных, разноуровневых компонентов, в которую входят в единстве и взаимодействии телесные и эмоциональные ощущения, мыслительно-понятийное, социально-личностное и экзистенциально-духовное отражение. Образ-средство, предметная опора, обеспечивает визуализацию определенного перцептивного образа, как своеобразного «ключа», позволяющего войти в определенное психическое состояние, так ,например образ взрослости у детей и подростков. Образ позволяет преобразовывать состояние не только объектов внешнепредметной деятельности, но и внутреннее, ментальное состояние самого субъекта. Давая возможность субъекту сознательно перейти в иное психическое состояние, образ есть еще и отражение, и средство произвольной или непроизвольной регуляции психического состояния [99].

Особый интерес представляет анализ субъекта состояний и субъективной стороны состояний. И. Г. Петров, отмечает парадоксальную консервативность сознания и непрерывного изменения состояний, когда многое в состоянии может быть другим, противоположным аналогиям сознания. В субъекте состояния выделяются внутренние образования. Я – существующее (Я – сам по себе, какой есть, Я-реальное, истинное эго) и Я – рефлексирующее (сверх-Я, супер-эго, Я-концепция Я-идеальное, ложное эго и др. Первое Я - является объектом наблюдения над собой со стороны второго Я. Второе Я – продукт жизненного опыта и приспособлений к условиям среды. Второе Я голос общества внутри меня, он может быть монологическим, командующим, контролирующим, либо диалоговым, собеседником. Ориентируясь на образ -Я, Я-реальное (субъект) стремится к его достижению, ему предписано значение нормы, эталона, образца, с которым согласовываются решения, проводятся дискуссии [102].

Дерябо С.Д., анализируя проблему субъекта экологического сознания выделяет следующие аспекты, которые могут быть отнесены к себе самому и личностно значимому другому в условиях становления психического состояния:

1. «Быть субъектом», т.е. являться таковым в действительнгости…в своем «в себе и для себя бытии».
2. «Считаться субъектом», т.е. являться таким с точки зрения отражающего, в соответствии с его индивидуальными критериями.
3. «Выступать как субъект», т.е. стать таковым для взаимодействующего, по отношению к нему быть активным, деятельностным, действенным началом.
4. «Открыться как субъект», т.е. дать возможность индивиду осознать те субъектные функции, которые осуществляются по отношению к нему [53].

Таким образом, рассматривая природу взаимодействия в системе «индивид-среда» как реализующую в своем становлении общеприродные закономерности становления форм материального мира, тип взаимодействия между компонентами системы можно определить как субъектно-порождающий. С этой точки зрения, психическое состояние должно пройти все стадии развивающейся системы, т.е. «рождения», «становления, функционирования» и «завершения (смерть, превращение в другую форму существования)». Кризисные формы психических состояний возникают при отсутствии необходимых средовых (перцептивных, эмоциональных, поведенческих и т.п.) условий, без которых невозможно полноценное осуществление и завершение стадий развития психического состояния. Психотравмирующая ситуация, по мнению Ю.А.Александровского, создает психическую дезадаптацию с прорывом индивидуального адаптационного барьера. Этот барьер включает в себя особенности психического склада и возможности реагирования человека, базируется на биологической и социальной основах и является их единым, интегрированным функционально динамическим выражением. Под влиянием усиленных нагрузок постепенно формируются более расширенные возможности индивидуального барьера психической адаптации. Перенапряжение ведет к преневротическим состояниям, при сохранности целеполагающего поведения, адекватности аффективных реакций, временном и парциальном характере протекания [8].

Взаимодействие в системе «индивид-среда» может характеризовать разным типом отношений между ее компонентами: субъектно-объектным, субъектно-субъектным, субъектно-порождающим. В субъектно-объектном взаимодействии индивид может выступать как активное, субъектное начало, воздействующее на среду, и как объект воздействия со стороны другого индивидуального или коллективного субъекта. В последнем случае, незавершенность природной динамики развития психического состояния приводит к образованию устойчивых (чаще всего отрицательных) психических состояний [101].

В. И. Панов формулирует способы экспликации психического состояния: феноменологический, функциональный, онтологический, экопсихологический [100].

Таким образом, если по каким-либо причинам какой-либо из компонентов возникшего кризисного психического состояния (телесный, эмоциональный, интеллектуальный, личностный) не прошел все стадии, необходимые для своего самоосуществления и для осуществления функциональной связи, объединяющей их в единое целое, то данное психическое состояние в целом остается незавершенным и потому требующим средовых (внешних или внутренних) условий для завершения своей самореализации. Неудовлетворение этого требования приводит к остротравматическим, посттравматическим, психосоматическим последствиям в нарушении психологического и психического здоровья человека. Все основные психотерапевтические методы преследуют именно эту цель – создать возможность для того, чтобы незавершенные и ушедшие в подсознание индивида компоненты пережитого (точнее недопережитого) психического состояния получили бы компенсаторную возможность для своей самореализации в системе других компонентов этого психического состояния.

Особый интерес для нашего исследования в классификации психических состояний представляют длительные состояния, обусловленные образом жизни. Взрослость относится именно к такому, длительному состоянию. Оно продолжается около сорока лет. Взрослость как социокультурная категория является системообразующим фактором субъективного состояния взрослости.

Е.Е.Сапогова определяет взрослость как протяженное стационарное состояние, характеризуемое стабилизацией функций и свойств сложившейся личности, образовавшегося интеллекта, определившихся ценностных ориентаций и картины мира [120].

Взрослость рассматривается как одно из возможных эго-состояний. Анализ экспликации эго-состояний в зарубежной психологии показывает, что эго-состояние рассматривается как динамический симптомокомплекс опыта, знаний, эмоций, ощущений, образов, реализуемых в соответствующих условиях. Элементы эго-состояний относительно независимы от хронологического возраста, могут включаться в другие состояния, перетекать друг в друга.

Эго-состояние – совокупность различных видов поведения и опыта, связанных общими принципами, отделенных от других подобных образований прозрачными границами. Ведущее в данный момент эго-состояние обозначается как «исполнительное», «собственное Я» субъекта. Различные эго-состояния составляют «семейство Я» в рамках данной личности. Эго–состояния могут быть источником внутриличностных конфликтов при выраженной диссоциации, автономии и энергетической нагруженности. Эго-состояния складываются в детстве в результате интроекции родительских образов, психотравмирующих событий или нормального роста и развития. При благоприятном развитии эго-состояний, они находятся в контакте друг с другом, личностью в целом, удовлетворяются базисные потребности эго-состояния.

В ряде психотерапевтических практик эго-состояния активируются путем «рассаживания» личности на «разные стулья». Эго-состояние доступно исследованию с помощью диагностических методов (интервью, психологические тесты и т. д.), полученные результаты применимы лишь к данной субсистеме (парциальной личности), а не ко всему индивиду в целом. При условии благоприятного развития эго-состояния группируются в пространстве менее диссоциированного полюса континуума, становятся более созвучными в когнитивном и аффективном отношении, их границы более проницаемы, а «семейство Я» - менее конфликтно. В этом случае взрослая часть личности усиливается, действуя в качестве распорядителя, определяющего, когда менее зрелым состояниям будет дозволено стать исполнительными. [181;182;183].

Э.Берн, разработавший теорию трансакционного анализа, ограничил функционирорвание человека тремя эго-состояниями: Родителя, Взрослого, Ребенка. Эго-состояние Родителя содержит установки и поведение, перенятые извне, в первую очередь от родителей. Внешне они часто выражаются в предубеждениях, критическом и заботливом поведении по отношению к другим, внутренне  — переживаются как старые родительские назидания, которые продолжают влиять на нашего внутреннего Ребёнка.

Эго-состояние Взрослого не зависит от возраста личности. Оно ориентировано на восприятие текущей реальности и на получение объективной информации. Оно является организованным, хорошо приспособленным, находчивым и действует, изучая реальность, оценивая свои возможности и спокойно рассчитывая. Эго-состояние Ребёнка содержит все побуждения, которые возникают у ребёнка естественным образом. Оно также содержит запись ранних детских переживаний, реакций и позиций в отношении себя и других. Оно выражается как «старое» (архаическое) поведение детства. Эго-состояние Ребёнка отвечает также за творческие проявления личности.

Когда мы действуем, чувствуем, думаем подобно тому, как это делали наши родители, — мы находимся в эго-состоянии Родителя. Когда мы имеем дело с текущей реальностью, накоплением фактов, их объективной оценкой — мы находимся в эго-состоянии Взрослого. Когда мы чувствуем и ведём себя подобно тому, как мы делали это в детстве, — мы находимся в эго-состоянии Ребёнка. В функциональной модели эго-состояний Родитель может выступать как критический и кормяще-заботливый, Ребенок – как приспосабливающий, бунтующий или свободный. Взрослое –Я хранит в памяти опыт и познание, то что пережито субъектом. Это активное состояние , в котором трезво и по-деловому взвешиваются факты, учитывается реальное положение вещей, используется ранее полученный опыт. Состояние взрослое – Я реализуется особенно ярко в ситуациях решения проблем, в процессе дискуссий и конструктивной критики, когда одновременно показываются негативные и позитивные стороны, преодолеваются трудности в деловых отношениях [21;20].

В отечественной психологии есть разделение «сфер влияния». В социальной психологии больше говорят о позициях (взрослого, ребенка, жертвы) позиция связана с когнитивным выбором, за который человек несет ответственность. В психотерапии говорят о состояниях (внутренний ребенок, эго-состояние взрослый). Состояния узко трактуются как связанные с телесной и эмоциональной составляющей, как то, что просто случается.

Позиция взрослого предполагает сознательный выбор и ответственность за то, что происходит, человек берет на себя. Состояние взрослости укоренено в бессознательном. В исследовании М.Д.Лаптевой выявлено, что позиция взрослого отличается большей гибкостью, большей симметричностью в общении с позицией собеседника. Интересен вывод автора о том, что невозможно стихийное освоение позиции Взрослого в противоположность позиции Родителя, которую можно освоить путем идентификации [75].

Новый опыт взрослого появляется в мерцающем режиме уже в детские годы. При благоприятных условиях он интегрируется в личность, создавая новое эго-состояние или встраиваясь в уже имеющееся. Стабилизация эго-состояния возможна на основе осмысления и корреляции с личностными чертами. Травмирующие психику условия блокируют интеграцию новых эго-состояний, не давая возможности адекватно осознавать и перерабатывать их.

Способность к интеграции «пробы взрослости» формируется в детском возрасте, при наличии адекватного отношения и заботы со стороны родителей или других фигур привязанности. Травматичный опыт, не нашедший адекватной переработки, не осознанный и не интегрированный формирует отдельный, обособленный конгломерат, более простой, «грубый» с жесткими границами, с мощными эмоциями (страх, ярость, тоска, обида) и привязкой к определенному хронотопосу. О сужении сознания в состоянии-конгломерате свидетельствует диссоциация воспоминаний.

Личность обладает основным, центральным эго-состоянием (от англ. central core – центральное ядро). Оно может быть фрагментарным, мозаичным или же быть «суперпозицией» периферийных состояний. В практической деятельности психолог может иметь дело с различными эго-состояниями «Раненное Я», «Контролирующе Я», «Внутренняя мудрость», «Внутренний наблюдатель» (Дж Уоткинс и Х. Уоткинс) «Родитель», «Ребенок», «Взрослый» (Э.Берн), «Истинное эго», «Ложное эго» (У.Винникот), «Герой», «Спаситель», «Жертва» и др. (К.Г.Юнг).

Состояние является интроектом личностных качеств, эмоциональных настроев, жизненных смыслов. Оно является источником внутренней мотивации, создает мощные образы и помогает справляться с жизненными обстоятельствами.

Взросление предполагает обнаружение и идентификацию состояния взрослости, принятие и признание его частью себя. М.К.Шапиро отмечает, что дети долгое время остаются зависимыми. Они подчиняются, теряя части себя. Взросление происходит неравномерно: то сдерживается, то стимулируется, сознательно или бессознательно. Его результат измеряется по меркам, принятым в семье или более широкой социальной общности. Взросление, отчасти, восполнение потерь, понесенных в детстве. Относительная автономия позволяет не мириться с ущербностью этого состояния. При этом автор считает, что идеальным является такое развитие «Я», которое происходит в соответствии с врожденными чертами индивида. Другие люди не имеют оснований утверждать, что они лучше знают, что следует делать [179;180].

Дж. Бьюдженталь связывает возможность полноты существования в это время и в этом пространстве с осознания удивительного факта своего бытия и собственной аутентичности. Это становится возможным в случае преодоления экзистенциальной тревоги, возникающей у человека по нескольким поводам: изменения тела; осознание жизни и смерти, конечности существования, случайности появления; способности активно действовать и ответственности за свои действия; свободы делать выбор и отказа от неиспользованных возможностей; отделенности от людей и в то же время связанности с ними (бытие и в качестве части целого и отдельно от целого).

Невозможность аутентичного бытия проявляется в невротических симптомах: преувеличенная добросовестность, самоотрицание, чрезмерные амбиции, навязчивая потребность угождать другим, создавать определенный внешний образ.

Зрелое, аутентичное бытие обеспечивается включенность в жизнь, присутствием в жизни, что предполагает мобилизацию познавательных способностей, эмоций, воли в непосредственной жизненной ситуации. Дж. Бьюдженталь уверен в том, что эта задача не решается с помощью когнитивных упражнений, но требует осознания невербальных организменных восприятий состояний наполненной жизни. Часть ощущений не поддается вербализации, несет аффективный заряд и имеет неповторимый личностный колорит. Осознание должно быть организменным, трансвербальным внутренним видением, а не объяснением [164;165;166;167].

Идея аутентичных отношений, предполагающих возможность выразить все, что угодно, возможность не скрывать что-либо о себе, как возможность быть собой восходит к философским воззрениям Бубера. Отношения «Я-Ты» дают возможность смягчить состояние онтологической незащищенности.

Таким образом, состояние взрослости –это потенциально активный компонент психики, интегрирующий образ, переживание, отношение и символы взрослости, включенный в структуру субъекта взрослости. Становление состояния взрослости основано на переживаниях взрослости, значимых контактах с другими взрослыми, социальных нормах взрослости, субъективных смыслах, ориентированных на самоосуществление. Реализация состояния взрослости в настоящем связывает прошлое и будущее. Становление взрослости связано с индивидуацией. В состоянии взрослости персонифицируется продуктивность, генеративность, аутентичность, оно опирается на физическую и психическую зрелость, жизненную мощь сознания и бессознательного, целостность своей природы. Активация этого состояния переживается как самоосуществление во внешней и внутренней реальности.

**1.4.Становление субъективной взрослости**

Новый опыт взрослого поведения появляется в мерцающем режиме уже в детские годы. При благоприятных условиях он интегрируется в личность, создавая новое эго-состояние или встраиваясь в уже имеющееся. Стабилизация эго-состояния возможна на основе осмысления и корреляции с личностными чертами. Травмирующие психику условия блокируют интеграцию новых эго-состояний, не давая возможности адекватно осознавать и перерабатывать их.

Взросление предполагает обнаружение и идентификацию состояния взрослости, принятие и признание его частью себя. М.К.Шапиро отмечает, что дети долгое время остаются зависимыми. Они подчиняются, теряя части себя. Взросление происходит неравномерно: то сдерживается, то стимулируется, сознательно или бессознательно. Его результат измеряется по меркам, принятым в семье или более широкой социальной общности. Взросление, отчасти, восполнение потерь, понесенных в детстве. Относительная автономия позволяет не мириться с ущербностью этого состояния. При этом автор считает, что идеальным является такое развитие «Я», которое происходит в соответствии с врожденными чертами индивида. Другие люди не имеют оснований утверждать, что они лучше знают, что следует делать [179,180].

Наиболее существенным фактором влияющим на будущую взрослую личность являют отношения с матерью. Исследования Дж. Боулби выявили характеристику материнской привязанности наиболее адекватную для развития взрослости. Им рассмотрены «надёжный», «избегающий», «тревожно-амбивалентный» и «дезорганизованный» типы эмоциональной привязанности Привязанность создает возможность для ребенка некоторое время находится наедине с собой в условиях отсутствия матери, с гарантией того, что мать обязательно появится. На этой основе формируется эмоционально положительное принятие взрослости, принятие взрослого состояния как желательного[28].

Начиная с самого раннего детства первый синтез телесной целостности ребенка находит свое выражение в «комплексе оживления». Взрослый «прочитывает» целостные функциональные системы поведения ребенка не только в семантике «органических потребностей», но прежде всего в семантике общения и отношений. Первые признаки «очеловечивания» ребенка взрослый находит в его улыбке, плаче, гулении и т.д., что создает предпосылки семантизировать пространство события, обнаруживая в ребенке адресата личного обращения.

Доречевое развитие в форме чувственности, чувственно-практического опыта есть первое содержание внутреннего мира человека как психосоматической реальности, еще не знающей субъект-объектного противопоставления.

Тревожная мать не способна улавливать потребности ребенка, предвидеть и удовлетворять их, что создает эмоциональное напряжение и желание будущего хронологически взрослого подольше оставаться ребенком из-за неудовлетворенности этого статуса. Попытки проявить взрослость, самостоятельность порой наказываются родителями, что провоцирует беспомощность, состояние пассивности, внутреннего дискомфорта, отнюдь не являющееся эмоционально желательным, не воспринимаемое как ресурсное, как состояние для будущего. Состояние детскости принимается как значимое состояние. Любовь матери безусловна, она любит ребенка таким, какой он есть. Любовь отца обусловлена, ее нужно заслужить, добиться. Заслужить за счет упорядоченности, организованности. При таком оптимальном сочетании материнских и отцовских функций формирование взрослости наиболее гарантировано.

Взросление наиболее активно в подростковом возрасте. Подростковый возраст ставит проблему истинной взрослости. Если в детстве более активна в становлении взрослости эмоциональная установка, идеализация взрослости, освоение ролевых позиций, формирование образа взрослости, активное формирование личности, способности к контакту с окружающими людьми, освоение социокультурного опыта, освоение технологий развития природно заданных потенциалов, то в подростковом возрасте, с появление критического мышления, гормонального развития, дающего возможность активно улавливать телесные состояния, появляется внутреннее ощущение себя. Конструируется, уже не формируется извне, а конструируется самим субъектом его внутренний мир и его модель внешнего мира. Это уже свой мир, не тот мир о котором говорили родители, не тот мир который присутствует в кино, а свой мир, хотя внешнего, социального, массмедийного воздействия невозможно избежать. Но отторжение эго дистонных характеристик реальности в пользу аутентичных, собственных конструктов приведет к формированию взрослости и к становлению субъекта жизни, дееспособного и ответственного субъекта политической, социальной и личной жизни. Взросление наиболее активное в подростковом возрасте продолжается в юношеском возрасте. Это возраст бури и натиска, возраст страстей, когда функционирование телесное наиболее активно, когда психофизиологическое развитие достигает зрелости, позднее органы чувств физиологически не развиваются, происходит обратный процесс. Сформированность субъектной позиции дает возможность взрослому быть творцом, т.е. различать свои стереотипные, привычные паттерны и новые, еще не имеющиеся актуально, но существующие как потенциальные в рамках позиции, например, установки на успех, при условии занижения самооценки в родительской семье. Возможность отказаться от привычных стереотипных действий в пользу новых имеется только у активного субъекта, способного увидеть себя со стороны, увидеть себя как объект исследования, диференцировать внутренние образы, переживания, отношения , символы в рамках внутренних объектов.

В исследовании Е.Н.Волковой и А.В.Гришина в качестве критериев субъектности подростков рассматривались активность (внутреннее стремление к эффективному освоению окружающей действительности, к самовыражению относительно внешнего мира, деятельностному отношению к себе и окружающей действительности), самостоятельность (независимость выбора и ответственность за результаты своих действий), рефлексивность (познание внутренних психических актов и состояний), стремление к саморазвитию(движение к эмоциональной и когнитивной зрелости, выражающееся в стремлении к достижениям и адкватном уровне притязаний), конструктивное взаимодействие с окружающей средой (регулирование границ своего Я с внешним миром). Авторы выявили неравномерность развития отдельных критериальных характеристик субъектности: активность, рефлексивность, способность к конструктивному взаимодействию с окружающей средой опережают по степени сформированности такие критерии как самостоятельность и стремление к саморазвитию [42].

Субъективная взрослость в подростковом возрасте фрагментарна. Она то появляется, заявляет о себе, то «проваливается» в детскость. В юношеском возрасте она проявляет себя как нестабильное, неустойчивое состояние.

Гошовская Д.Т., исследуя развитие самоакцептивной атрибуции подростка, отмечает важность подросткового возраста для становления конструктов самосознания, насыщения нужной семантикой и целесообразной аффективностью Я-концепции. Под самоакцептацией автор понимает принятие себя как уникального социально-личностного феномена. Самоакцептация и моральная самооценка на внутреннем уровне характеризуется удовлетворенностью собой, принятием себя, переживанием счастья, собственной самобытности, значимости, нужности, самотождественности и т.д., на внешнем уровне - успехом и самоутверждением в деятельности и общении. Важной детерминантой развития детской личности являются тактики и стратегии родительского отношения и воспитания. Родительские установки могут быть определны следующими осями: любовь-враждебность, принятие-отвержение, автономия-контроль. Преобладание позитивных тенденций приводит к самопринятию ребенка, который чувствуя любовь, заботу, внимание , чуткость со стороны родителей уверенно акцептирует себя. Наоборот, поведение попрания, безразличия со стороны родных неминуемо оборачивается хаосом и расстройством позитивного самопринятия ребенка, который находится под гнетом неуверенности и чувствует собственную ненужность и дефектность [49].

Увеличение продолжительности жизни, демографическое старение населения – общемировая тенденция, проявляющаяся и в России. В период поздней взрослости остро стоят вопросы о сохранении периода трудоспособности, социальной активности, автономии пожилого человека, обеспечении диалога поколений. Это тем более актуально ввиду бытующего мнения о личностной инволюции, дефицитарности, деградации в пожилом возрасте[109].

В то же время в этом возрасте возможны новообразования прогрессивного характера, направленные на преодоление деструктивных явлений в геронтогенезе и достижение нового уровня самореализации личности в мире [10].

Прогрессивность развития на этом этапе зависит от того, насколько человек выступает субъектом, созидателем своей жизни, ее смысловой содержательности и пространственно-временной организации. Инициативность и творческое начало, лежащие в основе субъектности обеспечивают возможность надситуативной активности и нададаптивности как способности субъекта выхода за пределы ситуативных обстоятельств, изменения и преобразования самих ситуаций. Надситуативная активность создает ощущение внутренней личностной свободы, имеет значение для понимания экзистенциальных общечеловеческих ценностей добра, красоты, любви, развития духовности. Творчество - особое состояние души, интрапсихический процесс, позволяющий человеку в полной мере жить «здесь и теперь», наполняя смыслом каждое мгновение своего бытия перед лицом вечности [45].

Становление взрослости не столько учение, сколько психическое развитие. И.И.Ильясов, А.В.Запорожец, Н.Ф.Талызина определяют различия между учением и развитием тем, что учение рассматривает как приобретение конкретного опыта — знаний, умений и навыков — видов поведения и деятельности в определенных областях в отличие от приобретения логических приемов мышления и творческих умений решать нетиповые, нестандартные задачи, приобретения способностей действовать во внутреннем плане, действовать произвольно, появление опосредованности, рефлексивности, изменений, считающимися качественными, которые называются развитием. Развитие обозначает изменение как самодвижение (Г. П. Щедровицкий, частично В. В. Давыдов). Признание же самодвижения в изменениях индивидуального опыта означает признание врожденных задатков в качестве детерминанты развития [60].

Поиски себя могут не дать желаемого результата, делание себя более активная позиция по отношению к собственной сущности. Формирование больше связано с воздействием социокультурного окружения, с принятием, интериоризацией чужих ролей. Если имеет место синтонность, принятие во внутреннем плане, синхронизация внешнего воздействия с самостными структурами, возможен следующий за субъектом этапом развития, переход к самости, насыщенной не только рациональными составляющими, но и принимающей иррациональные составляющие вплоть до тайны, сокровенной тайны мироздания.

Школа выступает социальным институтом взросления при определенных условиях. Формированию таких условий посвящена работа Фиофановой О.А., в которой автор отмечает, что воспитательная система школы может являться фактором взросления подростков, если реализует через каждый свой структурный компонент определённые условия, содержащие возможности освоения, присвоения, реализации взрослости подростком.

Автор отмечает проблему трансформации искусственной социосистемы в естественную жизнедеятельность. Конструирование должно создавать условия для согласования «субъектных опытов» детей и взрослых как равноправных членов событийной общности. Внутреннюю взрослость автор рассматривает как единство самостоятельности и ответственности. Развитие признаков внутренней взрослости находится в прямой зависимости от условий воспитания.

Автор отмечает, что реализация идеей культурного взросления способами воспитательной деятельности в традиционном воспитании-просвещении, провоцирует подростков на застревающую инфантилизацию.

Встреча, Диалог, Проба — создают возможность реального развёртывания воспитательной системой условий, способствующих освоению, присвоению, реализации взрослости.

Таким образом, условиями формирования взрослости являются выраженность принятых целей в смысло-образном аттракторе воспитательной системы, представленность образа взрослости, событийность деятельности, общения, отношений, создание ниш с трофикой самостоятельности, инициативности, ответственности, рефлексивность управления [140].

Семья родительская и собственная семья субъекта взрослости создают наиболее благоприятные условия для самореализации субъекта.

«Родительское соответствие» это разница между объективной и родительской оценкой детской характеристики. Переоценка родителями интеллектуальных характеристик детей положительно коррелирует с его когнитивным развитием. Феномен заключается в том, что ожидания, (т.е. представления об ожидаемых последствиях) приводят в конечном счете к своему реальному воплощению, что получило название «самореализующееся пророчество» (self – fulfilling prophecy),«подтверждение ожиданий» (expectancy confirmation) или «поведенческое подтверждение» (behavioral confirmation) [18].

Е.А.Сергиенко была разработана концепция уровневой организации модели психического в детском возрасте. В 4-летнем возрасте возможности понимания сильно привязаны к контексту ситуации. Партнер рассматривается как объект для воздействия. Этот этап определен как уровень агента. К 6-ти годам появляется возможность сопоставить разные аспекты ситуации, что определяется как уровень наивного субъекта, предполагающий переход от ситуативнозависимой к ситуативнонезависимой модели. Партнер рассматривается как средство достижения собственной цели, но с учетом его психического мира [121].

Л.С.Выготский, отмечал значение превращения влечения в интерес, как основу формирования иного, по сравнению с детством, внутреннего мира подростка. Возникновение интересов задается социокультурными условиями развития, а не биологическими факторами. "В высшей форме, становясь сознательным и свободным, интерес предстает перед нами как осознанное стремление, как влечение для себя, в отличие от инстинктивного импульса, являющегося влечением к себе" [43,с.313].

Ведущими интересами-доминантами он называл эгоцентрическую доминанту (интерес к себе); доминанту дали (большая субъективная приемлемость обширных, больших масштабов, чем ближних, текущих, сегодняшних); доминанту усилия (тяга к сопротивлению, преодолению, волевому напряжению, протесту); доминанта романтики (стремление к неизвестному, рискованному, приключениям, героизму [43].

Более глубокое понимание себя, своего внутреннего мира, других и действительности становится возможным в подростковом возрасте в связи с развитием понятийного мышления, способности к образованию понятий, интеллектуализирующего все психические функции.

По мнению В.И.Слободчикова и Е.И.Исаева, субъектность проходит несколько стадий своего становления. Ступень одушевления, начало самоопределения и субъективации, начинается с прямохождения и речи. Способность самостоятельного передвижения, постижение своего «Я», создает особую форму рефлексии – сравнивающей, специализирующей и дифференцирующей предметно-орудийные и чувственно-практические действия, которые становятся содержанием и основой становления самости.

Сравнивающая рефлексия освобождает от ратуализированных форм совместности со взрослыми, семейно-статусных предписаний. Субъектность обнаруживается как подлинная самость.

Ступень персонализации довольно растянута, от 7 до 18 лет. Различные деятельностные структуры субъектности превращаются в представления о себе (самооценка, образ «Я» и др.). Личность появляется как точка сосредоточения различных общностей социкультурной реальности и обособления от них. Уточняются границы самотождественности, ставится под сомнение система внешних требований, осваиваются и преодолеваются социально-ролевые ожидания, идет активное движение к подлинной индивидуальности.

Ступень индивидуализации (от 20 до 40 лет) характеризуется выработкой собственного мировоззрения, поиском своей укоренности в мире, становлением авторства, смысла своей жизни, объективацией «не-Я», отвественностью за собственную субъектность, которая складывается не всегда по воле и с ведома ее носителя.

Ступень универсализации субъектности (от 45 до 65 и более лет) характеризуется выходом за пределы определенности, мерности, пограничности, неповторимости, в область эквивалетности миру, ответственности за мир [125].

Субъектность во многом определяется условиями социализации в семье, ее как ситуативного, так и глубинного, традиционного, уходящего вглубь истории жизни и отношений многих поколений содержания. Неустойчивость семейных отношений, взаимопроникновение разнообразия (этнического, возрастного, гендерного и др.) приводит к размыванию границ определенности ценностей, их системным сбоям и хаотичности, спутанности в становлении субъекта. Это накладывает особую ответственность на субъектность родителей, их способность к саморазвитию и самодетерминации, преодолению издержек социализации, самостоятельному определнию мировоззренческих, ценностных приоритетов в процесе своей жизни.

Вектор субъективного развития взрослости задается двумя рядами континуумов. С одной стороны это развитие по аналогии с должным, подобным, известным, чего может достигнуть подвергающийся прямому или косвенному воздействию человек в своем интеллектуально-деятельностном, коммуникативном, эмоциональном, волевом, духовном развитии при воздействии извне: конкретных людей, социальных общностей, субкультур, что наполняет объективную взрослость. С другой стороны – это развитие, индивидуальное, собственное, возможные достижения и отклонения от принятого, что на сегодня не осознается в силу ограниченности привычного представления о собственных возможностях, но что может неожиданно приобрести статус действительного. В исследованиях В.В.Давыдова поисковая активность обучающегося стимулируется не в логически упорядоченном (мыслительном), а в иррациональном направлении: эмоциональном, интуитивном и фантазийном. Субъективная фантазия, опирающаяся на восприятие, сознание мира, включающая интуицию и неожиданные ассоциации, служит условием расширения логически выстроенных границ, т.е. когнитивно представляемого должного[52].

По мере формирования личность выходит из статуса адаптации в статус творчества, созидания. На этом пути индивид сталкивается с экзистенциальными проблемами свободы выбора, смысла и бессмысленности, ответственности и беспомощности, которые рассматриваются в рамках личностного подхода как фрагменты смысла жизни. Для субъектного подхода рассмотрение определенного комплекса личностных характеристик, способных функционировать в ситуациях неопределенности, свободного выбора, свободного от норм, традиций, от упорядоченности и разумности, важных как критерии полноценного функционирования личности, необходимых для функционирования личности. Субъект взрослости предстает как структура психического, для которой только социального пространства недостаточно эта структура выходит из социального, как срединного в сопредельные пространства мира и самого себя. Будущее субъекта тоже под вопросом, существуют трансцедентальные, запредельные пространства, куда индивид придет с отказом уже от субъектности, выходом в новые статусы универсальности, духовности, старчества, мудрости, которые возможны в постзрелом возрасте, в старости при сохранении гуманистической линии развития.

Субъектогенез рассматривается как развитие способности человека к саморазвитию, самодетерминации, становление осознания себя как целостности и автономности, как первопричины жизненной активности (К.А. Абульханова, А.В. Брушлинский, В.А. Петровский, С.Л. Рубинштейн и др.). Субъектность – рефлексивное осознание самого себя, своих возможностей, сущностная характеристика внутреннего мира личности, регулятор социального поведения и взаимодействия субъекта с миром. Субъектность проявляется в целеполагании, планировании, управлении собственными действиями, выборе способов реализации планов, в контроле и оценке результатов (В.И. Слободчиков, Е.И. Исаев). Становление субъектности связано с развитием самосознания, формированием внутренней Я-реальности, которая опосредует осмысление самостоятельного поведения в качестве субъекта. Продолжается в становлении субъективной взрослости через дифференциацию внутренних объектов и драйв эго, активирующим объект, идентифицируясь с ним и выступая в качестве субъекта.

Д.И.Фельдштейн отмечал в качестве закономерности развития личности дихотомию двух сложных явлений, создающих единый процесс социального развития: социализация и индивидуализация. Социализация обусловлена обществом, тем не менее, общество детерминирует также индивидуализацию, направляет процесс психосоциаольного развития, которое вместе с тем можно рассматривать как процесс имманентного развития и саморазвития психики и личностных свойств индивида. Развитие личности происходит между двумя полюсами: социализацией и индивидуализацией. Психика обладает универсальной пластичностью относительно социальных влияний, ассимилируя структуры социального воздействия. Суть индивидуализации состоит в необходимости и стремлении ребенка осознать свое Я, понять его и сохранить независимо от внешних влияний. Уже у ребенка прослеживается стремление к личной независимости, к начальной личностной свободе[135]. Последовательные шаги этого важного стремления можно представить как серию сепараций, структурирующую субъективное пространство с помощью внутренних объектов:

-физическая сепарация (отделение ребенка от организма матери);

-физиологическая сепарация (способность самостоятельно удовлетворять свои органические нужды);

-социальная сепарация (способность совершать поступки самостоятельно, в соответствии с собственными принципами, личностно эмансипироваться);

-индивидуальная сепарация (способность отделяться от себя самого в рефлексии, в самосознании, принимать собственную полиидентичность).

В дальнейшем взрослое Я придет к полиидентичности и возможности «скользить» по внутренним объектам субъективного пространства, самобытным структурам самосознания и самопредставления, понятным только субъекту, отходящим от объективной логики происходившего, связанным с символическим и мистическим содержанием. Таким образом осмысленные жизненные факты, по-разному изложенные «для других» и «для себя» снимают необходимость ориентации на позитивную социальную оценку. Разница между социально демонстрируемым и приватным ментальным содержанием жизнеописания не всегда конфликтна, но она почти всегда есть.

Л. Р. Фахрутдинова как субстациональность субъекта, его плоть, «овеществленность», «ощупываемость» в психическом мире рассматривает переживание. Структурными составляющими переживания являются пространственные, временные, информационные, энергетические, психосемантические и др. характеристики. Для исследования переживания не подходят естественнонаучные методы, здесь нужны идеографические, психобиографические методы, метод беседы, метод понимания и постижения, направленные на исследование переживания событий жизни. Данные составляющие входят во внутриструктурные отношения, связанные с ситуацией, циклами и стадиями актуализации переживания. Впечатления – это переживаемый когнитивный след, отпечаток, оттиск, проявляемый в виде результата воздействия сложного явления через синтез аффективно-когнитивного комплекса, имеющего субъективную значимость и аккомодационный потенциал [136].

Сначала ребенок подражает взрослым, стремится быть похожим на них, затем начинает осознавать свою неповторимость, непохожесть на других, выделять свое Я из множества других Я.

На различных этапах онтогенеза удельный вес социализации и индивидуации имеет свои отличия. До трех лет превалирует социализация. В районе трех лет проявляет себя индивидуализация в первых детских попытках самоутверждения («Я сам!»). В подростковом возрасте социализация и индивидуализация находятся в состоянии единства и борьбы противоположностей.

Исследования Л.И.Божович, Л.С.Выготского, В.И.Слободчикова, Ж.Пиаже, Д.И.Фельдштейна, Э.Шпрангера, Д.Б.Эльконина, Э.Эриксона и др. позволяют характеризовать подростковый возраст как важнейший период социализации и индивидуализации человека. Это возраст осознания самого себя, своих возможностей, способностей, интересов, стремление ощутить себя и стать взрослым.

А.В.Петровский  указывает на  то, что развитие личности в подростковом возрасте характеризуется доминированием процессов *индивидуализации*. Успешность развития личности в  подростковом возрасте зависит от способности семьи принять все проявления индивидуальности подростка, дать возможность им проявиться в принципе [103].

В.С.Мухина  отмечает, *что идентификация и обособление*  - это есть два элемента единого механизма, развивающего личность и делающего ее психологически свободной. В подростковом возрасте механизм обособления  помогает ребенку реализовать возникшее чувство взрослости, притязание на признание, удовлетворить потребность в индивидуализации, возлагая на его личность индивидуальную ответственность. Для родителей подростка обособление – это механизм установления с взрослеющим ребенком отношений на социально приемлемых началах [88].

Таким образом, становление субъективной взрослости может быть представлено тремя схемами: как процесс (временная последовательность ступеней, периодов, стадий), как средовое воздействие, задающее определенную структуру (совокупность способов и средств, имеющих не временную, а целевую детерминацию) и как саморазвитие, т.е. развитие (постижение) человеком своей собственной самости (достраивание и дооформление собственными, внутренними ресурсами).

**1.5.Субъект состояния взрослости**

Актуальность конвергенции понятий взрослость и субъект, создание проблемного поля взаимодействия этих понятий определена вызовами, которые бросает психологической науке бурно развивающаяся практика психологического сопровождения жизнедеятельности.

Субъект широко используемое понятие в современной психологической науке, претерпевающей переход от анализа объекта науки к интересу к субъекту. Субъект воспринимается одновременно как познаваемое и познающее. Это более сложный объект познания, ввиду его характеристик, связанных с динамичностью, непосредственностью, самопричинностью, асинхронностью и прочими атрибутами переживания реальности, бытия в мире. Понятие личность доминирует в исследованиях того этапа в развитии психологии, когда наука пыталась приблизить свой предмет к естественно-научным параметрам, когда герменевтический, описательный, интерпретирующий факты подход занимал второстепенные позиции. Понятие субъекта создает пространство и для объективного исследования и дает место для существования, бытия субъекта. Понятие субъекта попытка науки уловить бытийственные характеристики феномена не умервщляя его расчленением на составляющие.

Недостаточная проработанность субъективных явлений является общей проблемой отечественной психологии. В то же время, именно субъективная реальность особенно значима для практической психологии. Субъективная реальность – то пространство, с которым взаимодействует практический психолог, откуда приходит клиентский запрос. Субъективные переживания зачастую оттесняются социокультурной нормой или рациональностью, не спасает и признание значимости собственного индивидуального своеобразия.

Обращаясь к российскому философскому наследию В.А.Кувакин раскрывает общие установки русской философской мысли – религиозная окрашенность, персонализм, антирационализм, борьба за свободу и аутентичность (подлинность) человеческого существования, обращенность к трансцендентному, переживание трагизма личного, исторического и вселенского бытия [73].

Невозможность аутентичного бытия проявляется в невротических симптомах: преувеличенная добросовестность, самоотрицание, чрезмерные амбиции, навязчивая потребность угождать другим, создавать определенный внешний образ.

Зрелое, аутентичное бытие обеспечивается включенностью в жизнь, присутствием в жизни, что предполагает мобилизацию познавательных способностей, эмоций, воли в непосредственной жизненной ситуации. Дж. Бьюдженталь уверен в том, что эта задача не решается с помощью когнитивных упражнений, но требует осознания невербальных организменных восприятий состояний наполненной жизни. Часть ощущений не поддается вербализации, несет аффективный заряд и имеет неповторимый личностный колорит. Осознание должно быть организменным, трансвербальным внутренним видением, а не объяснением[164;165;166;167].

Отклонение от своей аутентичности провоцирует вину, раскаяние, страх, которые побуждают вернуться к первоначально избранному пути. Вследствие отказа человека от своего Я, от свободы возникает вина, которая может смениться раскаянием. Закрытость - свидетельство стремления к сохранению имеющегося. Вина и закрытость – знаки отрицательного движения индивидуальности. Вера и серьезность свидетельствуют о положительном результате этого движения, направленном на обретение своего Я.

Идея аутентичных отношений, предполагающих возможность выразить все, что угодно, возможность не скрывать что-либо о себе, как возможность быть собой восходит к философским воззрениям Бубера. Отношения «Я-Ты» дают возможность смягчить состояние онтологической незащищенности.

Субъектность более гарантированно возникнет в системе субъект-субъектных отношений. Когда среда выступает достаточно безопасной, благоприятной для соприкосновения с истинным подлинным существованием личности. Подлинное эго открыто контакту в интимных, доверительных отношениях[93].

Контакт состоится в случаях доверия, любви, когда возможна открытость, возможна жизнь, а не защита от жизни. Подобные контакты характерны для близких отношений и этом смысле отношения в семье являются наиболее благодатным пространством для становления субъектности.

Умение различить себя познающим и себя познаваемым возможно при наличии рефлексии, которая появляется в период взрослости при благоприятных условиях. Рефлексия, амплификация – те механизмы, с помощью который Я может отделить от себя несущественное, с помощью которых в качестве объектов могут быть рассмотрены не только реальные объекты воздействия, но и внутренние объекты, например собственная ревность, зависть, злость, радость. Они наполнены содержанием, имеют свои закономерности существования, могут быть объективно отражены эмоциональным интеллектом. Рассмотрение состояний как объектов внутреннего мира характерно для психоаналитической традиции и важно для работы практического психолога. Умение отделить свое Я от эмоции которую продуцирует это Я-это тоже элемент рефлексии, элемент самопознания, возможность которого связана с надситуативной позицией[93].

Ситуация может быть рассмотрена субъектом объективно, со стороны, т.е. надситуативно. Субъект обладает возможностью как бытия в ситуации, так и возможностью познания себя в этой ситуации, самопознания. Способность самопознания дает материал для развития внутренних объектов. Внутренний объект в том случае присутствует, если субъект имеет возможность владения им, воздействия на него. Владение собственными эмоциями, внутренними образами родителей, имаго родителей, владение ситуацией дает возможность существования субъекта. Расширение границ владений создает перспективу владения собой, а там где есть владение, там «Я сам» становится объектом. Субъект подвигается, выделяет из себя внутренние объекты и делает это до тех пор пока внутренний мир не будет обустроен, сконструирован достаточно удовлетворяющим субъекта образом для того чтобы добраться до своей самости, являющейся субъектом человечества, космическим субъектом, субъектом вселенским, а с точки зрения самостного подхода дающей возможность отделиться, сепарироваться от собственного эго в пользу растворения в божественном, космическом, вселенском континууме[93].

Определенность субъекта и объекта взрослости проявляется в способности самому ставить и выполнять жизненные задачи, возможности выбирать наборы жизненных ситуаций, возможность самому реализовывать поставленные задачи, прилагать волевые усилия. Воля, как объект взрослости предполагает возможность отличения своей собственной воли от чужой и соответственно выработку отношения как к своей, так и к чужой воле. Субъективное переживание воли предполагает относительную автономию от внешних условий.

Психологическая взрослость рассматриваемая как место во временном и пространственном континууме внутренней реальности, интерпретируется как субъективная оценка своего состояния. Приоритет субъективной оценки ясно прослеживается в позициях различных авторов. Психологический возраст – это прежде всего субъективная оценка себя как взрослого.Человек взрослеющий исключительно по физиологическим социальным или психологическим признакам, остается ли субъектом, и субъектом чего? Вопросы о противоречиях объективной и субъективной оценки – это другой вопрос, но факт приоритета субъективной оценки как ведущей при определении взрослости наталкивает на мысль о рассмотрении субъекта этого состояния, субъекта взрослости. Понятия «субъект», «субъективный», «субъектность» широко используется в психологии, однако устойчивой научной формулировки этих понятий не выработано (А.В.Брушлинский, С.Д. Дерябо, И.Н.Карицкий,). В философии понятие «субъект» расматривается в сочетании и противопоставлении с понятием «объект». По мнению А.В.Чусова, субъект является парной категорией к объекту и должен определяться в связи с последним [151]. Парность категорий субъекта и объекта отмечает и И.Н.Карицкий, называя их предельными и определяемыми одна через другую. В понятии субъект уже содержится объект, в понятии объекта – субъект [63].

Сущность субъекта заключается в его активности и инициативности, сущность объекта составляет реактивность и пассивность. Живые существа могут рассматриваться в качестве объектов, если во взаимодействии с другими живыми существами они демонстрируют пассивные, реактивные, подчиняющиеся формы поведения.

Знания об окружающей среде и людях субъекты получают в отраженной форме и на основе этих знаний регулируют свое поведение сообразно объективно складывающимся условиям. Субъективным психическое отражение является в том смысле, что оно принадлежит определенному субъекту, зависит от органов восприятия и познания, от условий, задач и целей деятельности [150].

Субъективное знание отличается от объективно существующих особенностей действительности. Но даже будучи «завешанным» проекциями (З. Фрейд), воспринятым пристрастно, через личностные смыслы (А.Н.Леонтьев) объект несет в себе возможность объективного знания о нем. Cубъективность знания позволяет говорить о его необъективности. Степень субъективности характеризуется степенью адекватности, т.е. соответствия субъективного объективному. Субъективное отношение – это отношение, демонстрируемое субъектом, которое в силу субъективности может не соответствовать должному, не быть адекватным

В широком смысле под субъектом в психологии понимается носитель психики, обладающий активностью и способностью к отражению действительности. Этим требованиям отвечают только Homo Sapience. В работе Б.Ф.Ломова отмечается, что субъект и субъективное, в своей развитой форме относится к человеку (Ломов Б.Ф., 1984). По мнению А.В.Брушлинского субъектом является не психика человека, а человек, обладающий психикой, не психические свойства, формы активности, а сам человек, осуществляющий деятельность, поведение, общение (Брушлинский А.В., 1994).

Рассматривая человека как субъекта жизнедеятельности, психологи в последнее время широко используют понятие «субъектность». Согласно А.К.Осницкому, субъектность - характеристика человека не как беспристрастного деятеля-исполнителя, а как сценариста и режиссера своих действий, которому присущи определенные предпочтения, мировоззренческие позиции, целеустремленность преобразователя (А.К. Осницкий, 1996).Свойство субъектности тем более выражено, чем более выражена активность и самостоятельность самого человека по сравнению с силами обстоятельств. Важно также соответствие активности, развиваемой человеком и теми обстоятельствами жизнедеятельности, в которые он вовлечен.

В психологии человек, как объект, исследования рассматривается с точки зрения телесных, соматических и психических характеристик. Человек, в этом случае, воспринимается в качестве объекта, наделенного физически наблюдаемыми атрибутами и свойствами. Исследователь, в качестве беспристрастного наблюдателя, фиксирует проявления объекта и делает концептуальные обобщения. Исследователь фиксирует внимание на организме человека, на закономерностях протекания физиологических и психических процессов, на личности как обособленной субстанции. Такая, ориентированная на объективную нейтральность , позиция в научных исследованиях внутреннего мира, отмечает Р.Д. Лэнг, ориентирована не столько на изучение данных, сколько изъятие их из жизненных событий, в удобной для исследователя форме, что ведет к фрагментации объекта исследования, деперсонализации или овеществлению личности, ускользанию целого из сознания ученого [80].

При этом из рассмотрения упущены важные характеристики, дающие адекватное представление о личности. Речь идет о желаниях, надеждах, страхах или отчаянии личности как таковых. Вместо переживаний изучаются отдельные процессы, не объясняющие отношение человека к его миру, отмеченные чертами деперсонализации или овеществления человека.

Происшедшие с человеком события могут быть противопоставлены ему в рамках субъект-объектных отношений. В ходе внутренней герменевтической работы, придания им личностного смысла, они могут превратиться в составные части самого себя (внутренние объекты, субличности) и вступать между собой в субъект-субъектные отношения либо интегрируя, либо фрагментируя личность. К категории экзистенциального опыта относятся такие свойства пережитого, которые обращают его непосредственно к субъекту, смыкают его с ним, имеют отношение к тем концептам, которыми он пользуется для осознания себя и своей жизни («любовь», «ответственность», «необходимость», «вера» и др.). Экзистенциальный опыт семантически амплифицируется субъектом фокусирует на себе его сознание, его субъект отождествляет с самим собой, он раскрывает субъекту суть того, что есть жизнь и что есть он сам.

Основная характеристика субъекта – переживание себя как суверенного источника активности, способного намеренно изменять окружающий мир и самого себя. Объект противостоит субъекту, на него направлена оценочная и познавательная деятельность. Собственное «Я» определяется в процессе разделения субъекта и объекта. В общении в качестве объекта выступает другой человек, в таком качестве субъект воздействует на него, использует его как средство для достижения своих целей. Это субъект-объектная позиция является первой ступенью выделения себя из окружающего мира, формирования своего собственного сознания, своего «Я». Субъектное познание другого как объекта предшествует субъектному познанию себя как объекта. На более высокой ступени межличностного познания выступает субъектное познание другого субъекта как субъекта. Противопоставленность , необходимая на первом этапе самоопределения в мире преодолевается в пользу субъект-субъектных отношений. Другой начинает выступать не столько в роли объекта воздействия, сколько в роли «меня другого», наделяется значимостью. Взаимодействие будет эффективным, если участники являются взаимно значимыми. Коммуникация приобретает форму интерсубъективного процесса, или субъект-субъектных отношений.

По мнению Л. С. Выготского, в переходном возрасте фантазия раздваивается на субъективное и объективное воображение. Подросток обращается в интимную сферу переживаний, исключительно для себя, представляющих тайну, скрытую от людей.

В своем первом рождении личность является объектом социальной среды. Во втором – становится их субъектом, освобождаясь от неподлинного, утверждая свою собственную человеческую жизнь. Здесь понятия личности и субъекта сливаются. Любое из них может поглотить другое. Необходимо новое качество понимания личности и субъекта.

Личность в психологии рассматривается как через призму взаимоотношений с внешней реальностью, так и через призму внутриличностного взаимодействия психических сил. Так, внутренняя динамика психических сил, отражение внешнего мира во внутренней структуре психики предмет исследований в психоанализе.

Особый интерес для нашего исследования представляет анализ субъекта состояний и субъективной стороны состояний. В рамках рассмотрения субъекта как состояния, И. Г. Петров, отмечает парадоксальную консервативность сознания и непрерывного изменения состояний, когда многое в состоянии может быть другим, противоположным аналогиям сознания. В субъекте состояния выделяются внутренние образования. Я – существующее ( Я – сам по себе, какой есть, Я-реальное, истинное эго) и Я – рефлексирующее (сверх-Я, супер-эго, Я-концепция Я-идеальное, ложное эго и др. Первое Я- является объектом наблюдения над собой со стороны второго Я. Второе Я – продукт жизненного опыта и приспособлений к условиям среды. Второе Я голос общества внутри меня, он может быть монологическим, командующим, контролирующим, либо диалоговым, собеседником. Ориентируясь на образ -Я, Я-реальное (субъект) стремится к его достижению, ему предписано значение нормы, эталона, образца, с которым согласовываются решения, проводятся дискуссии [102].

Интериоризация внешних отношений со взрослым в процессе совместной деятельности во внутренний план ребенка, исследованная Л.С.Выготским, с точки зрения «объектных отношений», исследованных М.Кляйн, является «чистым» отношением, формирующим «внутренний объект» детского самосознания. Для ребенка важно не только то, что делает для него взрослый: заботится, защищает или бросает, отвергает, но и то как он «живет в нем». Внешний, событийный план межличностных отношений отражается в субъективном мире человека. Образ значимого другого, являющийся отражением межличностных отношений во внутреннем мире человека, в психоанализе называется «внутренним объектом».

Сформированный в благоприятных отношениях внутренний объект, включается субъектом в конструктивные отношения с внешней реальностью. При неблагоприятных, слишком рано и обильно фрустрирующих, дефицитарных или гиперопекающих отношениях с родителями, у ребенка формируются комплексы неполноценности, «плохие объекты» (У.Винникот), провоцирующие деструктивные, проблемные отношения с реальностью, в том числе и во взрослости, вызывая субъективные искажения в восприятии и переживании объективного мира.

Через «внутренние объекты» реальность субъективная становится не менее значимой для отражения индивидом действительности, чем реальность объективная[42].

В психоанализе взаимоотношения аналитика с пациентом являются тем самым коррекционным средством, которое позволяет сменить фокус центральных конфликтов пациента в ситуации «здесь и теперь», что способствует изменению отношений с реальными людьми. Пациент посредством интерпретаций получает знание о своих внутренних объектах, посредством живых отношений новый жизненный опыт. Роль аналитика похожа на роль родителя, который должен и стимулировать ребенка в обретении нового опыта, ведущего к независимости, и в то же время останавливать и защищать его от бессмысленных страданий на этом пути[34].

Взрослость, рассмотренная как состояние субъекта, включает в себя субъективный образ взрослости, субъективное переживание опыта собственной взрослости, включенность в отношения с другими взрослыми, символизацию социокультурных норм взрослости.

Одним из важных признаков субъекта (критерием этого состояния человека) А.В.Брушлинский называл взаимосвязь с другими людьми как субъектами. Характеризуя субъекта он отмечал противоречивость отношений человека с другими людьми: с одной стороны, он всегда неразрывно связан с другими людьми и вместе с тем автономен, независим, относительно обособлен [33].

Становление взрослого возможно через Другого. Ж. Лакан трактует бессознательное как дискурс Другого. Сам язык показывает субъекту его собственную бытийную недостаточность. Разрывы в цепи смыслов (означающих) определены бинарной оппозицией бытия и отсутствия. Онтология взрослого понятая через становление предполагает, что Другой возможен через признание Я, а Я возможен через признание другого в событии. В событии Я всегда другой, инаковость – основание моего существования [55].

Русский философ М.М. Бахтин отмечал, что для целостного самопознания необходим Другой. Я и Другой находимся в «абсолютном событийном противоречии: там, где другой изнутри себя самого отрицает себя, свое бытие-данность, я со своего единственного места в событии бытия целостно утверждаю и закрепляю отрицаемую им наличность свою, и самое отрицание это для меня лишь момент его наличности» [19, с.185].

Взрослость существует как становление, где Я и Другой одного взрослого или я-взрослый и другой-взрослый инаковы, нетождественны, но взаимосвязаны. Возможность быть взрослым в современном обществе полагается как возможность быть другим и как принятие иного и инаковости. Единственная возможность бытия взрослого - диалогичность, отнесенность к иному; возможность инобытия. Встречаясь с Другим, взрослый может встретиться с самим собой, обрести целостность. Взрослые конституируются в своей взрослости, создавая и разрабатывая нарративы, которые становятся их действительной историей[19].

Таким образом, взрослость должна связываться не столько с достижением определенного возраста или статуса в обществе, уровнем освоения семейных или профессиональных ролей, а со становлением субъекта врослости, как субъективного состояния взрослости: формированием оценки себя и собственного поведения как поведения взрослого, самоощущением взрослости

Активность, как субстанциальная характеристика субъекта трактуется А.И. Крупновым как совокупность инициативных действий субъекта, обусловливаемых его внутренними противоречиями, опосредованными средовыми влияниями [68]. Направленность активности субъекта амбивалентна. Она может иметь как адаптивный, так и неадаптивный, дезадаптивный, как деструктивный, так и преобразовательно-конструктивный характер. Формами ее проявления может быть предметная деятельность и общение и творческая самодеятельность, изменение самого себя. При этом внешний и внутрений векторы активности взаимосвязаны, взаимообусловлены и взаимообращаемы. Субъект осуществляет самоорганизацию своих психических процессов, состояний и свойств координируя собственную психическую активность с объективными требованиями к ней в контексте социального бытия [4].

В.А.Татенко отмечает, что потребностно-мотивационная основа субъективной активности личности охватывает более или менее выраженную и осознанную интенцию к собственно человеческому способу индивидуальной жизни…побуждение актуализировать собственный потенциал, внутренние ресурсы сущностного самоопределения [135].

Рефлексия – способность личности «сделать собственные мысли, эмоциональные состояния, собственные действия и отношения, вообще саму себя предметом специального рассмотрения (анализа и оценки) и практического преобразования (изменения и развития)» [127,с.78]. Это обусловливает «разрыв в потоке жизни» (Мамардашвили,1995), самодистанцирование (Франкл, 1990), дифференциацию «действующего Я» и «рефлексирующего Я» (Кон, 1984), результатом чего становится «образ Я» в единстве когнитивного (самоанализ и самопонимание), эмоционально-оценочного (самоотношение) и поведенческого компонентов (Столин, 1983).

Таким образом, субъект взрослости, на наш взгляд, наиболее объемлющая характеристика, дающая возможность увидеть состояние взрослости, дать ему более объективную интерпретацию. Взрослость как субъективное состояние неизменно содержит субъект и объект. Если субъект активное, живое, непосредственное начало, то объект взрослости это и реальный предметный мир и другие люди и сама личность. На уровне новообразований взрослости именно субъект занимает ведущее, доминирующее место. Статус субъекта в состоянии взрослости объединяет в себе не только идентичность личности, но и возможность разотождествления без потери себя, как контейнирующая структура при поиске более адекватных паттернов контакта с изменяющейся реальностью.

Социокультурная среда как среда формирования личности становится только частью тех озабоченностей, которые свойственны субъекту взрослости для которого важны также окружающий предметный мир и самость наряду с социальным окружением. Это те пространства, в которых субъект взрослости имеет возможность самореализоваться. По мере формирования личность выходит из статуса адаптации в статус творчества, созидания. На этом пути индивид сталкивается с экзистенциальными проблемами свободы выбора, смысла и бессмысленности, ответственности и беспомощности, которые рассматриваются в рамках личностного подхода как фрагменты смысла жизни выходит в экзистенциальное, а не социальное пространство.

Субъектный подход оперирует понятием становление. Поиски себя могут не дать желаемого результата, делание себя более активная позиция по отношению к собственной сущности. Формирование больше связано с воздействием социокультурного окружения, с принятием, интериоризацией чужих ролей. Если имеет место синтонность, принятие во внутренний план, синхронизация с самостными структурами, которые являются следующим за субъектом этапом развития, переход к самости, насыщенной не только рациональными составляющими, но и принимающей иррациональные составляющие вплоть до тайны, сокровенной тайны мироздания.

Эгосинтонное и эгодистонное состояние (отвергаемое эго), подлинное и ложное, истинное и псевдосостояния- это полюса континуума, которые важны для субъекта. Развившийся через личность, до состояния субъекта индивид, чувствует свои возможности, а социальная среда выступает как средство, дающее социальные технологии познания себя. Поиск себя это процесс поиска аутентичности, субъективации, который осуществляется во взрослости, вслед за социализацией. Становление себя в качестве субъекта это достижение периода взрослости. Возможности для самодостижения обеспечивают способность к рефлесии активность, интимизация отношений.

Одним из значений психоанализа для отечественной психологии является движение от естественнонаучной ориентации к гуманистической, в частности к философии. Понятие субъект является предметом рассмотрения многих философских систем от классических до постнеклассических.

Способ бытия взрослого предполагает носителя взрослости – субъекта взрослости, которым может быть отдельный взрослый, сообщество взрослых и самосознание взрослого. Актуализация взрослости предполагает необходимый и достаточный набор характерологических признаков (модусов и экзистенциалов) взрослости: зрелая телесность, чадородие, жизненные смыслы, связанные с манифестацией ответственности, долга, конструктивная материальная и духовная деятельность, конструирование социальной реальности.

Таким образом, субъект взрослости – самодеятельный человек, самостоятельно определяющий и защищающий границы, ставящий цели, планирующий, контролирующий и осуществляющий жизнедеятельность, рефлексирующий и отвечающий за результат.

Субъект состояния взрослости - субъективное состояние взрослости, включающее образы взрослости, переживания взрослости, отношения взрослости, символы взрослости; в целостности субъектных свойств.

**1.6.Субъективное состояние взрослости**

Согласно концепции психического детерминизма С.Л. Рубинштейна, отношения между личностью и окружающей ее средой, между внешним и внутренним в человеке на разных уровнях его развития далеко не одинаковы. С возрастом влияние внешней среды и внешних обстоятельств заметно ослабевает, и внутреннее приобретает приоритет над внешним.

Понятие «субъективная взрослость» введено Д.Б.Элькониным. Он различал в развитии подростков объективную и субъективную взрослость.

Объективная взрослостьпроявляется в готовности ребенка к жизни в обществе взрослых в качестве равноправного участника. Элементы объективной взрослости в подростковом возрасте можно заметить в отношении подростков к учению и труду, к родителям и сверстникам, к детям и пожилым людям. Они обнаруживают себя:

- в интеллектуальной сфере - самостоятельность в усвоении знаний, стремление к самообразованию;

- социально-моральной сфере - помощь взрослым и их поддержка, отстаивание собственных взглядов, соответствие морально-этических представлений реальному поведению подростка;

- в романтических отношениях со сверстниками другого пола - формы проведения свободного времени (свидания, вечеринки, танцы);

- во внешнем облике - следование моде в одежде, в поведении, в речи ("модные словечки").

Субъективная взрослость, или чувство взрослости, характеризуется появлением у подростка отношения к себе не как к маленькому, а как ко взрослому. Основными показателями чувства взрослости служат:

-проявления потребности в уважении, доверии, признании самостоятельности;

- желание оградить некоторые сферы своей жизни от вмешательства взрослых;

- наличие собственной линии поведения, несмотря на несогласие взрослых или сверстников [159].

В детстве внимание к своей субъектности особенно остро привлекается в конфликтных обстоятельствах. Внутренне ощущение себя практически сводится к сумме идентификаций с разными значимыми другими людьми. У подростка и юноши положение меняется. Ориентация одновременно на нескольких значимых других делает его представление о себе неопределенным, внутренне конфликтным, неустойчивым. В юношеском возрасте субъективная взрослость фрагментарна. Бессознательное желание избавиться от прежних идентификаций делает эго активным в рефлексии, а также активизирует чувство своей особенности, непохожести на других, построение теории самого себя. Взрослый станет перед проблемой снятия собственных проекций с другого, в поисках истинного другого и истинного себя. Видение «усредненного» человека сменяется чувствительностью к субъективному своеобразию людей. Идентификация с эталоном в процессе самонаблюдения, самовосприятия, самопознания сменяется субъективацией, дифференциацией внутреннего субъекта и объекта. Рефлексивная способность позволяет отличить себя самого от своей же собственной жизнедеятельности, способность отнестись к себе, как к объекту изменения. В работах И.С. Кона, И.И. Чесноковой, В.В. Столина анализируется самосознание и образ-Я, различается личностное и ролевое общение. Личностное общение отличается от ролевого тем, что в нем главную функцию несет не сама информация, а отношение к ней. Интериоризуясь в образ-Я личности, личностное общение проявляет в нем свою диалогическую природу. Анализируя понятие образа, как психологической категории Н.Л.Нагибина отмечает: «Образ … имеет символический смысл, а точнее многообразие символических смыслов и содержаний. Он подобен матрешке. Чем символичнее образ, тем матрешка больше, и внутренних планов, соответственно тоже больше» [90, с.115].

Хронологический возраст является базовым измерением, но для понимания развития внутренних субъективных координат ключевым конструктом является субъективный возраст, позволяющий открыть новые пути анализа самоопределения, субъективного выбора сценариев собственной жизни и их интерпретации. Субъективный возраст – это самовосприятие собственного возраста. Субъективный возраст отличается от хронологического. Когнитивная иллюзия возраста – это разница между хронологическим и субъективным возрастом, которая возникает в процессе жизни человека. Субъективный возраст –индивидуальная возрастная идентификация. В ментальных репрезентациях субъективного возраста можно выделить универсальные – стабильные, якорные и вариативные, лабильные, изменяющие проксимальные референции возраста. Универсальные репрезентации – индивидуальные модели развития, маркирующие собственное поведение относительно возрастных ментальных схем. Проксимальные репрезентации или ментальные возрастные маркеры изменяются в соответствии с событиями, которые проблематизируют возраст. По мнению Сергиенко Е.А. и Лялиной И.А. именно события играют роль интегратора и реинтегратора в изменениях и сдвигах возрастной идентичности. В исследованиях психологического возраста различают типологический, событийный и мотивационный подходы. В рамках событийного подхода жизненные события рассматриваются как оказывающие непосредственное и опосредованное влияние на самовосприятие возраста. Временная перспектива тесно связанная с субъективным возрастом человека и организацией собственного поведения рассматривается в мотивационном подходе. Выбор стратегии и сценария жизненого пути включает субъективную идентификацию, построение когнитивной и жизненной перспектив – типологический подход. Анализируя динамику субъективного возраста Е.А. Сергиенко пришла к тем же выводам, что и зарубежные исследователи: чем моложе человек, тем ближе к хронологическому возрасту оценивает себя субъективно. Динамика субъективной оценки возраста имеет размах от 0,5 года в возрасте 25-30 лет, до 12 лет в возрасте 60-70 лет. Молодые люди идентифицируют себя близко к хронологическому возрасту.

Исследуя солдат, Сергиенко Е.А. и Лялина И.А. пришли к выводу, что под влиянием внешних вызовов (строгая регламентация военной службы, оторванность от дома, объектные, а не субъектные отношения со стороны командиров), связанных с повышенным напряжением психической организации молодых людей, субъективный возраст отражает эффективность регуляции поведения, возможность использования индивидуальных ресурсов [124].

Исследования субъективной самооценки возраста А.А.Кроника и Е.И.Головахи выявили феномен «консервации возраста», заключающаяся в том, что с возрастом значительно увеличивается число лиц, оценивающих себя более молодыми, чем в действительности. При этом с возрастом степень занижения собственного возраста в самооценках значительно увеличивается. С одной стороны, современники не спешат взрослеть, а с другой, ставши субъективно взрослыми, «фиксируются» в состоянии взрослости, не спешат стареть. Полученные результаты авторы интерпретируют наличием счетчика психофизиологической активности, и имеющейся в обществе системой возрастно-ролевых ожиданий. В том случае, если достижения человека опережают социальные ожидания по отношению к нему, он будет чувствовать себя старше истинного возраста; если же человек достиг меньше, чем от него ждут в данном возрасте, то он будет чувствовать себя моложе. На наш взгляд, такое объяснение может иметь место в индивидуальных случаях, но как общая тенденция маловероятно. Авторы отмечают, что вопрос о трансформации объективной хронологии жизни в самооценку остается малоизученным. Иногда хронологический возраст полностью утрачивает свое значение во внутреннем мире человека [48].

Действительно, внутреннее чувство возраста связано с субъективным переживанием времени. Прямолинейных зависимостей здесь выявить не удастся. Время кажется безвозвратно утраченным и тогда самооценка может быть как меньше реального возраста (мне еще рано жениться, мне всего 40лет), так и больше реального возрасте (для меня все уже поздно, мне уже 40 лет). Если же жизнь наполнена большим количеством потрясений, не факт, что внутреннее ощущение возраста значительно превосходит реальный. Под прессом потрясений человек может регрессировать в более ранний возраст, чувствуя себя беззащитным ребенком, стоящим перед неразрешимыми задачами. Поэтому замеченный феномен требует более глубоких исследований и размышлений.

При попытке осмысления взрослости психологические критерии стремительно субъективизируются, считает Е.Е.Сапогова [120].

К 28 годам, по мнению Носова, формируется человек внутренний, определившийся по отношению к профессии, роду, трансцеденитальному и т.д. Дальнейшее развитие человека не связано с возрастными особенностями. Виртуальные ре­альности следующих уровней возникают не имманентно, т.е. вследствие природных законов, как это было до сих пор, а являются результатом целенаправленной работы человека над собой и в этом плане не зависят от воз­раста человека [95].

Самость человека приобретает иную качественность, как бы взлетая на новую высоту. И делая возможными невозможные ранее для человека решения и поступки. Особую ценность приобретает экзистенциальный опыт, который заключается в непредсказуемости его результатов, сложности проведенной внутренней работы, значительном напряжении внутренних ресурсов. Экзистенциальный опыт осуществляет ценностно-смысловую регуляцию жизни человека (Знаков,2007). Впечатления внешнего мира, имеющие беспрецендентный аккомадационный потенциал, может вызвать «перерождение» всего предыдущего экзистенциального опыта, изменив навсегда смысл и окраску мира и психологическую сущность человека.

Ценность «переживания мира» отмечалась многими видными отечественными и зарубежными психологами и философами (С.Л.Рубинштейн, Л.С.Выготским, У.Джеймсом, К.Ясперсом и др.). Отечественный философ Т. А. Кузьмина отмечает, что экзистенция – бытийная основа человека- то, что переживается здесь и сейчас (Кузьмина,2007). Единицей взаимоотношения внешнего и внутреннего плана человека Л.С. Выготский полагает *переживание.* Такого рода переживания Л.И Божович назвала *«внутренней позицией».* Именно эта внутренняя позиция обусловливает определенную структуру отношений.

Через переживания осуществляется связь между внешним и внутренним миром человека, между объективным и субъективным в человеческой реальности., между существованием человека («экзистенцией», «онтологической реальностью», «бытием») и его психологической сущностью (субъектностью, самостью, «внутренним Я»). Р.Д.Лэнг считает переживание первоосновой, самим существованием внутреннего мира, душой человека, а поведение – функцией переживания [80]. Переживание – точка соприкосновения внешнего и внутреннего мира, основа на которой человек формирует свою жизнь. Правильный подход к переживанию – это важное условие для экзистенции: для индивидуально формируемой, диалогически открытой жизни в мире [80].

Системный комплекс переживания и рефлексии, их диалектическое единство составляют психологический механизм, который способствует переработке, «перевариванию» впечатлений в структуры сознания, в структуры субъекта. Диалектическая пара «переживание-рефлексия» взаимодействует таким образом, что на начальной стадии доминирует переживание. Далее, с течением времени ситуация меняется: рефлексия на переживание впечатления постепенно «высушивает» переживание и субстанциональность субъекта «освобождается» для новых впечатлений. Рефлексивный компонент системного комплекса становится доминирующим на конечной стадии взаимодействия. Продуктом взаимодействия является появление новых структур сознания, субъекта, личности. Таким образом развиваются субъективные структуры, приобретается жизненный опыт. Причем, чем выше аккомодационный потенциал впечатления, тем выше его развивающий потенциал. Рефлексия имеющихся структур субъективного мира, их самопознание, сопоставление, оценка и переоценка формирует особые структуры, названные А.В.Брушлинским «духовные структуры», В.В.Знаковым «опыт второго порядка», «экзистенциальный опыт» (Брушлинский, 2003; Знаков, 2005). Благодаря данным структурам возможен выход субъекта за пределы обыденности, повседневности, ограниченного круга наличной жизненной ситуации.

Таким образом, переживание впечатлений происходит на двух уровнях: первичном, связанном с потоком сознания в повседневной жизни, с непосредственной жизнедеятельностью человека; и вторичном, метасистемном, связанным с переживанием собственного внутреннего мира. Эти два уровня находятся как в относительной автономности, когда осознание собственной самости идет параллельно повседневному проживанию, особенно если оно достаточно рутинное, без ярких событий, так и в тесной взаимосвязи, когда переживание внешних впечатлений обладает высоки эффектом аккомодации, изменяя саму метасистемную организацию субъекта, включая яркие и сильные процессы самопереживания.

Сопереживание и открытость сопереживанию другим позволяет идти процессу обмена экзистенциальным опытом и приобщаться к бытию и экзистенциальному опыту не только людей из ближайшего окружения, но и отдаленных в пространстве и времени [137].

Предполагается, что личностное время выступает как последовательный синтез психических времен: субъективно переживаемого или времени переживания, происходящего на подсознательном уровне; перцептуального времени – времени созерцаний и впечатлений, происходящего на частично осознаваемом уровне; функционального времени или времени действования, часто происходящего на подсознательном уровне; рефлексивного времени или времени размышлений, происходящего в сознаваемо-дискурсивной форме; и креативного времени или времени творения – озарения, вдохновения, происходящего на надсознательном уровне [64].

Переживание, по мнению Л.С.Выготского, отражает аффективный, субъективно и личностно значимый опыт, через который человек воспринимает себя и окружающее. Формирование такого опыта развивает и обогащает сознание, делает его более восприимчивым к окружающему миру. Переживание – это значимое содержание опыта в памяти, подчеркнутая непосредственность [44]. Человек проживает свою взрослость, переживает ее, а не обладает ею.

Категории субъективного измерения психики широко распространены и в отечественной психологии. В.Н.Мясищев измерение системы отношений рассматривал как важную составляющую для понимания происхождения личностных проблем. Взгляды на самого себя, на других людей, история развития отношений со значимыми «Другими» осознанные и измененные пациентом лежали в основе его этиопатогенетической психотерапии. В.Н.Мясищев посредством концепции «отношений», «внутриличностного противоречия» развивал понимание субъективного измерения психики [89].

Б.Ф.Ломов, анализируя психологический склад личности, отмечал, что ценностные ориентации, привязанности, симпатии, антипатии, интересы и другие характеристики, хотя и связаны с потребностями, мотивами и целями, но не сводятся к ним. Определяющим понятием для них является «субъективные отношения личности». Это понятие подразумевает не только и не столько объективную связь личности с ее окружением, но прежде всего ее субъективную позицию в этом окружении. «отношение» выражает здесь момент оценки, пристрастность личности, аффективно заряженные внутренние объекты. Автор отмечает близость понятия «субъективные отношения личности» к понятию «установка», «личностный смысл» и «аттитюд», являясь родовым по отношению к ним.

Понятие «установка раскрывает центральную модификацию личности (Д.Н.Узнадзе), подчеркивает интегральный характер субъектно-личностных отношений; «личностный смысл» - их связь с общественно-выработанными значениями (Леонтьев А.Н., Леонтьев Д.А.); «аттитюд» - их субъективность.

Система субъективно-личностных отношений имеет многомерный, многоуровневый и динамический характер, создавая «субъективное пространство». Субъективное пространство заполнено «радиусами значимых отношений» (Э.Эриксон). Смещение субъективных отношений личности относительно тех общественных отношений, в которые она включена объективно, свидетельствует об автономии субъективного.

Субъективные отношения адаптируются к изменениям объективного положения личности. При затруднении адаптации возникает «внутренний разлад», трудности в овладении новой социальной функцией.

Субъективные отношения развиваются в процессе накопления и интеграции жизненного опыта личности, они характеризуют жизненную позицию личности, формируя специфические образования (система предпочтений, мнений, вкусов, интересов). Ломов Б.Ф. разводит понятия субъективность и субъективизм. Субъективность, адекватная прогрессивным тенденциям развития, способствует конструированию отношений с людьми и миром. Субъективизм на личностном уровне проявляется в форме предрассудков, предвзятости, ригидности, препятствуя нормальному развитию.

В качестве интегрального свойства личности, субъективные отношения выражаются в эмоциональном тоне психических процессов, в процессах выбора и принятия решений. На основе развития субъективных отношений создается система образов, в которых с позиций данной личности, т.е. субъективно и пристрастно, репрезентируются различные стороны действительности, в которой она живет (образ других людей, общества, природы, себя и т.д.[79].

Понятие взрослости (зрелости) в первую очередь соотносят с исследованием экзистенциального отношения человека к собственной жизни: не столько к себе самому, к своему Я, сколько к более широкому контексту своего осуществления жизни, возможности повлиять на мир и изменить его, вписывая себя в многомерный социокультурный опыт, в универсум, в космос.

В.И.Ковалев вводит понятие трансспектива. Временная и пространственная трансспектива – это и субъективно данное в самосознании образование, и особый психологический механизм. Ключевыми понятиями, раскрывающими суть трансспективы являются «чувственно-мысленый образ», а также «субъективно-ценностное обобщение и отношение» личности к жизни, возникающее в ходе жизнедеятельности [64].

Зрелая субъективная взрослость предполагает принятие своей жизни такой, какая она есть, так как она сделана по собственному усмотрению. Просчеты, неудачный опыт, ошибки, как необходимые составляющие движения к успеху. Страдания, как очищение «внутреннего контейнера» для новых впечатлений. Отсутствие деления на «эмоцио» и «рацио» дает переживание себя полным сил и возможностей, а жизни как потока, дающего уникальное переживание в каждое данное мгновение. Заполненность жизни интересами, хобби, нереализованными «детскими» желаниями и мечтаниями открывает новые личностные ресурсы, что создает ощущение стабильности, платоподобности[94].

Взрослость ставит задачи, связанные с текущим временем, самореализацией здесь и теперь [47].

Доминирование самости проявляет себя в возможностях самоизменений, самостимуляции интереса к жизни, через нахождение интереса в самом себе, в своем восприятии жизни, в своей картине мира.

Взрослого интересует жизнь само по себе, появляется индивидуальный вкус к жизни, благоговение перед ее неисчерпаемостью. Радость жизни формирует экзистенциальное отношение к смерти, умиранию. Опыт экзистенциальных переживаний через осмысление ценностей, обобщение, проверку собственной практикой можно назвать, вслед за Е. Е. Сапоговой , экзистенциальной компетентностью – внутренней установкой на то, что есть силы и средства справиться с любой проблемой, которую поставит жизнь, отсутствие страха и беспомощности перед жизнью [120].

Субъективное время и пространство становятся более структурированными. Определяются значимые объекты пространства и целостный охват времени жизни, отчетливую границу приобретает «линия горизонта», субъективно осмысляемая как длительность собственной жизни, сближаются прошлое, настоящее и будущее, появляется возможность «скользить» по временным интервалам, не регрессируя, а используя потенциал накопленных знаний, жизненный опыт, профессиональную и житейскую компетентность.

Субъективность взрослости проявляется и в «доминирующем основном складе», афористически определяемом Б.Ливехуд как «тональность, в которой пишется личная биография». Речь идет о типе личности, как субъекте жизни, проживающим жизнь определенным образом, переживаемым как истинный, ценностный, осмысленный и приносящий удовлетворение от жизни: тип исследователя, мыслящий, организующий, заботящийся, реформирующий, охраняющий, творческий [77].

В. Штерн говорит об объективном и субъективном типах. В частности он пишет: «Отношение субъекта к объекту проявляется в самых различных психических функциях – в восприятии и взятии на заметку, в суждении и оценке, в желаниях и поступках, - повсюду, где возможно (по крайней мере, теоретически), преобладание объективного и преобладание субъективного моментов типично различаются» [154,с.141].

Н.Л.Нагибина различает субъектцентрированность и объектцентрированность рационалов и иррационалов, ориентированных на Я и на Мир [90].

Е.Е.Сапогова рассматривает кризис взрослости как неразрешенность противоречий в системах "Я–не Я (Мир)", "Я–Другой (Ты, Он, Они)", "Я–Моё", "Я–Я". Определяя область противоречий «Я-Мое», автор отмечает, это «… всегда отношение субъектно-объектное: превращая определенную совокупность своих свойств в объект познания, индивид рассматривает их как бы со стороны и стремится овладеть ими так же, как он овладевает прочими вещами. Взрослому человеку важно понимать самого себя, дифференцированно различать переживания, протекающие во внутреннем плане сознания, "отлавливать" и точно вербализовать свои мысли и чувства, знать себя во всевозможных проявлениях и в известном смысле предсказывать самого себя» [120].

Проблемность субъективного мира выражается в «навешивании» на другого проекций собственного внутреннего мира. В таком случае, другой воспринимается как продолжение «внутреннего объекта». Отношения же выступают как отыгрывание незавершенных отношений с «внутренним объектом» [94].

По мнению В.И.Слободчикова, такие символы человеческой реальности, как «внутренний мир», «субъективность», «самость», «внутреннее Я», «собственно человеческое в человеке», являясь подлинным ключом в поиске оснований духовного становления человека [125].

Оси субъективной взрослости, выявленные аналитически:

-истинная-ложная;

-зрелая-инфантильная;

-продуктивная –непродуктивная;

-внешняя-внутренняя;

-аутентичная-идентичная.

Таким образом, субъективная взрослость – это самоопределение собственной человеческой сущности, переживание самого себя как субъекта отношений с внутренними объектами, субъекта состояния взрослости.

Субъективное состояние взрослости – аффективно-когнитивный динамический комплекс, включающий образы, переживания, отношения и символизацию собственной взрослости.

**Глава 2. Эмпирическое исследование субъекта состояния взрослости**

**2.1. Комплекс компонентов субъективного состояния взрослости**

В первой главе было отмечено, что понятие субъективной взрослости было введено Д.Б.Элькониным. Субъективная взрослость или чувство взрослости исследовались относительно подросткового и характеризовались отношением к себе как ко взрослому. Основными показателями чувства взрослости служат:

-проявления потребности в уважении, доверии, признании самостоятельности;

- желание оградить некоторые сферы своей жизни от вмешательства других;

- наличие собственной линии поведения, несмотря на несогласие других [159].

Субъективная взрослость фрагментарна в подростковом возрасте. Она то появляется, заявляет о себе, то «проваливается» в детскость. В юношеском возрасте она проявляет себя как нестабильное, неустойчивое состояние.

Зрелая субъективная взрослость появляется в период средней взрослости (около 40 лет), предполагает самостоятельность, защищенность, интернальность (внутренний контроль), принятие своей жизни такой, какая она есть, так как она сделана по собственному усмотрению. Разработка понятий «субъективная взрослость», «состояние взрослости», «субъект состояния взрослости» структурирует знания о субъективной реальности.

Потребность в психологическом структурировании субъективной реальности взрослых диктуется и наукой и практикой. Так, В.И.Ковалев вводит понятие трансспектива. Временная и пространственная трансспектива – это и субъективно данное в самосознании образование, и особый психологический механизм. Ключевыми понятиями, раскрывающими суть трансспективы являются «чувственно-мысленый образ», а также «субъективно-ценностное обобщение и отношение» личности к жизни, возникающее в ходе жизнедеятельности [64].

Популярными в современной отечественной психологии являются исследования субъекта. Субъект обладает возможностью как бытия в ситуации, так и возможностью познания себя в этой ситуации, самопознания. Самопознание дает материал для развития внутренних объектов. Внутренний объект в том случае присутствует, если субъект имеет возможность владения им, интернального контроля над ним, воздействия на него. Владение собственными эмоциями, внутренними образами родителей, имаго родителей, владение ситуацией дает возможность существования субъекта. Расширение границ владений создает перспективу владения собой, а там где есть владение, там «Я сам» становится объектом. Субъект подвигается, выделяет из себя внутренние объекты и делает это до тех пор пока внутренний мир не будет обустроен, сконструирован достаточно удовлетворяющим субъекта образом для того чтобы добраться до своей самости, являющейся субъектом человечества, космическим субъектом, субъектом вселенским, а с точки зрения самостного подхода дающей возможность отделиться, сепарироваться от собственного эго в пользу растворения в божественном, космическом, вселенском континууме.

Анализ экспликаций понятия психологическая взрослость, наводит на мысль об актуальности конвергенции понятий взрослость и субъект. Субъект взрослости – самодеятельный человек, самостоятельно определяющий и защищающий границы, ставящий цели, планирующий, контролирующий и осуществляющий собственную жизнедеятельность и самого себя.

Психологическая взрослость рассматривается через образы взрослости, чувство (переживания) взрослости, взрослые отношения и символы взрослости.

Таким образом, субъективная взрослость – осознание себя взрослым. Субъективная взрослость – это самоопределение собственной человеческой сущности, переживание самого себя как субъекта отношений с внутренними объектами, субъекта состояния взрослости. Состояние взрослости представляет собой аффективно-когнитивный комплекс, включающий образы, переживания, отношения символы собственной взрослости.

И.Г.Петров, анализируя понятие «субъект состояний» и субъективное состояние, отмечает, изменчивость состояний, их непрерывность, поступательный, необратимый ход, затрудненность объективного наблюдения. Состояние вроде бы перед нами и непосредственно дано нам, но почему-то убеждения, сознание сплошь и рядом не аутентичны изменившемуся состоянию. Состояние «меня самого, какой я есть» находится под давлением «моего второго Я», которое тут же рядом, как бы со стороны наблюдая за мной, так или иначе подсказывает, как оценить мое состояние. Субъект непосредственно зависит не от внутренней и внешней среды, интроецированной или навязываемой системы требований и отношений, а от самого себя и от второго Я, которое в диалоговом или монологическом режиме отношений со мной (каким я есть) принимает решения [102]. Субъект взрослости не может состояться только в качестве социальной надстройки. Существенным звеном является реализация врожденного своеобразия, идеальных образов взрослости, жизненной стойкости, принятия своей индивидуальной сущности, адаптированности и свободы выбора, дифференциации собственного Я (эго) и состояния взрослости.

Состояние взрослости (состоявшийся взрослый), мы рассматриваем как потенциально активный компонент психики, интегрирующий образ, переживание, отношения, символы субъекта взрослости. Становление состояния взрослости основано на переживаниях взрослости, значимых отношениях с другими взрослыми, социальных нормах взрослости, субъективных смыслах, ориентированных на самоосуществление. Реализация состояния взрослости в настоящем связывает прошлое и будущее. Становление взрослости связано с адаптацией, сепарацией, индивидуацией. В состоянии взрослости персонифицируется продуктивность, генеративность, аутентичность, оно опирается на физическую и психическую зрелость, жизненную мощь сознания и бессознательного, целостность своей природы. Активация этого состояния переживается как самоосуществление во внешней и внутренней реальности.

*Структура состояния взрослости*

В соответствии с комплексной гипотезой о структуре состояния взрослости был проведен корреляционный анализ. В исходную матрицу для обработки данных были включены компоненты состояния взрослости, полученные в результате пилотажного исследования случайной выборки взрослых (средний возраст 40,1лет). В пилотажном исследовании приняли участие 21человек, преподаватели и сотрудники Новомосковского филиала университета Российской Академии образования, психологи, сотрудники различных предприятий города и района, студенты старших курсов, обучающиеся заочно. Для эмпирического исследования состояния взрослости был применен авторский опросник №1, направленный на интерпретацию собственной взрослости (Приложение 1). Респондентам предлагалось дать как можно больше интерпретаций собственной взрослости, возможно сравнив ее с невзрослостью, в позитивном или негативном вариантах, проявляющихся в отношениях с людьми, в быту, во внутреннем мире. Каждую интерпретацию предлагалось разместить в новой строке. Респондент мог отвечать так, как хочется, фиксировать все, что приходит в голову, поскольку в этом задании не было правильных и неправильных ответов. Если возник эмоциональный отклик в ходе ответа, то предлагалось описать его в соответствующей колонке.

В соответствии с дополнительной инструкцией респондентам предлагалось пронумеровать слева каждый свой ответ. Далее оценить каждый ответ по четырехзначной системе:

+ - знак «плюс», если вам лично нравится, что это так есть;

- - знак «минус», если в целом это вам не нравится;

+ - знак «плюс-минус», если это вам нравится и не нравится одновременно;

? – знак «вопрос», если у вас нет определенной оценки рассматриваемого ответа.

В опроснике предполагалось задействовать как сознательную вербализацию представлений о взрослости, так и бессознательные, невербализованные ощущения, символически выраженные в оценке.

Качественный и количественный анализ данных позволил выделить закономерности представленности субъективной взрослости в обыденном сознании взрослых. Взрослость представляет собой сложный комплекс, включающий представление о субъективной (собственной) взрослости и динамическую составляющую, побуждающую к реализации представлений в действиях. Представление о взрослости проецируется в реальные ситуации, трансформируется и развивается в них. Реализация взрослости ориентирована на сложную децентрацию, полимотивированность, амбивалентность переживаний, расширение пространства объектов взрослости, автономию от позиции значимого другого, развитие широкого круга отношений взрослого мира и, в конечном итоге, символическое представление пространства взрослости, пространства встречи с собой, с собственной взрослостью.

Исследование описания субъективной взрослости позволило выявить содержательные характеристики. Обобщенную структуру описания субъективной взрослости на уровне обыденного сознания можно представить следующим образом:

Таблица 1

Сводная таблица промежуточных результатов

описания показателей субъективной взрослости

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| №п/п | Показатели | Кол-во (в процентах) |
| 1 | Личностные черты | 40,2 |
| 2 | Ситуации | 10,8 |
| 3 | Семья и дети | 18,6 |
| 4 | Когнитивный потенциал | 9,8 |
| 5 | Социально-экономические показатели | 6,9 |
| 6 | Повседневная жизнь | 5,9 |
| 7 | Свобода | 4,9 |
| 8 | Досуг | 2,9 |

Личностные черты являются ведущим составляющим в образе взрослости. На них приходится 40,2% от всего числа указанных содержательных характеристик. Среди личностных черт доминирует самостоятельность. На нее приходится 29,3% повторов от всего количества личностных черт. Самостоятельность ценится как таковая, в чистом виде, а также конкретизируется в области принятия решений и возможности удовлетворения своих потребностей и желаний, интерпретируется также как попытка самостоятельности. На втором месте среди личностных черт находится ответственность, на нее приходится 19,5% от общего числа личностных черт взрослости. Ответственность конкретизируется как ответственность за себя, и близких, за родственников и друзей, а также как полная ответственность за все свои действия. Среди повторяющихся личностных черт взрослости можно отметить также уверенность в себе - 4,9%. Респонденты обозначают также индивидуально встречающиеся личностные черты, причем среди них можно выделить как позитивные, так и негативные, что свидетельствует о реалистичной оценке собственной взрослости. Это следующие личностные черты: заботливость, мудрость, твердость, щедрость, терпеливость, зависимость, нерешительность, подчиняемость, тревожность и др. Больше половины личностных черт (68,8%) оцениваются положительно, отрицательные и двойственные оценки имеют по 15,6% личностных черт. Самостоятельность, как доминирующая черта вызывает как положительный эмоциональный отклик: нравится, радость; так и отрицательный: боязнь. Ответственность вызывает положительный эмоциональный отклик («отлично» «радость»), нейтральный ( «по мере возможности», «среднее»), отрицательный («тревога»). Отрицательные эмоции : печаль, раздражение испытывают респонденты по поводу зависимости, нерешительности, подчинения.

Собственная(субъективная) взрослость описывается через ситуацию в 10,8% случаев. Описываемые ситуации весьма разнообразны. В них отражаются как внутренние, так и внешние факторы взрослости, в частности собственная взрослость ассоциируется с возможностью управлять желаниями, уметь ограничивать себя, разрешать противоречия и трудности, привлекать внимание к себе, вызывать доверие, заботиться о близких, защищать собственные принципы и жизненные ценности, а также ситуации внешнего контроля, вызывающие как согласие, так и раздражение и скорее злобный смех. Положительный знак имеют 72,7% ситуаций, отрицательный – 18,2%, двойственный – 9,1%. Эмоционально окрашены 60% описанных ситуаций, при этом количество положительных и отрицательных эмоций разделилось поровну.

Имеет исключительно положительное значение и вызывает положительные эмоции у 18,6% респондентов ассоциация взрослости с семьей и детьми. Это обозначается как ответственность за себя и близких, забота о тех, кто зависит от тебя, как проживание собственной жизни, ослабление опеки родителей, забота о детях, активное участие в жизни близких и родственников, ответственность за них.

Немаловажное значение в образе собственной взрослости респондентов составляет когнитивный потенциал 9,8% от всех высказываний. Сюда входят: глубокое познание мира, многознание, высокая аналитика, способность видеть мир с разных сторон, умение слушать, анализировать, осознание, восприятие, трезвость, объективность оценок, опыт и даже склонность к философским обобщениям. Эта составляющая не окрашена эмоционально, но имеет положительное значение в 90% случаев, амбивалентное в 10% случаев.

Работа, дело, деньги, финансовое, материальное благополучие, положение в обществе, в целом социально-экономические показатели значимо для образа взрослости в 6,9% случаев. Знак этого состояния противоречивый. В нем в равной степени присутствую как положительные, так и отрицательные, и двойственные показатели. Эмоциональная окраска этой составляющей также противоречива.

Осознание жизненной стратегии, своей роли в жизни, представление о направленности жизни, образе жизни, собственное отношение к жизни, миру, людям, осознание своих интересов, составляют 5,9% образа собственной взрослости, при этом 66,7% эмоций – радость, 83,3% отмечают положительное значение этой составляющей.

Свобода выбора, свобода личности, возможность выбирать свой жизненный путь, расширение круга возможностей отмечена 4,9% респондентов. Отношение к свободе исключительно положительное, она нравится респондентам.

Общение, интересы, игры и друзья составляют 2,9% в образе субъективной взрослости. Скорее всего они представляют собой пограничные, переходные к другим внутренним объектам составляющие.

Полученные данные соответствуют традиционным представлениям о взрослости на уровне обыденного сознания, представляя собой недифференцированный конгломерат, состоящий из личностных черт, ситуаций, описания состояний социальной, экономической, повседневной жизни, ценностей.

Для достижения целей нашего исследования требовался более детальный анализ, позволяющий вычленить структурные блоки субъективной взрослости, имеющие как теоретическое, так и практическое значение, в частности, в рамках субъект-субъектных отношений психолога и клиента.

На основе теоретического анализа, бесед с практикующими психологами, данных контент-анализа, полученных с помощью опросника №1 была выдвинута гипотеза о структуре состояния взрослости.

Состояние взрослости – это потенциально активный, динамично изменяющийся компонент психики, интегрирующий собственные образы, переживания, отношения и символы взрослости, включенный в структуру субъекта взрослости.

Образ взрослости – субъективная визуализация представлений о взрослости, включающая самого субъекта, других людей, пространственное окружение, временную последовательность событий, обусловленная как чувственно воспринимаемыми признаками, так и гипотетическими конструктами взрослости.

Переживание взрослости – эмоционально окрашенное восприятие взрослости, как явления, непосредственно представленного в сознании, выступающего как реальность собственной жизни, определяющая жизненные выборы.

Отношения взрослости – связи, возникающие между людьми, сообществами в процессе деятельности и общения взрослого, характер и форма обращения с чем-либо, взгляды, мнения по поводу взрослости.

Символы взрослости – это условные обозначения понятия, явления, идеи взрослости, связанные с образной структурой, отличающееся неисчерпаемой многозначностью своего содержания.

По результатам диагностики обыденных представлений о взрослости с помощью контент-анализа были выделены промежуточные переменные, соответствующие единицам анализа. Данные контент анализа субъективного образа взрослости представлены в таблице 2.

Таблица 2

Промежуточные результаты опросника по компоненте субъективный образ взрослости

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Фрагмент образа взрослости | Кол-во повторов (в процентах от общего числа) |
| 1 | Собственно Я | 10,6 |
| 2 | Самостоятельность | 5,3 |
| 3 | Жизнь | 3,8 |
| 4 | Ответственность | 3 |
| 5 | Опыт, знание, умение, восприятие, осознание | 6,8 |
| 6 | Желания, потребности, возможности | 6,1 |
| 7 | Семья, дети, | 3 |
| 8 | Родители, родные, родственники, близкие | 3 |
| 9 | Социум, окружающие, люди, роль | 3,8 |
| 10 | Работа, дело, финансы, положение | 3,8 |
| 11 | Значимость, ценность. оценка | 1,9 |
| 12 | Мир, окружение | 1,5 |
| Всего | | 52,6 |

Образ субъективной взрослости включает в себя фрагменты, представляющие собственно себя, самостоятельность, ответсвенность, жизнь; опыт, знания, умения, способности, осознанность, развитие, учебу, общение, игру; желания, потребности, возможности; семью, детей, близких, родственников; социум, людей, друзей; значимость, ценность, оценку; работу, дело, финансы, решения; мир, окружение. На описание образа взрослости приходится 52,6% информации.

Анализ переживания субъективной взрослости представлен в таблице 3

Таблица 3

Промежуточные результаты опросника по компоненте переживания субъективной взрослости

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Фрагмент переживания взрослости | Кол-во повторов (в процентах от общего числа) |
| 1 | Больше, много, полно | 1,9 |
| 2 | Четко | 1,5 |
| 3 | Обобщенно, философски, глубоко, мудро | 1,1 |
| 4 | Меньше | 1,1 |
| 5 | Вовремя | 0,8 |
| 6 | Высокий | 0,8 |
| 7 | Необходимо | 0,8 |
| 8 | По-другому | 0,8 |
| 9 | Грустно | 0,8 |
| 10 | Серьезно | 0,8 |
| 11 | Объективно | 0,4 |
| 12 | Активно | 0,4 |
| 13 | Радостно | 0,4 |
| 14 | Излишне | 0,4 |
| 15 | Наоборот | 0,4 |
| Всего | | 12,4 |

Переживания субъективной взрослости не столь многообразны как образы, занимают 12,4% от общего количества использованных испытуемыми слов. Взрослость переживается как наполненная, большая, четкая, объективная, обобщенная мудростью и философствованием, высокая и глубокая, серьезная, радостная и грустная. Временная составляющая переживается как необходимость, реализуемая вовремя. Взрослость активна, порою грешит излишеством. Переживание взрослости фиксирует ее противоречивость и разнонаправленность.

Анализ отношений субъективной взрослости представлен в таблице 4.

Таблица 4

Промежуточные результаты опросника по компоненте отношений субъективной взрослости

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Фрагмент отношений взрослости | Кол-во повторов (в процентах от общего числа) |
| 1 | Заботиться, помогать, опекать | 2,9 |
| 2 | Ограничивать, разграничивать | 2,5 |
| 3 | Управлять, распоряжаться, | 2,1 |
| 4 | Контролировать, | 2,1 |
| 5 | Организовывать | 1,3 |
| 6 | Зависеть | 1,1 |
| 7 | Создавать, проявляться, представлять | 1,1 |
| 8 | Удовлетворять | 0,8 |
| 9 | Знать, анализировать | 0,8 |
| 10 | Осознавать | 0,8 |
| 11 | Чувствовать | 0,8 |
| 12 | Воздействовать | 0,8 |
| 13 | Жить | 0,4 |
| 14 | Выбирать | 0,4 |
| 15 | Находить | 0,4 |
| 16 | Принимать | 0,4 |
| 17 | Давать | 0,4 |
| 18 | Участвовать | 0,4 |
| 19 | Доверять | 0,4 |
| Всего | | 19,9 |

Отношения, связанные со взрослостью зафиксированы в 19,9% случаев. Это заботящиеся, ограничивающие, управляющие и контролирующие, созидающие, зависимые, презентующие и др.отношения. Взрослый вступает также в отношения связанные с удовлетворением потребностей и желаний, с жизненным выбором, поиском, принятием, отдачей, участием, доверием и др..

Анализ символов субъективной взрослости представлен в таблице 5.

Таблица 5

Промежуточные результаты опросника по компоненте символов субъективной взрослости

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Фрагмент символа взрослости | Кол-во повторов (в процентах от общего числа) |
| 1 | Свобода | 1,5 |
| 2 | Уверенность | 1,5 |
| 3 | Защита | 1,1 |
| 4 | Круг | 1,1 |
| 5 | Совет | 1,1 |
| 6 | Выбор | 0,8 |
| 7 | Продуктивность | 0,4 |
| 8 | Попытка | 0,4 |
| 9 | Контроль | 0,4 |
| 10 | Интерес | 0,4 |
| 11 | Трезвость | 0,4 |
| 12 | Зрелость | 0,4 |
| 13 | Реализация, самореализация | 0,4 |
| 14 | Развитие, саморазвитие | 0,4 |
| 15 | Аналитика | 0,4 |
| 16 | Принятие | 0,4 |
| 17 | Трудность | 0,4 |
| 18 | Противоречие | 0,4 |
| 19 | Благоразумие | 0,4 |
| 20 | Благополучие | 0,4 |
| 21 | Щедрость | 0,4 |
| 22 | Терпеливость | 0,4 |
| 23 | Твердость | 0,4 |
| 24 | Тревожность | 0,4 |
| 25 | Подчинение | 0,4 |
| 26 | Серьезность | 0,4 |
| 27 | Организованность | 0,4 |
| Всего | | 15,1 |

Символы, связанные со взрослостью весьма разнообразны, зафиксированы в 15,1% случаев. Взрослость символизируют свобода, уверенность, защита, выбор, продуктивность, контроль, серьезность, организованность и др.

**2.2. Анализ результатов исследования состояния взрослости**

Результатом пилотажного исследования явилась авторская методика «Рельеф субъективного состояния взрослости». Методика построена на основе структуры методики «Рельеф психического состояния» А.О. Прохорова [101]. Методика направлена на изучение основных сторон субъективного состояния взрослости: образов взрослости, переживаний взрослости, отношений взрослости и символизаций взрослости. Субъективное состояние взрослости оценивалось со стороны его компонентов, их интенсивности и изменений.

Опросник представлен перечнем признаков структуры субъективного состояния взрослости и содержит 40 основных характеристик, разделенных на четыре блока: образы взрослости – 10 показателей, переживания взрослости – 10 показателей, отношения взрослости – 10 показателей, символы взрослости – 10 показателей.

В основном исследовании приняли участие 110 человек, бакалавры, магистры, обучающиеся очно и заочно, преподаватели и сотрудники Новомосковского филиала университета Российской Академии образования, сотрудники различных предприятий города и района. Возраст испытуемых от 20 до 60 лет.

Исследование проводилось как индивидуально, так и с небольшими группами респондентов.

Инструкция: «Дайте оценку показателям Вашего состояния взрослости по данному опроснику. Для этого обведите кружочком цифру, которая, на Ваш взгляд, отражает уровень проявления данной характеристики состояния: 5 – максимальная выраженность данного показателя, 4 – уровень выше среднего, 3 – средний, 2 – ниже среднего, 1 – низкий уровень, 0 – обычная, неизмененная характеристика данного показателя. Слева в строке опросника один полюс, а справа – противоположный полюс данного показателя. Вы должны осуществить выбор. Помните, что в ряду может быть только одна оценка, а также что нет ни хороших, ни плохих ответов».

После заполнения бланка опросника проводился подсчет набранных испытуемым баллов. Первичные результаты переводятся в единую одиннадцатибалльную шкалу. Оценки -5,-4,-3,-2,-1, 0, 1, 2, 3, 4, 5 будут выглядеть следующим образом: 1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11 соответственно.

Внешний вид опросника №2 представлен в таблице 6

Таблица 6

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Методика «Рельеф субъективного состояния взрослости»Пароль\_\_\_\_\_\_\_\_\_Пол\_\_\_\_\_ Возраст\_\_\_\_\_\_ Образование\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Дата заполнения \_\_\_20 Инструкция. «Дайте оценку показателям Вашего состояния взрослости по данному опроснику. Для этого обведите кружочком цифру, которая, на Ваш взгляд, отражает уровень проявления данной характеристики состояния: 5 – максимальная выраженность данного показателя, 4 – уровень выше среднего, 3 – средний, 2 – ниже среднего, 1 – низкий уровень, 0 – обычная, неизмененная характеристика данного показателя. Слева в строке опросника один полюс, а справа – противоположный полюс данного показателя. Вы должны осуществить выбор. Помните, что в ряду может быть только одна оценка, а также что нет ни хороших, ни плохих ответов».  **Образы взрослости** | | |
| **1. Собственно Я** | | |
|  | |  |
| Трудность осознания себя | | Четкость, ясность легкость осознания себя |
| -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 | | |
| **2. Самостоятельность** | | |
| Несамостоятельность | | Самостоятельность |
| -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 | | |
| **3. Жизнь** | | |
| Трудность возникновения общего взгляда на жизнь | | Четкость, ясность представлений о направленности жизни, своем предназначении |
| -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 | | |
| **4. Ответственность** | | |
| Трудность в понимании, неприятие ответственности | | Четкость, ясность представлений об ответственности |
| -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 | | |
| **5. Семья** | | |
| Трудность представления себя семейным человеком | | Четкое представление себя в кругу семьи, детей, родственников |
| -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 | | |
| **6. Опыт, знание, умение, восприятие, осознание** | | |
| Трудность представлений об опыте, нет жизненного опыта, нет доверия к собственному восприятию, осознанию | | Опора на свой жизненный опыт, знания, умения, доверие к собственному восприятию, осознанию |
| -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 | | |
| **7** **Желания, потребности, возможности** | | |
| Размытость, нечеткость, недопустимость к осознанию желаний, потребностей, возможностей | | Четкость, ясность представлений о желаниях, потребностях, возможностях |
| -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 | | |
| **8. Сообщества людей** | | |
| Размытое представление о сообществах людей, чувство тревоги, протест против социальных требований | | Осознанное представление о социальном сообществе, нормах, ценностях, ролях, контактах с другими людьми |
| -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 | | |
| **9. Работа, дело, финансы, положение** | | |
| Трудно представить себя работающим, слабость, чувство неуверенности, лень | | Четкое представление о работе, деле , финансовом и социальном положении |
| -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 | | |
| **10. Мир** | | |
| Размытое представление об окружающем мире | | Осознанный взгляд на мир, на природу |
| -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 | | |
| **Переживание взрослости** | | |
| **11. Удовлетворенность** | | |
| Неудовлетворенность собственной взрослостью | | Удовлетворенность собственной взрослостью, положительное переживание |
| -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 | | |
| **12. Тревога, страх** | | |
| Значительная тревога, страх перед взрослостью | | Умеренная тревога, адекватная проблемам взрослости |
| -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 | | |
| **13. Агрессия** | | |
| Агрессия, злость на требование быть взрослым | | Умеренная агрессия, адекватная проблемам взрослости |
| -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 | | |
| **14. Подчинение** | | |
| Протест против необходимости подчиняться | | Переживание подчинения как неизбежности взрослости. |
| -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 | | |
| **15. Четкость** | | |
| Беспокойство по поводу необходимости четкости формулировок, позиций | | Четкость формулировок |
| -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 | | |
| **16.Необходимость** | | |
| Беспокойство по поводу необходимости | | Готовность принять необходимость |
| -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 | | |
| **17. Радость** | | |
| При мысли о взрослости переживание разочарования, печали | | При мысли о взрослости переживание радости |
| -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 | | |
| **18. Другое, по-другому** | | |
| Непонятность других | | Принятие другого, непохожего |
| -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 | | |
| **19. Активность** | | |
| Лучше подождать, пока все устроится само собой | | Активность дает шанс добиться успеха |
| -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 | | |
| **20. Высота, глубина, полнота** | | |
| Переживания вредны | | Предпочитаю сильные, глубокие переживания |
| -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 | | |
| **Отношения взрослости** | | |
|  | | |
| **21. Заботиться, помогать, опекать, удовлетворять** | | |
| Отрицательно Положительно | | |
| -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 | | |
| **22. Ограничивать, разграничивать** | | |
| Отрицательно Положительно | | |
| -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 | | |
| **23. Управлять,распоряжаться, контролировать ,организовывать** | | |
| Отрицательно Положительно | | |
| -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 | | |
|  | | |
| **24. Зависеть** | | |
| Отрицательно Положительно | | |
| -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 | | |
| **25. Создавать, проявляться, представлять, искать** | | |
| Отрицательно Положительно | | |
| -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 | | |
| **26. Давать, отдавать** | | |
| Отрицательно Положительно | | |
| -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 | | |
| **27. Анализировать, чувствовать, осознавать** | | |
| Отрицательно Положительно | | |
| -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 | | |
| **28. Принимать, брать** | | |
| Отрицательно Положительно | | |
| -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 | | |
| **29. Участвовать** | | |
| Отрицательно Положительно | | |
| -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 | | |
| **30. Доверять** | | |
| Отрицательно Положительно | | |
| -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 | | |
| **Символическое пространство взрослости** | | |
|  | | |
| **31. Свобода** | | |
| Не принимаю Принимаю | | |
| -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 | | |
| **32. Защита** | | |
| Не принимаю Принимаю | | |
| -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 | | |
| **33.Выбор** | | |
| Не принимаю Принимаю | | |
| -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 | | |
| **34. Продуктивность** | | |
| Не принимаю Принимаю | | |
| -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 | | |
| **35. Зрелость** | | |
| Не принимаю Принимаю | | |
| -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 | | |
| **36. Развитие, саморазвитие** | | |
| Не принимаю Принимаю | | |
| -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 | | |
| **37. Трудности, противоречия** | | |
| Не принимаю Принимаю | | |
| -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 | | |
| **38. Терпение** | | |
| Не принимаю Принимаю | | |
| -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 | | |
| **39. Серьезность** | | |
| Не принимаю Принимаю | | |
| -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 | | |
| **40. Самость** | | |
| Не принимаю Принимаю | | |
| -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 | | |

Спасибо за участие!

Расшифровка шкал опросника представлена в таблице 7.

Таблица 7.

Расшифровка шкал опросника №2

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| №  п/п | Качество | Расшифровка |
| 1 | Собственно Я | Представление о себе, образ своего Я, осознание себя, относительно устойчивая, не всегда осознаваемая, переживаемая как неповторимая система знаний о самом себе |
| 2 | Самостоятельность | Представление о своем существовании отдельно, независимо от других, обладании инициативой, способностью к решительным действиям, совершаемым собственными силами, без посторонних влияний, без чужой помощи. Образ самостоятельности включает в себя независимость, решительность, инициативность. |
| 3 | Жизнь | Представление о сущности собственной жизни, о направленности жизни, своем предназначении, авторстве собственной жизни |
| 4 | Ответственность | Представление об осознании совершения собой выбора, предвидении и принятии последствий этого выбора. |
| 5 | Семья | Образ семьи - это отражение знаний о семье о взаимоотношениях в собственной семье, особенностях межличностных отношений, семейных ценностей, традициях, семейных праздниках, буднях, деятельности и т.д. |
| 6 | Опыт, знание, умение, восприятие, осознание | Представление об опыте, знаниях, умениях, восприятии, осознании, являющихся результатом деятельсности, проверенных на практике, опробированных |
| 7 | Желания, потребности, возможности | Представление о своих влечениях, стремлении к осуществлению чего-либо, к обладанию, о том, без чего невозможно обойтись, в чем есть потребность, для реализации чего есть возможность |
| 8 | Сообщества людей | Представление о субъективно значимых объединениях людей, занимающихся одним общим делом, имеющих общие интересы и вкусы, жизненные принципы, общую деятельность, способных оказать помощь, создать психологический комфорт |
| 9 | Работа, дело, финансы, положение | Представление о желаемой работе или о собственном деле ,удовлетворяющем финансовом и социальном положении |
| 10 | Мир | Картина мира, целостная, многоуровневая система [представлений](http://optimalist.by.ru/lit/psy_enc/txt/p79.shtm) человека о мире, других людях, о себе и своей [деятельности](http://optimalist.by.ru/lit/psy_enc/txt/d25.shtm) |
| 11 | Удовлетворенность | Эмоциональное переживания степени удовлетворенности потребностей субъекта, интегрированная оценка успешности и адаптированности к имеющимся жизненным условиям |
| 12 | Тревога, страх | Переживание сильных, негативных аффектов, тревоги, напряженности, чувства опасности и неудачи в будущем; страх- чувство смятения реакция на существующую опасность или на чрезвычайные обстоятельства, угрожающие жизни. |
| 13 | Агрессия | Переживание активных форм выражения гнева, которое проявляется через причинение ущерба человеку или предмету, причинение боли, страдания, вреда. |
| 14 | Подчинение | Вынужденный или оправдываемый обстоятельствами отказ от собственных волевых установок, следование указаниям извне |
| 15 | Четкость | Ясность, четкость переживания эмоций, осознание их субъективной ценности, |
| 16 | Необходимость | Переживание неизбежности событий, происходящих в реальном мире, онтологической закономерности [отношений](http://dic.academic.ru/dic.nsf/enc_philosophy/889) когда одно [событие](http://dic.academic.ru/dic.nsf/enc_philosophy/1112) неизбежно вызывает, обусловливает или определяет другое событие. |
| 17 | Радость | Переживание одной из основных положительных эмоций человека, внутреннее чувство удовлетворения, удовольствия и счастья. |
| 18 | Другое, по-другому | Переживание особенности, инаковости, своеобразия, непохожести, отличия, отдельности от чего-либо |
| 19 | Активность | Переживание активности идущей из содержащегося в себе источник своего собственного движения, воспроизводимого в ходе самого движения, воспроизведение существенных и неотъемлемых измерений жизни. Способность к самодвижению, в ходе которого возможно воспроизведение себя. Активность как деятельное состояние субъекта детерминирована изнутри, со стороны егоотношения к миру, и реализуется во вне - в процессах поведения*.* |
| 20 | Высота, глубина, полнота | Переживание высоты, глубины, полноты взаимодействия с действительностью. Доступность чувств любой направленности, глубины, устойчивости, действенности (побудительной силы) |
| 21 | Заботиться, помогать, опекать, удовлетворять | Внимательное отношение к человеку, помощь и поддержка, позитивное чувство к объекту заботы, удовлетворение его потребностей |
| 22 | Ограничивать, разграничивать | Отношения, связанные с ограничением, стеснением прав, действий, свобод, установлением границ дозволенного, разграничением пространства существования |
| 23 | Управлять, распоряжаться, контролировать ,организовывать | Отношения, связанные с изменением объекта для достижения цели, планирование, мотивация, организация, контроль, необходимые для формулирования и достижения целей |
| 24 | Зависеть | Отношения подневольности, подвластности, потери контроля. Склонность, привычка совершать определенные действия, не смотря на последствия |
| 25 | Создавать, появляться, представлять, искать | Отношения, направленные на творческое развитие, построение чего-либо, появление, представление, поиски нового |
| 26 | Давать, отдавать | Отношения, связанные с дарением, вручением, предоставлением, дозволением взять, вверить, уступить |
| 27 | Анализировать, чувствовать, осознавать | Отношения , связанные с активной психической жизнью разборкой, дроблением, разложением целого на части, ощущением, восприятием внешнего воздействия, чувствами, принятием и осознанием отражаемого. |
| 28 | Принимать, брать | Отношения принятия, противопоставленные сопротивлению, отражаемое берется в предъявленном виде, без искажений |
| 29 | Участвовать | Отношения участия, совместной деятельности, сотрудничества, сочувственное отношение, помощь |
| 30 | Доверять | Отношения доверия, способность положиться на кого-то, верить в добросовестность, искренность, правильность чего-либо. |
| 31 | Свобода | Символ такого отношения [субъекта](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A1%D1%83%D0%B1%D1%8A%D0%B5%D0%BA%D1%82_%28%D1%84%D0%B8%D0%BB%D0%BE%D1%81%D0%BE%D1%84%D0%B8%D1%8F%29) к своим действиям, при котором он является их определяющей причиной и они непосредственно не обусловлены природными, социальными, межличностно-коммуникативными и индивидуально-родовыми факторами. Независимость и самостоятельность человека, освобожденность от каких-нибудь ограничений и запретов. |
| 32 | Защита | Символ сохранения стабильности, идентичности, самооценки личности, ее образа Я и образа мира, Устранение или сведение к минимуму негативных, травмирующих личность переживаний, сопряженных с внутренними или внешними конфликтами, состояниями тревоги и дискомфорта. |
| 33 | Выбор | Символ избирательности предпочтения чего-то одного и отвержение другого. |
| 34 | Продуктивность | Символ созидания полезного, путем повышенной концентрации на поставленной задаче. |
| 35 | Зрелость | Символизирует способность быть конструктивным, адаптироваться к изменениям, справляться с психологическим напряжением и тревогой, испытывать удовлетворение от того, что отдаешь и получаешь, умение понимать людей, любить |
| 36 | Развитие, саморазвитие | Символизирует развитие себя из собственного источника, усложнение, повышение адаптивных возможностей, появление новых функций |
| 37 | Трудности, противоречия | Символизирует с трудом преодолеваемые препятствия, затруднения, сложности, наличие двух отрицающих друг друга сущностей, создающих проблемы |
| 38 | Терпение | Символ спокойного перенесения боли, беды, скорби, несчастья в собственной жизни |
| 39 | Серьезность | Символизирует глубину, осознанность последствий своих поступков, результатов работы, внимательное отношение к делу, существенность, то, что может кардинально изменить течение процесса, склонить к решению в пользу чего-либо, невеселость, отсутствие шуток. |
| 40 | Самость | Символизирует глубинный центр и выражение психологической целостности, принцип объединения сознательной и [бессознательной](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%91%D0%B5%D1%81%D1%81%D0%BE%D0%B7%D0%BD%D0%B0%D1%82%D0%B5%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%BE%D0%B5) частей психики и, одновременно с этим, вычленение индивида из окружающего его мира. |

Средние показатели, полученные с помощью методики, представлены в таблице 8.

Таблица 8

Средние показатели субъективного состояния взрослости по блокам

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Показатели | Блоки | | | |
| Образ | Пережи  вание | Отноше  Ние | Символ |
| 1 | Собственно Я | 8,7 |  |  |  |
| 2 | Самостоятельность | 8,9 |  |  |  |
| 3 | Жизнь | 8,2 |  |  |  |
| 4 | Ответственность | 8,8 |  |  |  |
| 5 | Семья | 8,7 |  |  |  |
| 6 | Опыт, знание, умение, восприятие, осознание | 8,7 |  |  |  |
| 7 | Желания, потребности, возможности | 8,9 |  |  |  |
| 8 | Сообщества людей | 8,2 |  |  |  |
| 9 | Работа, дело, финансы, положение | 8,5 |  |  |  |
| 10 | Мир | 8,3 |  |  |  |
|  | Ср.ар. | 8,6 |  |  |  |
| 11 | Удовлетворенность |  | 7,6 |  |  |
| 12 | Тревога, страх |  | 7 |  |  |
| 13 | Агрессия |  | 6,9 |  |  |
| 14 | Подчинение |  | 6,2 |  |  |
| 15 | Четкость |  | 8,1 |  |  |
| 16 | Необходимость |  | 7,7 |  |  |
| 17 | Радость |  | 7,4 |  |  |
| 18 | Другое, по-другому |  | 8,4 |  |  |
| 19 | Активность |  | 8,6 |  |  |
| 20 | Высота, глубина, полнота |  | 6,4 |  |  |
|  | Ср.ар. |  | 7,4 |  |  |
| 21 | Заботиться, помогать, опекать, удовлетворять |  |  | 8,5 |  |
| 22 | Ограничивать, разграничивать |  |  | 7,2 |  |
| 23 | Управлять, распоряжаться, контролировать ,организовывать |  |  | 7,4 |  |
| 24 | Зависеть |  |  | 4,5 |  |
| 25 | Создавать, появляться, представлять, искать |  |  | 9,1 |  |
| 26 | Давать, отдавать |  |  | 8,4 |  |
| 27 | Анализировать, чувствовать, осознавать |  |  | 9,4 |  |
| 28 | Принимать, брать |  |  | 8,4 |  |
| 29 | Участвовать |  |  | 8,1 |  |
| 30 | Доверять |  |  | 7,4 |  |
|  | Ср.ар. |  |  | 7,8 |  |
| 31 | Свобода |  |  |  | 8,6 |
| 32 | Защита |  |  |  | 9 |
| 33 | Выбор |  |  |  | 9,1 |
| 34 | Продуктивность |  |  |  | 8,3 |
| 35 | Зрелость |  |  |  | 8,5 |
| 36 | Развитие, саморазвитие |  |  |  | 9,7 |
| 37 | Трудности, противоречия |  |  |  | 8,4 |
| 38 | Терпение |  |  |  | 8,4 |
| 39 | Серьезность |  |  |  | 8,4 |
| 40 | Самость |  |  |  | 9 |
|  | Ср.ар. |  |  |  | 8,7 |
|  | Ср.ар.в целом | 8,1 | | | |

Как уже отмечалось ранее, психическое отражение и образ, как его результат представляют собой систему разномодальных, разноуровневых компонентов, в которую входят в единстве и взаимодействии телесные и эмоциональные ощущения, мыслительно-понятийное, социально-личностное и экзистенциально-духовное отражение. Образ-средство, предметная опора, обеспечивает визуализацию определенного перцептивного образа, как своеобразного «ключа», позволяющего войти в определенное психическое состояние, так, например, образ взрослости у детей и подростков. Образ позволяет преобразовывать состояние не только объектов внешнепредметной деятельности, но и внутреннее, ментальное состояние самого субъекта. Давая возможность субъекту сознательно перейти в иное психическое состояние, образ есть еще и отражение, и средство произвольной или непроизвольной регуляции психического состояния [96].

Под образом взрослости мы понимаем субъективную картину взрослости или фрагментов взрослости, включающую самого субъекта, других людей, пространство и время событий, это субъективная представленность взрослости, обусловленная как чувственно переживаемыми предметами и явлениями взрослого мира, так и гипотетическими конструктами (средняя оценка в целом по блоку «Образ взрослости» 8,6).

Ранжированные показатели образа взрослости представлены в таблице 9.

Таблица 9

Ранги показателей образа взрослости

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Показатели | Колич. показатель | Ранг |
| 1 | Собственно Я | 8,7 | 3 |
| 2 | Самостоятельность | 8,9 | 1 |
| 3 | Жизнь | 8,2 | 6 |
| 4 | Ответственность | 8,8 | 2 |
| 5 | Семья | 8,7 | 3 |
| 6 | Опыт, знание, умение, восприятие, осознание | 8,7 | 3 |
| 7 | Желания, потребности, возможности | 8,9 | 1 |
| 8 | Сообщества людей | 8,2 | 6 |
| 9 | Работа, дело, финансы, положение | 8,5 | 4 |
| 10 | Мир | 8,3 | 5 |
|  | Ср.ар. | 8,6 |  |

Наиболее значимой для собственной взрослости является самостоятельность, а также желания, потребности, возможности (первый ранг, средняя оценка 8,9). Самостоятельность – это независимость, свобода от внешних влияний, принуждений, от посторонней поддержки, помощи, способность к независимым действиям, суждениям, обладание инициативой, решительностью. Очевидно, это ядерная характеристика образа взрослости. Внутренним источником самостоятельности являются желания, потребности, возможности, которые, будучи воплощенными в реальность наполняют жизнь взрослого субъективными смыслами. Второй ранг, со средней оценкой 8,8 у ответственности. Ответственность как субъективная обязанность отвечать за поступки и действия, а также их последствия дополняют ориентированность взрослости на себя самого и других людей. Третий ранг, средняя оценка 8,7 отдается взрослыми семье, образу собственно Я, опыту, знаниям, умениям, восприятию, осознанию. В семье человек испытывает самые ранние переживания, связанные со своей природой, отношения, значимые для взрослого на протяжении всей его жизни. Семья создает пространство воплощения и продолжения себя самого. В образе собственного Я объединены позиции «Я» и «Мое». Посредством собственного Я возможно воспринимать себя как существующего и живущего, а также наблюдать эмпирически отдельный внешний мир и взаимодействовать с ним на основе собственного опыта, знаний, умений, восприятия, осознания. Четвертый ранг (средняя оценка 8,5) отдан работе, занятости делом, финансам и положению. Включенность в социум, занятость делом, обеспокоенность финансовым и социальным положением является фрагментом образа взрослости, работой с реализацией своего психического потенциала (опыта, знаний, умений, восприятия, осознания). Пятый ранг (средняя оценка 8,3) в образе взрослости получили представления о мире. Последний шестой ранг(средняя оценка 8,2) заняли представления о жизни и место в ней сообществ людей: друзей, любимых, коллективов, соседей, досуговых сообществ, позволяющих чувствовать себя частью коллективного субъекта взрослости.

Переживание взрослости (средняя оценка 7,4) или чувство взрослости, начиная с подросткового возраста определяется потребностью в уважении, доверии, близости, признании самостоятельности, права на собственную позицию. Переживание - это особое, субъективное, пристрастное отражение, причем отражение не окружающего предметного мира самого по себе, а мира, взятого в отношении к субъекту, с точки зрения предоставляемых им (миром) возможностей удовлетворения актуальных мотивов и потребностей взрослого субъекта. Л. С. Выготский считал переживания динамичными единицами сознания, в которых представлена личность. Ф. Е. Василюк обращал внимание на особые жизненные ситуации, разрешение которых возможно только при помощи переживания. Переживания по поводу взрослости имеют самый низкий средний показатель по сравнению с другими блоками. Это свидетельство того, что переживания (эмоции, чувства) не являются ведущими в состоянии взрослости, сама взрослость не воспринимется как критическое состояние. Ранги переживаний взрослости представлены в таблице 10.

Таблица 10

Ранги показателей переживания взрослости

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Показатели | Колич. показатель | Ранг |
| 1 | Удовлетворенность | 7,6 | 5 |
| 2 | Тревога, страх | 7 | 7 |
| 3 | Агрессия | 6,9 | 8 |
| 4 | Подчинение | 6,2 | 10 |
| 5 | Четкость | 8,1 | 3 |
| 6 | Необходимость | 7,7 | 4 |
| 7 | Радость | 7,4 | 6 |
| 8 | Другое, по-другому | 8,4 | 2 |
| 9 | Активность | 8,6 | 1 |
| 10 | Высота, глубина, полнота | 6,4 | 9 |
|  | Ср.ар. | 7,4 |  |

Активность – ведущее переживание состояния взрослости, это движение, идущее из себя, воспроизведение себя, переживаемое как волевое, личностное самоопределение, обусловленное представлением о себе как причине. Активность создает деятельное отношение к миру, способность производить новое. Активности (средняя оценка 8,6) присвоен первый ранг. Второй ранг (средняя оценка 8,4) имеет переживание другого, по-другому. Оно связано с переживанием особенности, инаковости, своеобразия, непохожести, отличия, отдельности от чего-либо. Переживание инаковости Другого и собственной отдельности, сепарации – значим для взрослости. Третий ранг имеют переживания четкости (средняя оценка 8,1). Четкость - ясность переживания эмоций, осознание их субъективной ценности. Четвертый ранг (средняя оценка 7,7) имеет необходимость. Это принятие неизбежности событий, происходящих в реальном мире. Пятый и шестой ранг занимают положительные эмоциональные переживания взрослости удовлетворенность (средняя оценка 7,6) и радость (средняя оценка 7,4). Состояние удовлетворения, чувства удовольствия, испытывает субъект, чьи потребности, желания, удовлетворены, исполнены. Радость –основная положительная эмоция человека, внутреннее чувство удовлетворения, удовольствия и счастья. Седьмой ранг (средняя оценка 7) имею тревоги и страхи взрослости. Восьмой ранг имеет агрессия (средняя оценка 6,9). Агрессия, направленная на защиту или нападение – одно из составляющий переживания взрослости. Девятый ранг имеют переживания высоты, глубины, полноты (средняя оценка 6,4). Наполненность глубокими переживаниями создает ощущение «акме», полноты и красок жизни. Десятый ранг присвоен подчинению (средняя оценка 6,2). Переживание вынужденного или оправдываемого обстоятельствами отказа от собственных волевых установок, следование указаниям извне неприятное, но неизбежное переживание взрослости.

Отношения, по мнению В.Н.Мясищева, в их субъективном виде формируются в макро- и микробытии человека, создавая ту субъективную «призму», через которую неповторимо, своеобразно, в каждом случае преломляются все воздействия, которым подвергается живой, действующий человек. Отношение как связь субъекта с объектом едино, однако имеет структуру, отдельные компоненты которой могут выступать как частичные отношения, его стороны, или виды. Оно определяется рядом признаков: избирательностью, активностью, целостно-личностным характером, сознательностью. Истинные отношения человека к взрослости проявляются в полной мере тогда, когда человек начинает действовать в субъективно значимых для него ситуациях. Отношения взрослости получили среднюю оценку 7,8.

Ранжированный список отношений взрослости представлен в таблице 11.

Таблица 11

Ранги показателей отношений взрослости

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Показатели | Колич. показатель | Ранг |
| 1 | Анализировать, чувствовать, осознавать | 8,5 | 3 |
| 2 | Принимать, брать | 7,2 | 7 |
| 3 | Заботиться, помогать, опекать, удовлетворять | 7,4 | 6 |
| 4 | Участвовать | 4,5 | 8 |
| 5 | Ограничивать, разграничивать | 9,1 | 2 |
| 6 | Доверять | 8,4 | 4 |
| 7 | Управлять, распоряжаться, контролировать ,организовывать | 9,4 | 1 |
| 8 | Давать, отдавать | 8,4 | 4 |
| 9 | Создавать, проявляться, представлять, искать | 8,1 | 5 |
| 10 | Зависеть | 7,4 | 6 |
|  | Ср.ар. | 7,8 |  |

Наиболее выраженными отношениями взрослости являются отношения, связанные с анализированием, чувствованием, осознанием событий, ситуаций, поведения других людей, они имеют первый ранг (средняя оценка 9,4). Второй ранг (средняя оценка 9,1) заняли отношения созидания, проявления, представления, поиска. Взрослый генеративен, продуктивен, создает новые представления и иные, другие проявления как себя самого, так и окружения. Третий ранг со средней оценкой 8,5 присвоен отношениям заботы, помощи, опеки, удовлетворения чьих-то нужд. Скорее всего это отношения с близкими людьми, детьми, родственниками. Четвертый ранг заняли комплементарные отношения: давать, отдавать, принимать, брать (средняя оценка 8,4). Отношения, связанные с дарением, вручением, предоставлением, дозволением взять, вверить, уступить, дополняются отношениями, дающими возможность принимать, брать в предъявленном виде, без искажений. пятый ранг (средняя оценка 8,1) у отношений участия. Это отношения совместной деятельности, сотрудничества, сочувственного отношения, помощи. Шестой ранг со средней оценкой 7,4 присвоен отношениям доверия и власти. Доверие, способность положиться на кого-то, верить в добросовестность, искренность, правильность чего-либо. Отсутствие веры в добро тяготит взрослого. Властные отношения позволяют управлять, распоряжаться, контролировать ,организовывать. Седьмой ранг (средняя оценка 7,2) имею связанные с предыдущими отношения ограничения, разграничения. Определенность границ, четкость выражения, организованность, контроль принимаются в качестве ведущих для взрослых. Восьмой ранг (средняя оценка 4,5) у отношений зависимости. Это отношения подневольности, подвластности, потери контроля, склонность, привычка совершать определенные действия, не смотря на последствия. Отношения взрослости в последнюю очередь ориентированы на зависимость.

Символы взрослости рассматриваются нами как категории, в которых актуализировано трансцендентное, чувственное и сверхчувственное. Истолкование содержания символа требует вживания, вчувствования, наития, интуитивного прозрения. Вслед за Н.А. Бердяевым, мы рассматриваем символ как посредник между реальностью и метафизическим бытием (между объективной и субъективной реальностью). Символ актуализирует смысл вне предметности (может соединяться с разными предметами), вне житейской конкретности (может реализоваться в фантазийных образах, сновидениях), вне жизненной судьбы (имеет отношение к нереализованным потенциям). В психоанализе символ выражает скрытое содержание.

Символы взрослости имеют среднюю оценку 8,7. Ранжированный список символов взрослости представлен в таблице 12.

Таблица12

Ранги показателей символов взрослости

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Показатели | Колич. показатель | Ранг |
| 1 | Свобода | 8,6 | 4 |
| 2 | Защита | 9 | 3 |
| 3 | Выбор | 9,1 | 2 |
| 4 | Продуктивность | 8,3 | 7 |
| 5 | Зрелость | 8,5 | 5 |
| 6 | Развитие, саморазвитие | 9,7 | 1 |
| 7 | Трудности, противоречия | 8,4 | 6 |
| 8 | Терпение | 8,4 | 6 |
| 9 | Серьезность | 8,4 | 6 |
| 10 | Самость | 9 | 3 |
|  | Ср.ар. | 8,7 |  |

Высший ранг в блоке символов взрослости имеет развитие и саморазвитие. Развитие есть высвобождение внутренних сил, переход от возможного к действительному (средняя оценка 9,7). Развитие и саморазвитие для взрослости также актуально, как и для предыдущих возрастных этапов. Второй ранг (со средней оценкой 9,1) имеет выбор. Выбор выступает в состоянии взрослости в контексте рационального, интеллектуального выбора при принятии решения, а также в контексте личностного выбора, основанием которого являются субъективные ценностно-смысловые образования. Третий ранг (средняя оценка 9,0) имеют два символа: защита и самость. Защита, как символ сохранения стабильности, идентичности, самооценки личности, образа Я и образа мира, устранение или сведение к минимуму негативных, травмирующих личность переживаний, сопряженных с внутренними или внешними конфликтами, состояниями тревоги и дискомфорта. Не стоит путать этот символ с психологическими защитами. Самость («сам», собственная личность) глубинный центр, выражение психологической целостности, объединение сознательной и бессознательной частей психики. Четвертый ранг (средняя оценка 8,6) имеет свобода. Свобода – это возможность человека жить и распоряжаться своей жизнью , так как он хочет, быть определяющей причиной своих действий. Пятый ранг (средняя оценка 8,5) имеет зрелость. Зрелость –это подъем сформировавшихся личностных свойств. Ф. Перлз определяет зрелость как психическое здоровье, позволяющее перейти от опоры на среду и от регулирования средой к опоре на себя и саморегуляцию. Б. Ливехуд определяет три основных свойства зрелого человека: ум созрел в мудрость, способность к контактам переросла в мягкость и снисходительность, самосознание - в доверие. Шестой ранг со средней оценкой 8,4 присвоен группе символов: терпение, серьезность, трудности и противоречия. Терпение дает возможность сохранять равновесие в неприятной ситуации или при ожидании результата от неподконтрольного процесса. Серьезность символизирует глубину, осознанность последствий своих поступков, результатов работы, внимательное отношение к делу, существенность, то, что может кардинально изменить течение процесса, склонить к решению в пользу чего-либо, невеселость, отсутствие шуток. Эта позиция противоречит включению многими авторами в число личностно значимых свойств взрослого чувства юмора. Трудности и противоречия создают разрывы в жизнедеятельности, но в то же время являются движущими силами развития. Седьмой ранг (средняя оценка 8,3) имеет продуктивность. Путь к совершенству идет через созидание, считал Конфуций. Созидательная деятельность приводит к возникновению чего-то нового, более ценного, чем раньше, преобразования в сознании и поведении субъекта.

Таким образом, состояние взрослости это комплекс образов, переживаний, отношений и символов, определяющий самостоятельное проживание собственной жизни, активное развитие посредством анализа, чувствования, осознания себя и собственного бытия.

Состояние взрослости символизировано серьезностью, глубиной и осознанностью поступков, ответственностью, существенностью, внимательностью. Отношения субъекта взрослости связаны с управлением объектами для достижения цели, планирования, организации и контроля, активного изменения. Состояние взрослости несет в себе ясные, четкие рамки, в том числе ограничений, установления границ дозволенного, разграничения пространства существования. Субъект взрослости ориентирован на сохранение и защиту стабильности, идентичности, самооценки личности, образа Я и мира, устранения или сведения к минимуму негативных, травмирующих переживаний, тревоги, дискомфорта. Зрелость состояния взрослости предполагает конструктивность, адаптацию к изменениям, удовлетворение от того, что отдаешь и получаешь, умение понимать людей, любить. Это состояние выбора, избирательного предпочтения одного и отвержения другого.

Для взрослости существенны субъективно значимые сообщества людей, занимающихся общим делом, имеющих общие интересы и вкусы, жизненные принципы. Возможность реализации состояния взрослости предполагает осознание представления о себе, образ собственного Я, относительно устойчивый, не всегда осознаваемый, переживаемый как рефлексивное знание о самом себе.

Образ семьи – компонент состояния взрослости, включающий взаимоотношения в семье, особенности членов семьи, семейные ценности, традиции, праздники, будни, деятельность. Семья, через отношения участия, сочувствия, помощи, дает пространство для зарождения и поддержки желаний, потребностей, возможностей осуществления и обладания тем, без чего невозможно обойтись. В близких отношениях происходит формирование самостоятельности на основе представления о своей отдельности, независимости от других, решительности, инициативности, совершении жизни собственными силами, без посторонних влияний; принятие инаковости, своеобразия, непохожести, отдельности.

В состоянии взрослости существуют интенции для становления самости, глубинного центра, выражающего психологическую целостность, объединяющую сознательную и бессознательную части психики, вычленяющую индивида из окружающего мира.

Состояние взрослости сопровождает радость, чувство удовлетворения, удовольствия и счастья.

Взрослость предполагает дальнейшее развитие, но уже из собственного источника, в направлении усложнения, повышения адаптивных возможностей, появления новых функций.

В состояние взрослости включено представление о совместной деятельности, о желаемой работе, собственном деле, удовлетворяющем финансовом и социальном положении. Взрослость реализуется через продуктивность, созидание полезного, путем концентрации на поставленной задаче. Взрослость принимает как неизбежность отношения зависимости, подневольности, подвластности, потери контроля, вплоть до привычки совершать действия, несмотря на последствия, отношения подчинения, вынужденного или оправдываемого обстоятельствами, отказа от собственных волевых установок, следования указаниям из вне.

Продуктивность взрослости создается активным психическим напряжением, через анализирование, чувствование, ощущения, восприятия внешнего воздействия, принятие и осознание отражаемого.

Взрослость принимает необходимость и неизбежность событий реального мира. Это требует терпения, толерантности к боли, бедам, скорби, несчастьям жизни; совладания с переживаниями сильных, негативных аффектов, тревоги, напряжения, чувства опасности и неудачи, со страхом перед существующей опасностью или чрезвычайными обстоятельствами, угрожающими жизни.

Невозможно прожить жизнь без преодоления трудностей, противоречий, препятствий, затруднений, сложностей, противостояния двух отрицающих друг друга сущностей, создающих проблемы. Для решения проблем состояние взрослости оснащено опытом, знаниями, умениями в восприятии и осознании, являющимися результатом деятельности, проверенным на практике. Опыт дается переживанием высоты, глубины, полноты взаимодействия с действительностью, через доступность чувств любой направленности, глубины, устойчивости, побудительной силы. В том числе и переживания агрессии, активных форм гнева, в случае причинения человеку ущерба, боли, страдания, вреда. Состояние взрослости позволяет интегрировать оценку успешности и адаптированности к имеющимся жизненным условиям, эмоциональное переживание удовлетворенности потребностей субъекта.

Состояние взрослости несет в себе символ свободы, когда определяющей причиной является сам субъект, освобожденный от ограничений и запретов: природных, социальных, межличностных, индивидуально-родовых факторов. Взрослость направлена на творчество, построение, появление, представление, поиск нового. Свобода, творчество опираются на доверие, веру в добросовестность, искренность, правильность сущего. Картина мира включена в состояние взрослости как целостная многоуровневая система представлений о мире, людях, себе, своей деятельности.

Обращение к времени и пространству жизни дает представление о сущности собственной жизни, направленности, своем предназначении, авторстве собственной жизни.

Интегральным показателем состояния взрослости является индекс состояния взрослости. Индекс состояния взрослости рассчитывается как среднее арифметическое показателей компонентов состояния взрослости.

Выявление низкого, среднего и высокого уровней индекса субъективного состояния взрослости было проведено на основе анализа двух показателей, характеризующих выборку: среднеарифметические значения (m) исследуемого признака и стандартное отклонение (Предполагая, что исследуемая нами выборка подчиняется законам нормального распределения, мы выделили уровни так, чтобы в средний попадало 68% всей выборки, согласно теоретическому распределению. Граница низких баллов определялась по формуле (m-она равна 7 баллов. Граница высоких баллов определялась по формуле (m+она равна 9,4 баллов по 11-балльной шкале.

Проверим гипотезу о том, что распределение по выделенным интервалам значимо не отличается от теоретического, используя критерий хи-квадрат. В таблице 13 представлены показатели границ интервалов и эмпирическое и теоретическое распределение испытуемых (в процентах).

Таблица 13

Эмпирическое и теоретическое распределение

индекса субъективного состояния взрослости по интервалам

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Уровень | Колич.показатели интервала | Эмпирич.  (в процентах) | Теоретич.  (в процентах) |
| Высокий | 9,4 - 11 | 19,1 | 25 |
| Средний | 7 - 9,3 | 54,5 | 50 |
| Низкий | 1 – 6,9 | 27,3 | 25 |

Полученное значение хи-квадрат равно 5,39, сравнив его с критическим по таблице, для уровня значимости р=0,05, видим, что эмпирически полученное значение меньше критического. Это значит, что отклонение эмпирического значения от теоретического незначительно. Рассчитанные интервалы высоких, средних и низких показателей индекса взрослости могут быть приняты за основу.

По полученным результатам построен рельеф субъективного состояния взрослости в соответствии со средними показателями.

Рис.1. Рельеф состояния субъективной взрослости

Более наполненным, осознанным, гармоничным является блок образов взрослости (средняя оценка 8,6), наименее представлен блок переживаний взрослости (средняя оценка 7,4), противоречивым является блок отношений взрослости (средняя оценка 7,6), блок символов взрослости находится в неустойчивом состоянии (средняя оценка 8,7).

Показатели субъективной оценки состояния взрослости, полученные с помощью разработанной автором методики «Рельеф субъективного состояния взрослости» имеют тесную корреляционную взаимосвязь с субъективной оценкой собственной взрослости (таблица 14).

Таблица 14

Показатели корреляционной взаимосвязи между эмпирическими данными и субъективной оценкой собственной взрослости

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Блоки методики | r | p |
| Образ | 0,747 | 0,01 |
| Переживание | 0,940 | 0,01 |
| Отношение | 0,877 | 0,01 |
| Символ | 0,763 | 0,01 |
| Индекс взрослости | 0,708 | 0,05 |

Таким образом, полученные эмпирическим путем, с помощью разработанной нами методики данные имеют значимые положительные корреляционные взаимосвязи с субъективной оценкой испытуемыми собственной взрослости, что доказывает правомерность применения методики для диагностики субъективного состояния взрослости.

В качестве примера применения методики приведем рельеф субъективного состояния взрослости испытуемых с высокими и низкими показателями индекса субъективного состояния взрослости.

Рис.2. Рельеф субъективного состояния взрослости испытуемого с высоким (10,1 баллов) и низким (6,7 балла) показателем индекса субъективного состояния взрослости

Исследование графика показывает, что не так важны числа, как их взаиморасположение, самые большие и самые маленькие значения. Высшие точки отмечают области, в которых субъект чувствует себя взрослым, нижние точки требуют особого внимания, они указывают на наиболее дефицитарные видимые и срытые составляющие состояния взрослости.

Испытуемый с высокими показателями состояния взрослости показал агрессию на самом низком, относительно других компонентов уровне. Проблемой взрослости данного испытуемого может быть неадекватное проявление, непроработанное отношение к собственной агрессии. На момент исследования проблема решается за счет рационализации и гиперкомпенсации.

Испытуемый с низкими показателями состояния взрослости имеет целый букет проблем, связанных со взрослостью. Общая характеристика «спадов» на рисунке показывает, что респондент не испытывает ни удовлетворенности взрослостью, ни радости от взрослости. В беседе ассоциировал взрослость со старостью и болезнями. Высокие, глубокие, наполненные переживания взрослости считает вредными. Испытывает тревогу и страх перед взрослостью, отрицательно относится к необходимости подчиняться, к зависимости от других, не доверяет людям, не принимает своей зрелости. Однако, респондент имеет четкие представления о своей жизни и настроен на активность как залог успеха. Неосвоенными, но символически позитивно представленными экзистенциальными ценностями являются свобода, защита, выбор, продуктивность, развитие, серьезность.

Таким образом, с помощью методики «Рельеф субъективного состояния взрослости» могут быть выявлены проблемы субъективной взрослости и намечены пути их проработки.

**2.3. Анализ результатов исследования**

**субъекта состояния взрослости**

В работе под субъектом взрослости понимается носитель состояния взрослости. Основной характеристикой субъекта взрослости является уровень освоенности состояния взрослости.

В предыдущем параграфе взрослость была рассмотрена как состояние субъекта, включающее в себя субъективный образ взрослости, субъективное переживание опыта собственной взрослости, включенность в отношения с другими взрослыми, символизацию социокультурных норм взрослости.

Взрослость должна связываться не столько с достижением определенного возраста или статуса в обществе, уровнем освоения семейных или профессиональных ролей, а со становлением субъектности человека: формированием оценки себя и собственного поведения как поведения взрослого, самоощущением взрослости.

Субъект взрослости, на наш взгляд, наиболее объемлющая характеристика, дающая возможность увидеть состояние взрослости, дать ему более объективную интерпретацию. На уровне новообразований взрослости именно субъект занимает ведущее, доминирующее место. Статус субъекта в состоянии взрослости объединяет в себе не только идентичность личности, но и возможность разотождествления без потери себя, как контейнирующая структура при поиске более адекватных паттернов контакта с изменяющейся реальностью.

По мере формирования личность выходит из статуса адаптации, через сепарацию, индивидуацию в статус творчества, созидания. На этом пути индивид сталкивается с экзистенциальными проблемами свободы выбора, смысла и бессмысленности, ответственности и беспомощности, которые рассматриваются в рамках личностного подхода как фрагменты смысла жизни выходит в экзистенциальное, наряду с социальным пространство.

Субъект взрослости – самодеятельный человек, самостоятельно определяющий и защищающий границы, ставящий цели, планирующий, контролирующий и осуществляющий жизнедеятельность, рефлексирующий и отвечающий за результат.

Субъект взрослости – индивид, осуществляющий жизнедеятельность, мотивированную собственным эго.

Для исследования субъекта взрослости были выбраны методики: Тест индекс жизненной удовлетворенности (ИЖУ), адаптация Н. В. Паниной (Опросник общего психологического состояния человека), модифицированная автором методика Л.В.Алексеевой, М.А.Щукиной, О.В.Кудрявцевой, направленная на исследование субъектности человека; тест-опросник уровня субъективного контроля (УСК) Е.Ф.Бажина, А.М.Эткинда; Опросник Плутчика Келлермана Конте - Методика Индекс жизненного стиля (Life Style Index, LSI); Тест Трансактный анализ Э. Берна (Тест ребенок, взрослый, родитель) (Приложение 2).

Тест индекс жизненной удовлетворенности (ИЖУ), адаптация Н. В. Паниной (Опросник общего психологического состояния человека) направлен на диагностику различных аспектов общего психологического состояния человека и его удовлетворенности жизнью.

Тест измеряет  наиболее  общее  психологическое  состояние  человека,   определяемые его  личностными  особенностями,  системой  отношений   к   различным   сторонам своей  жизни.  Индекс  жизненной  удовлетворенности  -  интегративный  показатель,   включающий  в качестве  основного  носителя  [эмоциональную  составляющую](http://psycabi.net/testy/482-test-alberta-ellisa-metodika-diagnostika-nalichiya-i-vyrazhennosti-irratsionalnykh-ustanovok-ratsionalno-emotivnaya-terapiya-ret).  Для обладателей  высокого  значения  индекса  характерны  низкий  уровень   эмоциональной   напряженности,  высокая   эмоциональная  устойчивость,  низкий  уровень  тревожности,  психологический  комфорт,  высокий  уровень  удовлетворенности  ситуацией  и  своей  ролью  в  ней.

Под категорией "жизненная удовлетворенность" понимается   самое   общее  представление  человека о  психологическом комфорте,  которое включает в  себя: интерес к жизни как противоположность апатии; решительность,  целеустремленность,   последовательность   в   достижении  жизненных целей; согласованность между поставленными и реально

 достигнутыми целями; положительная оценка собственных качеств и поступков; общий фон настроения.

Модифицированная автором методика Л.В.Алексеевой, М.А.Щукиной, О.В.Кудрявцевой направлена на исследование субъектности человека по шести атрибутам: активность, целостность, самоценность, опосредованность, автономность, креативность. Данная методика диагностирует меру активности, авторства человека по отношению к своей жизни, что является одним из основополагающих показателей взрослости.

Тест-опросник уровня субъективного контроля (УСК) Е.Ф.Бажина, А.М.Эткинда направлен на диагностику ощущения себя как субъекта собственной деятельности или объекта действия других людей и внешних обстоятельств. Показатели опросника позволяют диагностировать обобщенный показатель индивидуального уровня субъективного контроля, инвариантный к частным ситуациям деятельности, два показателя среднего уровня общности, дифференцированные по эмоциональному знаку ситуаций и ряд ситуационно-специфических показателей. Шкалы опросника измеряют интернальность-экстернальность. Это шкалы общей интернальности, интернальности в области достижений, интернальности в области неудач, интернальности в семейных отношениях, интернальности в области производственных отношений, интернальности в области межличностных отношений, интернальности в отношении здоровья и болезни. Высокие показатели интернальности говорят о высоком уровне субъективного контроля над жизненными обстоятельсвами, о принятии на себя ответственности за важные события жизни, за то как складывается их жизнь. Эти характеристики изоморфны состоянию взрослости.

Опросник Плутчика Келлермана Конте - Методика Индекс жизненного стиля (Life Style Index, LSI) используется для диагностики различных механизмов психологической защиты. Защитные механизмы  стараются свести до минимального негативные, [травмирующие личность](http://psycabi.net/psikhologiya-samorazvitiya/580-detskie-psikhologicheskie-travmy-ili-kak-izbavitsya-ot-kompleksov) переживания. Эти переживания в основном связанны с внутренними или внешними конфликтами, состояниями тревоги или дискомфорта. Механизмы защиты помогают сохранить стабильность своей самооценки, представления о себе и о мире. Так же они могут выступать в роли буферов, защищающих стараясь не допустить очень близко к сознанию слишком сильные разочарования и угрозы, которые приносит жизнь. В тех случаях, когда человек не можем справиться с тревогой или страхом, защитные механизмы искажают реальную действительность с целью сохранения психологического здоровья и личности. С помощью опросника диагностируются восемь защит: вытеснение, регрессия, замещение, отрицание, проекция, компенсация, гиперкомпенсация, рационализация. Опросник также позволяет выявить общую напряженность всех защит.

Тест Трансактный анализ Э. Берна (Тест ребенок, взрослый, родитель). Тест позволяет выявить ролевые позиции в межличностных отношениях. Эти позиции определяются состояниями человека: состояние "родителя", "взрослого", "ребенка". Эти три состояния сопровождают человека всю жизнь. Зрелый человек умело использует разные формы поведения, гибко проявляя себя в том или ином состоянии в зависимости от его целей и жизненных обстоятельств. Самоконтроль и гибкость помогают ему вовремя вернуться во “взрослое” состояние, что, собственно и отличает зрелую личность от юнца, пусть даже солидного возраста.

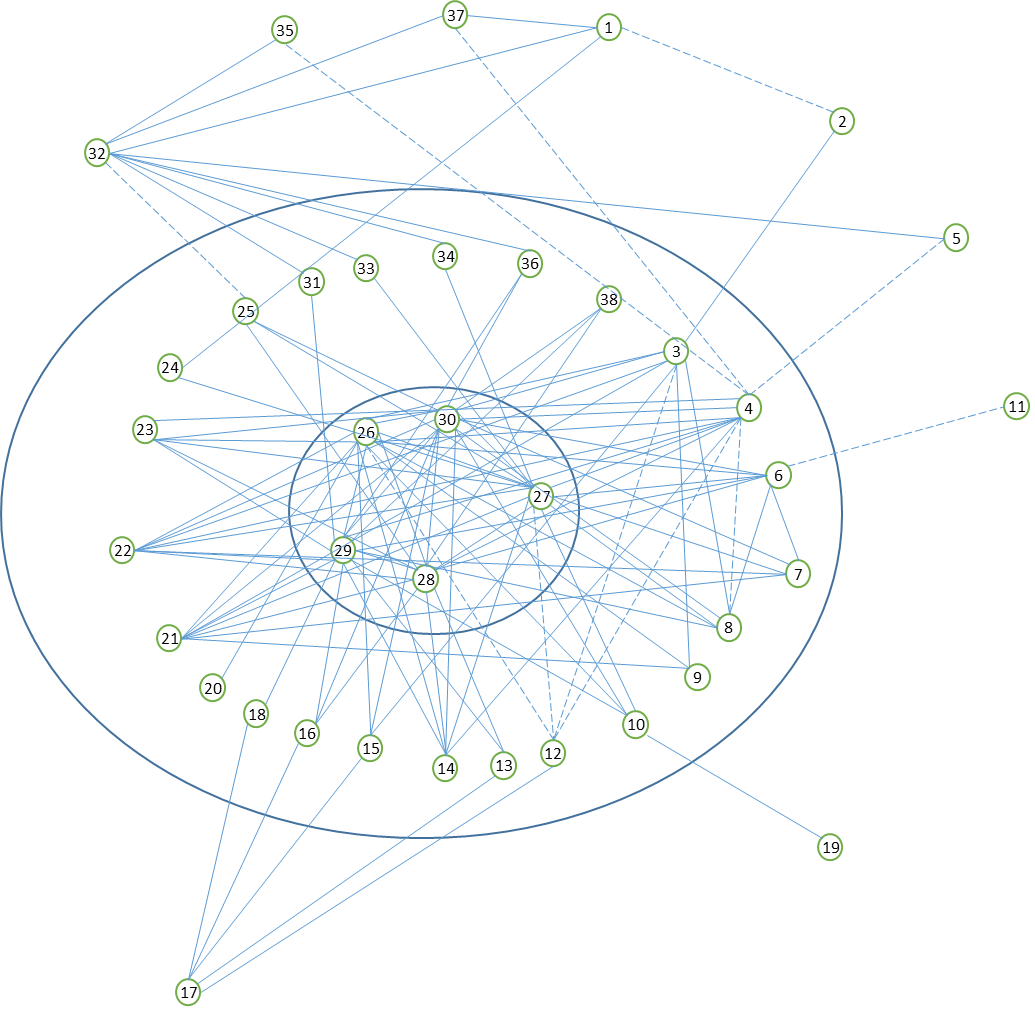
Выделяются следующие три составляющие личности человека, которые обусловливают характер общения между людьми: родительское, взрослое, детское.

Родительское (Родитель – Р) состояние Я подразделяется на заботливое родительское состояние Я, критическое родительское состояние Я. Родительское Я, состоящее из правил поведения, норм, позволяет индивиду успешно ориентироваться в стандартных ситуациях, "запускает" полезные, проверенные стереотипы поведения, освобождая сознание от загруженности простыми, обыденными задачами. Кроме того, Родительское Я обеспечивает с большой вероятностью успеха поведение в ситуациях дефицита времени на размышления, анализ, поочередное рассмотрение возможностей поведения.

Взрослое (Взрослый – В) состояние Я воспринимает и перерабатывает логическую составляющую информации, принимает решения преимущественно обдуманно и без эмоций, проверяя их реальность. Взрослое Я, в отличии от Родительского, способствует адаптации не в стандартных, однозначных ситуациях, а уникальных, требующих размышлений, дающих свободу выбора и, вместе с этим, необходимость осознания последствий и ответственного принятия решений.

Детское (Дитя – Д, или Ребенок) состояние Я следует жизненному принципу чувств. На поведение в настоящем влияют чувства из детства. Детское Я также выполняет свои, особые функции, не свойственные двум другим составляющими личности. Оно ''отвечает'' за творчество, оригинальность, разрядку напряжения, получение приятных, иногда ''острых'', необходимых в определенной степени для нормальной жизнедеятельности впечатлений. Кроме того, Детское Я выступает на сцену, когда человек не чувствует достаточно сил для самостоятельного решения проблем: не способен преодолеть трудности или/и противостоять давлению другого человека. Это Я подразделяется на: естественное детское Я (спонтанные реакции типа радости, печали и т.д.), приспосабливающееся детское Я (приспосабливающийся, прислуживающийся, боязливый, виноватый, колеблющийся и т.п.), возражающее детское Я.

Для выявления взаимосвязи состояния взрослости с субъектными характеристиками был проведен корреляционный анализ (Приложение 3,4,5), показавший взаимосвязи состояния взрослости и субъектных характеристик (рис.3).

Рис.3. Корреляционные взаимосвязи состояния взрослости и субъектных свойств

Условные обозначения: ——— положительная корреляционная связь; - - - - - отрицательная корреляционная связь; 1- хронологический возраст; 2- ребенок (состояние эго); 3-взрослый (состояние эго); 4- родитель (состояние эго); 5- активность; 6- целостность; 7- самоценность; 8- опосредованность; 9- автономность; 10- креативность; 11-вытеснение; 12-регрессия; 13- замещение; 14 – отрицание; 15- проекция; 16- компенсация; 17- гиперкомпенсация; 18-рационализация; 19-интерес к жизни; 20- последовательность в достижении цели; 21- согласованность между поставленными и достигнутыми целями; 22 – положительная оценка себя и собственных поступков; 23- общий фон настроения; 24- субъективный возраст; 25- субъективная оценка взрослости; 26- образы взрослости; 27 – переживание взрослости; 28- отношения взрослости; 29- символы взрослости; 30 – индекс состояния взрослости; 31- общая интернальность; 32- интернальность в области достижений; 33- интернальность в области неудач; 34- интернальность в семейных отношениях; 35- интернальность в производственных отношениях; 36- интернальность в межличностных отношениях; 37- интернальность в области здоровья; 38 – общая напряженность психологических защит.

Составляющие состояния взрослости тесно взаимосвязаны между собой, образуя корреляционную плеяду (центральная окружность на рисунке 3), составляющую ядро субъекта взрослости. Корреляционные показатели компонентов состояния взрослости представлены в таблице 15.

Таблица 15

Корреляции между компонентами состояния взрослости

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Компоненты  состояния  взрослости | Образы | Переживания | Отношения | Символы | Индекс взрослости |
| Образы | 1 | 0,716\*\* | 0,729\*\* | 0,622\*\* | 0,865\*\* |
| Переживания | 0,716\*\* | 1 | 0,816\*\* | 0,704\*\* | 0,909\*\* |
| Отношения | 0,729\*\* | 0,816\*\* | 1 | 0,795\*\* | 0,929\*\* |
| Символы | 0,622\*\* | 0,704\*\* | 0,795\*\* | 1 | 0,865\*\* |
| Индекс взрослости | 0,865\*\* | 0,909\*\* | 0,929\*\* | 0,865\*\* | 1 |

Условные обозначения: \*\*- взаимосвязь значима при 0,01; \*- взаимосвязь значима при 0,05

Полученные данные свидетельствуют о том, что образы, переживания, отношения и символы взрослости образуют устойчивую структуру.   
На основе полученных данных была сконструирована модель состояния взрослости

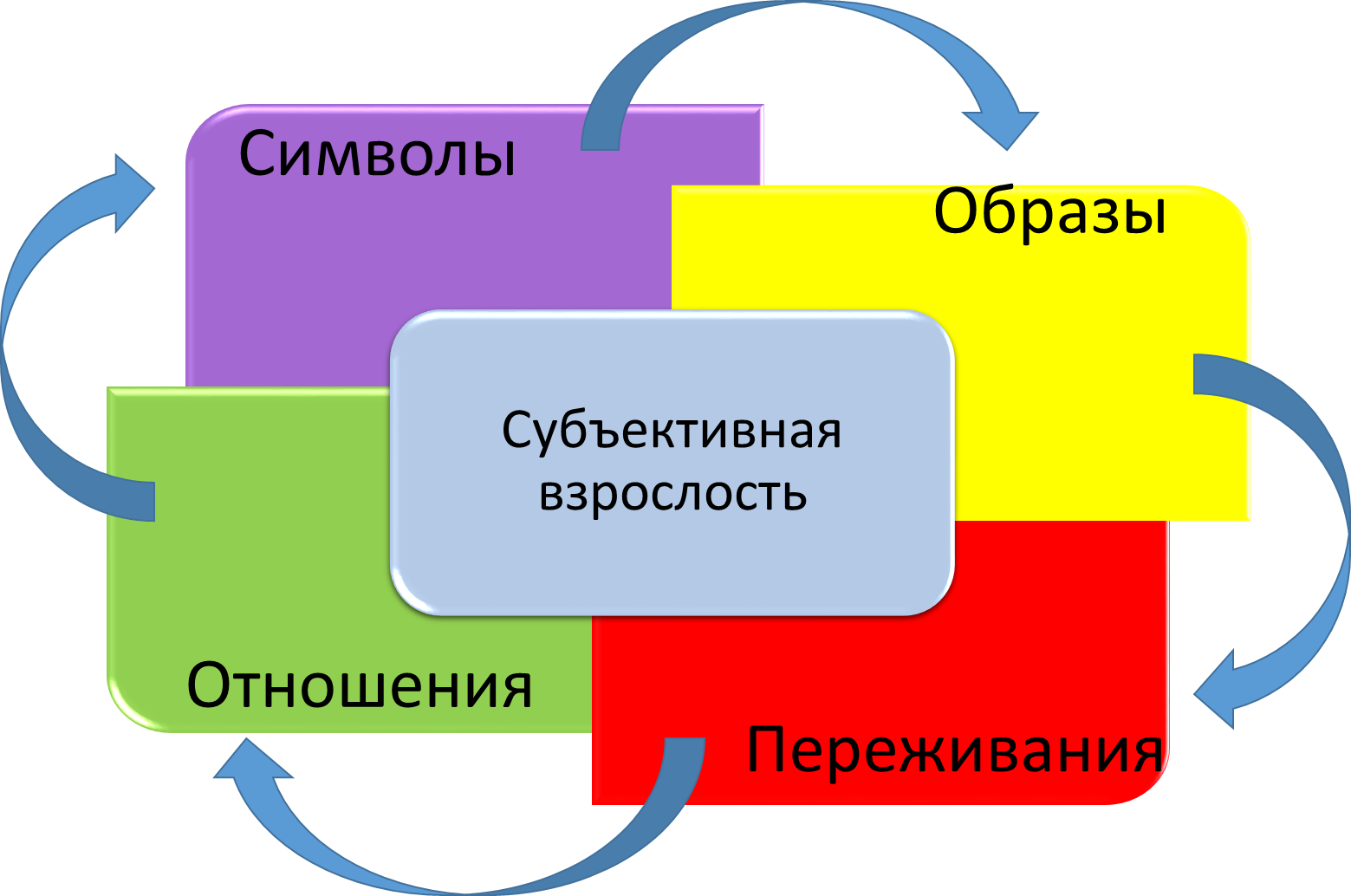


Рис.4. Модель состояния субъективной взрослости.

Структура субъективной взрослости представлена комплексом образов, переживаний, отношений и символов взрослости. В модели отражены тесные взаимосвязи, взаимопереходы между этими компонентами.

Образы взрослости появляются на ранних этапах онтогенеза и изменяются в течение жизни, в соответствии с внешними и внутренними условиями. Это могут быть образы (целостные или фрагментарные) значимых взрослых в раннем детстве, авторитетов и героев в подростковом возрасте, объектов идентификации в юности, и, наконец, образ собственно себя в зрелости. Переживания и отношения взрослости имплицитно включаются в образ, обогащая его содержание, включая его в систему чувственных отношений. Символы взрослости могут представлять собой как бессознательные структуры, обозначающие субъективные смыслы, так и экзистенциальные ценности, которые могут как декларироваться, так и иметь жизненное значение.

Индекс состояния взрослости, как интегральный показатель состояния взрослости, тесно взаимосвязан с содержательными характеристиками субъекта взрослости. Наиболее тесные связи обнаруживает индекс состояния взрослости c общим фоном настроения (r=0,766; при p0,01), положительной оценкой себя и собственных поступков (r=0,701; при p0,01), согласованностью между поставленными и достигнутыми целями (r= 0,554; при p0,01), целостностью (r= 0,530; при p0,01), самоценность (r= 0,276; при p0,01), эго-состояниями взрослого (r= 0,271; при p0,01) и родителя (r= 0,363; при p0,01), опосредованностью (r= 0,339; при p0,01), креативностью (r= 0,320; при p0,01), интернальностью в области межличностных отношений(r= 0,268; при p0,01), субъективная оценка взрослости (r= 0,396; при p0,01), Обнаружены также связь с защитными механизмами личности отрицанием (r= 0,560; при p0,01), проекцией(r= 0,274; при p0,01), компенсацией(r= 0,346; при p0,01), в целом с напряженностью психологических защит(r= 0,257; при p0,01). Состоянию взрослости конгруэнтны оптимизм, удовольствие от жизни, высокая самооценка своих внутренних и внешних качеств, способность достижения важных для себя целей, целостность и самоценность, как способность выступать в качестве самоорганизующейся системы, расширять границы объединения себя с контекстом, в котором осуществляется активность, успешное взаимодействие с общностями других людей, уверенность и сбалансированность эмоций, равновесие и жизнеутверждающее поведение, позитивное отношение к себе, способность произвольно управлять своим поведением, эмоциональными реакциями, способность генерировать новые идеи, интернальность в межличностных отношениях. Настораживает значимая с высокой вероятностью напряженность психологических защит. Защитными механизмом субъекта взрослости являются отрицание, проекция и компенсация. Посредством защит фрустрирующие, вызывающие тревогу обстоятельства, либо внутренние импульсы, либо части самого себя игноруются, либо проецируются на объекты, либо иррационально компенсируются (едой, сексом, алкоголем и т.д.) Тревожащая информация, противоречащая основным установкам личности, угрожающая самосохранению, самоуважению или социальному престижу, очевидная для окружающих не воспринимается субъектом.

Образы взрослости, также как и индекс взрослости в целом имеют положительную корреляционную связь с вероятностьюc общим фоном настроения (r= 0,715), положительной оценкой себя и собственных поступков (r= 0,618), автономией (r= 0,618), последовательностью в достижении целей (r= 0,421), креативностью (r= 0,246), опосредованностью (r= 0,275). Образы взрослости связаны положительными взаимосвязями с эго-состояниями взрослого (r= 0,421) и родителя (r= 0,337). Образы взрослости имеют отрицательную корреляционную взаимосвязь с регрессией (r= -0,266) и гиперкомпенсацией (r= -0,297), а также положительную корреляционную связь c проекцией (r= 0,324) и отрицанием(r= 0,411) как защитными механизмами.

Становление образов взрослости возможно при наличии положительного настроения и отношения к себе, автономии, последовательности в достижении целей, креативности, опосредованости, связанной с владением психическими процессами. Способствуют становлению образов взрослости эго-состояния взрослого и родителя. Активно используются в становлении и функционировании образов взрослости проекция и отрицание в качестве защитных механизмов. Препятствием для образов взрослости является регрессия на более ранние стадии развития, стереотипизация, обеднение и упрощение психологического потенциала и гиперкомпенсация.

Переживания взрослости имеют положительную корреляционную взаимосвязь с общим фоном настроения (r= 0,805), положительной оценкой себя и собственных поступков (r= 0,750), целостностью (r= 0,658), согласлванностью между поставленными и достигнутыми целями (r= 0,596), самоценностью (r= 0,507), креативностью (r= 0,350), опосредованностью (r= 0,348), интроспекцией в области неудач (r= 0,264), интроспекцией в области семейных отношений (r= 0,260). Переживания взрослости наиболее выражены в отношении детей, имеется положительная корреляционная взаимосвязь с эго-состояникм родитель (r= 0,270). Защитным механизмомо переживаний взрослости является отрицание (r= 0,490), с регрессией имеется отрицательная корреляционная взаимосвязь (r= -0,266). Переживани взрослости имеют положительные корреляционные взаимосвязи с субъективной оценкой взрослости (r= 0,483), а также с субъективной оценкой возраста (r= 0,280).

Переживания взрослости реализуемы при наличии позитивного настроения и отношения к себе и к своим поступкам, целостности, согласованости между поставленными и достигнутыми целями, самоценности, креативности и опосредованности. Родительская позиция, а также субъективная оценка себя как взрослого дает материал для переживаний взрослости. Защитным механизмом при переживаниях взрослости является отрицание, которое может дать небольшую передышку при воздействии фрустрирующих стрессовых агентов, однако переживания взрослости не дают субъекту скатиться в регрессию.

Отношения субъекта конгруэнтны состоянию взрослости при наличии положительного фона настроения (r= 0,653), положительной оценкой себя и собственных поступков (r= 0,568), согласованности между поставленными и достигнутыми целями (r= 0,349), целостности (r= 0,331). Отношения взрослости положительно взаимосвязаны с эго-состоянием родитель (r= 0,428), субъективной оценки себя как взрослого (r= 0,422). Для отношений взрослости характерна общая напряженность защит (r= 0,277), активное использование разнообразных защит: отрицание (r= 0,506), компенсация (r= 0,451), проекция (r= 0,284), замещение (r= 0,281).

Взрослые отношения с большей вероятностью может построить субъект с положительным фоном настроения, положительной оценкой себя и собственных поступков, с позитивным настроением, согласованности между поставленными и достигнутыми целями, целостностью. Для отношений взрослости важно считать себя взрослым. Для взрослого характерна родительская позиция, что неконгруэнтно взрослости и защищено отрицанием, компенсацией, проекцией и замещением, при относительно выраженной общей напряженности защит.

Символы взрослости имеют положительную значимую взаимосвязь с общим фоном настроения (r= 0,766), целостностью (r= 0,441), положительной оценкой себя и собственных поступков (r= 0,436), креативностью (r= 0,339), опосредованностью (r= 0,310), интернальность в области межличностных отношений (r= 0,268), согласованностью между поставленными и достигнутыми целями (r= 0,251). Для становления символов взрослости необходима субъективная оценка себя как взрослого (r= 0,396), эго-состояние родителя (r= 0,322). Символы взрослости достаточно уязвимы, о чем свидетельствует положительная корреляционная взаимосвязь с общей напряженностью психологических защит (r= 0,257), и с конкретными психологическими защитами: отрицанием (r= 0,535), компенсацией (r= 0,364), замещением (r= 0,291), рационализацией (r= 0,265).

Символы взрослости имеют возможности становления и реализации у субъектов с позитивным настроением, целостностью, положительной оценкой себя и собственных поступков, креативностью, опосредованностью, интернальностью в области межличностных отношений, согласованностью между поставленными и достигнутыми целями. Целостность, как способность выступать в качестве самоорганизующейся системы, расширять границы объединения себя с контекстом, в котором осуществляется активность, успешно взаимодействовать с общностями других людей, уверенность и сбалансированность эмоций, равновесие и жизнеутверждающее поведение обеспечивает свободный доступ как к бессознательным символам сновидений, так и к экзистенциальным, надличностным ценностям, прокладывая дорогу креативности и свободному оперированию с информацией. Символы взрослости связаны родительской позицией при субъективной оценке себя взрослым, что незаслуженно сужает возможности символизации взрослости. Уязвимость этой позиции связана с общей напряженностью психологических защит и активным их функционированием. В ряду психологических защит: отрицание, компенсация, замещение, рационализация, только рационализация относится к зрелым психологическим защитам.

Полученные данные корреляционных взаимозависимостей субъектных свойств с состоянием взрослости представлены в таблице 16.

Таблица 16

Распределение значимых корреляций между субъектными качествами и состоянием взрослости

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Субъектные качества | Компоненты состояния взрослости | | | | |
| Индекс  Взрос  лости | Образы | Пережи  вания | Отноше  ния | Сим  волы |
| 1 | Общий фон настроения | + | + | + | + | + |
| 2 | Положительная оценка себя и собственных поступков | + | + | + | + | + |
| 3 | Целостность | + | + | + | + | + |
| 4 | Согласованность между поставленными и достигнутыми целями | + |  | + | + | + |
| 5 | Опосредованность | + | + | + |  | + |
| 6 | Креативность | + | + | + |  | + |
| 7 | Самоценность | + |  | + |  |  |
| 8 | Активность | + |  |  |  |  |
| 9 | Последовательность |  | + |  |  |  |
| 10 | Интернальность в межличностных отношениях | + |  |  |  | + |
| 11 | Интернальность в области неудач |  |  | + |  |  |
| 12 | Интернальность в семейных отношениях |  |  | + |  |  |
| 13 | Эго-состояние взрослый | + | + |  |  |  |
| 14 | Эго-состояние родитель | + | + | + | + | + |
| 15 | Субъективная оценка взрослости | + |  | + | + | + |
| 16 | Субъективный возраст |  |  | + |  |  |
| 17 | Общая напряженность психологических защит | + |  |  | + | + |
| 18 | Отрицание | + | + | + | + | + |
| 19 | Компенсация | + |  |  | + | + |
| 20 | Проекция | + | + |  | + |  |
| 21 | Регрессия |  | - | - |  |  |
| 22 | Замещение |  |  |  | + | + |
| 23 | Гиперкомпенсация |  | + |  |  |  |
| 24 | Рационализация |  |  |  |  | + |

Примечание: + положительная корреляция; - отрицательная корреляция. В таблице представлены символы корреляционных зависимостей значимых при p0,01

Таким образом, прогностически благоприятными психологическими свойствами для становления и реализации субъекта взрослости, являются позитивный общий фон настроения, положительная оценка себя и собственных поступков, целостность, согласованность между поставленными и достигнутыми целями, опосредованность и креативность, рациональность и логичность взрослого поведения. Представляется естественным, что состояние взрослости значимо взаимосвязано с эго-состоянием родитель. Однако, взрослость родителя, родительская взрослость определяется скорее озабоченностью о детях, а не о собственной взрослости. Проблематичны и защитные механизмы состояния взрослости. Состояние взрослости защищено отрицанием в качестве ведущего защитного механизма. С помощью этого защитного механизма личность отрицает некоторые фрустрирующие, вызывающие тревогу обстоятельства, либо внутренние импульсы, либо части самой себя.

Гипотетически можно предположить доминирование этого защитного механизма в качестве атрибута коллективного сознания. Повышенная внушаемость и доверчивость связана с действие механизма отрицания, с помощью которого у социального окружения отрицаются нежелательные, внутренне неприемлемые черты, свойства или негативные чувства к субъекту переживания. Отрицание реализуется при конфликтах любого рода, характеризуется внешне отчетливым искажением восприятия действительности.

Сравнительный анализ субъектных свойств испытуемых с высокими и низкими показателями индекса взрослости, проведенный с помощью U-критерия Манна-Уитни представлен в таблице 17.

Таблица 17

Сравнительный анализ субъектных свойств

при разном уровне индекса состояния взрослости

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Номера  шкал | Индекс состояния взрослости | | Uэмп. | p | p |
| Низкий | Высокий |  |
|  |  |  |  |  |
| 1 | 40,81 | 35,10 | 237 |  |  |
| 2 | 36,33 | 38,57 | 244 |  |  |
| 3 | 46,24 | 48,30 | 253 |  |  |
| 4 | 37,14 | 42,30 | 208 |  | p≤0,05 |
| 5 | 20,05 | 22,37 | 196,5 |  | p≤0,05 |
| 6 | 21,32 | 26,22 | 10 | p≤0,01 |  |
| 7 | 20,86 | 26,27 | 45 | p≤0,01 |  |
| 8 | 21,95 | 23,90 | 187 | p≤0,01 |  |
| 9 | 23,00 | 24,57 | 105 | p≤0,01 |  |
| 10 | 17,88 | 21,21 | 182 | p≤0,01 |  |
| 11 | 20,00 | 11,00 | 203 |  | p≤0,05 |
| 12 | 24,93 | 13,52 | 123,5 | p≤0,01 |  |
| 13 | 12,38 | 13,33 | 301,5 |  |  |
| 14 | 20,35 | 41,81 | 155,5 | p≤0,01 |  |
| 15 | 35,73 | 38,89 | 215 |  | p≤0,05 |
| 16 | 17,14 | 26,67 | 207 |  | p≤0,05 |
| 17 | 22,38 | 12,67 | 209 |  | p≤0,05 |
| 18 | 41,27 | 30,83 | 174 | p≤0,01 |  |
| 19 | 4,14 | 5,00 | 275 |  |  |
| 20 | 3,86 | 7,13 | 65 | p≤0,01 |  |
| 21 | 2,10 | 6,17 | 0 | p≤0,01 |  |
| 22 | 3,90 | 7,70 | 0 | p≤0,01 |  |
| 23 | 1,76 | 6,80 | 8 | p≤0,01 |  |
| 24 | 32,14 | 31,97 | 246,5 |  |  |
| 25 | 6,29 | 8,37 | 40 | p≤0,01 |  |
| **26** | **5,62** | **10,20** | **0** | **p≤0,01** |  |
| **27** | **4,43** | **9,22** | **0** | **p≤0,01** |  |
| **28** | **5,90** | **9,36** | **0** | **p≤0,01** |  |
| **29** | **6,75** | **10,08** | **0** | **p≤0,01** |  |
| **30** | **5,68** | **9,71** | **0** | **p≤0,01** |  |
| 31 | 4,95 | 5,83 | 250 |  |  |
| 32 | 4,90 | 5,30 | 254,5 |  |  |
| 33 | 4,48 | 5,40 | 205,5 |  | p≤0,05 |
| 34 | 4,90 | 5,40 | 233,5 |  |  |
| 35 | 4,10 | 3,57 | 232,5 |  |  |
| 36 | 6,19 | 6,83 | 243 |  |  |
| 37 | 4,38 | 5,10 | 236 |  |  |
| 38 | 25,54 | 24,29 | 284 |  |  |

Условные обозначения: 1- хронологический возраст; 2- ребенок (состояние эго); 3-взрослый (состояние эго); 4- родитель (состояние эго); 5- активность; 6- целостность; 7- самоценность; 8- опосредованность; 9- автономность; 10- креативность; 11-вытеснение; 12-регрессия; 13- замещение; 14 – отрицание; 15- проекция; 16- компенсация; 17- гиперкомпенсация; 18-рационализация; 19-интерес к жизни; 20- последовательность в достижении цели; 21- согласованность между поставленными и достигнутыми целями; 22 – положительная оценка себя и собственных поступков; 23- общий фон настроения; 24- субъективный возраст; 25- субъективная оценка взрослости; 26- образы взрослости; 27 – переживание взрослости; 28- отношения взрослости; 29- символы взрослости; 30 – индекс состояния взрослости; 31- общая интернальность; 32- интернальность в области достижений; 33- интернальность в области неудач; 34- интернальность в семейных отношениях; 35- интернальность в производственных отношениях; 36- интернальность в межличностных отношениях; 37- интернальность в области здоровья; 38 – общая напряженность психологических защит.

Компоненты субъективного состояния взрослости и индекс состояния взрослости значимо различаются при низком и высоком показателе индекса (р≤0,01), что еще раз доказывает правомерность его применения для исследовательских целей. Различие уровня индекса состояния взрослости сопровождается значимыми различиями субъектных свойств. Из всего разнообразия субъектных свойств для субъекта взрослости наиболее значимы активность (р≤0,05), целостность, самоценность, опосредованность, автономность, креативность (р≤0,01), последовательность в достижении целей, согласованность между поставленными и достигнутыми целями, положительная оценка себя и своих поступков, общий фон настроения (р≤0,01), субъективная оценка себя как взрослого (р≤0,01), интернальность в области неудач (р≤0,05). У субъекта взрослости выражено родительское эго-состояние. В качестве психологических защит используются отрицание (р≤0,01), проекция, компенсация (р≤0,05). При низких показателях индекса субъективного состояния взрослости предпочтения отдаются вытеснению, гиперкомпенсации (р≤0,05), регрессии, рационализации (р≤0,01).

Состояние взрослости укрепляется при наличии целостности субъекта, характеризующей способность к функционированию в качестве самоорганизующейся системы, способной расширять границы своего объединения с контекстом, в котором осуществляется активность. Субъект взрослости уверен в себе, уравновешен, положительные и отрицательные эмоции его сбалансированы, обеспечивая равновесие и жизнеутверждающее поведение. Самоценность, как свойство субъекта предполагает ценностное, позитивное отношение к себе, самодостаточность. Согласованность между поставленными и достигнутыми целями отражает убежденность в том, что субъект достиг или способен достичь важных для себя целей. Положительная оценка себя и своих поступков у субъекта взрослости согласуются с самоценностью, предполагает высокую самооценку своих внутренних и внешних качеств. Субъекту взрослости свойственен оптимизм получение удовольствия от жизни. Органично взаимодействует состояние взрослости с эго-состоянием Родитель. В качестве психологических защит используются отрицание, проекция, компенсация. Субъективная оценка взрослости основана на когнитивных механизмах оценки собственной взрослости, она базируется на глубинных семантических структурах сознания, глобальных, имплицитных устойчивых суждениях индивида о себе, о мире, обусловливает мышление, эмоциональные переживания, отношения, символы, характеризуя их как взрослые.

Низкие показатели состояния взрослости характерны для субъектов, неспособных строить отношения, часто конфликтующих, чаще проявляющих отрицательные, а не положительные эмоции. Снижает становление взрослости неприятие себя, ощущение ничтожности, беспомощности, неуверенность, застенчивость. Низкая согласованность между поставленными и достигнутыми целями свидетельствует о неуверенности субъекта в возможности поставки и достижения жизненных целей. Заниженная самооценка своих внутренних и внешних качеств ведет к недооценке себя и своих поступков. Пессимизм, неспособность (может быть ввиду запрета на удовольствия) получать удовольствие от жизни тормозят становление взрослости. Защитными механизмами при низких показателях индекса взрослости выступают вытеснение, регрессия, гиперкомпенсация, рационализация. Психологические защиты сглаживают проблемность низкой выраженности субъективного состояния взрослости, но не решают проблем. Низкая субъективная оценка взрослости является свидетельством неприятия себя как взрослого, возможно с уходом от реальности, внутренними конфликтами, непроработанными детскими травмами.

Высокая корреляция между показателями состояния взрослости и субъективными свойствами свидетельствует об их взаимовлиянии. Одновременно она означает правомерность их объединения и рассмотрения в качестве выражения единого целого – субъекта состояния взрослости. Факторный анализ подтверждает данный вывод. Факторизации методом максимального правдоподобия с Варимакс-вращением с нормализацией Кайзера были подвергнуты показатели субъектности личности и состояния взрослости. В результате было получено 10 факторов с общей объясненной дисперсией 89,53 % (таблица 18).

Таблица 18

Данные факторного анализа показателей

субъектности личности и состояния взрослости

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Пере  мен  ные | Фактор с долей объясненной дисперсии (%) | | | | | | | | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 24 | 16,1 | 14,8 | 8,4 | 6,5 | 5 | 4,6 | 4,4 | 3,1 | 2,8 |
| 1 | 0,173 | 0,262 | -0,074 | **-0,797** | -0,179 | 0,041 | 0,37 | 0,051 | 0,021 | -0,059 |
| 2 | 0,192 | -0,056 | 0,326 | **0,604** | -0,087 | 0,088 | **0,456** | 0,125 | -0,282 | 0,33 |
| 3 | 0,339 | -0,084 | 0,188 | 0,137 | **-0,58** | -0,297 | -0,132 | 0,036 | 0,208 | 0,531 |
| 4 | 0,203 | **-0,559** | -0,083 | 0,005 | -0,136 | **0,578** | 0,188 | 0,073 | 0,312 | 0,126 |
| 5 | 0,502 | **0,575** | 0,015 | 0,311 | 0,157 | 0,019 | 0,117 | 0,014 | -0,297 | 0,024 |
| 6 | **0,604** | -0,327 | -0,308 | -0,4 | 0,086 | -0,298 | -0,322 | 0,096 | -0,19 | -0,031 |
| 7 | **0,503** | -0,21 | -0,426 | 0,138 | 0,149 | -0,262 | -0,219 | **0,436** | -0,157 | 0,054 |
| 8 | **0,543** | 0,192 | 0,025 | -0,097 | -0,082 | **-0,715** | 0,053 | 0,051 | -0,051 | 0,189 |
| 9 | 0,362 | -0,069 | -0,054 | 0,232 | **-0,643** | -0,05 | 0,246 | 0,245 | -0,058 | -0,321 |
| 10 | **0,638** | 0,406 | -0,149 | 0,168 | 0,309 | 0,014 | **0,416** | 0,11 | -0,037 | -0,089 |
| 11 | 0,133 | 0,704 | 0,149 | 0,426 | -0,206 | 0,103 | 0,281 | -0,061 | 0,261 | -0,041 |
| 12 | -0,235 | 0,184 | **0,651** | 0,154 | **0,622** | -0,06 | -0,063 | 0,173 | 0,054 | -0,075 |
| 13 | 0,052 | -0,049 | **0,816** | 0,141 | 0,043 | -0,144 | 0,04 | -0,072 | 0,11 | 0,046 |
| 14 | **0,522** | -0,338 | 0,34 | -0,475 | -0,003 | 0,225 | 0,002 | 0,091 | -0,209 | -0,089 |
| 15 | 0,1 | -0,433 | **0,668** | 0,014 | -0,339 | -0,024 | -0,262 | 0,295 | 0,106 | 0,123 |
| 16 | 0,178 | -0,153 | **0,711** | -0,125 | 0,183 | 0,28 | -0,017 | -0,128 | **-0,412** | 0,306 |
| 17 | -0,109 | -0,066 | **0,71** | 0,073 | 0,281 | -0,138 | -0,111 | 0,335 | 0,12 | -0,254 |
| 18 | 0,279 | 0,288 | **0,686** | -0,181 | -0,096 | 0,124 | 0,145 | 0,369 | 0,032 | -0,077 |
| 19 | 0,348 | 0,091 | -0,486 | 0,204 | **0,522** | -0,02 | 0,095 | 0,272 | **0,415** | 0,14 |
| 20 | 0,321 | -0,18 | -0,286 | **0,713** | 0,017 | 0,146 | -0,086 | -0,106 | -0,257 | -0,124 |
| 21 | **0,762** | -0,049 | -0,132 | 0,308 | -0,191 | -0,053 | -0,234 | 0,174 | 0,108 | -0,286 |
| 22 | **0,776** | -0,423 | -0,238 | 0,204 | -0,072 | 0,145 | 0,025 | 0,162 | -0,087 | 0,021 |
| 23 | **0,863** | -0,206 | -0,019 | 0,032 | 0,154 | 0,147 | 0,046 | 0,112 | 0,046 | -0,113 |
| 24 | 0,33 | 0,075 | -0,255 | **-0,702** | -0,084 | 0,025 | 0,384 | 0,27 | -0,096 | 0,028 |
| 25 | 0,244 | **-0,595** | -0,253 | 0,08 | 0,398 | -0,359 | 0,391 | 0,098 | 0,109 | 0,133 |
| **26** | **0,771** | -0,318 | 0,182 | 0,127 | -0,303 | -0,025 | -0,043 | -0,222 | -0,004 | -0,178 |
| **27** | **0,824** | -0,405 | -0,045 | -0,107 | 0,081 | -0,049 | -0,045 | -0,135 | 0,008 | 0,017 |
| **28** | **0,631** | **-0,509** | 0,241 | -0,01 | 0,139 | 0,121 | 0,041 | **-0,438** | 0,148 | 0,03 |
| **29** | **0,685** | -0,241 | 0,292 | -0,188 | 0,24 | -0,038 | 0,075 | -0,299 | 0,216 | -0,058 |
| **30** | **0,819** | -0,417 | 0,178 | -0,034 | 0,04 | -0,011 | 0,009 | -0,304 | 0,074 | -0,059 |
| 31 | **0,522** | **0,663** | -0,174 | -0,099 | 0,04 | 0,135 | -0,169 | -0,185 | 0,189 | 0,128 |
| 32 | **0,516** | **0,784** | -0,012 | 0,021 | -0,203 | 0,122 | -0,204 | -0,013 | -0,032 | -0,05 |
| 33 | **0,577** | **0,515** | -0,233 | -0,06 | 0,081 | 0,336 | -0,248 | 0,11 | 0,015 | 0,13 |
| 34 | 0,435 | 0,419 | -0,195 | -0,122 | 0,163 | 0,353 | **-0,41** | 0,249 | 0,027 | 0,216 |
| 35 | 0,374 | **0,73** | 0,323 | -0,097 | -0,178 | -0,154 | 0,09 | 0,009 | 0,181 | 0,001 |
| 36 | 0,424 | **0,594** | 0,398 | -0,019 | 0,102 | -0,294 | -0,158 | -0,284 | -0,047 | -0,109 |
| 37 | 0,43 | **0,561** | -0,059 | -0,058 | 0,104 | -0,075 | 0,164 | -0,245 | -0,193 | 0,063 |
| 38 | 0,172 | -0,019 | **0,944** | -0,027 | 0,098 | 0,091 | -0,03 | 0,224 | -0,023 | -0,011 |

Условные обозначения: 1- хронологический возраст; 2- ребенок (состояние эго); 3-взрослый (состояние эго); 4- родитель (состояние эго); 5- активность; 6- целостность; 7- самоценность; 8- опосредованность; 9- автономность; 10- креативность; 11-вытеснение; 12-регрессия; 13- замещение; 14 – отрицание; 15- проекция; 16- компенсация; 17- гиперкомпенсация; 18-рационализация; 19-интерес к жизни; 20- последовательность в достижении цели; 21- согласованность между поставленными и достигнутыми целями; 22 – положительная оценка себя и собственных поступков; 23- общий фон настроения; 24- субъективный возраст; 25- субъективная оценка взрослости; 26- образы взрослости; 27 – переживание взрослости; 28- отношения взрослости; 29- символы взрослости; 30 – индекс состояния взрослости; 31 – общая интернальность; 32- интернальность в области достижений; 33 – интернальность в области неудач; 34 – интернальность в семейных отношениях; 35- интернальность в производственных отношениях; 36 – интернальность в межличностных отношениях; 37 – интернальность в области здоровья, 38 – общая напряженность психологических защит.

Первый фактор однополярный, объясняет 24% дисперсии, назван нами «собсвенно взрослость», в него вошли все компоненты состояния взрослости: индекс состояния взрослости (0,808), образы взрослости (0,757), переживания взрослости (0,82), отношения взрослости (0,611), символы взрослости (0,69), а также переменные, отражающие субъектные свойства, поддерживающие состояние взрослости: общий фон настроения (0,866), положительная оценка себя и собственных поступков (0,771), согласованность между достигнутыми и поставленными целями (0,749), креативность (0,661), целостность (0,602), опосредованность (0,535), активность (0,529), общая интернальность (0,527), интернальность в области достижений (0,542), интернальность в области неудач (0,5734). Защитным механизмом для этой структуры свойств является отрицание (0,526). Это достаточно зрелое, непротиворечивое образование. Состояние взрослости включено в группу субъектных свойств, защищено отрицанием.

Второй фактор составляет 16% дисперсии назван нами «интернальность», это биполярный фактор, отражающий, на наш взгляд символическую внутреннюю лабораторию переработки информации в субъективном пространстве взрослости. В нем доминирует интернальность, обращенность во внутренний мир, в него включена активность, защищенная вытеснением, противостояние эго-состоянию родителя, субъективной оценке себя взрослым и отрицанием проекции. Группа интернальных свойств составляет половину весомых переменных данного фактора: общая интернальность (0,701), интернальность в области достижений (0,758), интернальность в производственных отношениях (0,626), интернальность в области здоровья (0,554). Из субъектных свойств здесь представлена активность (0,532). Защитой этой группы переменных выступает вытеснение (0,618). На противоположном полюсе находятся эго-состояние родителя (-0,525), субъективная оценка взрослости (-0,545), проекция (-0,558).

Третий фактор охватывает 14,8% дисперсии. Фактор определен как «защита», это монополярный фактор, почти полностью состоящий из защит. В него вошли переменные: общая напряженность психологических защит (0,913), замещение (0,78), рационализация (0,729), регрессия (0,689), гиперкомпенсация (0,664), компенсация (0,655), проекция (0,571), также в этом факторе оказалась интернальность в области межличностных отношений (0,511). На основе этого фактора можно предположить проблемность межличностных отношений, связанную с доминированием защитных позиций.

Четвертый и пятый факторы объединены понятием «внутренний ребенок». Два этих фактора биполярны. Четвертый фактор включает эго-состояние ребенок (0, 571), последовательность в достижении целей (0,701), на противоположном полюсе хронологический возраст (-0,786) и субъективный возраст (-0,681). Это требовательный ребенок внутри, не признающий возраста. Пятый фактор включает регрессию (0,582), на противоположном полюсе эго-состояние взрослый (-0,585) и автономия (-0,671). Это регрессия на ранние стадии онтогенеза даже за счет пожертвования взрослостью и автономией.

Шестой фактор «стихийный родитель». Он включает эго-состояние родитель (0,578) противопоставленное опосредованности (-0,715).

Седьмой фактор «креатив». Из более весомых переменных выделены эго-состояние ребенок (0,456), креативность (0,416), на противоположном полюсе интернальность в семейных отношениях (-0,41). Очевидно, для креативности взрослых необходимо некоторое дистанцирование от семьи.

Восьмой фактор назван «самоценность». В него вошли самоценность (0,436) и отношения взрослости (-0,438). Утверждение собственной ценности связано порой с разрушением отношений.

Девятый фактор назван «интерес к жизни». Фактор биполярный. В него вошли интерес к жизни (0,415), компенсация (-0,412). Это настоящий интерес к жизни, не компенсируемый ее эрзацами.

Десятый фактор включил в себя одну весомую переменную – эго-состояние взрослый (0,531), он назван «эго-взрослость». Этот факт доказывает правомерность позиции трансактной психологии о необходимости автономии эго-состояния взрослый, в качестве субъекта (активатора, двигателя) других субъективных состояний.

Факторный анализ позволили нам выявить место состояния взрослости среди других компонентов субъективного пространства. Сам компонент «собственно взрослость» является субъективно достаточно зрелым, непротиворечивым компонентом с развитыми защитами. Субъект состояния взрослости имеет положительный фон настроения, позитивно оценивает себя, отличается согласованностью между поставленными и достигнутыми целями, креативен, целостен, обладает опосредованностью, активен, интернален, особенно в области достижений и неудач, защищен отрицанием. Он находится в окружении других противоречивых, возможно, фрагментирующих факторов: интернальности, защиты, внутреннего ребенка, стихийного родителя, креатива, самоценности, интереса к жизни, эго-взрослости.

Сравнительный анализ субъектных показателей и состояния взрослости респондентов с различиями по полу, проведенный с помощью U-критерия Манна-Уитни показал, что значимых различий по субъективному состоянию взрослости между мужчинами и женщинами нет. Данные исследования представлены в таблице 19.

Таблица 19

Значимость различий шкал по полу (между мужчинами и женщинами)

по U-критерию Манна- Уитни

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| №шкал | Средние значения | | Uэмп | p |
| жен. | муж. |
| 1 | 36,56 | 42,95 | 535,5 |  |
| 2 | 38,71 | 39,27 | 824,5 |  |
| 3 | 47,39 | 50,10 | 756,5 |  |
| 4 | 37,59 | 41,12 | 687,5 |  |
| 5 | 22,32 | 24,27 | 523 | p≤0,01 |
| 6 | 24,31 | 23,83 | 792,5 |  |
| 7 | 23,68 | 25,32 | 621,5 |  |
| 8 | 23,76 | 24,51 | 795 |  |
| 9 | 24,44 | 25,66 | 430 | p≤0,01 |
| 10 | 20,47 | 22,53 | 568,5 | p≤0,01 |
| 11 | 15,61 | 36,83 | 271 | p≤0,01 |
| 12 | 26,11 | 17,79 | 625,5 |  |
| 13 | 20,49 | 10,00 | 485,5 | p≤0,01 |
| 14 | 42,12 | 28,16 | 500,5 | p≤0,01 |
| 15 | 45,33 | 32,93 | 545 | p≤0,01 |
| 16 | 34,15 | 13,90 | 339 | p≤0,01 |
| 17 | 28,54 | 21,71 | 657 |  |
| 18 | 47,36 | 48,17 | 809 |  |
| 19 | 4,32 | 5,68 | 436 | p≤0,01 |
| 20 | 5,90 | 5,73 | 786,5 | p≤0,01 |
| 21 | 4,88 | 6,17 | 533 | p≤0,01 |
| 22 | 6,07 | 6,63 | 684,5 |  |
| 23 | 5,32 | 6,12 | 687 |  |
| 24 | 30,39 | 36,29 | 602 |  |
| 25 | 7,10 | 6,85 | 773 |  |
| **26** | **8,76** | **8,76** | **820** |  |
| **27** | **7,39** | **7,48** | **825** |  |
| **28** | **7,99** | **7,60** | **637** |  |
| **29** | **8,82** | **8,72** | **644** |  |
| **30** | **8,24** | **8,14** | **738,5** |  |
| 31 | 5,61 | 6,80 | 496 | p≤0,01 |
| 32 | 5,59 | 6,98 | 482 | p≤0,01 |
| 33 | 5,34 | 6,61 | 455 | p≤0,01 |
| 34 | 5,41 | 6,59 | 570,5 | p≤0,01 |
| 35 | 4,29 | 4,83 | 544,5 | p≤0,01 |
| 36 | 7,05 | 7,00 | 793 |  |
| 37 | 5,24 | 5,66 | 659,5 |  |
| 38 | 33,51 | 26,19 | 477 | p≤0,01 |

Условные обозначения: 1- хронологический возраст; 2- ребенок (состояние эго); 3-взрослый (состояние эго); 4- родитель (состояние эго); 5- активность; 6- целостность; 7- самоценность; 8- опосредованность; 9- автономность; 10- креативность; 11-вытеснение; 12-регрессия; 13- замещение; 14 – отрицание; 15- проекция; 16- компенсация; 17- гиперкомпенсация; 18-рационализация; 19-интерес к жизни; 20- последовательность в достижении цели; 21- согласованность между поставленными и достигнутыми целями; 22 – положительная оценка себя и собственных поступков; 23- общий фон настроения; 24- субъективный возраст; 25- субъективная оценка взрослости; 26- образы взрослости; 27 – переживание взрослости; 28- отношения взрослости; 29- символы взрослости; 30 – индекс состояния взрослости; 31 – общая интернальность; 32- интернальность в области достижений; 33 – интернальность в области неудач; 34 – интернальность в семейных отношениях; 35- интернальность в производственных отношениях; 36 – интернальность в межличностных отношениях; 37 – интернальность в области здоровья, 38- напряженность психологических защит

Анализ значимости различий проводился при заданной вероятности р≤0,01. Компоненты субъективного состояния взрослости представлены пунктами 26-30. Между мужчинами и женщинами нет значимых различий по компонентам субъективного состояния взрослости и индексу взрослости (р≤0,01). Рельеф субъективного состояния взрослости представлен на рисунке 5.

Рис. 5. Рельеф субъективного состояния взрослости по средним показателям мужчин и женщин

Женщины более последовательны в достижении целей (Uэмп=786,5) более активно используют психологические защиты: замещение (Uэмп=485,5), отрицание (Uэмп=500,5), проекция (Uэмп=545), компенсация (Uэмп=339). В целом у них большая напряженность психологических защит (Uэмп=477). Мужчины более активны (Uэмп=523), автономны (Uэмп=430), креативны (Uэмп=568,5), у них больший интерес к жизни (Uэмп=436), больше согласованности между поставленными и достигнутыми целями (Uэмп=533), выше общая интернальность (Uэмп=496), а также интернальность в области достижений (Uэмп=482), неудач (Uэмп=455), семейных (Uэмп=570,5) и производственных отношений (Uэмп=544,5). В качестве защиты предпочитают вытеснение (Uэмп=271). Эти различия объясняются, на наш взгляд, гендерными культуральными нормами. При этом субъективное состояние взрослости не имеет значимых различий у мужчин и женщин.

Сравнительный анализ субъектных показателей и состояния взрослости респондентов с различиями по возрасту, проведенный с помощью U-критерия Манна-Уитни показал наличие некоторых различий по субъективному состоянию взрослости. Разделение на возрастные группы проведено в соответствии с периодизацией Б. Г. Ананьева. Период взрослости он определял промежутком жизни человека от 18 до 60 лет. Он делил его на три периода: раннюю взрослость (18–25 лет), среднюю взрослость (26–46 лет) и позднюю взрослость (47–60 лет). Данные исследования представлены в таблице 20.

Таблица 20

Значимость различий шкал по возрастным группам (ранняя взрослость 20-35 лет, средняя взрослость 36-45 лет, поздняя взрослость 46-60 лет)

по U-критерию Манна- Уитни

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Номер шкал | Возраст | | Uэмп | р | Возраст | | Uэмп | р | Возраст | | Uэмп | р |
| 20-35 | 36-45 | 36-45 | 46-60 | 20-35 | 46-60 |
| 1 | 27,96 | 36,24 | 0 |  | 36,24 | 50,38 | 0 |  | 27,97 | 50,38 | 0 |  |
| 2 | 40,73 | 40,16 | 545,5 |  | 40,16 | 36,50 | 510 | p≤0,01 | 40,73 | 36,50 | 335 | p≤0,01 |
| 3 | 50,12 | 47,43 | 469,5 | p≤0,05 | 47,43 | 46,20 | 732,5 |  | 50,12 | 46,20 | 396 | p≤0,01 |
| 4 | 37,52 | 37,62 | 541,5 |  | 37,62 | 40,33 | 650,5 |  | 37,52 | 40,33 | 572 |  |
| 5 | 23,11 | 23,57 | 553 |  | 23,57 | 23,18 | 706 |  | 23,11 | 23,18 | 609 |  |
| 6 | 22,92 | 23,69 | 537 |  | 23,69 | 25,34 | 417 | p≤0,01 | 22,92 | 25,34 | 375 | p≤0,01 |
| 7 | 24,18 | 25,08 | 522 |  | 25,08 | 24,05 | 651,5 |  | 24,18 | 24,05 | 587,5 |  |
| 8 | 22,79 | 24,51 | 490,5 |  | 24,51 | 24,28 | 732,5 |  | 22,79 | 24,28 | 483 | p≤0,05 |
| 9 | 25,91 | 23,11 | 154,5 | p≤0,01 | 23,11 | 25,73 | 238 | p≤0,01 | 25,91 | 25,73 | 533,5 |  |
| 10 | 20,60 | 21,67 | 415,5 | p≤0,05 | 21,67 | 21,74 | 612,5 |  | 20,60 | 21,74 | 455 | p≤0,05 |
| 11 | 26,36 | 25,68 | 509 |  | 25,68 | 20,75 | 585,5 |  | 26,36 | 20,75 | 572 |  |
| 12 | 22,63 | 32,43 | 304 | p≤0,01 | 32,43 | 15,88 | 226 | p≤0,01 | 22,63 | 15,88 | 495 | p≤0,05 |
| 13 | 16,97 | 19,19 | 602 |  | 19,19 | 12,00 | 448,5 | p≤0,01 | 16,97 | 12,00 | 438 | p≤0,01 |
| 14 | 28,91 | 31,20 | 557 |  | 31,20 | 46,59 | 355 | p≤0,01 | 28,91 | 46,59 | 390 | p≤0,01 |
| 15 | 43,68 | 41,90 | 563 |  | 41,90 | 34,17 | 598,5 |  | 43,68 | 34,17 | 419 | p≤0,01 |
| 16 | 25,45 | 27,57 | 545 |  | 27,57 | 26,25 | 730,5 |  | 25,45 | 26,25 | 575,5 |  |
| 17 | 27,27 | 27,30 | 597,5 |  | 27,30 | 23,75 | 574,5 | p≤0,05 | 27,27 | 23,75 | 578 |  |
| 18 | 41,92 | 49,10 | 556 |  | 49,10 | 49,79 | 604 |  | 41,92 | 49,79 | 510,5 | p≤0,05 |
| 19 | 4,76 | 5,35 | 427 | p≤0,05 | 5,35 | 4,55 | 510 | p≤0,01 | 4,76 | 4,55 | 559,5 |  |
| 20 | 7,06 | 5,84 | 362,5 | p≤0,01 | 5,84 | 4,78 | 548,5 | p≤0,05 | 7,06 | 4,78 | 294,5 | p≤0,01 |
| 21 | 5,67 | 5,19 | 555,5 |  | 5,19 | 5,23 | 705 |  | 5,67 | 5,23 | 452,5 | p≤0,05 |
| 22 | 6,33 | 6,03 | 561 |  | 6,03 | 6,40 | 583 |  | 6,33 | 6,40 | 522,5 |  |
| 23 | 4,48 | 5,89 | 410 | p≤0,01 | 5,89 | 6,18 | 635 |  | 4,48 | 6,18 | 284,5 | p≤0,01 |
| 24 | 23,64 | 29,16 | 330 | p≤0,01 | 29,16 | 43,03 | 159,5 | p≤0,01 | 23,64 | 43,03 | 72,5 | p≤0,01 |
| 25 | 6,73 | 7,32 | 499 |  | 7,32 | 6,93 | 643,5 |  | 6,73 | 6,93 | 563,5 |  |
| **26** | **8,29** | **8,36** | **539** |  | **8,36** | **9,12** | **631** |  | **8,29** | **9,12** | **498** | **p≤0,05** |
| **27** | **6,68** | **7,24** | **566** |  | **7,24** | **8,02** | **501** | **p≤0,01** | **6,68** | **8,02** | **367** | **p≤0,01** |
| **28** | **7,37** | **7,71** | **576** |  | **7,71** | **8,09** | **638** |  | **7,37** | **8,09** | **504** | **p≤0,05** |
| **29** | **8,12** | **8,65** | **582** |  | **8,65** | **9,22** | **522,5** | **p≤0,05** | **8,12** | **9,22** | **495** | **p≤0,05** |
| **30** | **7,61** | **7,99** | **569** |  | **7,99** | **8,61** | **554** | **p≤0,05** | **7,61** | **8,61** | **479** | **p≤0,05** |
| 31 | 5,82 | 6,08 | 554 |  | 6,08 | 6,23 | 701,5 |  | 5,82 | 6,23 | 534 |  |
| 32 | 5,85 | 6,22 | 492 |  | 6,22 | 6,30 | 718,5 |  | 5,85 | 6,30 | 535 |  |
| 33 | 5,58 | 5,76 | 500 |  | 5,76 | 6,05 | 731,5 |  | 5,58 | 6,05 | 552 |  |
| 34 | 5,36 | 6,43 | 334 | p≤0,01 | 6,43 | 5,98 | 530,5 | p≤0,05 | 5,36 | 5,98 | 600,5 |  |
| 35 | 3,88 | 4,89 | 364 | p≤0,01 | 4,89 | 4,63 | 729,5 |  | 3,88 | 4,63 | 441,5 | p≤0,01 |
| 36 | 6,79 | 7,19 | 415,5 | p≤0,05 | 7,19 | 7,05 | 655 |  | 6,79 | 7,05 | 486,5 | p≤0,05 |
| 37 | 5,30 | 5,16 | 520,5 |  | 5,16 | 5,80 | 532 | p≤0,05 | 5,30 | 5,80 | 545,5 |  |
| 38 | 29,37 | 33,45 | 459,5 | p≤0,05 | 33,45 | 28,70 | 514 | p≤0,05 | 29,37 | 28,70 | 593 |  |

Условные обозначения те же

Компоненты субъективного состояния взрослости представлены пунктами 26-30. Между возрастными группами ранней и средней взрослости по хронологическому возрасту нет значимых различий по компонентам субъективного состояния взрослости и индексу взрослости. рельеф субъективного сотояния взрослости представителей различных возрастных групп представлен на рисунке 6.

Рис.6. Рельеф субъективного состояния взрослости представителей различных возрастных групп.

Различия появляются в период средней взрослости с представителями поздней взрослости по компонентам переживаний взрослости (Uэмп =501, р≤0,01), символов взрослости (Uэмп =522,5,р≤0,05) и в целом индекса взрослости (Uэмп =554,р≤0,05). В период поздней взрослости субъективное состояние взрослости содержательно более наполнено. Значимые различия по всем компонентам субъективного состояния взрослости обнаружены между представителями ранней и поздней взрослости: по образам взрослости (Uэмп =498,р≤0,05), по переживаниям взрослости (Uэмп=367,р≤0,01), по отношениям взрослости (Uэмп =504,р≤0,05), по символам взрослости (Uэмп =495,р≤0,05) и по индексу взрослости (Uэмп =479,р≤0,05) в сторону большей содержательной наполненности, принятия компонентов состояния взрослости. Субъективное состояние взрослости значимо не изменяется в период ранней и средней взрослости и наполняется содержанием в период поздней взрослости (по периодизации Б.Г.Ананьева в 47-60 лет).

Раннюю взрослость, по сравнению со средней и поздней взрослостью отличает выраженность эго-состояния Взрослый (Uэмп =469,5, р≤0,05 и Uэмп =396, р≤0,01 соответственно) и последовательность в достижении целей (Uэмп =362,5, р≤0,01и Uэмп =294,5, р≤0,01 соответственно). В ранней взрослости по сравнению со средней взрослостью более выражена автономность (Uэмп =154,5, р≤0,01), по сравнению с поздней взрослостью более выражены эго-состояние Ребенок (Uэмп =335, р≤0,01),согласованность между поставленными и достигнутыми целями (Uэмп =452,5, р≤0,05), а также защитные механизмы: регрессия (Uэмп =495, р≤0,05), замещение (Uэмп =438, р≤0,01), проекция (Uэмп =419, р≤0,01).

Среднюю взрослость отличает от ранней и поздней взрослости больший интерес к жизни (Uэмп =427, р≤0,05 и Uэмп =510, р≤0,01 соответственно), большая интернальность в семейных отношениях (Uэмп =334, р≤0,01 и Uэмп =530,5 р≤0,05 соответственно), меньшая автономность (Uэмп =154,5, р≤0,01 и Uэмп =238, р≤0,01 соответственно), большая склонность к регрессии (Uэмп =304, р≤0,01 и Uэмп =226, р≤0,01 соответственно), в целом большая напряженность психологических защит (Uэмп =459,5, р≤0,05 и Uэмп =514, р≤0,05 соответственно). В отличие от ранней взрослости средняя взрослость более креативна (Uэмп =415,5, р≤0,05), имеет более положительный общий фон настроения (Uэмп =410, р≤0,01), более выраженную интернальность в области производственных (Uэмп =364, р≤0,01) и межличностных отношений (Uэмп =415,5, р≤0,05). По сравнению с поздней взрослостью в средней взрослости более выражено эго-состояние Ребенок (Uэмп =510, р≤0,01), последовательность в достижении целей (Uэмп =548,5, р≤0,05), замещение (Uэмп =448,5, р≤0,01), гиперкомпенсация (Uэмп =574,5, р≤0,05).

Позднюю взрослость от ранней и средней взрослости отличает большая целостность (Uэмп =417, р≤0,01 и Uэмп =375, р≤0,01 соответственно), большая выраженность отрицания (Uэмп =355, р≤0,01 и Uэмп =390, р≤0,01 соответственно), меньшая последовательность в достижении целей (Uэмп =548, 5, р≤0,05 и Uэмп =294, р≤0,01 соответственно), меньшая регрессия (Uэмп =226, р≤0,01 и Uэмп =495, р≤0,05 соответственно),менее выраженное замещение (Uэмп =448,5, р≤0,01 и Uэмп =438, р≤0,01 соответственно). В отличие от ранней взрослости поздняя взрослость более опосредованна (Uэмп =483, р≤0,05), более креативна (Uэмп =455, р≤0,05), обладает более позитивным общим фоном настроения (Uэмп =284,5, р≤0,01), более выраженной интернальностью в производственных (Uэмп =441,5, р≤0,01) и межличностных отношениях (Uэмп =486,5, р≤0,05). По сравнению со средней взрослостью поздняя взрослость более автономна (Uэмп =238, р≤0,01), более интернальна в области здоровья (Uэмп =532, р≤0,05).

С возрастом эго-состояние Ребенок становится все менее привлекательным. Эго-состояние Взрослый наиболее выражено в период ранней взрослости. В период ранней взрослости респонденты более обеспокоены взрослостью поведения, чем в другие периоды взрослости. Это можно интерпретировать как стремление выглядеть и вести себя по-взрослому, в противопоставлении к активному эго-состоянию Ребенок. Целостность является субъектным свойством, нарастающим с возрастом. Опосредованность формируется к средней взрослости и останавливается в развитии. Креативность растет с возрастом. Наиболее подвержена регрессии средняя взрослость. Отрицание нарастает по мере продвижения по возрастным этапам. Снижается проекция. Рационализация достигает пика своего развития к средней взрослости и останавливается. С возрастом снижается последовательность в достижении целей, улучшается общий фон настроения. Средняя взрослость лидер в области интернальности семейных, производственных и межличностных отношений, а также в общей напряженности психологических защит.

Значимо различаются между всеми исследованными группами показатели субъективного возраста, что согласуется с эмпирическими данными, полученными отечественными и зарубежными психологами.

Между возрастными группами не обнаружены различия по показателю эго-состояние Родитель, активности, самоценности, вытеснению, компенсации, положительной оценке себя и собственных поступков, субъективной оценке взрослости, общей интернальности и интернальности в области достижений и неудач.

Таким образом, субъективное состояние взрослости значимо не изменяется в период ранней и средней взрослости и содержательно наполняется в период поздней взрослости (по периодизации Б.Г. Ананьева в 47-60 лет). Субъект состояния взрослости в период ранней взрослости отличается выраженностью эго-состояния Взрослый и последовательностью в достижении целей; в период средней взрослости - большим интересом к жизни, большей интернальностью в семейных отношениях, меньшей автономность, большей склонностью к регрессии, в целом большей напряженностью психологических защит; в период поздней взрослости - большая целостностью, большей выраженностью отрицания, меньшей последовательностью в достижении целей, меньшей регрессией и замещением.

**2.4. Анализ результатов исследования типологии субъекта**

**состояния взрослости**

Идея рассмотрения личности как «мультисубъектного» (В.А.Петровский) образования, семейства субличностей (Р.Ассаджоли), средоточия феноменологически различных эго-состояний - «Родитель», «Взрослый», «Дитя» (Э.Берн) содержит в себе разнообразие возможностей психологической поддержки личности, путей осмысления феномена личности.

Эго-состояния выделяются как отдельное образование, выступающее сценарным образующим эго-системы.

«Наблюдения за спонтанной социальной деятельностью ... обнаруживают, что время от времени разные аспекты поведения людей (позы, голос, точки зрения, разговорный словарь и т.п.) заметно меняются. Поведенческие изменения обычно сопровождаются эмоциональными. У каждого человека свой набор поведенческих схем соотносится с определенным состоянием его сознания. А с другим психическим состоянием, часто несовместимым с первым, бывает связан уже другой набор схем. Эти различия и изменения приводят нас к мысли о существовании различных **эго-состояний.**

На языке психологии эго-состояния можно описывать как систему чувств, определяя ее как набор согласованных поведенческих схем. По-видимому, каждый человек располагает определенным, чаще всего ограниченным репертуаром эго-состояний, которые суть не роли, а **психологическая реальность»** [10, с.125].

Таким образом, эго-состояние – система чувств, связанная с определенными поведенческими схемами. Э.Берн исследовал в первую очередь внешние проявления эго-состояний взрослого, родителя, ребенка. Внутренние составляющие эго-состояний, на наш взгляд, исследованы недостаточно.

Эго-состояния Э.Берн определяет как доступные наблюдению психологические позиции, принимаемые человеком. М.М.Гулдинг и Р.Л. Гулдинг различают критикующего и воспитывающего «родителя», свободного и адаптированного ребенка. Авторы считают, что эго-состояния находятся в постоянном развитии и росте, как общая сумма всех впечатлений, которые получены в прошлом и имеются в настоящем. Эго-состояние ощущая, копируя информацию, встраивает ее в себя. Никто ничего не сделает, если сам субъект не захочет сделать с тем, что он хранит и ощущает. Состояние, таким образом меняется, перестраивается в соответствии с собственными решениями. Эго-состояние есть нечто большее, чем серия интроектов. Это активный выбор, становление в течение всей жизни. В становлении состояния используется как материал реальных родителей, значимых людей, так и исправляются предыдущие искажения, создается тип состояния в соответствии с идеалом. Специфика эго-состояния Взрослый основывается на способности на основе собственного и чужого опыта и проверенной информации вербально оценить данные, проверить их, отделить реальность от вымысла.

Патологию эго-состояния Взрослый авторы связывают с контаминацией, проникновением одного эго-состояния в другое [1].

Становление зрелой личности связано, по Берну, главным образом с оформлением полноценно функционирующего Взрослого. Отклонения в этом процессе определяются преобладанием одного из двух других эго-состояний, что приводит к неадекватному поведению и искажению мироощущения человека. Соответственно психотерапия должна быть направлена на установление баланса трех названных компонентов и усиление роли Взрослого.

Для выявления типов субъекта состояния взрослости, нами был проведен факторный анализ респондентов с доминированием различных эго-состояний.

Представленность доминирующих эго-состояний отражена в таблице 21.

Таблица 21

Показатели распределения по критерию доминирующее эго-состояние

|  |  |
| --- | --- |
| Доминирующее  эго-состояние | Кол-во (в процентах) |
| Родитель | 19,1 |
| Взрослый | 64,5 |
| Ребенок | 16,4 |

Наиболее распространенным является доминирование эго-состояния Взрослый, что составляет 64,5%. Доминирование эго-состояния Родитель обнаружено в 19,1 % случаев. Доминирование эго-состояния Ребенок обнаружено также в 16,4% случаев.

Факторный анализ показал, что фактор, включающий компоненты состояния взрослости у респондентов с доминирование эго-состояния Взрослый является первым и охватывает 26,7% дисперсии, при доминировании эго-состояния Родитель, компоненты состояния взрослости включены во второй фактор, который охватывает 36,7% дисперсии, при доминировании эго-состояния Ребенок, компоненты состояния взрослости включаются в первый фактор, который охватывает 51,9% дисперсии. Все выявленные факторы являются биполярными.

Таким образом, респонденты, выделенные по признаку доминирования эго-состояния Взрослый, обладают более дифференцированными внутренними субъектными образованиями, субъективное пространство взрослости является более структурированным, предположительно более зрелым.

Показатели факторного анализа у респондентов с доминированием различных эго-состояний представлены в таблице 22.

Таблица 22

Выборочные данные факторного анализа показателей

состояния взрослости при доминировании различных эго-состояний

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | Эго-состояние | | |
| Выбранный фактор с долей объясненной дисперсии (%) | Взрослый | Родитель | Ребенок |
| 26,7 | 36,7 | 51,9 |
| Переменные |  |  |  |
| 1 | Хронологический возраст | 0,058 | **-0,508** | -0,355 |
| 2 | Ребенок | 0,163 | **0,584** | **0,795** |
| 3 | Взрослый | -0,057 | **0,787** | **0,852** |
| 4 | Родитель | -0,003 | **0,861** | **0,777** |
| 5 | Активность | **0,663** | -0,09 | 0,482 |
| 6 | Целостность | **0,615** | 0,096 | 0,148 |
| 7 | Самоценность | **0,665** | **0,531** | **0,507** |
| 8 | Опосредованость | 0,454 | 0,344 | **0,56** |
| 9 | Автономность | 0,351 | **0,835** | 0,458 |
| 10 | Креативность | **0,778** | 0,239 | **0,926** |
| 11 | Вытеснение | 0,046 | 0,141 | **0,735** |
| 12 | Регрессия | **-0,514** | **-0,627** | **0,803** |
| 13 | Замещение | -0,415 | -0,17 | **0,924** |
| 14 | Отрицание | 0,397 | -0,235 | **0,947** |
| 15 | Проекция | -0,347 | 0,057 | **0,91** |
| 16 | Компенсация | -0,03 | -0,17 | **0,912** |
| 17 | Гиперкомпенсация | -0,465 | -0,374 | **0,66** |
| 18 | Рационализация | -0,038 | -0,74 | **0,915** |
| 19 | Интерес к жизни | **0,523** | **0,924** | **-0,758** |
| 20 | Последовательность в достижении целей | **0,58** | **0,657** | -0,303 |
| 21 | Согласованность между поставленными и достигнутыми целями | **0,764** | **0,509** | **0,79** |
| 22 | Положительная оценка себя и собственных поступков | **0,855** | **0,967** | **0,758** |
| 23 | Общий фон настроения | **0,861** | **0,849** | **0,874** |
| 24 | Субъективный возраст | 0,405 | **-0,594** | -0,385 |
| 25 | Субъективная оценка взрослости | 0,307 | **0,955** | 0,526 |
| 26 | Образы взрослости | **0,591** | **0,992** | **0,945** |
| 27 | Переживания взрослости | **0,76** | 0,416 | **0,901** |
| 28 | Отношения взрослости | 0,398 | **0,843** | **0,991** |
| 29 | Символы взрослости | **0,508** | **0,91** | **0,991** |
| 30 | Индекс взрослости | **0,724** | **0,892** | **0,972** |
| 31 | Интернальность общая | **0,616** | **-0,527** | 0,045 |
| 32 | Интернальность в области достижений | **0,57** | **-0,509** | 0,152 |
| 33 | Интернальность в области неудач | **0,795** | -0,463 | **-0,526** |
| 34 | Интернальность в семейных отношениях | **0,576** | 0,141 | -0,229 |
| 35 | Интернальность в производственных отношениях | 0,126 | -0,497 | **0,511** |
| 36 | Интернальность в межличностных отношениях | 0,32 | **-0,509** | **0,82** |
| 37 | Интернальность в области здоровья | 0,497 | -0,141 | -0,131 |
| 38 | Напряженность психологических защит | -0,405 | **0,594** | 0,94 |

Выявленное нами состояние взрослости является системообразующей структурой субъективной взрослости. Состояние взрослости обнаружено нами у хронологически взрослых респондентов с доминированием в поведении различных эго-состояний. Выявлены ядерные субъективные свойствами, поддерживающие состояние взрослости. Таковыми являются общий фон настроения, положительная оценка себя и собственных поступков, согласованность между поставленными и достигнутыми целями, интерес к жизни, самоценность. Регрессия является либо принимаемой защитой в эго-состоянии ребенок, либо отвергаемой, и тем самым выделенной в эго-состояниях родителя и взрослого. Эти субъективные свойства являются контекстом существования состояния взрослости.

Тип «Состоявшейся взрослости» соединяет в себе субъективное состояние взрослости и эго-состояние Взрослый. Ядро субъекта взрослости составляют: общий фон настроения (0,861), положительная оценка себя и собственных поступков (0,855), согласованность между поставленными и достигнутыми целями (0,764), интерес к жизни (0,523), самоценность (0,665),креативностью (0,778), возможность проявления взрослости связана также с последовательностью в достижении целей (0,58), активностью (0,663), целостностью (0,615), общей интернальностью (0,616), особенно интернальностью в области достижений (0,57), интернальностью в области неудач (0,795) и интернальностью в семейных отношениях (0,576). Регрессия, как защитный механизм, входит в структуру субъекта собственной взрослости со знаком минус (-0,514). Наряду с использованием регрессии в качестве психологической защиты, субъект состоявшейся взрослости отдает себе отчет (осознаваемый или интуитивно чувствуемый) о нежелательности, примитивности данного защитного механизма. Отношения взрослости включены в фактор с недостаточной интенсивностью. Можно предположить специфичность взрослых отношений, тенденцию их включенности в другой внутренний объект. Это требует дополнительных исследований. Еще одним интересным фактом является отделенность эго-состояния Взрослый от субъективного состояния взрослости, оно включено в другой фактор. Мы предполагаем, что это факт автономного функционирования эго, способного присоединяться к своим различным субъективным состояниям.

Общей ядерной субъектной структурой при доминировании эго-состояний Родитель и Ребенок являются, как уже отмечалось, общий фон настроения (0,849 и 0,874 соответственно), положительная оценка себя и собственных поступков (0,967 и 0,758 соответственно), согласованность между поставленными и достигнутыми целями (0,509 и 0,79 соответственно), интерес к жизни (0,924 и -0,758 соответственно), самоценность (0,531 и 0,507 соответственно). Кроме того, для эго-состояния Родитель характерна автономность (0,835), последовательность в достижении целей (0,657),определенность субъективного возраста (0,843). Субъективная оценка взрослости включена в фактор со знаком минус (-0,594), такой же знак имеет и хронологический возраст (-0,508). Противоположный полюс фактора составляют также, общая интернальность (-0,527), интернальность в области достижений (-0,509), интернальность в межличностных отношениях (-0,509), а также защитные механизмы: регрессия (-,0627), рационализация (-0,74), при этом напряженность психологических защит имеет положительный знак (0,594). Все три эго состояния контаминировы в этом факторе : эго-состояние взрослый (0,787), эго-состояние родитель (0,861), эго-состояние ребенок (0,584). Переживания взрослости включены в качестве выраженного компонента в другой фактор, что может быть свидетельством большей значимости переживаний для других внутренних объектов. Самостоятельность взрослости , стремящаяся к автономии является незащищенной в позиции родителя. Показатели всех трех эго-состояний включены в данный фактор, наряду с состоянием взрослости. На наш взгляд это и есть проявление контаминаций, смешения состояний эго, при некотором преимуществе эго-состояния Родитель. Эго субъекта связано, не имеет достаточной свободы присоединения к разных своим состояниям, что может приводить к внутренним конфликтам, противоречиям, не решаемым с помощью собственного ресурса. Свидетельством этого являются проблемы детско-родительских отношений, борьба мотивов родительства и взрослости, семьи и дела, заботы и работы.

Таким образом, эго-состояние Родитель связано с принятием состояния взрослости, положительным отношением к себе, экстернальной ориентированностью на внешнюю оценку, уязвимостью, связанной с проблемным отношением к защитам, соединенным с автономией. Это субъективная взрослость, вынужденная пробиваться сквозь родительские заботы, зависимая от внешних факторов. Этот тип взрослости мы назвали «Озабоченная взрослость».

При доминировании эго-состояния Ребенок, мы наблюдаем еще больший процент охвата дисперсии фактором, включающим состояние взрослости. Субъектная оснащенность взрослости наряду с типичными чертами: общий фон настроения (0,874), положительная оценка себя и собственных поступков (0,758), согласованность между поставленными и достигнутыми целями (0,79), самоценность (0,507), креативностью (0,926), включает в себя также опосредованность (0,56), субъективную оценку взрослости (0,526), интернальность в производственных и межличностных отношениях (0,511 и 0,82 соответственно). Очень высока общая напряженность защит (0,94), при этом включены практически все защитные механизмы: вытеснение (0,735), регрессия (0,803), замещение (0,924), отрицание (0,947), проекция (0,91), компенсация (0,912), гиперкомпенсация (0,66), рационализация (0,915). Здесь же наблюдается контаминация всех трех эго-состояний примерно с равными весами: эго-состояние ребенок (0,795), эго-состояние взрослый (0,852), эго-состояние родитель (0,777). Противоположный полюс фактора составили такие черты, как интерес к жизни (-0,758), интернальность в области неудач (-0,526). Субъективное состояние взрослости отчетливо определено по всем исследуемых блокам. Взрослость, в этом случае, отмеченная положительными свойствами субъекта, такими как креативность, позитивный настрой, вынуждена пробиваться через батарею психологических защит, недифференцированность эго-позиции. Этот тип взрослости мы назвали «Защищающаяся взрослость».

**2.5.Практические рекомендации**

**для психологического консультирования взрослых**

Теоретико-методологическое и практическое развитие современной психологии, определяемое с точки зрения перспектив психологии в решении задач российского общества, направлено на решение стратегически важной задачи оптимизации психологического состояния общества. Одним из условий понимания психологии человека является поиск образа человека, который возможно инкорпорировать в модели развития общества. Образ (или модель) человека, разрабатываемый современной психологией должен быть представлен не как постоянный и неизменный, а как принимающий различные состояния, зависимые от социальной и культурной среды, но не редуцируемые к социальным и культурным отношениям. Состояния психосоциального человека подчиняются внутренним закономерностям, преломляющим средовые влияния, что придает им определенную устойчивость и способность сопротивляться внешним воздействиям.

В современной психологической и психоаналитической практике набирает популярность интерсубъектный подход, обосновывающий качественно новый взгляд на проблему понимания психических феноменов. Методы эмпатии и интроспекции, активно применяемые практикующими психологами, дают благодатный материал для объяснения, в то время как понимание требует разработки концептуального аппарата, соответствующего исследуемым психическим феноменам.

Основной тезис интерсубъектного подхода заключается в том, что психические и психопатологические феномены нельзя понять без учета тех интерсубъективных контекстов, в которых они формируются. Аффективные переживания, зачастую являются мотиваторами обращения к психологу.

Клиент приносит материал, в котором выражено продолжающееся влияние организующих принципов и образов, которые выкристаллизовались из ранних, формирующих переживаний. Анализ образов, переживаний, отношений, символов жизненной ситуации клиента направлен на интеграцию аффекта в развивающуюся организацию опыта переживания себя самого. Состояние в этом случае выступают в качестве объекта исследования. При этом «потребность в связях с Я-объектом – это потребность в специфической откликаемости на разнообразные аффективные состояния на протяжении всего развития» [8, с. 100].

Целью работы психолога является достижение осознания и различения разнообразных и меняющихся состояний, интеграция противоречивых составляющих, развитие толерантности к переживаниям, использование их в качестве информационных сигналов, повышение способности их регулировать и др. одной из проблем, решаемых психологом является снятие оппозиции между когнитивными и аффективными аспектами психического, видение их не только дифференцированно, но и целостно, в едином психическом пространстве. Для этого аффективная составляющая переживаний и отношений должна пройти эволюцию от преимущественно соматических форм к артикулируемым переживаниям и интеграцию аффективных состояний в когнитивно обработанную организацию опыта переживаний себя.

При наличии созвучной аффективной откликаемости заботящегося окружения в ходе естественного развития ребенка, подобные проблемы не возникают. Хроническая неадекватность откликаемости создает серьезные препятствия для эмоционального созревания, выражающегося , в том числе, в виде психосоматических расстройств. Психолог осуществляет отсутствовавшую аффективную настройку, артикулируя, интегрируя, и трансформируя аффективность клиента в субъективное состояние. Субъективное состояние можно считать освоенным при снятии оппозиции между аффективными и когнитивными компонентами психического, которые становятся неразложимыми, свободно контактирующими с внешней и внутренней реальностью.

Особый субъектный контекст необходим для осуществления, прерывания и возобновления субъективных состояний.

Е.Е.Сапогова, обобщая опыт консультирования взрослых людей, отмечает, что взрослые люди, обратившиеся к психологу испытывают потребность отрефлексировать ту внутреннюю душевную смуту, которая часто сопровождает переживание себя взрослым в трудных жизненных ситуациях [117]. Поводом для обращения являются неразрешенные проблемы возраста: одиночество, развод, безработица, изменение привычной жизни, потеря близких, стрессы, обман, предательство, отношения с собственными взрослеющими детьми и др. Взрослый человек, наряду с ощущением стабильности в жизни переживает периоды сомнений в том, правильно ли он понял и реализовал себя настоящего, свое предназначение в жизни. Для взрослого характерно стремление сделать жизнь по-своему, прожить свою собственную жизнь с ее падениями и взлетами.

Особую ценность приобретает подлинность собственного эго, способность сохранять свою самость, свой жизненный стиль. Появляется стремление к продуктивности, мудрости, истинной близости без потери себя, аутентичности. Особое значение приобретает рост и расширение объема и содержания внутреннего плана, прирастают внутренние резервы.

Проблемным для взрослости является разрушение жизненных иллюзий, фиктивных целей, зафиксированных идей, разочарования, после которых только и возможен реальный взгляд на вещи. Так истинная любовь становится возможной после разочарований, которые следуют за реинтроекцией проекций на любимого.

Взрослый стоит перед необходимостью освоения субъектно-объектного отношения к себе, превращения своих свойств в объект познания, рассмотрения их со стороны, овладения ими. Взрослому человеку важно понимать самого себя, дифференцировать и определять свои переживания, отношения, вербализовать свои внутренние образы, контактировать со своими символами. Зрелое собственное, субъективное символическое пространство позволяет ощущать телом, чувствовать, понимать, интерпретировать жизненные ситуации, если его нет, возникает потребность в советах, внешних, когнитивных конструктах. Другой человек может его отразить, поддержать, понять, принять, но базовые компоненты состояния взрослости обладают силой конструкции или деструкции только для самого субъекта. Именно он может изменять их, двигая свою историю.

Человек рефлексирует себя как состоявшегося по собственному замыслу, принятого самим собой существа или несостоявшегося, непринятого, несмирившегося с самим собой. Автокоммуникация тем выше, чем меньше возможностей общения личности с другими на экзистенциальном субъект-субъектном уровне. Таким образом, взрослый человек часто в не меньшей, а то и в большей степени, чем ребенок и подросток, нуждается в психологической поддержке и понимании, а переживания взрослости являются интереснейшим предметом консультирования.

Представление о субъективном состоянии взрослости, представленное в данном исследовании, может стать методическим ориентиром в профессиональной подготовке психологов, и теоретическим конструктом в работе практического психолога со взрослыми людьми.

На этапе сбора материала, его проработки направляющими для психолога могут быть содержательные характеристики показателей взрослости.

Показатели образа взрослости: собственно Я; самостоятельность; жизнь; ответственность; семья; опыт, знание, умение, восприятие, осознание; желания, потребности, возможности; сообщества людей; работа, дело, финансы, положение; мир.

Показатели переживания взрослости: удовлетворенность; тревога,страх; агрессия; подчинение; четкость; необходимость; радость; другое, по-другому; активность; высота, глубина, полнота.

Показатели отношений взрослости: заботиться, помогать, опекать, удовлетворять; ограничивать , разграничивать; управлять, распоряжаться, контролировать, организовывать; зависеть; создавать, появляться, представлять, искать; давать, отдавать; анализировать, чувствовать, осознавать; принимать, брать; участвовать; доверять.

Показатели символов взрослости: свобода; защита; выбор; продуктивность; зрелость; развитие, саморазвитие; трудности, противоречия; терпение; серьезность; самость.

Интерпретация с учетом перспективы становления субъективного состояния взрослости создаст предпосылки для самостоятельного самоосуществления и проживания собственной жизни.

**Выводы по главе 2:** эмпирическое исследование позволило выявить и структурировать психологический конструкт: субъективное состояние взрослости. Очевидно доказано с помощью эмпирического исследования наличие такой психической реальности как субъективное состояние взрослости, интегрирующей образы, переживания, отношения и символы взрослости, тесно взаимосвязанные между собой. Индекс взрослости является интегративным показателем субъективного состояния взрослости. Субъективное состояние взрослости основано на образе самостоятельно проживаемой жизни, переживании удовлетворенности, активности, несмотря на тревоги и страхи, отношение к реалиям взрослости рациональное и чувственное, принимающее и заботливое, символизирует субъективную взрослость развитие, выбор и защита.

Субъективное состояние взрослости поддерживается такими субъектными свойствами как положительная оценка себя и собственных поступков, общий фон настроения, интерес к жизни, самоценность.

Субъективное состояние взрослости не имеет выраженных половых различий, но имеются различия по периодам взрослости.

**ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

В настоящей работе было проведено исследование целостного психического образования, субъекта состояния взрослости. взрослости рассмотрена как субъективное состояние. Структурированное субъективное состояние взрослости обеспечивает субъекта жизнедеятельности адекватными паттернами взрослости, создающими возможность самоосуществления собственной жизни.

Субъективная взрослость трактуется нами как самоопределение собственной человеческой сущности, переживание самого себя как субъекта отношений с внутренними объектами, субъекта состояния взрослости. Субъективное состояние взрослости –аффективно-когнитивный динамический комплекс, включающий образы, переживания, отношения и символизацию собственной взрослости.

Субъект состояния взрослости - носитель состояния взрослости - целостный субъект, включающий образы взрослости, переживания взрослости, отношения взрослости и символы взрослости функционирующие в качестве самоорганизующейся системы, способной расширять границы своего объединения с контекстом, в котором осуществляется активность.

Структурными компонентами субъективного состояния взрослости, выявленными в результате исследования, являются образы взрослости, переживания взрослости, отношения взрослости, символы взрослости.

Интегральным показателем состояния взрослости является индекс субъективного состояния взрослости. Субъективное состояние взрослости это комплекс образов, переживаний, отношений и символов, определяющий самостоятельное проживание собственной саморазвивающейся жизни, удовлетворенность от анализа, чувствования, осознания себя и собственного бытия.

Состояние взрослости наполнено желаниями, потребностями, возможностями реализация которых приносит удовлетворенность. Состояние взрослости ориентировано на активный, свободный выбор. Субъект состояния взрослости способен как отдавать, так и принимать, брать от жизни. Субъект состояния взрослости ответственен и серьезен. Зрелость субъекта состояния взрослости связана с накопленным жизненным опытом, знаниями, умениями, серьезным восприятием и осознанием жизни и себя самого.

Состояние взрослости позволяет заботится, помогать, опекать, удовлетворять потребности семьи, родных и близких, доверять людям, защищать слабых.

Состояние взрослости предполагает объединение в сообщества для работы, бизнеса, поддержания финансового положения, участие в управлении, возможность распоряжаться, контролировать, организовывать для созидания, проявления, поиска необходимого, другими, неизведанными путями. Состояние взрослости позволяет как управлять, так и подчиняться, зависеть от внешнего мира.

Трудности и противоречия, с которыми сталкивается субъект взрослости, отсутствие четкости, неопределенность могут вызывать тревогу и страх. Субъект взрослости может агрессивно проявить себя. Состояние взрослости располагает ресурсом терпения, чтобы разграничить, упорядочить жизненные фрагменты, осознать по-другому мир.

Радость бытия, включенная в состояние взрослости, создается становлением собственной зрелой самости, которая позволит осознать высоту, глубину и полноту пространства собственной жизни.

Субъективное состояние взрослости является ядерным образованием субъекта взрослости, периферию субъективной реальности взрослости составляют такие субъектные свойства как положительная оценка себя и собственных поступков, общий фон настроения, целостность, самоценность, последовательность в достижении целей, согласованность между поставленными и достигнутыми целями, субъективная оценка себя взрослым.

Субъективное состояние взрослости – компактное психологическое образование, связанное с субъектными свойствами и развитыми защитами. Наряду с субъективным состоянием взрослости в психологической реальности присутствуют другие образования, под общим названием не-взрослость: проективная идентификация, детскость, молодость/незрелость, слияние/сепарация с родительством.

Взрослость связана не столько с достижением определенного возраста или статуса в обществе, уровнем освоения семейных или профессиональных ролей, а со становлением субъектности человека: формированием оценки себя и собственного поведения как поведения взрослого, самоощущением взрослости.

Субъективное состояние взрослости не имеет значимых половых различий, однако, имеются значимые различия в ранней, средней и поздней взрослости.

Выявленное нами субъективное состояние взрослости является системообразующей структурой субъекта взрослости. Состояние взрослости обнаружено нами у хронологически взрослых респондентов с доминированием в поведении различных эго-состояний. Выявлены ядерные субъектные свойства, поддерживающие состояние взрослости. Таковыми являются позитивный общий фон настроения, положительная оценка себя и собственных поступков, целостность, согласованность между поставленными и достигнутыми целями, опосредованность и креативность. Настораживает, что состояние взрослости значимо взаимосвязано с эго-состоянием родитель. Взрослость родителя, родительская взрослость определяется скорее озабоченностью о детях, а не о самостоятельном проживании собственной жизни. Проблематичны и защитные механизмы состояния взрослости. Состояние взрослости защищено отрицанием в качестве ведущего защитного механизма. С помощью этого защитного механизма личность отрицает некоторые фрустрирующие, вызывающие тревогу обстоятельства, либо внутренние импульсы, либо части самой себя.

Типология субъектов состояния взрослости зависит от личностных черт, в частности, эго-состояние, может выступать как фактор субъективного состояния взрослости. Состоявшаяся взрослость, как целостное, относительно автономное субъективное состояние, появляется при доминировании эго-состояния Взрослый. Кроме отмеченных субъектных свойств, составляющих ядро субъекта взрослости, возможность проявления взрослости связана также с согласованностью между поставленными и достигнутыми целями, последовательностью в достижении целей, активностью, целостностью, опосредованностью, креативностью, общей интернальностью особенно интернальностью в области неудач и межличностных отношений. Наряду с использованием проекции в качестве психологической защиты, субъект состоявшейся взрослости отдает себе отчет (осознаваемый или интуитивно чувствуемый) о необходимости снятия проекций с внешних и внутренних объектов и интроецирования, принятия их как своих собственных. Эго-состояние Взрослый не контаминировано с другими эго-состояниями, в том числе с субъективным состоянием взрослости, что позволяет субъекту взрослости свободно реализовываться в реальности внешнего и внутреннего мира.

Озабоченная взрослость связана доминированием эго-состояния Родитель. Самостоятельность взрослости, стремящаяся к автономии является незащищенной в позиции родителя. При принятии состояния взрослости, положительном отношении к себе, субъект взрослости характеризуется ориентированностью на внешнюю оценку, уязвимостью, связанной с проблемным отношением к защитам, соединенным с автономией. Эго-состояния контаминированы. Эго субъекта связано, не имеет достаточной свободы присоединения к разных своим состояниям, что может приводить к внутренним конфликтам, противоречиям, не решаемым с помощью собственного ресурса.

При доминировании эго-состояния Ребенок, защищающаяся взрослость имеет субъектную оснащенность положительной оценкой себя и собственных поступков, общим фоном настроения, самоценностью, включает в себя также опосредованность, автономность, креативность, согласованность между поставленными и достигнутыми целями, интернальность в производственных и межличностных отношениях и отличается включенностью практически всех защитных механизмов. Здесь же наблюдается контаминация всех трех эго-состояний примерно с равными весами. Притиворечиво связаны с субъективным состоянием взрослости интерес к жизни, интернальность в области неудач. Взрослость, в этом случае, отмеченная положительными свойствами субъекта, такими как креативность, позитивный настрой, вынуждена пробиваться через батарею психологических защит, недифференцированность эго-позиции.

Продолжение исследования планируется в направлении расширения спектра анализа и тематики субъективных состояний. Определение системообразующих факторов различных субъективных состояний является востребованным компонентом как профессиональной подготовки психологов, так и консультативной практики.

**Основные выводы:**

1.Во внутренней реальности субъекта взрослости можно выделить и структурировать целостное образование - субъективное состояние взрослости.

2.В структуру субъективного состояния взрослости включены в качестве компонентов образы взрослости, переживания взрослости, отношения взрослости и символы взрослости.

3.Субъект состояния взрослости - носитель состояния взрослости - целостный субъект, включающий образы взрослости, переживания взрослости, отношения взрослости и символы взрослости функционирующие в качестве самоорганизующейся системы, способной расширять границы своего объединения с контекстом, в котором осуществляется активность.

4. Индекс состояния взрослости взаимосвязан c субъектными свойствами: целостность, самоценность, опосредованность, автономность, креативность, последовательность в достижении целей, согласованность между поставленными и достигнутыми целями, положительная оценка себя и своих поступков, общий фон настроения, высокая субъективная оценка себя как взрослого.

5. Высокий показатель индекса состояния взрослости связан с защитными механизмами: отрицание, проекция, компенсация. Низкий показатель индекса взрослости связан с регрессией и рационализацией.

6.Субъективное состояние взрослости относительно автономно от пола субъекта взрослости, но изменяется с возрастом в сторону большей содержательной наполненности

7.Женщины более последовательны в достижении целей, более активно используют психологические защиты: замещение отрицание проекция , компенсация. В целом у них большая напряженность психологических защит. Мужчины более активны, автономны, креативны, у них больший интерес к жизни, больше согласованности между поставленными и достигнутыми целями, выше общая интернальность. В качестве защиты предпочитают вытеснение.

8.Индивидуальные характеристики личности определяют типологию субъективного состояния взрослости, как ядерного, инвариантного образования .различаются типы субъективного состояния взрослости: состоявшаяся взрослость, озабоченная взрослость, защищающаяся взрослость.

**Список литературы**

|  |  |
| --- | --- |
|  | Абульханова К.А. Принцип субъекта в отечественной психологии / Психология. Журнал Высшей школы экономики. Т.2, №4, 2005, с. 3-21. |
|  | Абульханова К.А.[Социальное мышление личности](http://www.ipras.ru/cntnt/rus/institut_p/publikacii/stati_sotr/stati1.html)/ Современная психология: состояние и перспективы исследований. Часть 3. Социальные представления и мышление личности. М.: Изд-во "Институт психологии РАН", 2002, с. 88-103 |
|  | Абульханова-Славская, К.А. Стратегия жизни/ К.А. Абульханова-Славская. М.: Мысль, 1991.-299 с. |
|  | Абульханова К. А. Рубинштейновская категория субъекта и ее различные методологические значения / Психология индивидуального и группового субъекта / Под ред. А. В. Брушлинского, М. И. Воловиковой. — М., 2002. |
|  | Абульханова-Славская К. А. Диалектика человеческой жизни. – М., 1977. |
|  | Абульханова, К.А. Время личности и время жизни/ К.А. Абульханова, Т.Н. Березина. СПб.: Алетейя, 2001.-304 с. |
|  | Агапов В.С. Акмеологическое становление Я-концепции руководителя. М.: Изд-во РАГС, 2008 - 210 с.; |
|  | Александровский Ю.А. Пограничные психические расстройства. – М.: Медицина, 1993.-400с. |
|  | Ананьев, Б.Г. Некоторые проблемы психологии взрослых/ Б.Г. Ананьев // Психология развития. СПб.: Питер, 2001. - С. 298 - 329. |
|  | Анцыферова Л. И. Новые стадии поздней жизни: время теплой осени или суровой зимы? // Психологический журнал. — 1994. — Т. 15. — No 3. — С. 99— 104 |
|  | Анцыферова, Л.И. Психологические закономерности развития личности взрослого человека и проблема непрерывного образования/ Л.И. Анцыферова // Психологический журнал. 1980. - Т. 1. - №2. - С. 52-60. |
|  | Анцыферова, Л.И. Эпигенетическая концепция развития личности Эрика Эриксона/ Л.И. Анцыферова // Принцип развития в психологии/ под ред. Л.И Анцыферовой. М.: Наука, 1978. - С. 231-256 |
|  | Ариес, Ф. Возрасты жизни/ Ф. Ариес // Философия и методология истории. М.: Прогресс, 1977. - С. 216-244. |
|  | Асмолов, А.Г. Психология личности/ А.Г. Асмолов. М.: МГУ, 1990. -367 с. |
|  | Базылевич Т.Ф. Введение в психологию целостной индивидуальности. М.: Издательство «Институт психологии РАН», 1998. -248 с. |
|  | Базылевич Т.Ф.Психология высших достижений личности (психоакмеология) : монография / Т. Ф. Базылевич. - Москва : ИНФРА-М, 2016. – 329с. |
|  | Баррон, Ф. Личность как функция проектирования человеком самого себя/ Ф. Баррон // Вопросы психологии. 1990. - № 2. - С. 41—48. |
|  | Баскаева О.В. Роль самооценки и родительской оценки в формировании индивидуальных различий сиблингов // Человек,субъект,личность в современной психологии. Материалы международнойнаучной конференции,посвященной 80‐летию А.В.Брушлинского 10–11 октября 2013 г. Москва. Ответственные редакторы А.Л.Журавлев,Е.А.Сергиенко Том 1. С.195-197 |
|  | Бахтин М. М. Автор и герой в эстетической деятельности// Автор и герой:к философским основаниям гуманитарных наук/сост. С.Г.Бочаров.СПб.: Азбука, 2000.С.3-226. |
|  | Берн Э. Игры, в которые играют люди. Люди, которые играют в игры. -СПб.: Лениздат, 1992. 400 с. |
|  | Берн Э. Трансакционный анализ и психотерапия = Transactional Analysis in Psychotherapy. — М., 1992. —224 с. |
|  | Бинсвангер. Л. Бытие-в-мире. Избранные статьи. — М.: «Рефл-бук»,1999. — 336 с. |
|  | Бодалев, A.A. О предмете акмеологии/ A.A. Бодалев // Психологический журнал. 1993. - №5. |
|  | Божович Л. И. Проблемы формирования личности / под ред. Д. И. Фельдштейна. М.; Воронеж: НПО «МОДЭК», 1995. 352 с. |
|  | Божович Л.И.Личность и её формирование в детском возрасте. СПб.: Питер, 2008. -400 с |
|  | Больнов О.Ф. Философия экзистенциализма / О.Ф. Больнов. - СПб.: Лань, 1999. - С. 19. |
|  | Большой психологический словарь / Под ред. Мещерякова Б.Г., Зинченко В.П. – СПб: ПРАЙМ-ЕВРОЗНАК, 2003. – 672 с. |
|  | Боулби Дж. Создание и разрушение эмоциональных связей. – М.: Академический Проект, 2004. |
|  | Бочаров, В.В. Антропология возраста/ В.В. Бочаров. СПб.: Изд-во СПБГУ, 2001.- 196 с. |
|  | Братусь, Б.С. К проблеме развития личности в зрелом возрасте/ Б.С. Братусь // Вестник Московского университета. Серия 14. «Психология». -1980.-№2.-С. 3-12. |
|  | Братусь, Б.С. Опыт обоснования гуманитарной психологии/ Б.С. Братусь // Вопросы психологии 1990. - № 6. - С. 6-15 |
|  | Брушлинский А.В. Проблемы психологии субъекта. М.: Институт психологи РАН.-1994.-55с. |
|  | Брушлинский А.В. Психология субъекта.М.: Издательство:Алетейя.2003.-272с. |
|  | Брушлинский А.В. Субъект: мышление, учение, воображение. М.; Воронеж, 2008. |
|  | Брушлинский, A.B. Психология субъекта в изменяющемся обществе/ A.B. Брушлинский // Психологический журнал. 1996. - Т.2. - № 6. - С. 18-26. |
|  | Бьюдженталь, Дж. Искусство психотерапевта/ Дж. Бьюдженталь. СПб.: Питер, 2001.-304 с. |
|  | Вассерман Л.И., Б.В. Иовлев, Б.Д. Карвасарский [и др.] В.Н. Мясищев  и медицинская психология: к 110-летию со дня рождения и 30-летию со дня смерти // Обозрение психиатрии и медицинской психологии. – 2004. – Т. 1, № 1. – С. 22-25 |
|  | Васильева Н.Л. Психоанализ: суть психологической работы [Электронный ресурс] // Медицинская психология в России: электрон. науч. журн. – 2012. – N 5 (16). – URL: http://medpsy.ru |
|  | Василюк Ф.Е. Переживание и молитва. М., 2005 |
|  | Василюк Ф.Е. Психология переживания (анализ преодоления критических ситуаций). —М.: Изд-во МГУ, 1984. -200 с. |
|  | Винникот Д.В. Маленькие дети и их матери. М., Класс, 1998 |
|  | Волкова Е.Н., Гришина А.В.Исследование структуры субъектности в младшем подростковом возрасте// Человек,субъект,личность в современной психологии. Материалы международнойнаучной конференции,посвященной 80‐летию А.В.Брушлинского 10–11 октября 2013 г. Москва. Ответственные редакторы А.Л.Журавлев,Е.А.Сергиенко Том 1. С.260-263 |
|  | Выготский Л. С. Педология подростка // Собр. соч.: В 6 т. - М, 1984. - Т. 4. - С. 6-37. |
|  | Гадамер Х.-Г. Истина и метод:Основы филос.герменевтики:  Пер.с нем./Общ.ред.и вступ.ст.Б.Н.Бессонова.— М.: Прогресс, 1988.-704с. |
|  | Глозман Ж.М., Наумова В.Н., Субъектогенез в пожилом возрасте. // Человек,субъект,личность в современной психологии. Материалы международнойнаучной конференции,посвященной 80‐летию А.В.Брушлинского 10–11 октября 2013 г. Москва. Ответственные редакторы А.Л.Журавлев,Е.А.Сергиенко Том 1. С.248-251. |
|  | Гозман, Л.Я. Взаимосвязь отношения к себе и другим/ Л.Я. Гозман, Ю.Е. Алешина // Вестник Московского университета: серия 14. «Психология». 1982,-№4. -С. 21-30. |
|  | Головаха, Е.И. Психологическое время личности/ Е.И. Головаха, A.A. Кроник. Киев: «Наукова думка», 1984. - 208 с. |
|  | Головаха Е. И., Кроник А. А. Психологическое время личности. – М., 1984 |
|  | Гошовская Д.Т.Взаимозависимость развития самоакцептации и моральной самооценки подростков// Человек,субъект,личность в современной психологии. Материалы международнойнаучной конференции,посвященной 80‐летию А.В.Брушлинского 10–11 октября 2013 г. Москва. Ответственные редакторы А.Л.Журавлев,Е.А.Сергиенко Том 1. С.258-260 |
|  | Грекова, Т.Н. Субъективная семантика понятия «развитие»: дис. . канд. психол. наук/ Т.Н. Грекова. М., 2001. - 170 с |
|  | Давыдов В.В. Проблемы развивающего обучения. М., 1986. 240 с. |
|  | Давыдов В.В., Слободчиков В.И., Цукерман Г.А. Младший школьник как субъект учебной деятельности // Вопросы психологии.– 1992, – N3-4. |
|  | Дерябо С.Д. Природный объект как «значимый другой». – Даугавпилс,1995 |
|  | Джеймс У. Психология. – М., 1991 |
|  | Дьяков А. В. Жак Лакан. Фигура философа. М.: Издательский дом «Территория будущего», 2010. — 560 с. |
|  | Зинченко, В.П. Миры сознания и структура сознания / В.П. Зинченко // Вопросы психологии. 1991. - № 2. - С. 42-53. |
|  | Знаков В.В. Самосознание, самопонимание и понимающее себя бытие // Методология и история психологии. 2007. Том 2. Вып. 3. С. 65-74. |
|  | Знаков В.В. Психология понимания: Проблемы и перспективы.-М.: «Институт психологии РАН»,2005. – 448 с. |
|  | Игнатова Н. Ю. Онтология взрослости: опыт философской реконструкции : дис. ... к-та филос. наук : 09.00.13 Екатеринбург, 1999. |
|  | Ильясов И.И.Структура процесса учения.М.: Изд-во МГУ. 1986.-206с. |
|  | Ильясов И.И., Грекова Т.Н. Об архитипичности символов развития // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология.-2006.-№6.-С.41-51. |
|  | Ильясов И. Совершенствовать практическую психологию //Вопросы психологии.-1988. - №1. –Стр. 36-45. |
|  | Карицкий, И.Н. Понятие субъекта и объекта в философии и психологии / И.Н. Карицкий // Методология и история психологии. - 2010. - Вып. 1. - С. 69-101. |
|  | Ковалев В.И. Категория времени в психологии (личностный аспект)// Категории материалистической диалектики в психологии. Под ред. Л. И. Анциферовой. М.: «Наука» 1988. С. 216-230. |
|  | Ковалев В.И. Личностное время как предмет психологического исследования// Психология личности и время. Тезисы докладов и сообщений Всесоюзной научно-теоретической конференции. Черновцы: 1991. Т. 1. C. 4-8. |
|  | Кон И. С. Ребенок и общество.-М.: Академия,2003.-336с |
|  | Кон И.С. Открытие "Я". М.: ИПЛ, 1978. 366 с. |
|  | Кон, И.С. В поисках себя: личность и ее самосознание. М.: Политиздат, 1984. - 335 с. |
|  | Королева Н.Н., Алехин А.Н., Богдановская И.М., Проект Ю.Л. Субъектогенез знаково-смысловой регуляции социального поведения в современных социокультурных условиях // Человек, субъект, личность в современной психологии. Материалы Международной конференции, посвященной 80-летию А.В.Брушлинского.Том 1/ Отв. ред. А.Л. Журавлев, Е.А. Сергиенко. – М.: Изд‐во «Институт психологии РАН», 2013. С.281-284 |
|  | Крайг, Г. Психология развития. СПб.: Питер, 2000. - 992 с. |
|  | Крупнов А.И. Системно-диспозиционный подход к изучению личности и ее свойств // Вестник Российского университета дружбы народов. – М.: РУДН, 2006, № 1 (3), с.63-74. |
|  | Крюкова Т.Л. О взаимосвязи взрослости и совладающего поведения//Человек, субъект, личность в современной психологии.Материалы Международной научной конференции, посвященной 80‐летию А.В.Брушлинского 10–11 октября 2013годаМосква Ответственные редакторы А.Л.Журавлев, Е.А.Сергиенко Том 1.С 286-289 |
|  | Кувакин В.А. Экзистенциализм / В.А. Кувакин // Русская философия: Словарь / под общ. ред. М.А. Маслина. -M.: Республика, 1995. - С.628.) |
|  | Кузьмина Т.А. Экзистенциальный опыт и философия. ж. «Вопросы философии», **2007**, №12, стр. 16-27 |
|  | Лаптева М.Д.Позиция в структуре профессионального общения. Автореф.дисс. канд.психол.наук, М., 1999- 20 с |
|  | Левин, К. Определение понятия «поле в данный момент»/ К. Левин // Период открытого кризиса. Начало 10-х-середина 30-х годов XX в.: Хрестоматия по истории психологии. М.: Изд-во МГУ, 1980. - С. 131-145. |
|  | Ливехуд Б. Кризисы жизни – шансы жизни. – Калуга, 1994. |
|  | Логинова, H.A. Жизненный путь человека как проблема психологии/ H.A. Логинова // Вопросы психологии. 1985. - № 1. - С. 32^46. |
|  | Ломов Б.Ф.Методологические и теоретические проблемы психологии. М.: Наука, 1984. -444 с |
|  | Лэнг Р.Д. Расколотое «Я». СПб., 1995. |
|  | Лэнгле А. Что движет человеком? Экзистенциально-аналитическая теория эмоций. М.: Генезис,2006. |
|  | Лэнгле А. Эмоции и экзистенция. Харьков: Гуманитарный центр, 2007 |
|  | Мамардашвили М.К. Лекции о Прусте:Психологическая топология пути. М.: Ad Marginem, 1995.548 с |
|  | Мамычева Д.И.«Детство» и «взрослость»: взаимопроникновение опытов //Антропология творческой субъективности и креативности. Коллективная монография. / Отв. редактор О. К. Румянцев. — СПб: Эйдос, 2013. — 310 с С. 224- 234). |
|  | Массен, П. Развитие личности в зрелом возрасте / П. Массен, Дж. Конгер, Дж. Каган // Психология личности: тексты. М.: Наука, 1982. -С. 182-186. |
|  | Маслоу, А. Самоактуализация/ А. Маслоу // Психология личности: Тексты.-М., 1982.-С. 163-172. |
|  | Минигалиева, М.Р. Взрослость: типы и контексты анализа/ М.Р. Минигалиева // Психология зрелости. 2000. - № 1 (9). - С. 5-19. |
|  | Мухина B.C.. Возрастная психология. Феноменология развития : учебник для студ. высш. учеб. заведений / В.С.Мухина. — 10-е изд., перераб. и доп. — М.: Издательский центр «Академия». 2006 - 608 с., |
|  | Мясищев В.Н. Психология отношений: Избранные психологические труды (под ред. Бодалева А. А) - М.: Модэк МПСИ, 2004. |
|  | Нагибина Н.Л.Введение в псикосмологию. Учебное пособие. - М: МГУДТ. 2014. - 100 с. |
| 91. | Нагибина Н.Л., Масленникова А.В. Психология искусства.Музыка. –М.: Московский институт психоанализа.-2011.-196с. |
| 92. | Намазбаева Ж.И. психологические аспекты реализации идей "Рухани жангыру" для развития поликультурной личности в педагогическом вузе.- Алматы. ИП "Белауса" - 2018. - 344 с. |
| 93. | Николаева А.Ю. Субъект состояния взрослости//Гуманитарные, социально-экономические и общественные науки, -2015, № 9, С.270-272 |
| 94. | Николаева А.Ю. Субъективное состояние взрослости в дискурсе эго-состояний//Историческая и социально-образовательная мысль.Том 7 № 6.С.379-382. |
| 95. | Носов, Н.А. Психологические виртуальные реальности .-М.: Ин-т человека, 1994. – 195 с |
| 96. | Орехов А.Н., Ильясов И.И. О теории и практике в психологии// Вопросы психологии.-1989.-№4 –С.135-140. |
| 97. | Осницкий А.К. Психология самостоятельности: методы исследования и диагностики.-Нальчик:Издательство:Эль-Фа.1996. -124с. |
| 98. | Павлов И.П. Избранные произведения.М.,1949 |
| 99. | Панов В.И. От проблемы образа к проблеме формопорождения//Образ в регуляции деятельности/ под ред. Н.Л.Мориной, В.И.Козлова.- М.: РПО, 1997.-С.101-112 |
| 100. | Панов В.И. Психические состояния как объект и предмет психического исследования // Мир психологии.1998.№2 (14) |
| 101. | Панов В.И. Психология и практика психических состояний в экстремальных ситуациях//Первая российская конференция по экологической психол.: тез.(Москва, 3-5 декабря).-М., 1996.-С.128-129. |
| 102. | Петров И.Г. Психическое состояние как особое явление: его определение и структурно-содержательные характеристики//Мир психологии, 1998, №2(14), С.8-20 |
| 103. | Петровский А.В. Проблема развития личности с позиций социальной психологии // Вопросы психол. 1984. №4, С 15–29. |
| 104. | Петровский В.А. Принцип ведущей деятельности и проблема личностно-образующих видов деятельности при переходе от детства к взрослости // Психологические условия и механизмы воспитания подростков. М., 1983. |
| 105. | Пригожин И. От существующего к возникающему. –М., 1985. |
| 106. | Пригожин И., Стенгерс И. Порядок из хаоса. –М., 1986. |
| 107. | Прохоров А.О. Неравновесные психические состояния человека//Психические состояния как общепсихологическая проблема: Хрестоматия//Сост И.В.Герасимова. – Владивосток: ДВГМА, 2001.С.98-104. |
| 108. | Прохоров А.О. Психические состояния и их функции. – Казань, 1994.-168с. |
| 109. | Прохоров А.О. Теоретические и практические аспекты проблемы психических состояний личности / Прохоров А.О. – Самара, 1991. – 113 c. |
| 110. | Прохоров А.О. Функциональные структуры психических состояний// Психол.журн., 1996.Т.17.№3.С.9-17. |
| 111. | Психологический словарь.1996 |
| 112. | Психология старости и старения: Хрестоматия: Учеб. пособие для студ. психол. фак.высш. учеб. заведений / Сост. О. В. Краснова, А. Г. Лидерс. — М.: Издательский центр «Академия», 2003. — 416 с |
| 113. | [Психосоциальное развитие в средней взрослости: структура и особенности развития. Расширение теории Эриксона Пэком.](http://agespsyh.ru/vozrastnaya-psikhologiya-otvety-na-ekzamenatsionnye-voprosy/14-psihosocialnoe-razvitie-v-srednej-vzroslosti.html) http://agespsyh.ru/vozrastnaya-psikhologiya-otvety-na-ekzamenatsionnye-voprosy/14-psihosocialnoe-razvitie-v-srednej-vzroslosti.html |
| 114. | Развитие психофизиологических функций взрослых людей: средняя взрослость/ под ред. Б.Г. Ананьева, Е.И. Степановой. М.: Педагогика, 1977. |
| 115. | Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. М., 1996. 704 с. |
| 116. | Рубинштейн, C.JI. Самосознание личности и ее жизненный путь/ С.Л. Рубинштейн // Собр. соч.: В 2 т. М.: 1989. - Т. 2. - С. 236 - 250. |
| 117. | Рыбакова Н.А.Взрослость – базисная категория андрогогики. //Профессиональное развитие педагога в системе постдипломного образования: Материалы IX областной научно-практической коенференции 27-29 ноября 2001г.: В 2ч./Под ред. Н.С.Рыбакова.- Ч.1.- Псков: ПОИПКРО, 2002.-С.18-23 |
| 118. | Рябикина З.И. Исследование бытия личности и ее со-бытия с теоретико-методологических позиций психологии субъекта. // Человек,субъект,личность в современной психологии. Материалы международнойнаучной конференции,посвященной 80‐летию А.В.Брушлинского 10–11 октября 2013 г. / Под ред. редакторы А.Л.Журавлев,Е.А.Сергиенко М.,2013.Том 1. С.430-433. |
| 119. | Рябикина З.И.Личность и её бытие в быстро меняющемся мире // Личность  и бытие: Теория и методология. Материалы Всероссийской научно-практической конференции / Под. ред. З.И. Рябикиной, В.В. Знакова. Краснодар: Кубанский гос. ун-т, 2003. С. 5–26. |
| 120. | Сапогова Е.Е.Взгляд на взрослость изнутри:психологический дивертисмент.//Психология зрелости и старения.-2001.-№1(13).-С.5-27. |
| 121. | Сергиенко Е.А., Лебедева Е.И., Прусакова О.А  . Модель психического в онтогенезе человека. М.: Институт психологии РАН, 2009 |
| 122. | Сергиенко Е. А Развитие психологии субъекта и субъект развития // Психологический журнал. 2012. Т. 33. No 1. С. 4–6 |
| 123. | Сергиенко Е.А. Развитие идей психологии субъекта А.В. Брушлинского: системно-субъектный подход // Личность и бытие: субъектный подход. Материалы научной конференции, посвященной 75-летию со дня рождения члена-корреспондента РАН А.В. Брушлинского, 15-16 октября 2008 г. / Под ред. А.Л. Журавлева, В.В. Знакова, З.И. Рябикиной. М., 2008. С. 54-58. |
| 124. | Сергиенко Е.А., Лялина И.А. Субъективный возраст как предиктор поведения// Человек,субъект,личность в современной психологии. Материалы международнойнаучной конференции,посвященной 80‐летию А.В.Брушлинского 10–11 октября 2013 г. Москва. Ответственные редакторы А.Л.Журавлев,Е.А.Сергиенко Том 1. С.333-335 |
| 125. | Слободчиков В.И.Реальность субъективного духа // Психология личности в трудах отечественных психологов / Сост. [Л.В. Куликов](http://lib.mgppu.ru/OpacUnicode/index.php?url=/auteurs/view/5725/source:default). – Санкт-Петербург : Питер, 2001. – С. 381-395. |
| 126. | Слободчиков, В.И. Психология развития человека: развитие субъективной реальности в онтогенезе: учебное пособие для ВУЗов/ |
| 127 | Слободчиков В. И., Исаев Е. И. Психология человека: Введение в психологию субъективности: Учебное пособие для вузов. — М.: «Школа-Пресс», 1995. |
| 128. | Смирнов, С.Д. Психология образа: проблема активности психического отражения/ С.Д. Смирнов. М., 1985. |
| 129. | Солдатова, Е.Л. Психология нормативных кризисов взрослости: монография/ Е.Л. Солдатова. Челябинск: Изд-во ЮУрГУ, 2005. - 281 с. |
| 130. | Сосновникова Ю.Е. Психические состояния человека и их классификация//Психические состояния как общепсихологическая проблема: Хрестоматия//Сост И.В.Герасимова. – Владивосток: ДВГМА, 2001.С.65-86. |
| 131. | Степанова Е. И. Психология взрослых — основа акмеологии. - СПб.: МААН, 1995. |
| 132. | Степанова, Е.И. Психология взрослых: Экспериментальная Акмеология/ Е.И. Степанова. СПб.: Изд-во С.-Пстерб. ун-та «Алетейя», 2000. -228 с. |
| 133. | Столин В.В. Самосознание личности. М.: Изд-во Московского университета, 1983.- 284с |
| 134. | Столин В.В. Познание себя и отношение к себе в структуре самосознания личности: Дис. ...д-ра психол. наук.  М., 1985. 420 с. |
| 135. | Татенко В.А. Психология в субъектном измерении: Монография. - К.:Видавничий центр "Просвита", 1996. - 404 с. |
| 136. | Фахрутдинова Л.Р. Структурно-динамическая организация переживания субъекта // Журнал «Ученые записки Казанского университета». Серия «Гуман. науки». – Казань: Изд-во Казанского университета, 2011. – т. 153, кн. 5. – С. 110-120. |
| 137. | Фахрутдинова Л.Р. Переживание, впечатление и экзистенциальный опыт// Человек,субъект,личность в современной психологии. Материалы международнойнаучной конференции,посвященной 80‐летию А.В.Брушлинского 10–11 октября 2013 г. Москва. Ответственные редакторы А.Л.Журавлев,Е.А.Сергиенко Том 1. С.455-457. |
| 138. | Фельдштейн Д.И. Психология взросления: структурно-содержательные характеристики процесса развития личности: изб. труды. М.: МПСИ, 2004. 672 с. |
| 139. | Филиппова Г.Г.Психология материнства: Учебное пособие. — М.: Изд-во Института Психотерапии, 2002. — 240 с. |
| 140. | Фиофанова О.А. Воспитательная система школы как фактор взросления подростков. Автореферат дис. на соиск. уч.ст. канд.пед.н. Ижевск 2004 |
| 141. | Франкл В.Е.Человек в поисках смысла.М.: Прогресс.1990.-368с. |
| 142. | Фрейд З. Разделение психической личности // Введение в психоанализ. Лекции. Лекция 31. М., 2003. |
| 143. | Хайдеггер М. Работы и размышления разных лет. М.: Гнозис. 1993. С.243-257. |
| 144. | Хакен Г. Информация и самоорганизация. –М., 1991. |
| 145. | Холлис, Дж. Перевал в середине пути Кризис среднего возраста |
| 146. | Хусаинова Н.Ю., Гиниятулина А.Р. Психические состояния в свете теории архетипов http://ruspsy.net/phpBB3/viewtopic.php |
| 147. | Хухлаева, О.В. Психология развития: молодость, зрелость, старость/ О.В. Хухлаева. М.: Академия, 2002. - 208 с. |
| 148. | Чеснокова М.Г. Учение С.Кьеркигора об индивидуальности в контексте психологической практики // Человек,субъект,личность в современной психологии. Материалы международнойнаучной конференции,посвященной 80‐летию А.В.Брушлинского 10–11 октября 2013 г. Москва. Ответственные редакторы А.Л.Журавлев,Е.А.Сергиенко Том 1. С.457-460. |
| 149 | Чеснокова И.И. Проблема самосознания в психологии.  М., 1997. |
| 150. | Чуприкова Н. И. Психология умственного развития: Принцип дифференциации. — М.: АО “СТОЛЕТИЕ”, 1997 — 480 с. |
| 151. | Чусов, А.В. Современный концепт «субъект» и онтологические аспекты его становления / А.В. Чусов // Методология и история психологии. - 2010. - Вып. 1. - С. 19-31. |
| 152. | Шамионов Р.М. Субъектность и субъективное благополучие// Человек,субъект,личность в современной психологии. Материалы международнойнаучной конференции,посвященной 80‐летию А.В.Брушлинского 10–11 октября 2013 г. Москва. Ответственные редакторы А.Л.Журавлев,Е.А.Сергиенко Том 1. С.460-463. |
| 153. | Шаповаленко И.В. Возрастная психология (Психология развития и возрастная психология) М.: Гардарики, 2005. — 349 с. |
| 154. | Штерн В.Дифференциальная психология и ее методологические основы. М., Наука, 1998. - 336с |
| 155. | Электронный словарь. - Электронные данные (1 файл). - [199-].–Режим доступа: <http://www.thefreedictionary.com/psychological+state> |
| 156. | Элиас Н. Общество индивидов. –М.: Праксис,2001.-336с. С.204 |
| 157. | Элиас Н. Общество индивидов. –М.: Праксис,2001.-336с. С.207 |
| 158. | Эльконин Д.Б. К проблеме периодизации психологического развития в детском возрасте // Вопросы психологии 1971. №4. С. 6–20. |
| 159. | Эльконин Д.Б. Некоторые аспекты психического развития в подростковом возрасте//Психология подростка: Хрестоматия / Ред.сост. Ю.И. Фролов. М., 1997. |
| 160. | Энциклопедический словарь по психологии и педагогике. 2013.// <http://psychology_pedagogy.academic.ru> |
| 161. | Юнг, К.Г. Стадии жизни. Современный человек в поисках души/ К.Г. Юнг // Человек и его символы / пер. с англ.; под ред. С.Н. Сиренко. М., 1997.-С.315 -327. |
| 162. | Anthis, Kristine. Readiness to change: A longitudinal study of changes in adult identity/ Anthis Kristine, LaVoie Joseph C. // Journal of Research in Personality.- V. 40. Issue 2. - April 2006. - P. 209-219. |
| 163. | Berzonsky, M.D. Identity style and coping strategies/ M.D. Berzonsky // Journal of Personality. 1992. - № 60. - P. 771-788. |
| 164. | Bugental, J. F. T. (1976). The search for existential identity: Patient-therapist dialogues in humanistic psychotherapy. San Francisco: Jossey-Bass. |
| 165. | Bugental, J. F. T. (1978). Psychotherapy and process: The fundamentals of an existential-humanistic approach. Reading, MA: Addison-Wesley. |
| 166. | Bugental, J. F. T. (1981). The search for authenticity: An existential-analytic approach to psychotherapy, (enlarged ed.). New York: Irvington. |
| 167. | Bugental, J. F. T. (1987). The art of the psychotherapist. New York: Norton. |
| 168. | Caspi, A. Personality development: stability and change/ A. Caspi, B.W. Roberts, R.L. Shiner // Annual Review of Psychology. 2005. - № 56. -P. 453^84. |
| 169. | Cheek, J.M. Identity orientations: Personal, social, and collective aspects of identity/ J.M. Cheek, L.R. Tropp, L.C. Chen, M.K. Underwood H Annual Convention of the American Psychological Association. Los Angeles, August. 1994. |
| 170. | Cramer, P. Identity change in adulthood: The contribution of defense mechanisms and life experiences/ P. Cramer // Journal of Research in Personality. -June 2004. V. 38. - Issue 3 , - P. 280-316. |
| 171. | Erikson, E.H. Childhood and society/ E.H. Erikson. N.Y.: Norton, 1963. |
| 172. | Erikson, E.H. Identity and the life cycle/ E.H. Erikson. New York: Norton, 1980. |
| 173. | Erikson, E.H. Life History and the Historical Moment/ E.H. Erikson. -New York: Norton, 1975. |
| 174. | Frankl, V. Man's Search for Meaning / V. Frankl. New York: Beacon, 1955. |
| 175. | Marcia, J.E. Development and validation of ego identity status/ J.E. Marcia // Journal of Personality and Social Psychology. 1966. - № 3. - P. 551-558. |
| 176. | Marcia, J.E. Identity and psychosocial development in adulthood. Identity/ J.E. Marcia // An International Journal of Theory and Research. 2002 № 2. P. 7-28. |
| 177. | Matsuba, M.K. Extraordinary moral commitment: Young adults involved in social organizations / M.K. Matsuba, L.J. Walker // Journal of Personality. 2004. -№72.-P. 413^36. |
| 178. | Schwartz, S.J. Identity and Agency in Emerging Adulthood: Two Developmental Routes in the Individualization Process/ S.J. Schwartz, J.E. Cote, J.J. Arnett // Youth & Society. 2005. - V.37. - №2. - P. 201-229. |
| 179. | Shapiro, M. K. (1988a). Hypno-play therapy with adults: Theory, method, and practice. American Journal of Clinical Hypnosis, 31(1), 1—10. |
| 180. | Shapiro, M. K. (1988a). Hypno-play therapy with adults: Theory, method, and practice. American Journal of Clinical Hypnosis, 31(1), 1—10. |
| 181. | Watkins, J. G. (1978). The therapeutic self. New York: Human Sciences Press. |
| 182. | Watkins, J. G., & Watkins, H. H. (1979). The theory and practice of ego-state therapy. In H. Grayson (Ed.), Short Term Approaches to Psychotherapy (pp. 176—220). New York: Human Sciences Press. |
| 183. | Watkins, J. G., & Watkins, H. H. (1981). Ego-state therapy. In R. J. Corsini (Ed.), Handbook of innovative psychotherapy (pp.,252—270). New York: Wiley. |

**Приложение**

Приложение 1

**Методика пилотажного исследования**

**Опросник**

**Собственная взрослость**

Дайте как можно больше интерпретаций собственной взрослости, возможно сравнив ее с невзрослостью, в позитивном или негативном вариантах, проявляющихся в отношениях с людьми, в образе жизни, во внутреннем мире. Каждую интерпретацию разместите в новой строке. Вы можете отвечать так, как вам хочется, фиксировать все, что приходит в голову, поскольку в этом задании нет правильных и неправильных ответов. Если возникает эмоциональный отклик в ходе ответа, опишите его в соответствующей колонке.

Пронумеруйте слева каждый свой ответ. Далее оцените каждый ответ по четырехзначной системе:

+ - знак «плюс», если вам лично нравится, что это так есть;

- - знак «минус», если в целом это вам не нравится;

+ - знак «плюс-минус», если это вам нравится и не нравится одновременно;

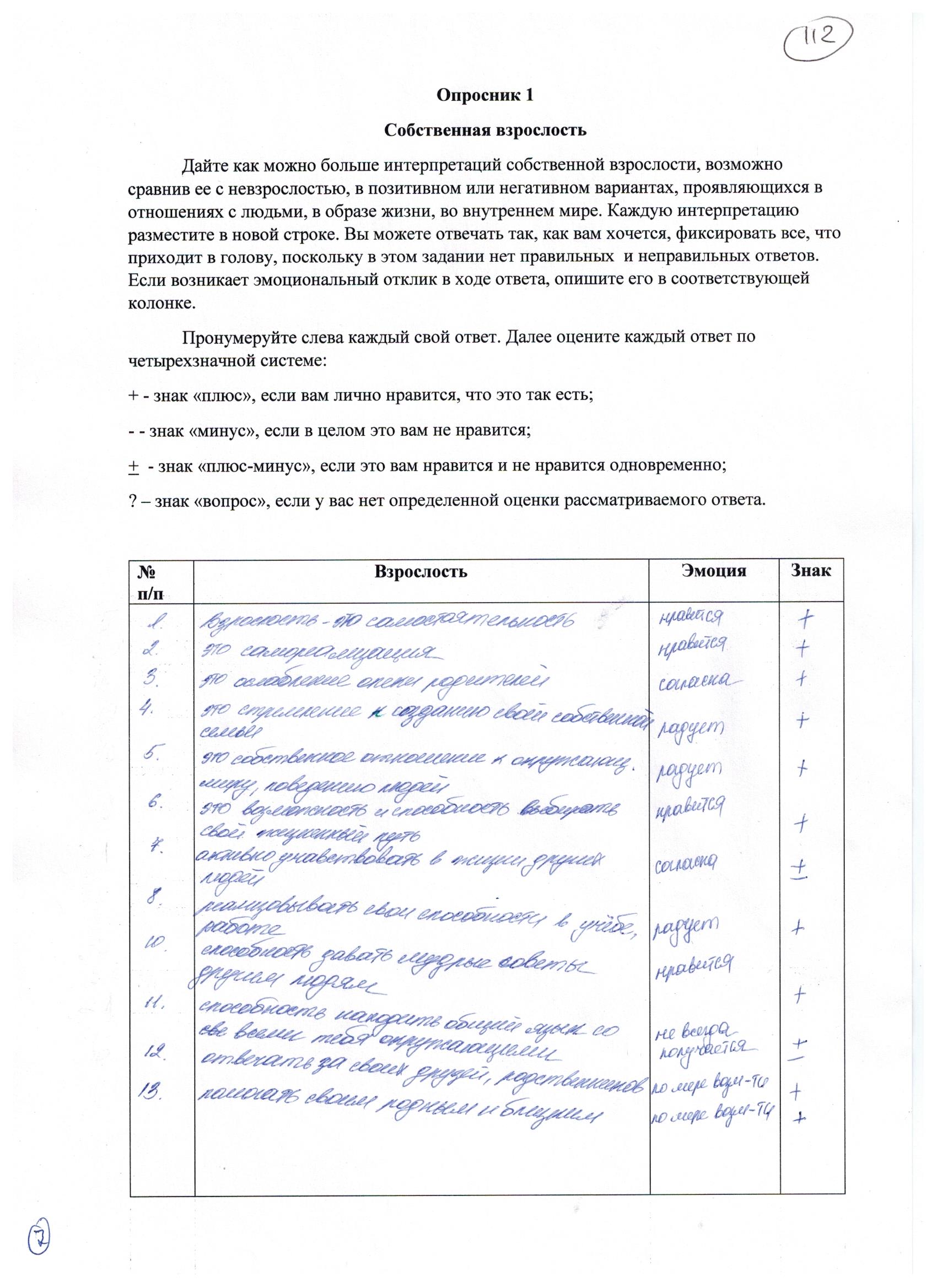
? – знак «вопрос», если у вас нет определенной оценки рассматриваемого ответа.

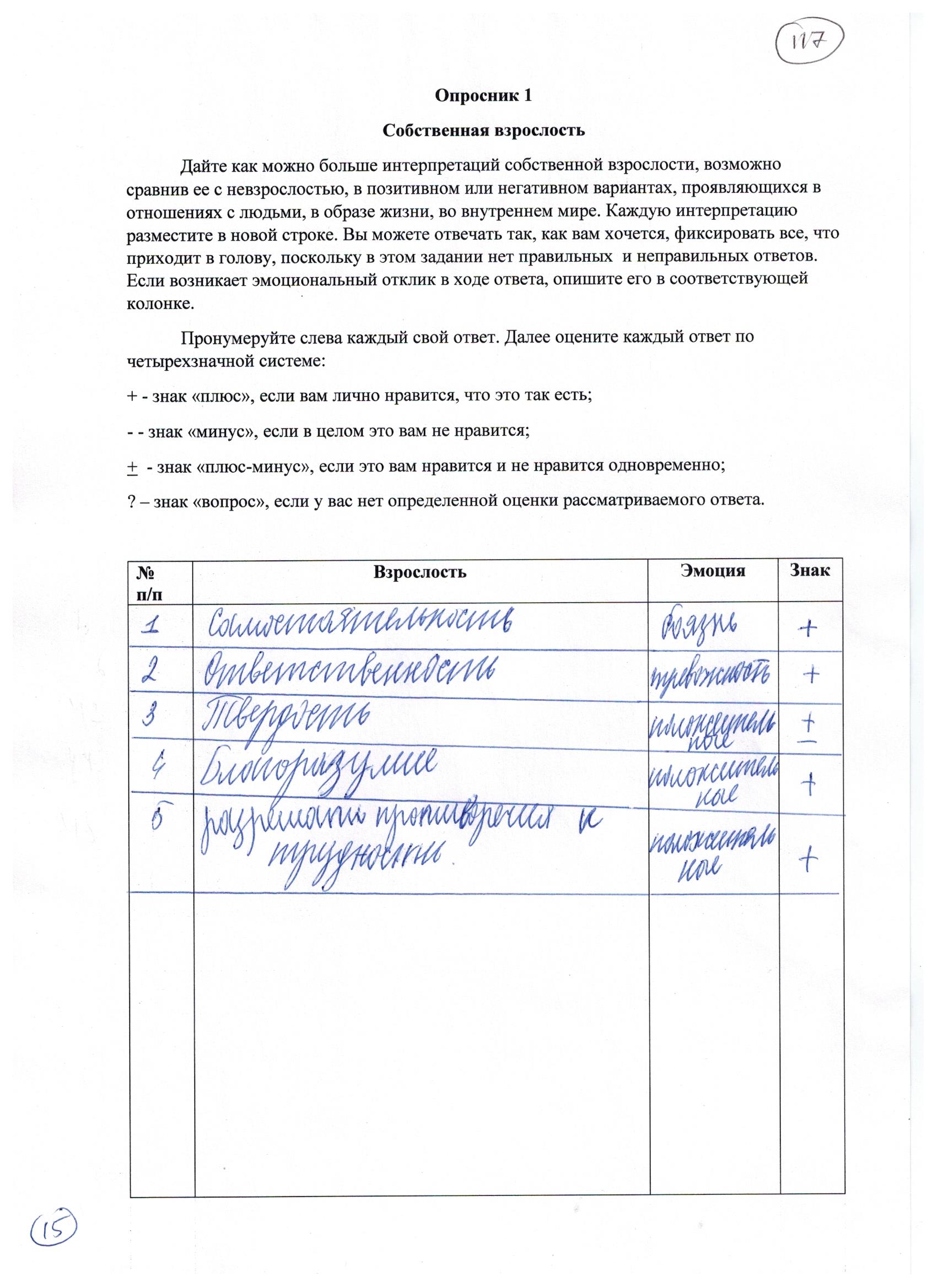
|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Взрослость** | **Эмоция** | **Знак** |
|  |  |  |  |

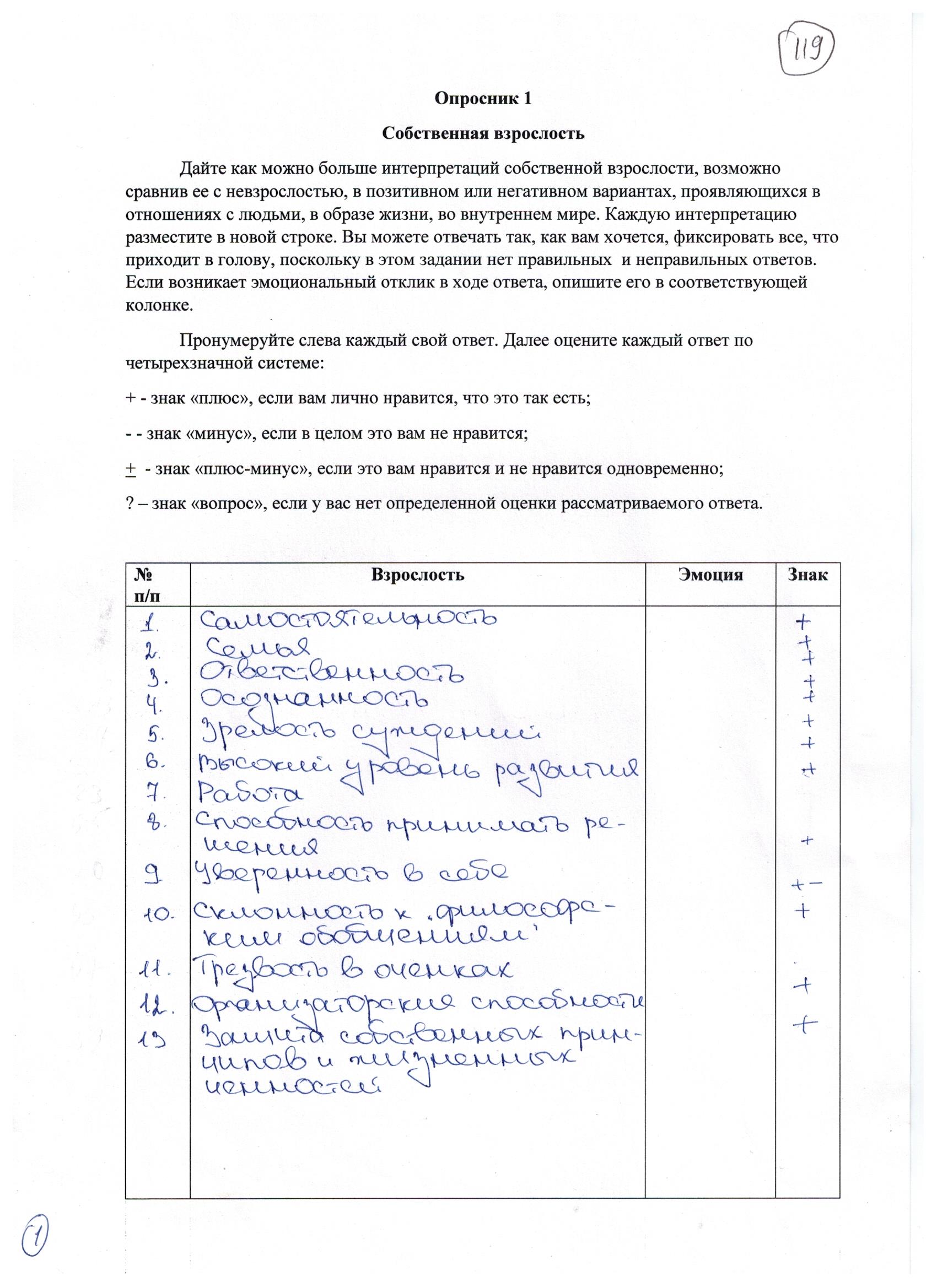
СПАСИБО!

Ваш пол\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Ваш возраст\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_







Приложение 2

**Батарея тестовых методик**

**Методика «Субъектные проявления личности»**

**Адаптированный опросник О.В.Кудрявцевой,**

**модификация А.Ю.Николаевой**

***Инструкция:***

Предлагаем вам оценить нижеперечисленные характеристики следующим образом:

1. «почти всегда» (оцениваемая характеристика развита хорошо, четко выра­жена, проявляется часто в различных сферах жизнедеятельности),
2. «часто» (характеристика заметно выражена, но проявляется непостоянно),
3. «иногда» (характеристика плохо выражена и редко проявляется),
4. «почти никогда».

Необходимо поставить крестик в соответствующей графе на бланке ответов.

***Список характеристик:***

1. Активно добиваюсь того, чего хочу.
2. Доброжелателен с окружающими (могу помочь, пожалеть).
3. Креативно (творчески) подхожу к решению поставленных задач.
4. В общении с руководителем проявляю инициативу: задаю вопросы и выслушиваю ответы, предлагаю совместную деятельность.
5. Охотно общаюсь и взаимодействую с людьми противоположного пола.
6. Привношу новые идеи в индивидуальную и совместную деятельность.
7. В случае неуспеха предпринимаю дальнейшие действия для преодоления препятствий.
8. Мое настроение скорее положительное, чем отрицательное.
9. Выполняя одну и ту же деятельность, способен менять способ выполнения.
10. Люблю экспериментировать, исследовать, постигать суть явлений.
11. Способен к объединению с другими людьми при решении общей задачи.
12. С легкостью могу импровизировать, смоделировать текущее положение настоящей ситуации, спланировать перспективы.
13. По собственной инициативе выполняю социально значимую деятельность (подмести площадку подъезда, почистить снег перед подъездом и т. д.).
14. Способен подчинять свое поведение нормам, принятым в коллективе.
15. Мои умозаключения и выводы оригинальны.
16. Проявляю интерес к новым знаниям.
17. Стремлюсь преодолевать трудности, используя свой внутренний потенциал.
18. Подмечаю в обычных предметах, явлениях необычное.
19. Проявляю инициативу в трудовой деятельности и в проведении досуга.
20. В конфликтных ситуациях умею находить обоюдовыгодное решение.
21. Могу предложить несколько вариантов для решения какой-либо задачи.
22. Умею найти себе занятие и организовать свою деятельность.
23. Умею открыто проявлять свои чувства (эмоции), не причиняя вреда другим.
24. Легко нахожу новые занятия для досуга.
25. Любопытен, интересуюсь многими вопросами.
26. Умею уступать и считаться с желаниями других.
27. Способен отклониться от шаблона в деятельности.
28. Способен объяснить поступки другого человека.
29. Адекватно реагирую на замечания в свой адрес (могу принять замеча­ния или же аргументировать свое несогласие).
30. В непростой ситуации способен сделать выбор.
31. Способен объяснить нежелание принимать участие в какой-либо деятельности.
32. Рассказы и истории о себе (своем настоящем, будущем, о своих качествах, желаниях, предпочтениях друзьях и интересах) сопровождаю положительными эмоциями.
33. Есть стремление преодолевать трудности самостоятельно.
34. Понимаю причины своего поведения.
35. Реагирую на неуважительное отношение к себе, проявляю чувство соб­ственного достоинства.
36. Высказываю свою точку зрения на какое-либо явление или ситуацию.
37. Могу предвидеть и прогнозировать возможные препятствия на пути движения к цели.
38. Отношусь к самому себе и своей деятельности положительно.
39. С удовольствием выполняю обязанности по самообслуживанию (гигиена, приготовление еды, уборка дома).
40. Могу составить, продумать свои действия на несколько шагов вперед.
41. Способен признаться, что был неправ в конкретной ситуации.
42. Самостоятельно решаю конфликтные ситуации с окружающими.
43. Умею сдерживать свои «бурные» эмоции, активность, если этого требует ситуация.
44. Стремлюсь взаимодействовать с окружающими на равных.
45. Способен заниматься своими делами самостоятельно, не беспокоя других.
46. Могу связывать новую полученную информацию с предыдущим опытом, способен к анализу и синтезу информации.
47. Стремлюсь стать лучше, умнее, успешнее.
48. Проблемы решаю самостоятельно.
49. Умею сравнивать уровень своих достижений на новом этапе с прежними достижениями.
50. Уверен в себе (своих знаниях, физических качествах, нравственных суждениях и пр.) в своих действиях и поступках.
51. Самостоятельно довожу начатое дело до конца.

**Методика «Субъектные проявления личности»**

**Адаптированный опросник О.В.Кудрявцевой,**

**модификация А.Ю.Николаевой**

**Бланк ответов**

Пароль\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Пол\_\_\_\_\_Возраст\_\_\_\_\_\_

Образование\_\_\_\_\_\_\_\_Дата заполнения \_\_\_\_\_\_ 20

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Почти  всег  да | Часто | Иног  да | Почти  Никог  да |  | №п/п | Почти  всег  да | Часто | Иногда | Почти  никог  да |  |
| 1 |  |  |  |  |  | 27 |  |  |  |  |  |
| 2 |  |  |  |  |  | 28 |  |  |  |  |  |
| 3 |  |  |  |  |  | 29 |  |  |  |  |  |
| 4 |  |  |  |  |  | 30 |  |  |  |  |  |
| 5 |  |  |  |  |  | 31 |  |  |  |  |  |
| 6 |  |  |  |  |  | 32 |  |  |  |  |  |
| 7 |  |  |  |  |  | 33 |  |  |  |  |  |
| 8 |  |  |  |  |  | 34 |  |  |  |  |  |
| 9 |  |  |  |  |  | 35 |  |  |  |  |  |
| 10 |  |  |  |  |  | 36 |  |  |  |  |  |
| 11 |  |  |  |  |  | 37 |  |  |  |  |  |
| 12 |  |  |  |  |  | 38 |  |  |  |  |  |
| 13 |  |  |  |  |  | 39 |  |  |  |  |  |
| 14 |  |  |  |  |  | 40 |  |  |  |  |  |
| 15 |  |  |  |  |  | 41 |  |  |  |  |  |
| 16 |  |  |  |  |  | 42 |  |  |  |  |  |
| 17 |  |  |  |  |  | 43 |  |  |  |  |  |
| 18 |  |  |  |  |  | 44 |  |  |  |  |  |
| 19 |  |  |  |  |  | 45 |  |  |  |  |  |
| 20 |  |  |  |  |  | 46 |  |  |  |  |  |
| 21 |  |  |  |  |  | 47 |  |  |  |  |  |
| 22 |  |  |  |  |  | 48 |  |  |  |  |  |
| 23 |  |  |  |  |  | 49 |  |  |  |  |  |
| 24 |  |  |  |  |  | 50 |  |  |  |  |  |
| 25 |  |  |  |  |  | 51 |  |  |  |  |  |
| 26 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

Спасибо за участие!

*Активность:* 0,89

*Целостность:* 0,89

*Самоценностность:*

*Опосредствованность:*

*АВтономность:*

*Креативность:* 0,89

Подсчет показателей производится следующим образом:

«Почти всегда» — 4, «Часто» — 3, «Иногда» — 2, «Почти никогда» — 1.

Ключ к шкалам:

Шкала *активность:* 1, 4, 7, 10, 13, 16, 19, 22, 25;

Шкала *целостность:* 2, 5, 8, 11, 14, 17, 20, 23, 26;

Шкала *самоценностность:* 29, 32, 35, 38, 41, 44, 47, 50;

Шкала *опосредствованность:* 28, 31, 34, 37, 40, 43, 46, 49;

Шкала *автономность:* 30, 33, 36, 39, 42, 45, 48, 51;

Шкала *креативность:* 3, 6, 9, 12, 15, 18, 21, 24, 27.

В целях дальнейшего сравнения показателей по шести шкалам необходимо произвести операцию умножения на поправочный коэффициент (0,89) для шкал, «активность», «целостность» и «креативность».

**Тест Трансактный анализ Э. Берна (Тест ребенок, взрослый, родитель). Ролевые позиции в межличностных отношениях по Э. Берну.**

**Инструкция к тесту:**

Попробуйте оценить, как сочетаются эти три "Я" в вашем поведении. Для этого оцените приведенные высказывания в баллах от 0 до 10.

1. Мне порой не хватает выдержки.

2. Если мои желания мешают мне, то я умею их подавлять.

3. Родители как более взрослые люди должны устраивать семейную жизнь сво­их детей.

4. Я иногда преувеличиваю свою роль в каких-либо событиях.

5. Меня провести нелегко.

6. Мне бы понравилось быть воспитателем.

7. Бывает, мне хочется подурачиться, как маленькому.

8. Думаю, что правильно понимаю все происходящие события.

9. Каждый должен выполнять свой долг.

10. Нередко я поступаю не как надо, а как хочется.

11. Принимая решение, я стараюсь продумать его последствия.

12. Младшее поколение должно учиться у старших, как ему следует жить.

13. Я, как и многие люди, бываю обидчив.

14. Мне удается видеть в людях больше, чем они говорят о себе.

15. Дети должны безусловно следовать указаниям родителей.

16. Я — увлекающийся человек.

17. Мой основной критерий оценки человека — объективность.

18. Мои взгляды непоколебимы.

19. Бывает, что я не уступаю в споре лишь потому, что не хочу уступать.

20. Правила оправданны лишь до тех пор, пока они полезны.

21. Люди должны соблюдать все правила независимо от обстоятельств.

**Тест Трансактный анализ Э. Берна (Тест ребенок, взрослый, родитель). Ролевые позиции в межличностных отношениях по Э. Берну.**

**Бланк ответов**

Пароль\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Пол\_\_\_\_\_Возраст\_\_\_\_\_\_

Образование\_\_\_\_\_\_\_\_Дата заполнения \_\_\_\_\_\_ 20

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| №п/п | Балл |  |
| 1 |  |  |
| 2 |  |  |
| 3 |  |  |
| 4 |  |  |
| 5 |  |  |
| 6 |  |  |
| 7 |  |  |
| 8 |  |  |
| 9 |  |  |
| 10 |  |  |
| 11 |  |  |
| 12 |  |  |
| 13 |  |  |
| 14 |  |  |
| 15 |  |  |
| 16 |  |  |
| 17 |  |  |
| 18 |  |  |
| 19 |  |  |
| 20 |  |  |
| 21 |  |  |

Спасибо за участие!

*Родитель:*

*Взрослый:*

*РЕбенок:*

*Ключ к Тесту Трансактный анализ Э. Берна (Тест ребенок, взрослый, родитель). Ролевые позиции в межличностных отношениях по Э. Берну*

I (состояние ''ребенок''):    1, 4, 7, 10, 13, 16, 19.

II (состояние ''взрослый''): 2, 5, 8, 11, 14, 17, 20.

III (состояние ''родитель''): 3, 6, 9, 12, 15, 18, 21.

*Интерпретация, обработка результатов Теста Трансактный анализ Э. Берна (Тест ребенок, взрослый, родитель). Ролевые позиции в межличностных отношениях по Э. Берну.*

Подсчитайте отдельно сумму баллов по строкам.

Э. Берн выделяет следующие три составляющие личности человека, которые обусловливают характер общения между людьми: *родительское, взрослое, детское*.

*Родительское (Родитель – Р) состояние Я* подразделяется на заботливое родительское состояние Я, критическое родительское состояние Я. Родительское Я, состоящее из правил поведения, норм, позволяет индивиду успешно ориентироваться в стандартных ситуациях, "запускает" полезные, проверенные стереотипы поведения, освобождая сознание от загруженности простыми, обыденными задачами. Кроме того, Родительское Я обеспечивает с большой вероятностью успеха поведение в ситуациях дефицита времени на размышления, анализ, поочередное рассмотрение возможностей поведения.

*Взрослое (Взрослый – В) состояние Я* воспринимает и перерабатывает логическую составляющую информации, принимает решения преимущественно обдуманно и без эмоций, проверяя их реальность. Взрослое Я, в отличии от Родительского, способствует адаптации не в стандартных, однозначных ситуациях, а уникальных, требующих размышлений, дающих свободу выбора и, вместе с этим, необходимость осознания последствий и ответственного принятия решений.

*Детское (Дитя – Д, или Ребенок) состояние Я* следует жизненному принципу чувств. На поведение в настоящем влияют чувства из детства. Детское Я также выполняет свои, особые функции, не свойственные двум другим составляющими личности. Оно ''отвечает'' за творчество, оригинальность, разрядку напряжения, получение приятных, иногда ''острых'', необходимых в определенной степени для нормальной жизнедеятельности впечатлений. Кроме того, Детское Я выступает на сцену, когда человек не чувствует достаточно сил для самостоятельного решения проблем: не способен преодолеть трудности или/и противостоять давлению другого человека. Это Я подразделяется на: естественное детское Я (спонтанные реакции типа радости, печали и т.д.), приспосабливающееся детское Я (приспосабливающийся, прислуживающийся, боязливый, виноватый, колеблющийся и т.п.), возражающее детское Я.

*Признаки актуализации различных эго-состояний*

*1. Эго-состояние ребенок*

*Вербальные признаки*: а) восклицания: вот те на!, фу ты!, Боже!, черт возьми!; б) слова эгоцентрического круга: хочу, не могу, а мне какое дело, не знаю и знать не желаю и т.д.; в) обращение к другим: помоги мне, ты меня не любишь, ты будешь жалеть; г) самоуничижительные выражения: я дурак, у меня ничего не выходит и т.д.

*Обращение* Вы – Ты и Ты – Ты.

*Поведенческие (невербальные) признаки*: непроизвольные поеживания, ерзание, пожимание плечами, дрожание рук, покраснение, закатывание глаз, потупленный взор, взгляд снизу вверх; интонация просящая, ноющая, быстрый и громкий голос, сердитое и упрямое молчание, поддразнивание, злорадность, взволнованность и т.д.

*2. Эго-состояние взрослый*

*Вербальные признаки*: в утверждении высказывается мнение, а не безапелляционное суждение, используются выражения типа: таким образом, вероятно, относительно, сравнительно, целесообразно, альтернатива, по моему мнению, насколько возможно, давай рассмотрим причины и т.д.

*Обращение* Вы – Вы и Ты – Ты.

*Поведенческие (невербальные) признаки*: поза прямая (но не застывшая); лицо обращено к собеседнику, открыто, заинтересовано: естественная жестикуляция в разговоре; контакт глаз на одном с партнером уровне; голос внятный, четкий, спокойный, ровный, без чрезмерных эмоций.

*3. Эго-состояние родитель*

*Вербальные признаки* – слова и выражения типа: а) должен, нельзя, никогда, обязан, потому что я так сказал, не задавай вопросов, что люди подумают (скажут); б) оценочные суждения: упрямый, глупый, ничтожный, бедняга, умница, превосходный, способный.

*Обращение* Ты – Вы (со мной обращаются на ВЫ, я обращаюсь на Ты).

*Поведенческие (невербальные) признаки*: указующий жест (обвинение, угроза), поднятый вверх палец, похлопывание по спине, щеке; авторитарные позы (руки на бедрах, скрещены на груди), взгляд сверху вниз (голова откинута), стук по столу и т.д.; тон голоса насмешливый, надменный, обвиняющий, покровительственный, сочувствующий.

Зрелый человек умело использует разные формы поведения, лишь бы они были уместны. Самоконтроль и гибкость помогают ему вовремя вернуться во “взрослое” состояние, что, собственно и отличает зрелую личность от юнца, пусть даже солидного возраста.

*Сочетания Эго-состояний*

Расположив соответствующие символы в порядке убывания веса (в зависимости от количества набранных баллов), получаем формулу**.** Для оптимального функционирования личности, с точки зрения Э. Берна, необходимо, чтобы в личности были гармонично представлены все три состояния Я.

Если у вас получится формула II, I, III, или *ВДР* то это значит, что вы обладаете чув­ством ответственности, в меру импульсивны и не склонны к назиданиям и по­учениям.

Если у вас получилась формула III, I, II, или *РДВ* то для вас характерна категорич­ность в суждениях и действиях, возможно излишнее проявление самоуверенно­сти при взаимодействии с людьми, чаще всего говорите без сомнения то, что ду­маете или знаете, не заботясь о последствиях ваших слов и действий.

Если на первом месте в формуле состояние I или *Д-состояние* (''ребенок''), то вы можете про­являть склонность к научной работе, хотя и не всегда умеете управлять своими эмоциями.

Источник: <http://psycabi.net/testy/237-test-transaktnyj-analiz-e-berna-test-rebenok-vzroslyj-roditel#ixzz3fV2UGtA1>

**Тест индекс жизненной удовлетворенности (ИЖУ), адаптация Н. В. Паниной (Опросник общего психологического состояния человека):**

**Инструкция**

Оцените каждое утверждение в соответствии со степенью вашего согласия. В столбике с номером вопроса поставьте любой знак напротив нужного ответа – "согласен", "не согласен" или "не знаю".

***Тестовый материал.***

1. С возрастом многое мне кажется лучше, чем я ожидал раньше.

2. Жизнь принесла мне больше разочарований, чем большинству людей, которых я знаю.

3. Сейчас самый мрачный период в моей жизни.

4. Моя жизнь могла бы быть счастливее, чем есть.

5. Сейчас я почти так же счастлив, как и в то время, когда был моложе.

6. Большинство дел, которыми мне приходится заниматься, скучные и неинтересные.

7. Сейчас я переживаю лучшие годы в моей жизни.

8. Я считаю,  что  в  будущем  меня  ожидают интересные и приятные дела.

9. К своим  делам  и  занятиям я испытываю такой же интерес, как и раньше.

10. С возрастом я всё больше ощущаю какую-то усталость.

11. Ощущение возраста не беспокоит меня.

12. Когда я оглядываюсь на свою жизнь, я испытываю чувство удовлетворения.

13. Я не изменил бы свою прошлую жизнь, даже если бы имел такую возможность.

14. По сравнению с другими людьми моего возраста я сделал массу глупостей в своей жизни.

15. Я выгляжу лучше, чем большинство других людей моего возраста.

16. У меня есть некоторые планы, которые я намереваюсь осуществить в ближайшее время.

17. Оглядываясь на прошлое, могу сказать, что я многое упустил в своей жизни.

18. Я слишком часто, по сравнению с другими людьми, нахожусь в подавленном настроении.

19. Я получил довольно много из того, что ожидал от жизни.

20. Что бы ни говорили, а с возрастом большинство людей становится хуже, а не лучше.

**Тест индекс жизненной удовлетворенности (ИЖУ), адаптация Н. В. Паниной (Опросник общего психологического состояния человека)**

**Бланк ответов**

Пароль\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Пол\_\_\_\_\_Возраст\_\_\_\_\_\_

Образование\_\_\_\_\_\_\_\_Дата заполнения \_\_\_\_\_\_ 20

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Согласен | Не согласен | Не знаю |  |
| 1 |  |  |  |  |
| 2 |  |  |  |  |
| 3 |  |  |  |  |
| 4 |  |  |  |  |
| 5 |  |  |  |  |
| 6 |  |  |  |  |
| 7 |  |  |  |  |
| 8 |  |  |  |  |
| 9 |  |  |  |  |
| 10 |  |  |  |  |
| 11 |  |  |  |  |
| 12 |  |  |  |  |
| 13 |  |  |  |  |
| 14 |  |  |  |  |
| 15 |  |  |  |  |
| 16 |  |  |  |  |
| 17 |  |  |  |  |
| 18 |  |  |  |  |
| 19 |  |  |  |  |
| 20 |  |  |  |  |

Спасибо за участие!

*1. Интерес к жизни.*

*2. Последовательность  в  достижении  целей.*

*3. Согласованность между поставленными и достигнутыми целями.*

*4. Положительная оценка себя и собственных поступков.*

*5. Общий фон настроения.*

***Ключ к тесту ИЖУ.***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № суждения | Согласен | Не согласен | Не знаю |
| 1. | 0 | 1 | 1 |
| 2. | 0 | 2 | 1 |
| 3. | 0 | 2 | 1 |
| 4. | 0 | 2 | 1 |
| 5. | 2 | 0 | 1 |
| 6. | 0 | 2 | 1 |
| 7. | 2 | 0 | 1 |
| 8. | 2 | 0 | 1 |
| 9. | 2 | 0 | 1 |
| 10. | 0 | 2 | 1 |
| 11. | 2 | 0 | 1 |
| 12. | 2 | 0 | 1 |
| 13. | 2 | 0 | 1 |
| 14. | 0 | 2 | 1 |
| 15. | 2 | 0 | 1 |
| 16. | 2 | 0 | 1 |
| 17. | 0 | 2 | 1 |
| 18. | 0 | 2 | 1 |
| 19. | 2 | 0 | 1 |
| 20. | 0 | 2 | 1 |

***Обработка результатов.***

Индекс общей жизненной удовлетворённости определяется начислением баллов по ключу.

***Интерпретация результатов.***

Тест  измеряет  наиболее  общее  психологическое  состояние  человека,   определяемое  его  личностными  особенностями,  системой  отношений   к   различным   сторонам своей  жизни.  *Индекс  жизненной  удовлетворенности*  -  интегративный  показатель,   включающий  в качестве  основного  носителя  [эмоциональную  составляющую](http://psycabi.net/testy/482-test-alberta-ellisa-metodika-diagnostika-nalichiya-i-vyrazhennosti-irratsionalnykh-ustanovok-ratsionalno-emotivnaya-terapiya-ret).  Для обладателей  высокого  значения  индекса  характерны  низкий  уровень   эмоциональной   напряженности,  высокая  эмоциональная  устойчивость,  низкий  уровень  тревожности,  психологический  комфорт,  высокий  уровень  удовлетворенности  ситуацией  и  своей  ролью  в  ней.

Под категорией "*жизненная удовлетворенность*" понимается   самое   общее  представление  человека о  психологическом комфорте,  которое включает в  себя:

* интерес к жизни как противоположность апатии;
* решительность,  целеустремленность,   последовательность   в   достижении   жизненных  целей;
* согласованность между поставленными и реально достигнутыми целями;
* положительная оценка собственных качеств и поступков;
* общий фон настроения.

Максимальный индекс жизненной удовлетворённости составляет 40 баллов. Средняя жизненная удовлетворённость – 25–30 баллов. Показатели менее 25 баллов считаются низкими.

В качестве дополнительной информации о том, какие конкретные сферы жизни приносят удовлетворение или недовольство, можно посчитать количество баллов по шкалам (максимальное количество баллов по каждой шкале – 8).

***Расшифровка шкал.***

1. *Интерес к жизни.*Суждения № *1, 6, 9, 11.* Шкала отражает степень энтузиазма, увлечённого отношения к обычной повседневной жизни.

2.*Последовательность  в  достижении  целей.* Суждения № *8, 13, 16, 17.* Высокие показатели по данной шкале отражают такие особенности отношения к жизни, как решительность, стойкость, направленные на достижение целей. Низкая оценка по этой шкале отражает пассивное примирение с жизненными неудачами, покорное принятие всего, что приносит жизнь.

3. *Согласованность между поставленными и достигнутыми целями.* Суждения № *2, 4, 5, 19.* Высокие показатели отражают убеждённость человека в том, что он достиг или способен достичь тех целей, которые считает для себя важными.

4.*Положительная оценка себя и собственных поступков.* Суждения № *12, 14, 15, 20.* Сюда относится оценка человеком своих внешних и внутренних качеств. Высокий балл отражает высокую самооценку.

5.*Общий фон настроения.* Суждения *№ 3, 7, 10, 18.* Шкала показывает степень оптимизма, удовольствия от жизни.

Результаты данного теста дают возможность достаточно быстро получить информацию об общем эмоциональном состоянии человека, о сферах жизни, которые, возможно, являются "проблемными" для него и принять шаги для коррекции последних.

Источник: <http://psycabi.net/testy/506-test-indeks-zhiznennoj-udovletvorennosti-izhu-adaptatsiya-n-v-paninoj-oprosnik-obshchego-psikhologicheskogo-sostoyaniya-cheloveka#ixzz3frbFSzRB>

**Опросник Плутчика Келлермана Конте. / Методика Индекс жизненного стиля (Life Style Index, LSI). / Тест для диагностики механизмов психологической защиты**

**Инструкция.**

Внимательно прочитайте приведенные ниже утверждения, описывающие чувства, поведение и реакции людей в определенных жизненных ситуациях, и если они имеют к Вам отношение, то отметьте соответствующие номера знаком "+".

*Вопросы теста Р. Плутчика.*  
  
1. Со мной ладить очень легко   
  
2. Я сплю больше, чем большинство людей, которых я знаю   
  
3. В моей жизни всегда был человек, на которого мне хотелось быть похожим   
  
4. Если меня лечат, то я стараюсь узнать, какова цель каждого действия   
  
5. Если я чего-то хочу, то не могу дождаться момента, когда мое желание сбудется   
  
6. Я легко краснею   
  
7. Одно из самых больших моих достоинств - это умение владеть собой   
  
8. Иногда у меня появляется настойчивое желание пробить стену кулаком   
  
9. Я легко выхожу из себя   
  
10. Если меня в толпе кто-нибудь толкнет, то я готов его убить   
  
11. Я редко запоминаю свои сны   
  
12. Меня раздражают люди, которые командуют другими   
  
13. Я часто бываю не в своей тарелке   
  
14. Я считаю себя исключительно справедливым человеком   
  
15. Чем больше я приобретаю вещей, тем становлюсь счастливее   
  
16. В своих мечтах я всегда в центре внимания окружающих   
  
17. Меня расстраивает даже мысль о том, что мои домочадцы могут разгуливать дома без одежды   
  
18. Мне говорят, что я хвастун   
  
19. Если кто-то меня отвергает, то у меня может появиться мысль о самоубийстве   
  
20. Почти все мною восхищаются   
  
21. Бывает так, что я в гневе что-нибудь ломаю или бью   
  
22. Меня очень раздражают люди, которые сплетничают   
  
23. Я всегда обращаю внимание на лучшую сторону жизни   
  
24. Я прикладываю много стараний и усилий, чтобы изменить свою внешность   
  
25. Иногда мне хочется, чтобы атомная бомба уничтожила мир   
  
26. Я человек, у которого нет предрассудков   
  
27. Мне говорят, что я бываю излишне импульсивным   
  
28. Меня раздражают люди, которые манерничают перед другими   
  
29. Очень не люблю недоброжелательных людей   
  
30. Я всегда стараюсь случайно кого-нибудь не обидеть   
  
31. Я из тех, кто редко плачет   
  
32. Пожалуй, я много курю   
  
33. Мне очень трудно расставаться с тем, что мне принадлежит   
  
34. Я плохо помню лица   
  
35. Я иногда занимаюсь онанизмом   
  
36. Я с трудом запоминаю новые фамилии   
  
37. Если мне кто-нибудь мешает, то я его не ставлю в известность, а жалуюсь на него другому   
  
38. Даже если я знаю, что я прав, я готов слушать мнения других людей   
  
39. Люди мне никогда не надоедают   
  
40. Я могу с трудом усидеть на месте даже незначительное время   
  
41. Я мало, что могу вспомнить из своего детства   
  
42. Я длительное время не замечаю отрицательные черты других людей   
  
43. Я считаю, что не стоит напрасно злиться, а лучше спокойно все обдумать   
  
44. Другие считают меня излишне доверчивым   
  
45. Люди, скандалом добивающиеся своих целей, вызывают у меня неприятные чувства   
  
46. Плохое я стараюсь выбросить из головы   
  
47. Я не теряю никогда оптимизма   
  
48. Уезжая путешествовать, я стараюсь все спланировать до мелочей   
  
49. Иногда я знаю, что сержусь на другого сверх меры   
  
50. Когда дела идут не так, как мне нужно, я становлюсь мрачным   
  
51. Когда я спорю, то мне доставляет удовольствие указывать другому на ошибки в его рассуждениях   
  
52. Я легко принимаю брошенный другим вызов   
  
53. Меня выводят из равновесия непристойные фильмы   
  
54. Я огорчаюсь, когда на меня никто не обращает внимания   
  
55. Другие считают, что я равнодушный человек   
  
56. Что-нибудь решив, я часто, тем не менее, в решении сомневаюсь   
  
57. Если кто-то усомнится в моих способностях, то я из духа противоречия буду показывать свои возможности   
  
58. Когда я веду машину, то у меня часто возникает желание разбить чужой автомобиль   
  
59. Многие люди меня выводят из себя своим эгоизмом   
  
60. Уезжая отдыхать, я часто беру с собой какую-нибудь работу.   
  
61. От некоторых пищевых продуктов меня тошнит   
  
62. Я грызу ногти   
  
63. Другие говорят, что я избегаю проблем   
  
64. Я люблю выпить   
  
65. Непристойные шутки приводят меня в замешательство   
  
66. Я иногда вижу сны с неприятными событиями и вещами   
  
67. Я не люблю карьеристов   
  
68. Я много говорю неправды   
  
69. Фильмы для взрослых вызывают у меня отвращение   
  
70. Неприятности в моей жизни часто бывают из-за моего скверного характера   
  
71. Больше всего не люблю лицемерных неискренних людей   
  
72. Когда я разочаровываюсь, то часто впадаю в уныние   
  
73. Известия о трагических событиях не вызывают у меня волнения   
  
74. Прикасаясь к чему-либо липкому и скользкому, я испытываю омерзение   
  
75. Когда у меня хорошее настроение, то я могу вести себя как ребенок   
  
76. Я думаю, что часто спорю с людьми напрасно по пустякам   
  
77. Покойники меня не «трогают»   
  
78. Я не люблю тех, кто всегда старается быть в центре внимания   
  
79. Многие люди вызывают у меня раздражение   
  
80. Мыться не в своей ванне для меня большая пытка.   
  
81. Я с трудом произношу непристойные слова   
  
82. Я раздражаюсь, если нельзя доверять другим   
  
83. Я хочу, чтобы меня считали чувственно привлекательным   
  
84. У меня такое впечатление, что я никогда не заканчиваю начатое дело   
  
85. Я всегда стараюсь хорошо одеваться, чтобы выглядеть более привлекательным   
  
86. Мои моральные правила лучше, чем у большинства моих знакомых   
  
87. В споре я лучше владею логикой, чем мои собеседники   
  
88. Люди, лишенные морали, меня отталкивают   
  
89. Я прихожу в ярость, если кто-то меня заденет   
  
90. Я часто влюбляюсь   
  
91. Другие считают, что я излишне объективен   
  
92. Я остаюсь спокойным, когда вижу окровавленного человека

**Опросник Плутчика Келлермана Конте. / Методика Индекс жизненного стиля (Life Style Index, LSI). / Тест для диагностики механизмов психологической защиты**

**Бланк ответов**

Пароль\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Пол\_\_\_\_\_Возраст\_\_\_\_\_\_

Образование\_\_\_\_\_\_\_\_Дата заполнения \_\_\_\_\_\_ 20

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Ответ |  | №п/п | Ответ |  | №п/п | Ответ |  |
| 1 |  |  | 31 |  |  | 61 |  |  |
| 2 |  |  | 32 |  |  | 62 |  |  |
| 3 |  |  | 33 |  |  | 63 |  |  |
| 4 |  |  | 34 |  |  | 64 |  |  |
| 5 |  |  | 35 |  |  | 65 |  |  |
| 6 |  |  | 36 |  |  | 66 |  |  |
| 7 |  |  | 37 |  |  | 67 |  |  |
| 8 |  |  | 38 |  |  | 68 |  |  |
| 9 |  |  | 39 |  |  | 69 |  |  |
| 10 |  |  | 40 |  |  | 70 |  |  |
| 11 |  |  | 41 |  |  | 71 |  |  |
| 12 |  |  | 42 |  |  | 72 |  |  |
| 13 |  |  | 43 |  |  | 73 |  |  |
| 14 |  |  | 44 |  |  | 74 |  |  |
| 15 |  |  | 45 |  |  | 75 |  |  |
| 16 |  |  | 46 |  |  | 76 |  |  |
| 17 |  |  | 47 |  |  | 77 |  |  |
| 18 |  |  | 48 |  |  | 78 |  |  |
| 19 |  |  | 49 |  |  | 79 |  |  |
| 20 |  |  | 50 |  |  | 80 |  |  |
| 21 |  |  | 51 |  |  | 81 |  |  |
| 22 |  |  | 52 |  |  | 82 |  |  |
| 23 |  |  | 53 |  |  | 83 |  |  |
| 24 |  |  | 54 |  |  | 84 |  |  |
| 25 |  |  | 55 |  |  | 85 |  |  |
| 26 |  |  | 56 |  |  | 86 |  |  |
| 27 |  |  | 57 |  |  | 87 |  |  |
| 28 |  |  | 58 |  |  | 88 |  |  |
| 29 |  |  | 59 |  |  | 89 |  |  |
| 30 |  |  | 60 |  |  | 90 |  |  |
|  |  |  |  |  |  | 91 |  |  |
|  |  |  |  |  |  | 92 |  |  |

Спасибо за участие!

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 1 | Вытеснение |  |
| 2 | Регрессия |  |
| 3 | Замещение |  |
| 4 | Отрицание |  |
| 5 | Проекция |  |
| 6 | Компенсация |  |
| 7 | Гиперкомпенсация |  |
| 8 | Рационализация |  |
| 9 | Общая напряженность психологических защит |  |

*Ключ к методике Роберта Плутчика. Обработка результатов теста Плутчика Келлермана Конте.*

Восемь механизмов психологической защиты личности формируют восемь отдельных шкал, численные значения которых выводятся из числа положительных ответов на определенные, указанные выше утверждения, разделенные на число утверждений в каждой шкале. Напряженность каждой психологической защиты подсчитывается по формуле n/N х 100 %, где n – число положительных ответов по шкале этой защиты, N – число всех утверждений, относящихся к этой шкале. Тогда общая напряженность всех защит (ОНЗ) подсчитывается по формуле n/92 х 100%, где n – сумма всех положительных ответов по опроснику.

*Норма значений  теста Плутчика.*

По данным В.Г. Каменской (1999), нормативные значения этой величины для городского населения России равны 40 – 50 %. ОНЗ, превышающий 50-процентный рубеж, отражает реально существующие, но неразрешенные внешние и внутренние конфликты.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | ***Названия защит*** | ***Номера утверждений*** | ***n*** |
| 1 | Вытеснение | 6, 11, 31, 34, 36, 41, 55, 73, 77, 92 | 10 |
| 2 | Регрессия | 2, 5, 9, 13, 27, 32, 35, 40, 50, 54, 62, 64, 68, 70, 72, 75, 84 | 17 |
| 3 | Замещение | 8, 10, 19, 21, 25, 37, 49, 58, 76, 89 | 10 |
| 4 | Отрицание | 1, 20, 23, 26, 39, 42, 44, 46, 47, 63, 90 | 11 |
| 5 | Проекция | 12, 22, 28, 29, 45, 59, 67, 71, 78, 79, 82, 88 | 12 |
| 6 | Компенсация | 3, 15, 16, 18, 24, 33, 52, 57, 83, 85 | 10 |
| 7 | Гиперкомпенсация | 17, 53, 61, 65, 66, 69, 74, 80, 81, 86 | 10 |
| 8 | Рационализация | 4, 7, 14, 30, 38, 43, 48, 51, 56, 60, 87, 91 | 12 |

***Интерпретация  Индекса жизненного стиля.***

**Отрицание.** Механизм психологической защиты, посредством которого личность либо отрицает некоторые фрустрирующие, вызывающие тревогу обстоятельства, либо какой-либо внутренний импульс или сторона отрицает самое себя. Как правило, действие этого механизма проявляется в отрицании тех аспектов внешней реальности, которые, будучи очевидными для окружающих, тем не менее не принимаются, не признаются самой личностью. Иными словами, информация, которая тревожит и может привести к конфликту, не воспринимается. Имеется в виду конфликт, возникающий при проявлении мотивов, противоречащих основным установкам личности, или информация, которая угрожает ее самосохранению, самоуважению или социальному престижу.

Как процесс, направленный вовне, отрицание часто противопоставляется *вытеснению* как психологической защите против внутренних, инстинктивных требований и побуждений. Примечательно, что авторы методики ИЖС объясняют наличие повышенной внушаемости и доверчивости у истероидных личностей действием именно механизма отрицания, с помощью которого у социального окружения отрицаются нежелательные, внутренне неприемлемые черты, свойства или негативные чувства к субъекту переживания. Как показывает опыт, отрицание как механизм психологической защиты реализуется при конфликтах любого рода и характеризуется внешне отчетливым искажением восприятия действительности.

**Вытеснение.** *З.Фрейд* считал этот механизм (его аналогом служит подавление) главным способом защиты инфантильного «Я», неспособного сопротивляться соблазну. Другими словами, *вытеснение* – механизм защиты, посредством которого неприемлемые для личности импульсы: желания, мысли, чувства, вызывающие тревогу, – становятся бессознательными. По мнению большинства исследователей, этот механизм лежит в основе действия и других защитных механизмов личности. Вытесненные (подавленные) импульсы, не находя разрешения в поведении, тем не менее сохраняют свои эмоциональные и психо-вегетативные компоненты. Например, типична ситуация, когда содержательная сторона психотравмирующей ситуации не осознается, и человек вытесняет сам факт какого-ибо неблаговидного поступка, но интрапсихический конфликт сохраняется, а вызванное им эмоциональное напряжение субъективно воспринимается как внешне немотивированная тревога. Именно поэтому вытесненные влечения могут проявляться в невротических и психофизиологических симптомах. Как показывают исследования и клинический опыт, наиболее часто вытесняются многие свойства, личностные качества и поступки, не делающие личность привлекательной в собственных глазах себя и в глазах других, например, завистливость, недоброжелательность, неблагодарность и т. п. Следует подчеркнуть, что психотравмирующие обстоятельства или нежелательная информация действительно вытесняются из сознания человека, хотя внешне это может выглядеть как активное противодействие воспоминаниям и самоанализу.

В опроснике в эту шкалу авторы включили и вопросы, относящиеся к менее известному механизму психологической защиты – *изоляции*. При изоляции психотравмирующий и эмоционально подкрепленный опыт индивида может быть осознан, но на когнитивном уровне, изолированно от аффекта тревоги.

**Регрессия.** В классических представлениях регрессия рассматривается как механизм психологической защиты, посредством которого личность в своих поведенческих реакциях стремится избежать тревоги путем перехода на более ранние стадии развития либидо. При этой форме защитной реакции личность, подвергающаяся действию фрустрирующих факторов, заменяет решение субъективно более сложных задач на относительно более простые и доступные в сложившихся ситуациях. Использование более простых и привычных поведенческих стереотипов существенно обедняет общий (потенциально возможный) арсенал преобладания конфликтных ситуаций. К этому механизму относится и упоминаемая в литературе защита по типу «*реализация в действии*», при которой неосознаваемые желания или конфликты прямо выражаются в действиях, препятствующих их осознаванию. Импульсивность и слабость эмоционально-волевого контроля, свойственная *психопатическим личностям*, определяются актуализацией именно этого механизма защиты на общем фоне изменения мотивационно-потребностной сферы в сторону их большей упрощенности и доступности.

**Компенсация.** Этот механизм психологической защиты нередко объединяют с *идентификацией*. Он проявляется в попытках найти подходящую замену реального или воображаемого недостатка, дефекта нестерпимого чувства другим качеством, чаще всего с помощью фантазирования или присвоения себе свойств, достоинств, ценностей, поведенческих характеристик другой личности. Часто это происходит при необходимости избежать конфликта с этой личностью и повышения чувства самодостаточности. При этом заимствованные ценности, установки или мысли принимаются без анализа и переструктурирования и поэтому не становятся частью самой личности.

Ряд авторов обоснованно считают, что компенсацию можно рассматривать как одну из форм *защиты от комплекса неполноценности*, например, у подростков с асоциальным поведением, с агрессивными и преступными действиями, направленными против личности. Вероятно, здесь речь идет о гиперкомпенсации или близкой по содержанию регрессии с общей незрелостью МПЗ.

Другим проявлением компенсаторных защитных механизмов может быть ситуация преодоления фрустрирующих обстоятельств или сверхудовлетворения в других сферах. – например, физически слабый или робкий человек, неспособный ответить на угрозу расправы, находит удовлетворение в унижении обидчика с помощью изощренного ума или хитрости. Люди, для которых компенсация является наиболее характерным типом психологической защиты, часто оказываются мечтателями, ищущими идеалы в различных сферах жизнедеятельности.

**Проекция.** В основе проекции лежит процесс, посредством которого неосознаваемые и неприемлемые для личности чувства и мысли локализуются вовне, приписывается другим людям и таким образом становятся как бы вторичными. Негативный, социально малоодобряемый оттенок испытываемых чувств и свойств, например, агрессивность нередко приписывается окружающим, чтобы оправдать свою собственную агрессивность или недоброжелательность, которая проявляется как бы в защитных целях. Хорошо известны примеры ханжества, когда человек постоянно приписывает другим собственные аморальные стремления.

Реже встречается другой вид проекции, при котором значимым лицам (чаще из микросоциального окружения) приписываются позитивные, социально одобряемые чувства, мысли или действия, которые способны возвысить. Например, учитель, не проявивший особых способностей в профессиональной деятельности, склонен наделять любимого ученика талантом именно в этой области, неосознанно возвышая тем самым и себя («победителю ученику от побежденного учителя»).

**Замещение.** Распространенная форма психологической защиты, которая в литературе нередко обозначается понятием «*смещение*». Действие этого защитного механизма проявляется в разрядке подавленных эмоций (как правило, враждебности, гнева), которые направляются на объекты, представляющие меньшую опасность или более доступные, чем те, что вызвали отрицательные эмоции и чувства. Например, открытое проявление ненависти к человеку, которое может вызвать нежелательный конфликт с ним, переносится на другого, более доступного и неопасного. В большинстве случаев замещение разрешает эмоциональное напряжение, возникшее под влиянием фрустрирующей ситуации, но не приводит к облегчению или достижению поставленной цели. В этой ситуации субъект может совершать неожиданные, подчас бессмысленные действия, которые разрешают внутреннее напряжение.

**Интеллектуализация.** Этот защитный механизм часто обозначают понятием «*рационализация*». Авторы методики объединили эти два понятия, хотя их сущностное значение несколько отличается. Так, *действие интеллектуализации* проявляется в основанном на фактах чрезмерно «умственном» способе преодоления конфликтной или фрустрирующей ситуации без переживаний. Иными словами, личность пресекает переживания, вызванные неприятной или субъективно неприемлемой ситуацией при помощи логических установок и манипуляций даже при наличии убедительных доказательств в пользу противоположного. Отличие интеллектуализации от рационализации, по мнению *Ф.Е.Василюка*, состоит в том, что она, по существу, представляет собой «уход из мира импульсов и аффектов в мир слов и абстракций». При *рационализации* личность создает логические (псевдоразумные), но благовидные обоснования своего или чужого поведения, действий или переживаний, вызванных причинами, которые она (личность) не может признать из-за угрозы потери самоуважения. При этом способе защиты нередко наблюдаются очевидные попытки снизить ценность недоступного для личности опыта. Так, оказавшись в ситуации конфликта, человек защищает себя от его негативного действия путем снижения значимости для себя и других причин, вызвавших этот конфликт или психотравмирующую ситуацию. В шкалу интеллектуализации – рационализации была включена и *сублимация* как механизм психологической защиты, при котором вытесненные желания и чувства гипертрофированно компенсируются другими, соответствующими высшим социальным ценностям, исповедуемым личностью.

**Реактивные образования.** Этот вид психологической защиты нередко отождествляют с *гиперкомпенсацией*. Личность предотвращает выражение неприятных или неприемлемых для нее мыслей, чувств или поступков путем преувеличенного развития противоположных стремлений. Иными словами, происходит как бы трансформация внутренних импульсов в субъективно понимаемую их противоположность. Например, жалость или заботливость могут рассматриваться как реактивные образования по отношению к бессознательной черствости, жестокости или эмоционального безразличия.

*Изоляция* - это отделение психотравмирующей ситуации от связанных с ней душевных переживании. Замена ситуации происходит как бы неосознанно, по крайней мере не связывается с собственными переживаниями. Все происходит как будто с кем-то другим. Изоляция ситуации от собственного Эго особенно ярко проявляется у детей. Взяв куклу или игрушечную зверюшку, ребенок в игре может разрешить ей делать и говорить все, что ему самому запрещается: быть безрассудной, саркастичной, жестокой, ругаться, высмеивать других и т. п.  
*Сублимация* - это наиболее распространенный защитный механизм, когда мы, стараясь забыть о травмирующем событии (переживании), переключаемся на различные виды деятельности, приемлемые для нас и общества. Разновидностью сублимации может быть спорт, интеллектуальный труд, творчество.  
*Интроспекция* - это процесс, в результате которого идущее извне ошибочно воспринимается как происходящее внутри. Так, маленькие дети вбирают в себя всевозможные позиции, аффекты и формы поведения значимых в их жизни людей, выдавая в последующем это за свое мнение.

**Образование механизмов защиты.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Эмоции**  **Спонтанное выражение** | **Результат** | **Страх и его социализированные формы** | **Механизмы защиты** | **Переоценка стимулов** |
| Страх | Обесценивание | Стыд | Подавление | «Мне это незнакомо» |
| Гнев | Месть, наказание, обесценивание | Страх, стыд | Замещение | «Вот кто во всем виноват» |
| Радость | Наказание, отвержение | Страх, стыд | Реактивное образование | «Все, связанное с этим, отвратительно» |
| Печаль | Результат отсутствует. Отвержение | Страх, чувство неполноценности | Компенсация | «Зато я... Все равно я... Когда-нибудь я...» |
| Принятие | Равнодушие отвержение | Чувство неполноценности | Отрицание | Оценка отсутствует |
| Отвержение | Отвержение | Страх самонеприятия | Проекция | «Все люди порочны» |
| Ожидание | Обесценивание | Растерянность, паника, чувство вины | Интеллектуализация | «Все объяснимо» |
| Удивление | Обесценивание | Чувство вины, страх самостоятельности и инициативы | Регрессия | «Вы обязаны мне помочь» |

*Источник:*   
**Авторы Кружкова О.В., Шахматова О.Н. "Психологические защиты личности: учебное пособие". - Екатеринбург: Издательство Росгоспрофпедуниверситет, 2006, 153 стр.**

Источник: <http://psycabi.net/testy/310#ixzz3froe6Ul0>

**Опросник УСК**

**Инструкция**

*Ответьте пожалуйста на поставленные вопросы, используя одну из градаций 7-балльной шкалы, выбранный вариант внесите в бланк ответов* :

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Полностью не согласен | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Полностью согласен |

1.       Продвижение по службе больше зависит от удачного стечения обстоятельств, чем от способностей и усилий человека.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Полностью не согласен | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Полностью согласен |

2.       Большинство разводов происходит от того, что люди не захотели приспособиться друг к другу.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Полностью не согласен | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Полностью согласен |

3.       Болезнь – дело случая; если уж суждено заболеть, то ничего не поделаешь.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Полностью не согласен | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Полностью согласен |

4.       Люди оказываются одинокими из-за того, что сами не проявляют интереса и дружелюбия к окружающим.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Полностью не согласен | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Полностью согласен |

5.       Осуществление моих желаний часто зависит от везения.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Полностью не согласен | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Полностью согласен |

6.       Бесполезно предпринимать усилия для того, чтобы завоевать симпатии других людей.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Полностью не согласен | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Полностью согласен |

7.       Внешние обстоятельства — родители и благосостояние — влияют на семейное счастье не меньше, чем отношения супругов.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Полностью не согласен | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Полностью согласен |

8.       Я часто чувствую, что мало влияю на то, что происходит со мной.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Полностью не согласен | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Полностью согласен |

9.       Как правило, руководство оказывается более эффективным, когда полностью контролирует действия подчиненных, а не полагается на их самостоятельность.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Полностью не согласен | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Полностью согласен |

10.   Мои отметки в школе часто зависели от случайных обстоятельств (например, настроения учителя), чем от моих собственных усилий.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Полностью не согласен | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Полностью согласен |

11.   Когда я строю планы, то я, в общем, верю, что смогу осуществить их.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Полностью не согласен | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Полностью согласен |

12.   То, что многим людям кажется удачей или везением, на самом деле является результатом долгих целенаправленных усилий.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Полностью не согласен | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Полностью согласен |

13.   Думаю, что правильный образ жизни может больше помочь здоровью, чем врачи и лекарства.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Полностью не согласен | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Полностью согласен |

14.   Если люди не подходят друг к другу, то, как бы они ни старались, наладить семейную жизнь, они все равно не смогут.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Полностью не согласен | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Полностью согласен |

15.   То хорошее, что я делаю, обычно бывает по достоинству оценено другими.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Полностью не согласен | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Полностью согласен |

16.   Дети вырастают такими, какими их воспитывают родители.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Полностью не согласен | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Полностью согласен |

17.   Думаю, что случай или судьба не играют важной роли в моей жизни.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Полностью не согласен | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Полностью согласен |

18.   Я стараюсь не планировать далеко вперед, потому что немало е зависит от того, как сложатся обстоятельства.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Полностью не согласен | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Полностью согласен |

19.   Мои отметки в школе больше всего зависели от моих усилий и степени подготовленности.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Полностью не согласен | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Полностью согласен |

20.   В семейных конфликтах я чаще чувствую вину за собой, чем за противоположной стороной.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Полностью не согласен | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Полностью согласен |

21.   Жизнь большинства людей зависит от стечения обстоятельств.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Полностью не согласен | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Полностью согласен |

22.   Я предпочитаю такое руководство, при котором можно самостоятельно определять, как и что делать.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Полностью не согласен | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Полностью согласен |

23.   Думаю, что мой образ жизни ни в коей мере не является причиной моих болезней.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Полностью не согласен | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Полностью согласен |

24.   Как правило, именно неудачное стечение обстоятельств мешает людям добиться успехов в своем деле.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Полностью не согласен | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Полностью согласен |

25.   В конце концов, за плохое управление организацией ответственны сами люди, которые в ней работают.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Полностью не согласен | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Полностью согласен |

26.   Я часто чувствую, что ничего lie могу изменить в сложившихся отношениях в семье.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Полностью не согласен | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Полностью согласен |

27.   Если я очень захочу, то смогу расположить к себе почти любого.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Полностью не согласен | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Полностью согласен |

28.   На подрастающее поколение влияет так немало разных обстоятельств, что усилия родителей по их воспитанию часто оказываются бесполезными.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Полностью не согласен | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Полностью согласен |

29.   То, что со мной случится, это дело моих собственных рук.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Полностью не согласен | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Полностью согласен |

30.   Трудно бывает понять, почему руководители поступают так, а не иначе.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Полностью не согласен | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Полностью согласен |

31.   Человек, который не смог добиться успеха в своей работе, скорее всего не проявлял достаточно усилий.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Полностью не согласен | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Полностью согласен |

32.   Чаще всего я могу добиться от членов моей семьи того, что я хочу.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Полностью не согласен | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Полностью согласен |

33.   В неприятностях и неудачах, которые были в моей жизни **,** чаще всего были виноваты другие люди, чем я сам.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Полностью не согласен | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Полностью согласен |

34.   Ребенка всегда можно уберечь от простуды, если за ним следить и правильно его одевать.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Полностью не согласен | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Полностью согласен |

35.   В сложных обстоятельствах я предпочитаю подождать, пока проблемы разрешатся сами собой.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Полностью не согласен | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Полностью согласен |

36.   Успех является результатом упорной работы и мало зависит от случая или везения.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Полностью не согласен | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Полностью согласен |

37.   Я чувствую, что от меня больше, чем от кого бы то ни было **,** зависит счастье моей семьи.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Полностью не согласен | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Полностью согласен |

38.   Мне всегда было трудно понять, почему я нравлюсь одним людям и не нравлюсь другим.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Полностью не согласен | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Полностью согласен |

39.   Я всегда предпочитаю принимать решение и действовать самостоятельно, а не надеяться на помощь других людей или на судьбу.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Полностью не согласен | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Полностью согласен |

40.   К сожалению, заслуги человека часто остаются непризнанными **,** несмотря на все его старания.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Полностью не согласен | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Полностью согласен |

41.   В семейной жизни бывают такие ситуации, которые невозможно разрешить даже при самом сильном желании.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Полностью не согласен | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Полностью согласен |

42.   Способные люди, не сумевшие реализовать свои возможности **,** должны винить в этом только самих себя.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Полностью не согласен | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Полностью согласен |

43.   Многие мои успехи были возможны только благодаря помощи других людей.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Полностью не согласен | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Полностью согласен |

44.   Большинство неудач в моей жизни произошло от неумения **,** незнания или лени и мало зависело от везения или невезения.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Полностью не согласен | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Полностью согласен |

**Опросник УСК**

**Бланк ответов**

Пароль\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Пол\_\_\_\_\_Возраст\_\_\_\_\_\_

Образование\_\_\_\_\_\_\_\_Дата заполнения \_\_\_\_\_\_ 20

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Ответ |  | №п/п | Ответ |  |
| 1 |  |  | 23 |  |  |
| 2 |  |  | 24 |  |  |
| 3 |  |  | 25 |  |  |
| 4 |  |  | 26 |  |  |
| 5 |  |  | 27 |  |  |
| 6 |  |  | 28 |  |  |
| 7 |  |  | 29 |  |  |
| 8 |  |  | 30 |  |  |
| 9 |  |  | 31 |  |  |
| 10 |  |  | 32 |  |  |
| 11 |  |  | 33 |  |  |
| 12 |  |  | 34 |  |  |
| 13 |  |  | 35 |  |  |
| 14 |  |  | 36 |  |  |
| 15 |  |  | 37 |  |  |
| 16 |  |  | 38 |  |  |
| 17 |  |  | 39 |  |  |
| 18 |  |  | 40 |  |  |
| 19 |  |  | 41 |  |  |
| 20 |  |  | 42 |  |  |
| 21 |  |  | 43 |  |  |
| 22 |  |  | 44 |  |  |

Спасибо за участие!

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  | Баллы | Стены |
| 1 | Общая интернальность |  |  |
| 2 | Интернальность в области достижений |  |  |
| 3 | Интернальность в области неудач |  |  |
| 4 | Интернальность в семейных отношениях |  |  |
| 5 | Интернальность в области производственных отношений |  |  |
| 6 | Интернальность в области межличностных отношений |  |  |
| 7 | Интернальность в отношении здоровья и болезни |  |  |

**Опросник "Уровень субъективного контроля" (УСК)**

Выделение личностной характеристики, описывающей то, в какой степени человек ощущает себя активным субъектом собственной деятельности, а в какой—пассивным объектом действия других людей и внешних обстоятельств, обосновано существующими эмпирическими исследованиями и может способствовать дальнейшему изучению широкого круга проблем общей и в особенности прикладной психологии личности. Эта характеристика полностью отвечает и теоретическим представлениям, сложившимся в отечественной психологии, в которой исследованию и формированию сознательной, активной деятельности личности всегда придавалось первостепенное значение.

Всего опросник УСК состоит из 44 пунктов.

В целях повышения достоверности результатов опросник сбалансирован по следующим параметрам:

I) по интернальности-экстернальности—половина из пунктов опросника сформулирована таким образом, что положительный ответ на них дадут люди с интернальным УСК, а другая половина сформулирована так, что положительный ответ на нее дадут люди с экстернальным УСК;

2) по эмоциональяому знаку—равное количество пунктов опросника описывают эмоционально позитивные и эмоционально негативные ситуации;

3) по направлению атрибуций—равное количество пунктов сформулировано в первом и третьем лице.

В отличие от шкалы Роттера в опросник включены пункты, измеряющие интернальность-экстернальность в межличностных и семейных отношениях. Для медико-психологических исследований в него включены пункты, измеряющие УСК. в отношении болезни и здоровья.

Для увеличения спектра возможных применений опросника он сконструирован в двух вариантах, различающихся форматом ответов испытуемых. Вариант А, предназначенный для исследовательских целей, требует ответа по 6-баллыюй шкале “—3, —2, —1, +1, +2, +3", в которой ответ “+3” означает “полностью согласен”, “—3”—“совершенно не согласен” с данным пунктом. Вариант Б, предназначенный для клинической психодиагностики, требует ответов по бинарной шкале “согласен—не согласен”.

Как показали исследования, проведенные на нормальных испытуемых—студентах, ответы на все пункты опросника имеют достаточный разброс: ни одна из половин шкалы не выби­ралась реже, чем на 15% случаев. Результаты заполнения опросника отдельным испытуемым преобразуются в стандартную систему единиц—стенов и могут быть наглядно представлены в виде профиля субъективного контроля.

Показатели опросника УСК организованы в соответствии с принципом иерархической структуры системы регуляции деятельности таким образом, что включают в себя обоб­щенный показатель индивидуального УСК, инвариантный к частым ситуациям деятельности, два показателя среднего уровня общности, дифференцированные по эмоциональному знаку этих ситуаций, и ряд ситуационно-специфических показателей.

**1. Шкала общей интернальности И о** . Высокий показатель по этой шкале соответствует высокому уровню субъективного контроля над любыми значимыми ситуациями. Такие люди считают, что большинство важных событий в их жизни было результатом их собственных действий, что они могут ими управлять, и, следовательно, чувствуют свою собственную ответственность за эти события и за то, как складывается их жизнь в целом. Низкий показатель по шкале И о соответствует низкому уровню субъективного контроля. Такие испытуемые не видят связи между своими действиями и значимыми для них событиями их жизни, не считают себя способными контро­лировать их развитие и полагают, что большинство их являют­ся результатом случая или действий других людей.

**2. Шкала интернальности в области достижений И д** . Высокие показатели по этой шкале соответствуют высокому уровню субъективного контроля над эмоционально положительными событиями и ситуациями. Такие люди считают, что всего хорошего, что было и есть в их жизни, они добились сами и что они способны с успехом преследовать свои цели и в будущем. Низкие показатели по шкале И д свидетельствуют о том, что человек приписывает свои успехи, достижения и радости внешним обстоятельствам—везению, счастливой судьбе или помощи других людей.

**3. Шкала интернальности в области неудач И н** . Высокие показатели но этой шкале говорят о развитом чувстве субъективного контроля по отношению к отрицательным собы­тиям и ситуациям, что проявляется в склонности обвинять самого себя в разнообразных неудачах, неприятностях и страданиях. Низкие показатели И н свидетельствуют о том, что испытуемый склонен приписывать ответственность за подобные события другим людям или считать их результатом невезения.

**4. Шкала интернальности в семейных отношениях И с** . Высокие показатели по этой шкале означают, что человек •читает себя ответственным за события его семейной жизни. Низкий И с указывает на то, что субъект считает не себя, а своих партнеров причиной значимых ситуаций, возникающих в его семье.

**5. Шкала интернальности в области производственных отношений И п** . Высокий И п свидетельствует о том, что чело­век считает свои действия важным фактором в организации собственной производственной деятельности, в складываю­щихся отношениях в коллективе, в своем продвижении и т. д. Низкий И п указывает на то, что испытуемый склонен приписывать более важное значение внешним обстоятельствам—руководству, товарищам по работе, везению—невезению.

**6. Шкала интернальности в области межличностных отношений И м** . Высокий показатель И м свидетельствует о том, что человек считает себя в силах контролировать свои неформальные отношения с другими людьми, вызывать к себе уважение и симпатию и т. д. Низкий И м , напротив, указывает на то, что он не считает себя способным активно формировать свой круг общения и склонен считать свои отношения результатом действия своих партнеров.

**7. Шкала интернальности в отношении здоровья и болезни И з** . Высокие показатели И з свидетельствуют о том, что испытуемый считает себя во немало м ответственным за свое здоровье: если он болен, то обвиняет в этом самого себя и полагает, что выздоровление во немало м зависит от его действий. Человек с низким И з : считает здоровье и болезнь результатом случая и надеется на то, что выздоровление придет в результате действий других людей, первым делом врачей.

**Ключи к шкалам УСК**

Обработку заполненных бланков следует проводить по приведенным ниже ключам, суммируя ответы на пункты в столбцах “+” со споим знаком и ответы на пункты в столбцах “—“ с обратным знаком.

1.       Шкала Ио

+: 2, 4, 11, 12, 13, 15, 16, 17, 19, 20, 22, 25, 27, 29, 31, 32, 34,. 36, 37, 39, 42, 44.

—: 1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 14, 18, 21, 23, 24, 26, 28, 30, 33,

35,. 38, 40, 41, 43.

2. Шкала Ид: +: 12, 15, 27, 32, 36, 37.

—: 1, 5, 6, 14, 26, 43.

3. Шкала Ин: +: 2, 4, 20,31,42,44.

- :7,24,33,36,40,41

4. Шкала Ис: +: 7,24,33,36,40,41

. -: 7, 14,26,28,41

5. Шкала Ип: . +: 19,22,25,31,42.

-: 1,9, 10,24,30

6. Шкала Им. +; 4,27.

-:6, 38

7. Шкала И. +: 13,34.

—:3,23.

Перевод сырых баллов в стены

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Ио  от до | Ид  от до | Ин  от до | Ис  от до | Ип  от до | Им  от до | Из  от до |
| 1 | —132 —14 | —36 —11 | .—36. -8 | —30—12: | —30 —5 | .—12 —7 | —12 —6 |
| 2 | —13 —3 | —10—7 | —7 —4 | —11 —8 | -4 —1 | —6 —5 | —5 —4 |
| 3 | —2 - 9 | —6 —3 | —3 0 | —7 —5 | 0 3 | —4 -3 | —3 -2 |
| 4 | 10 21 | —2 1 | 1 4 | —4 —1 | 4 7 | —2 —1 | -.1 0 |
| 5 | 22 32 | 2 5 | 5 7 | 0 3 | 8 11 | 0 1 | 1 2 |
| 6 | 33 44 | 6 9 | 8 11 | 4 6 | 12 15 | 2 4 | 3 4 |
| 7 | 45 56 | 10 14 | 12 15 | 7 10 | 16 19 | 5 б | 5 6 |
| 8 | 57 68 | 15 18 | 16. 19 | 11 13 | 20 23 | 7 8 | 7 8 |
| 9 | 69 79 | 19 22 | 20 23 | 14 17 | 24 27 | 9 10 | 9 10 |
| 10 | 80 132 | 23 36 | 24 36 | 18 30 | 28 30 | 11 12 | 11 12 |

Для перевода сырого бала шкал опросника УСК в стандартное значение (стен), найдите в верхней строке нужную шкалу и двигайтесь по столбцу вниз, до строки с интервалом значений, в который попадает подсчитанный вами сырой балл. В крайнем левом столбце найденной строки указан соответствующий стен. К примеру , если сырой балл по шкале Ис равен 8, мы в столбце Ис находим интервал 7—10 и в левом столбце данной строки указано значение стена —7.

**ОПРОСНИК УСК.**

Инструкция. Внимательно прочитайте каждое из утверждений, приведенных ниже и отметьте на бланке ответов:

+3 2 1 1 2 3-

+3 -полностью согласен, +2 - скорее согласен, +1- скорее не согласен, -1- несогласен, полностью,

согласен чем не согласен чем согласен несогласен

1.Продвижение по службе больше зависит от удачного стечения обстоятельств, чем от способностей и усилий человека.

2. Большинство разводов происходит от того, что люди не захотели приспособиться к друг другу.

3. Болезнь - дало случая, если уж суждено заболеть, то ничего не поделаешь.

4. Люди оказываются одинокими иэ-за того, что сами не проявляют интереса и дружелюбия к окружающим. к окружающим.

5. Осуществление моих желаний часто зависит везения.

6.Бесполезно предпринимать усилия для того, чтобы завоевать симпатию других людей.

7. Внешние обстоятельства - родители и благосостояние - влияют на семейное счастье не меньше, чем отношения супругов.

8. Я часто чувствую, что мало влияю на то что происходит мной.

9. Как правило руководство оказывается более эффективно, когда полностью контролируются действия подчиненных, а не полагаются на их самостоятельность.

10. Мои отметки в школе часто зависели от случайных обстоятельств (например, от настрояения учителя), чем от моих собственных усилий. .

11. Когда я строю планы, то я в общем верю, что смогу осуществить их.

12. То, что многим людям кажется удачей или везением на самом деле является результатом долгих целенаправленных усилий.

13.Думаю, что правильный образ жизни может помочь больше здоровью, чем врачи и лекарства.

14. Если люди не подходят друг другу, то, как бы они не старались наладить семейную жизнь они все равно не смогут.

15. То хорошее, что я делаю, обычно бывает по достоинству оценено другими.

16 Дети вырастают такими, какими их воспитывают родители.

17. Думаю, что случай или судьба не играют важной роли в моей жизни.

18. Я стараюсь не планировать далеко вперед, потому что немало е зависит от того, как сложатся обстоятельства.

19. Мои отметки в школе больше всего зависели от моих усилий и степени подготовленности.

20. В семейных конфликтах я чаще чувствую вину за собой, чем за противоположной стороной.

21. Жизнь большинства людей зависит от стечения обстоятельств.

22. Я предпочитаю такое руководство, при котором можно самостоятельно определить, что и как делать

23. Думаю, что мой образ жизни ни в коей мере не является причиной моих болезней.

24. Как правило, именно неудачное стечение обстоятельств мешает людям добиться успеха в своем деле.

25. В конце концов, за плохое управление организацией ответственны сами люди, которые в ней работают.

26. Я часто чувствую, что ничего не могу изменить в сложившихся отношениях в семье.

27. Если уж очень захочу, то смогу расположить к себе любого.

28. На подрастающее поколение влияет так немало разных обстоятельств, что усилия родителей по их воспитанию часто оказываются бесполезными.

29. То, что со мной случается - это дело моих собственных рук.

30. Трудно бывает понять, почему руководители поступают именно так, а не иначе.

31. Человек, который не смог добиться успеха в своей работе, скорее всего не проявлял достаточно усилий.

32. Чаще всего я могу добиться от членов моей семьи того, что я хочу.

33. В неприятностях и неудачах, которые были в моей жизни, чаще были виноваты другие люди, чем я сам.

34. Ребенка всегда можно уберечь от простуды, если за ним следить и правильно одевать.

35. В сложных обстоятельствах я предпочитаю подождать, пока проблемы разрешаться сами собой.

36. Успех является результатом упорной работы и мало зависит от случая или везения.

37. Я чувствую, что от меня больше, чем от кого бы то ни было, зависит счастье моей семьи.

38. Мне всегда было трудно понять, почему я нравлюсь одним людям и не нравлюсь другим.

39. Я всегда предпочитаю принять решение и действовать самостоятельно, а не надеяться на помощь других людей или на судьбу.

40. К сожалению, заслуги человека часто остаются непризнанными, несмотря на все его старания.

41. В семейной жизни бывают такие ситуации, которые невозможно разрешить даже при самом сильном желании.

42. Способные люди, не сумевшие реализовать свои возможности, должны винить в этом только самих себя.

43. Многие мои успехи были возможны только благодаря помощи других.

44. Большинство неудач в моей жизни произошло от неумения, лени и мало зависело от везения или невезения.

пол\_\_\_\_\_\_\_ возраст\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ профессия\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ дата\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Методика «Рельеф субъективного состояния взрослости»А.Ю.НиколаеваПароль\_\_\_\_\_\_\_\_\_Пол\_\_\_\_\_ Возраст\_\_\_\_\_\_ Образование\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Дата заполнения \_\_\_20 Инструкция. «Дайте оценку показателям Вашего состояния взрослости по данному опроснику. Для этого выберите цифру, которая, на Ваш взгляд, отражает уровень проявления данной характеристики состояния: 5 – максимальная выраженность данного показателя, 4 – уровень выше среднего, 3 – средний, 2 – ниже среднего, 1 – низкий уровень, 0 – обычная, неизмененная характеристика данного показателя. Выбранный вариант внесите в бланк ответов. Слева в строке опросника один полюс, а справа – противоположный полюс данного показателя. Вы должны осуществить выбор. Помните, что в ряду может быть только одна оценка, а также что нет ни хороших, ни плохих ответов».  **Образы взрослости** | | |
| **1. Собственно Я** | | |
| Трудность осознания себя | | Четкость, ясность легкость осознания себя |
| -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 | | |
| **2. Самостоятельность** | | |
| Несамостоятельность | | Самостоятельность |
| -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 | | |
| **3. Жизнь** | | |
| Трудность возникновения общего взгляда на жизнь | | Четкость, ясность представлений о направленности жизни, своем предназначении |
| -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 | | |
| **4. Ответственность** | | |
| Трудность в понимании, неприятие ответственности | | Четкость, ясность представлений об ответственности |
| -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 | | |
| **5. Семья** | | |
| Трудность представления себя семейным человеком | | Четкое представление себя в кругу семьи, детей, родственников |
| -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 | | |
| **6. Опыт, знание, умение, восприятие, осознание** | | |
| Трудность представлений об опыте, нет жизненного опыта, нет доверия к собственному восприятию, осознанию | | Опора на свой жизненный опыт, знания, умения, доверие к собственному восприятию, осознанию |
| -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 | | |
| **7** **Желания, потребности, возможности** | | |
| Размытость, нечеткость, недопустимость к осознанию желаний, потребностей, возможностей | | Четкость, ясность представлений о желаниях, потребностях, возможностях |
| -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 | | |
| **8. Сообщества людей** | | |
| Размытое представление о сообществах людей, чувство тревоги, протест против социальных требований | | Осознанное представление о социальном сообществе, нормах, ценностях, ролях, контактах с другими людьми |
| -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 | | |
| **9. Работа, дело, финансы, положение** | | |
| Трудно представить себя работающим, слабость, чувство неуверенности, лень | | Четкое представление о работе, деле , финансовом и социальном положении |
| -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 | | |
| **10. Мир** | | |
| Размытое представление об окружающем мире | | Осознанный взгляд на мир, на природу |
| -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 | | |
| **Переживание взрослости** | | |
| **11. Удовлетворенность** | | |
| Неудовлетворенность собственной взрослостью | | Удовлетворенность собственной взрослостью, положительное переживание |
| -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 | | |
| **12. Тревога, страх** | | |
| Значительная тревога, страх перед взрослостью | | Умеренная тревога, адекватная проблемам взрослости |
| -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 | | |
| **13. Агрессия** | | |
| Агрессия, злость на требование быть взрослым | | Умеренная агрессия, адекватная проблемам взрослости |
| -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 | | |
| **14. Подчинение** | | |
| Протест против необходимости подчиняться | | Переживание подчинения как неизбежности взрослости. |
| -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 | | |
| **15. Четкость** | | |
| Беспокойство по поводу необходимости четкости формулировок, позиций | | Четкость формулировок |
| -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 | | |
| **16.Необходимость** | | |
| Беспокойство по поводу необходимости | | Готовность принять необходимость |
| -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 | | |
| **17. Радость** | | |
| При мысли о взрослости переживание разочарования, печали | | При мысли о взрослости переживание радости |
| -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 | | |
| **18. Другогое, по-другому** | | |
| Непонятность других | | Принятие другого, непохожего |
| -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 | | |
| **19. Активность** | | |
| Лучше подождать, пока все устроится само собой | | Активность дает шанс добиться успеха |
| -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 | | |
| **20. Высота, глубина, полнота** | | |
| Переживания вредны | | Предпочитаю сильные, глубокие переживания |
| -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 | | |
| **Отношения взрослости** | | |
|  | | |
| **21. Заботиться, помогать, опекать, удовлетворять** | | |
| Отрицательно Положительно | | |
| -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 | | |
| **22. Ограничивать, разграничивать** | | |
| Отрицательно Положительно | | |
| -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 | | |
| **23. Управлять,распоряжаться, контролировать ,организовывать** | | |
| Отрицательно Положительно | | |
| -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 | | |
|  | | |
| **24. Зависеть** | | |
| Отрицательно Положительно | | |
| -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 | | |
| **25. Создавать, появляться, представлять, искать** | | |
| Отрицательно Положительно | | |
| -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 | | |
| **26. Давать, отдавать** | | |
| Отрицательно Положительно | | |
| -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 | | |
| **27. Анализировать, чувствовать, осознавать** | | |
| Отрицательно Положительно | | |
| -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 | | |
| **28. Принимать, брать** | | |
| Отрицательно Положительно | | |
| -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 | | |
| **29. Участвовать** | | |
| Отрицательно Положительно | | |
| -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 | | |
| **30. Доверять** | | |
| Отрицательно Положительно | | |
| -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 | | |
| **Символическое пространство взрослости** | | |
|  | | |
| **31. Свобода** | | |
| Не принимаю Принимаю | | |
| -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 | | |
| **32. Защита** | | |
| Не принимаю Принимаю | | |
| -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 | | |
| **33.Выбор** | | |
| Не принимаю Принимаю | | |
| -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 | | |
| **34. Создание** | | |
| Не принимаю Принимаю | | |
| -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 | | |
| **35. Зрелость** | | |
| Не принимаю Принимаю | | |
| -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 | | |
| **36. Развитие, саморазвитие** | | |
| Не принимаю Принимаю | | |
| -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 | | |
| **37. Трудности, противоречия** | | |
| Не принимаю Принимаю | | |
| -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 | | |
| **38. Терпение** | | |
| Не принимаю Принимаю | | |
| -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 | | |
| **39. Серьезность** | | |
| Не принимаю Принимаю | | |
| -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 | | |
| **40. Самость (себя)** | | |
| Не принимаю Принимаю | | |
| -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 | | |

**Рельеф субъективного состояния взрослости**

**Бланк ответов**

Пароль\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Пол\_\_\_\_\_Возраст\_\_\_\_\_\_

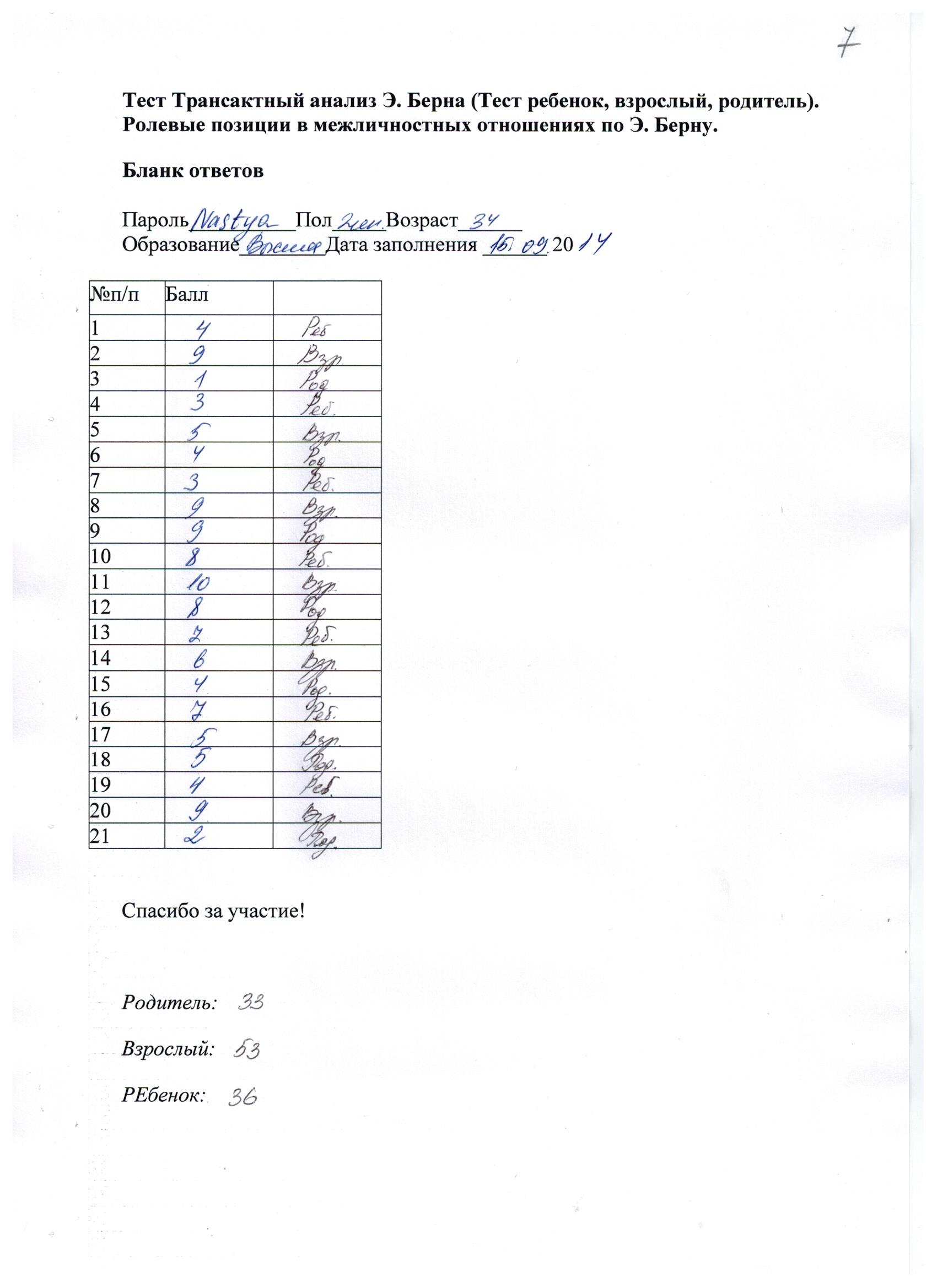
Образование\_\_\_\_\_\_\_\_Дата заполнения \_\_\_\_\_\_ 20

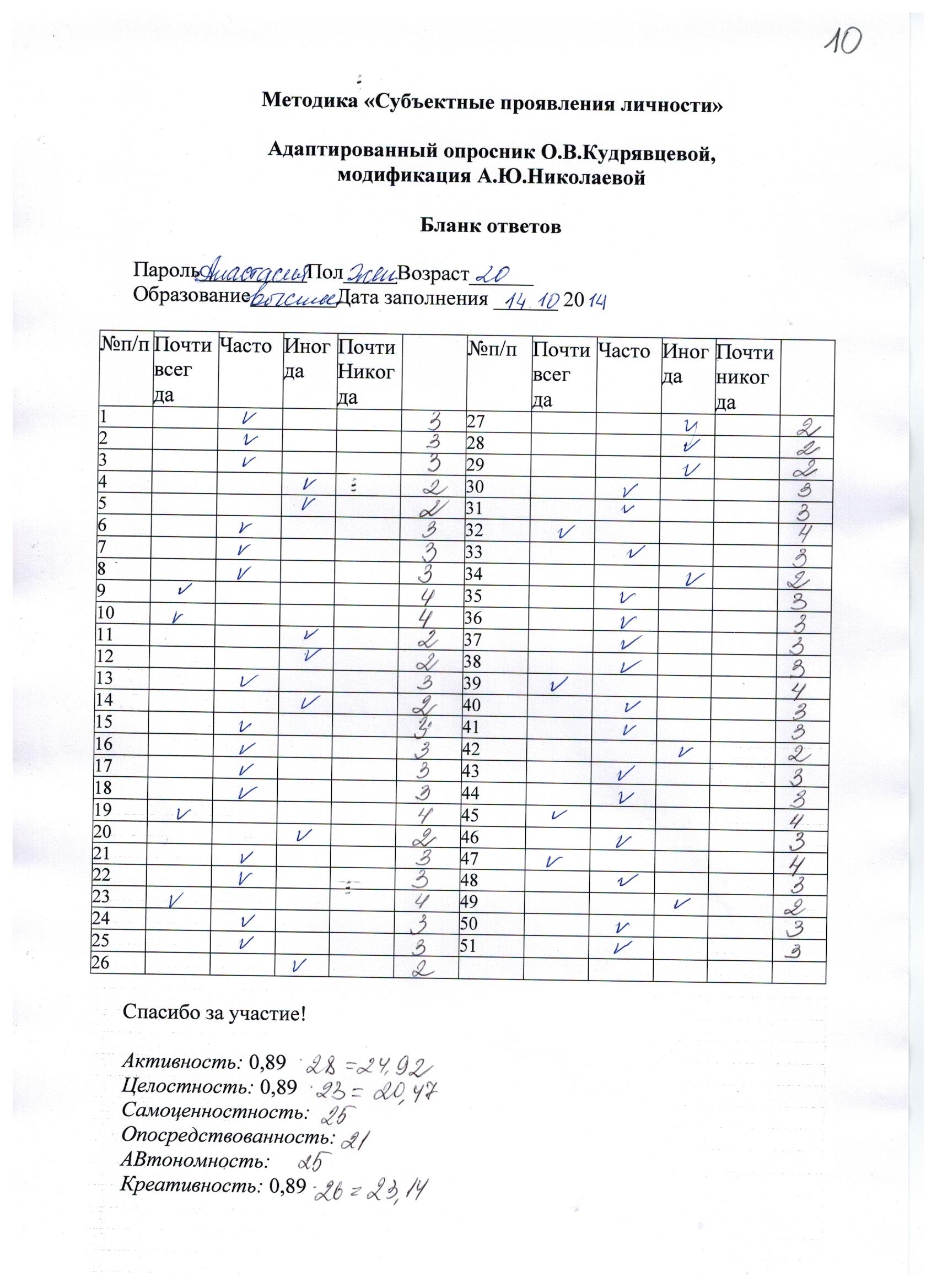
|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Ответ | Балл | №п/п | Ответ | Балл |
| 1 |  |  | 21 |  |  |
| 2 |  |  | 22 |  |  |
| 3 |  |  | 23 |  |  |
| 4 |  |  | 24 |  |  |
| 5 |  |  | 25 |  |  |
| 6 |  |  | 26 |  |  |
| 7 |  |  | 27 |  |  |
| 8 |  |  | 28 |  |  |
| 9 |  |  | 29 |  |  |
| 10 |  |  | 30 |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
| 11 |  |  | 31 |  |  |
| 12 |  |  | 32 |  |  |
| 13 |  |  | 33 |  |  |
| 14 |  |  | 34 |  |  |
| 15 |  |  | 35 |  |  |
| 16 |  |  | 36 |  |  |
| 17 |  |  | 37 |  |  |
| 18 |  |  | 38 |  |  |
| 19 |  |  | 39 |  |  |
| 20 |  |  | 40 |  |  |
|  |  |  |  |  |  |

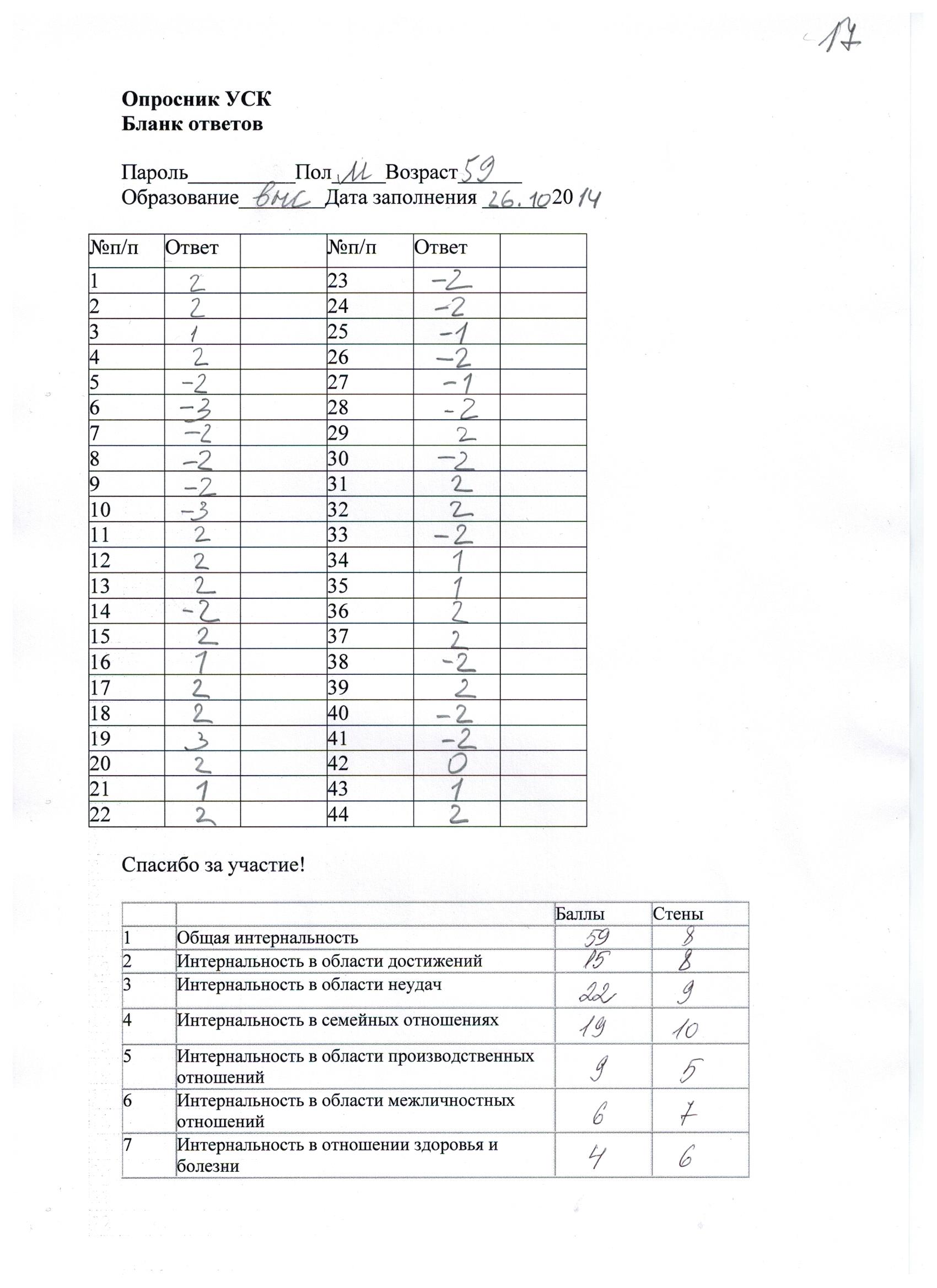
Спасибо за участие!

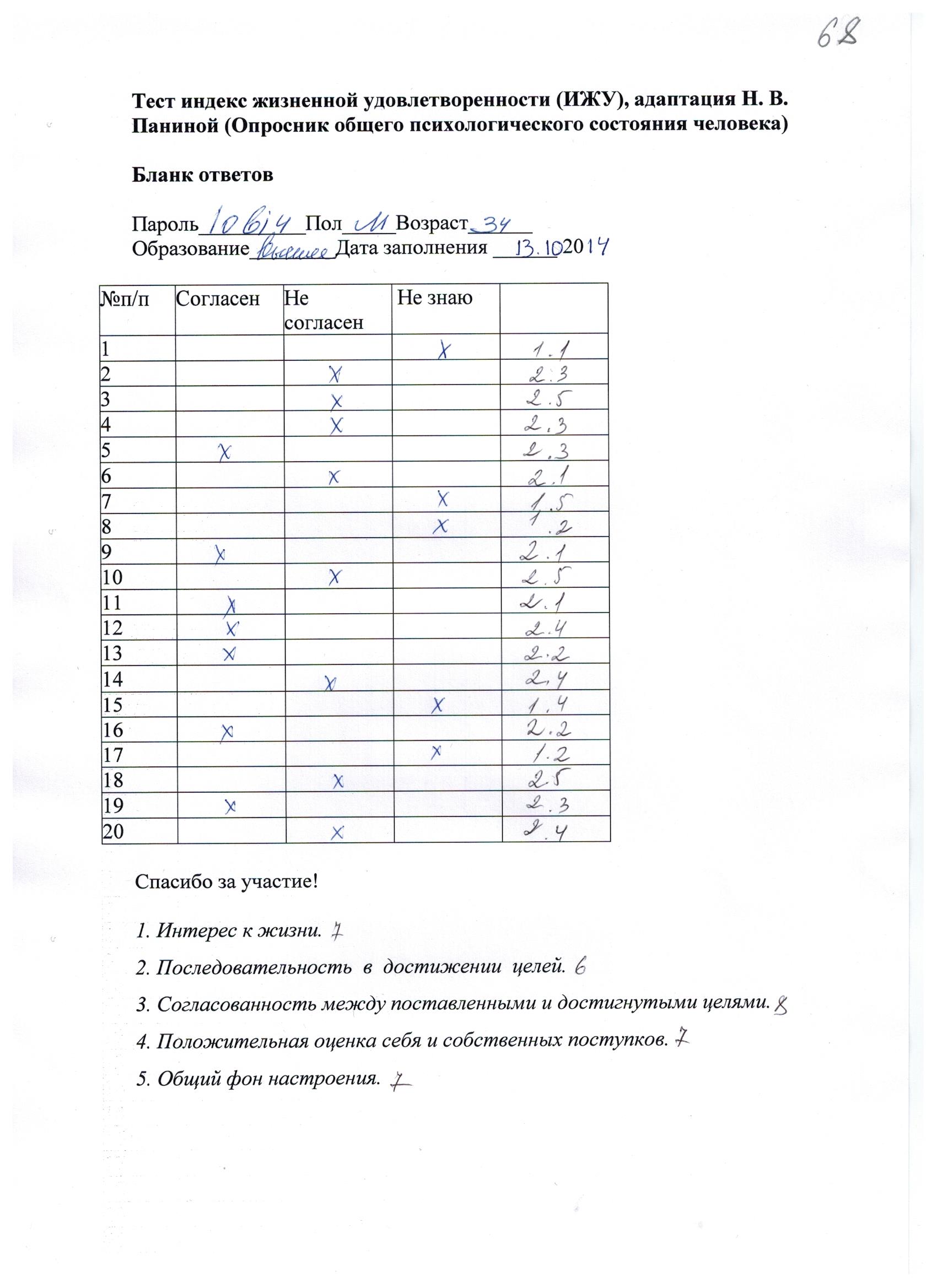
|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| №п/п | Компоненты | Показатель |
| 1 | Образы |  |
| 2 | Переживания |  |
| 3 | Отношения |  |
| 4 | Символы |  |
| 5 | Индекс состояния взрослости |  |

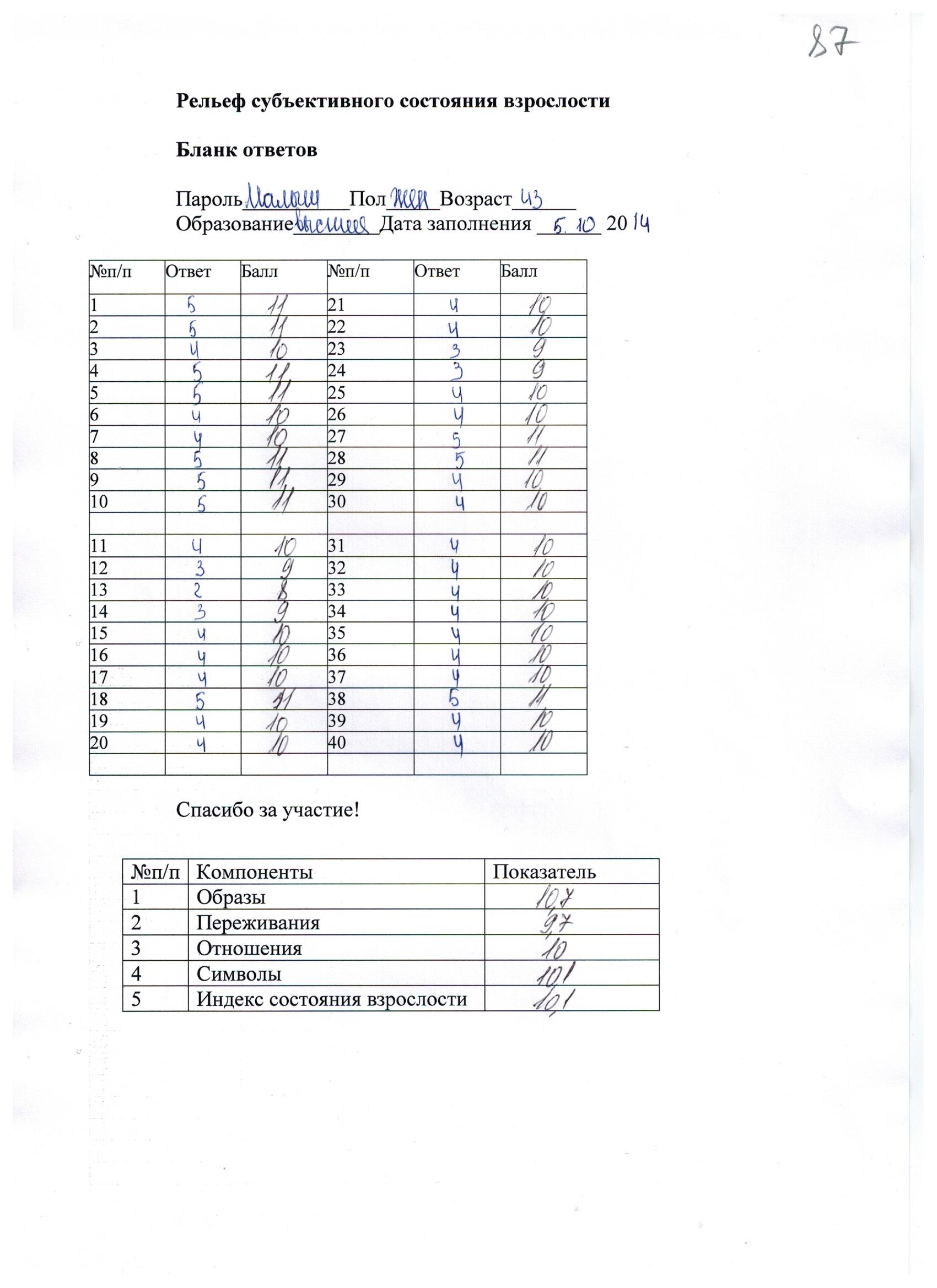
Приложение 3

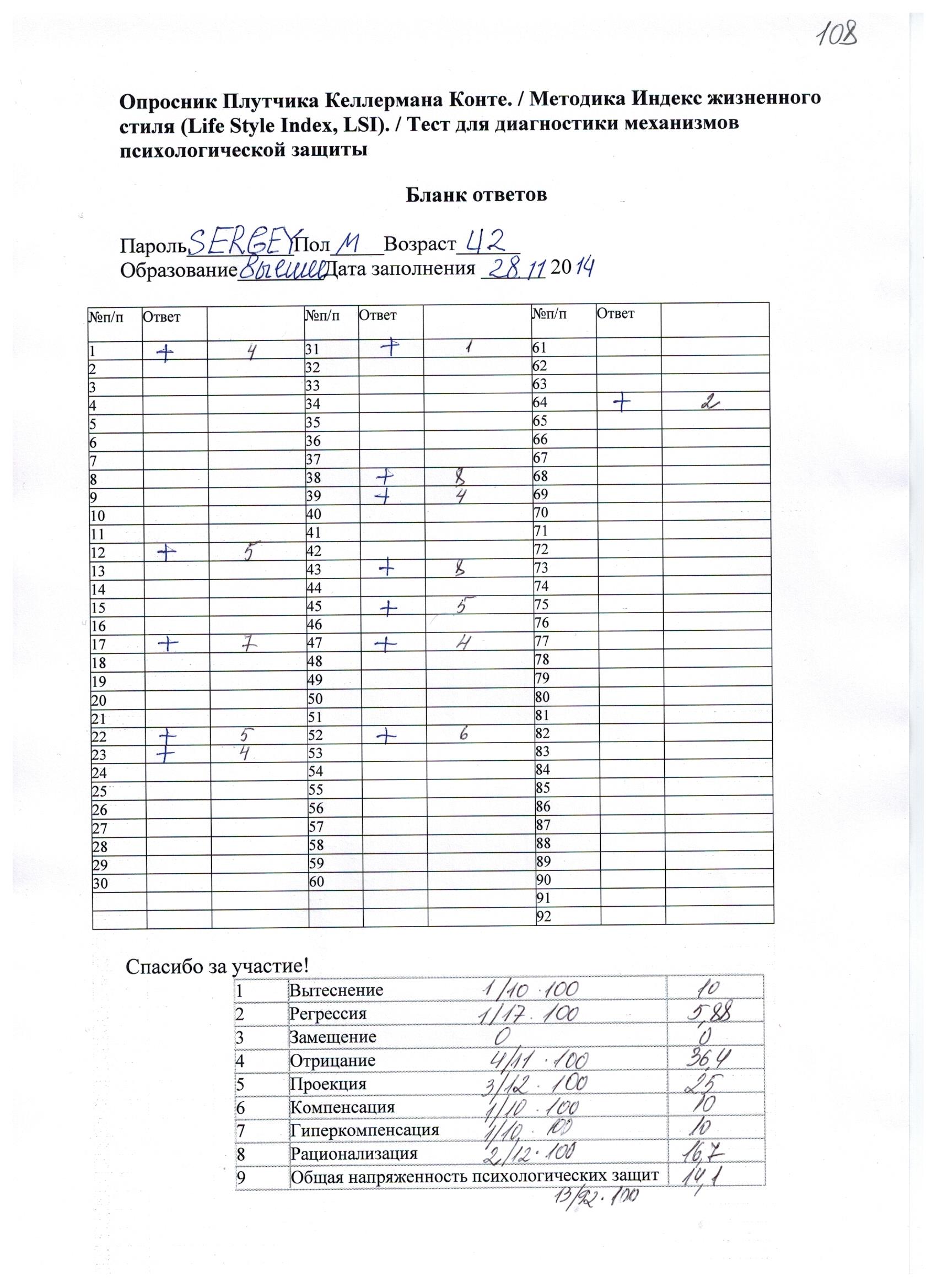




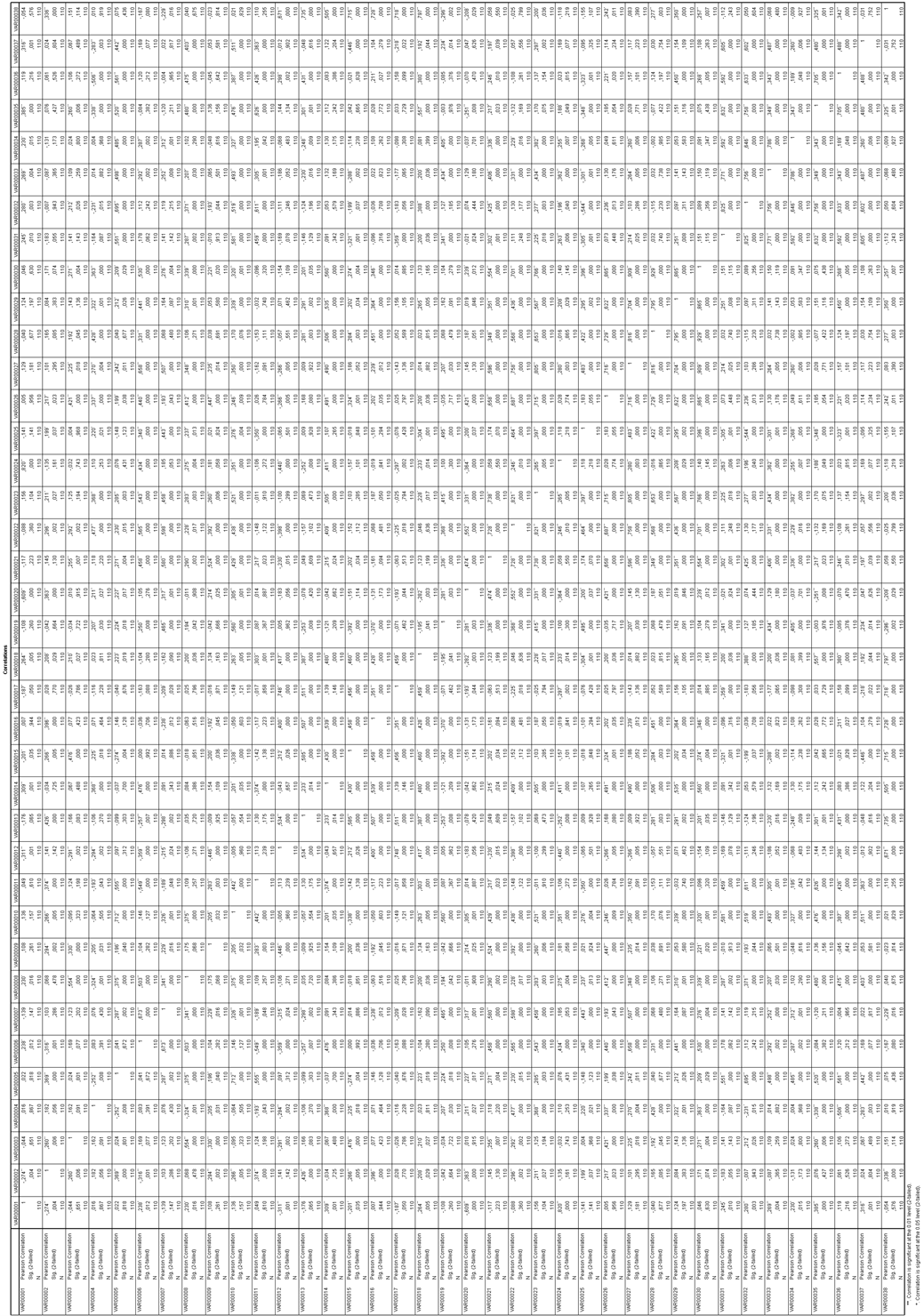








Приложение 4



Приложение 5

**Сводные таблицы данных диагностики**

**Сводная таблица показателей эго-состояний.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Ребенок | Взрослый | Родитель |
| 1 | 2 | 3 | 4 |
| 1 | 43 | 52 | 30 |
| 2 | 43 | 58 | 48 |
| 3 | 34 | 44 | 42 |
| 4 | 39 | 48 | 38 |
| 5 | 39 | 53 | 30 |
| 6 | 24 | 27 | 28 |
| 7 | 36 | 53 | 33 |
| 8 | 33 | 54 | 34 |
| 9 | 40 | 57 | 34 |
| 10 | 48 | 44 | 40 |
| 11 | 38 | 44 | 58 |
| 12 | 25 | 27 | 28 |
| 13 | 52 | 40 | 34 |
| 14 | 44 | 42 | 47 |
| 15 | 33 | 57 | 40 |
| 16 | 34 | 44 | 42 |
| 17 | 42 | 53 | 43 |
| 18 | 33 | 48 | 34 |
| 19 | 33 | 60 | 40 |
| 20 | 39 | 35 | 29 |
| 21 | 33 | 44 | 39 |
| 22 | 39 | 44 | 58 |
| 23 | 44 | 53 | 35 |
| 24 | 39 | 48 | 37 |
| 25 | 39 | 37 | 29 |
| 26 | 39 | 35 | 34 |
| 27 | 42 | 53 | 43 |
| 28 | 44 | 45 | 47 |
| 29 | 34 | 44 | 42 |
| 30 | 39 | 48 | 38 |
| 31 | 52 | 40 | 36 |
| 32 | 39 | 57 | 39 |
| 33 | 43 | 48 | 29 |
| 34 | 48 | 44 | 47 |
| 35 | 42 | 48 | 36 |
| 36 | 39 | 35 | 29 |
| 37 | 42 | 53 | 43 |
| 38 | 39 | 58 | 48 |
| 39 | 36 | 53 | 32 |
| 40 | 40 | 57 | 34 |
| 41 | 44 | 44 | 47 |
| 42 | 33 | 44 | 39 |
| 43 | 44 | 57 | 35 |
| 44 | 39 | 35 | 29 |
| 45 | 41 | 48 | 49 |
| 46 | 44 | 44 | 47 |
| 47 | 39 | 57 | 39 |
| 48 | 42 | 48 | 36 |
| 49 | 43 | 60 | 48 |
| 50 | 33 | 44 | 39 |
| 51 | 44 | 60 | 35 |
| 52 | 33 | 27 | 29 |
| 53 | 32 | 57 | 34 |
| 54 | 33 | 60 | 48 |
| 55 | 43 | 44 | 40 |
| 56 | 36 | 57 | 33 |
| 57 | 39 | 44 | 58 |
| 58 | 43 | 57 | 34 |
| 59 | 34 | 44 | 39 |
| 60 | 39 | 55 | 38 |
| 61 | 43 | 44 | 47 |
| 62 | 52 | 42 | 36 |
| 63 | 33 | 55 | 33 |
| 64 | 39 | 35 | 29 |
| 65 | 41 | 44 | 47 |
| 66 | 44 | 55 | 30 |
| 67 | 38 | 57 | 40 |
| 68 | 40 | 57 | 32 |
| 69 | 39 | 44 | 58 |
| 70 | 42 | 48 | 36 |
| 71 | 43 | 58 | 47 |
| 72 | 33 | 44 | 39 |
| 73 | 24 | 27 | 29 |
| 74 | 33 | 55 | 34 |
| 75 | 33 | 60 | 39 |
| 76 | 33 | 44 | 39 |
| 77 | 39 | 53 | 33 |
| 78 | 44 | 58 | 35 |
| 79 | 39 | 35 | 30 |
| 80 | 40 | 48 | 38 |
| 81 | 39 | 57 | 34 |
| 82 | 40 | 37 | 29 |
| 83 | 39 | 48 | 40 |
| 84 | 38 | 48 | 58 |
| 85 | 44 | 57 | 39 |
| 86 | 43 | 53 | 43 |
| 87 | 34 | 44 | 42 |
| 88 | 33 | 60 | 43 |
| 89 | 33 | 44 | 39 |
| 90 | 24 | 27 | 29 |
| 91 | 42 | 57 | 34 |
| 92 | 33 | 53 | 34 |
| 93 | 43 | 44 | 47 |
| 94 | 44 | 57 | 39 |
| 95 | 39 | 35 | 29 |
| 96 | 44 | 57 | 35 |
| 97 | 39 | 57 | 38 |
| 98 | 38 | 57 | 34 |
| 99 | 33 | 60 | 42 |
| 100 | 39 | 44 | 60 |
| 101 | 50 | 44 | 42 |
| 102 | 33 | 44 | 39 |
| 103 | 42 | 48 | 36 |
| 104 | 40 | 48 | 35 |
| 105 | 40 | 37 | 29 |
| 106 | 40 | 57 | 36 |
| 107 | 44 | 53 | 43 |
| 108 | 38 | 44 | 58 |
| 109 | 33 | 44 | 39 |
| 110 | 42 | 57 | 44 |

**Сводная таблица показателей субъективных проявлений личности.**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| №п/п | Актив  ность | Целост  ность | Самоцен  ность | Опосредован  ность | Автоном  ность | Креатив  ность |
| 1 | 21,36 | 24,03 | 20 | 30 | 26 | 24,03 |
| 2 | 17,8 | 20,47 | 19 | 23 | 24 | 16,02 |
| 3 | 25,81 | 25,8 | 24 | 24 | 25 | 27,59 |
| 4 | 27,59 | 26,7 | 28 | 29 | 28 | 26,7 |
| 5 | 30,26 | 24,03 | 20 | 30 | 26 | 24,03 |
| 6 | 19,58 | 24,92 | 21 | 20 | 24 | 18,69 |
| 7 | 24,03 | 29,37 | 27 | 29 | 20 | 22,25 |
| 8 | 19,58 | 23,14 | 18 | 24 | 24 | 12,46 |
| 9 | 24,03 | 25,81 | 31 | 29 | 26 | 22,25 |
| 10 | 24,92 | 20,47 | 25 | 21 | 25 | 23,14 |
| 11 | 19,58 | 25,81 | 27 | 20 | 26 | 18,69 |
| 12 | 19,58 | 24,92 | 24 | 21 | 24 | 18,69 |
| 13 | 24,03 | 23,14 | 27 | 22 | 25 | 23,14 |
| 14 | 23,14 | 23,14 | 23 | 21 | 23 | 21,36 |
| 15 | 17,8 | 27,59 | 28 | 24 | 26 | 17,8 |
| 16 | 25,81 | 25,8 | 24 | 24 | 25 | 22,25 |
| 17 | 26,7 | 25,81 | 26 | 24 | 26 | 23,14 |
| 18 | 19,58 | 25,81 | 18 | 24 | 24 | 12,46 |
| 19 | 17,8 | 27,59 | 28 | 24 | 25 | 17,8 |
| 20 | 30,26 | 23,14 | 26 | 24 | 23 | 23,14 |
| 21 | 21,36 | 20,47 | 21 | 22 | 21 | 22,25 |
| 22 | 19,58 | 25,81 | 27 | 20 | 25 | 22,25 |
| 23 | 26,7 | 18,69 | 19 | 23 | 27 | 22,25 |
| 24 | 27,59 | 27,59 | 28 | 29 | 28 | 26,7 |
| 25 | 30,26 | 23,14 | 27 | 24 | 23 | 23,14 |
| 26 | 20,47 | 21,36 | 25 | 19 | 24 | 18,69 |
| 27 | 26,7 | 25,81 | 26 | 24 | 26 | 22,25 |
| 28 | 21,36 | 23,14 | 21 | 22 | 27 | 22,25 |
| 29 | 25,81 | 25,8 | 27 | 24 | 25 | 27,59 |
| 30 | 30,26 | 26,7 | 28 | 29 | 28 | 26,7 |
| 31 | 24,03 | 23,14 | 27 | 24 | 25 | 23,14 |
| 32 | 24,92 | 26,7 | 30 | 24 | 27 | 21,36 |
| 33 | 21,36 | 25,81 | 20 | 30 | 26 | 24,03 |
| 34 | 24,92 | 20,47 | 24 | 21 | 25 | 23,14 |
| 35 | 24,92 | 24,92 | 24 | 26 | 25 | 18,69 |
| 36 | 20,47 | 21,36 | 25 | 19 | 25 | 18,69 |
| 37 | 26,7 | 25,81 | 24 | 24 | 26 | 22,25 |
| 38 | 17,8 | 20,47 | 18 | 23 | 24 | 16,02 |
| 39 | 24,92 | 29,37 | 27 | 29 | 19 | 22,25 |
| 40 | 24,03 | 25,81 | 31 | 29 | 25 | 22,25 |
| 41 | 23,14 | 25,81 | 23 | 21 | 23 | 21,36 |
| 42 | 30,26 | 20,47 | 21 | 22 | 21 | 22,25 |
| 43 | 26,7 | 18,69 | 19 | 24 | 27 | 22,25 |
| 44 | 20,47 | 21,36 | 24 | 19 | 24 | 18,69 |
| 45 | 21,36 | 23,14 | 21 | 22 | 25 | 22,25 |
| 46 | 23,14 | 23,14 | 23 | 21 | 25 | 21,36 |
| 47 | 30,26 | 26,7 | 30 | 25 | 27 | 21,36 |
| 48 | 24,92 | 24,92 | 24 | 24 | 25 | 18,69 |
| 49 | 24,92 | 20,47 | 19 | 23 | 24 | 16,02 |
| 50 | 21,36 | 20,47 | 21 | 23 | 21 | 22,25 |
| 51 | 26,7 | 18,69 | 24 | 23 | 27 | 22,25 |
| 52 | 19,58 | 25,81 | 21 | 20 | 24 | 18,69 |
| 53 | 19,58 | 23,14 | 18 | 24 | 25 | 12,46 |
| 54 | 17,8 | 27,59 | 28 | 24 | 27 | 17,8 |
| 55 | 30,26 | 20,47 | 25 | 21 | 25 | 23,14 |
| 56 | 24,03 | 29,37 | 21 | 29 | 20 | 22,25 |
| 57 | 19,58 | 25,81 | 27 | 20 | 26 | 22,25 |
| 58 | 24,03 | 25,81 | 31 | 29 | 25 | 22,25 |
| 59 | 25,81 | 25,8 | 24 | 24 | 27 | 27,59 |
| 60 | 27,59 | 26,7 | 28 | 29 | 27 | 26,7 |
| 61 | 23,14 | 23,14 | 24 | 21 | 23 | 21,36 |
| 62 | 30,26 | 23,14 | 27 | 22 | 25 | 23,14 |
| 63 | 24,03 | 29,37 | 27 | 29 | 20 | 23,14 |
| 64 | 30,26 | 23,14 | 24 | 24 | 23 | 23,14 |
| 65 | 21,36 | 23,14 | 21 | 22 | 27 | 23,14 |
| 66 | 21,36 | 25,81 | 20 | 30 | 26 | 24,03 |
| 67 | 24,92 | 26,7 | 30 | 24 | 27 | 21,36 |
| 68 | 24,03 | 25,81 | 31 | 29 | 26 | 22,25 |
| 69 | 19,58 | 25,81 | 27 | 21 | 26 | 18,69 |
| 70 | 24,92 | 25,81 | 24 | 26 | 25 | 18,69 |
| 71 | 17,8 | 20,47 | 19 | 24 | 24 | 16,02 |
| 72 | 21,36 | 20,47 | 21 | 21 | 21 | 22,25 |
| 73 | 19,58 | 24,92 | 21 | 20 | 25 | 18,69 |
| 74 | 19,58 | 23,14 | 18 | 24 | 25 | 12,46 |
| 75 | 21,36 | 27,59 | 28 | 24 | 26 | 17,8 |
| 76 | 21,36 | 20,47 | 19 | 22 | 21 | 22,25 |
| 77 | 30,26 | 29,37 | 27 | 29 | 20 | 22,25 |
| 78 | 26,7 | 18,69 | 19 | 24 | 27 | 22,25 |
| 79 | 20,47 | 21,36 | 24 | 19 | 24 | 18,69 |
| 80 | 27,59 | 26,7 | 28 | 29 | 28 | 22,25 |
| 81 | 24,03 | 25,81 | 31 | 29 | 25 | 22,25 |
| 82 | 30,26 | 23,14 | 26 | 24 | 23 | 22,25 |
| 83 | 21,36 | 26,7 | 28 | 29 | 28 | 26,7 |
| 84 | 21,36 | 25,81 | 27 | 20 | 26 | 18,69 |
| 85 | 26,7 | 18,69 | 19 | 24 | 27 | 22,25 |
| 86 | 26,7 | 25,81 | 28 | 24 | 26 | 23,14 |
| 87 | 25,81 | 25,8 | 24 | 24 | 25 | 27,59 |
| 88 | 17,8 | 25,81 | 28 | 24 | 26 | 17,8 |
| 89 | 21,36 | 20,47 | 21 | 22 | 21 | 22,25 |
| 90 | 19,58 | 25,81 | 21 | 20 | 24 | 18,69 |
| 91 | 26,7 | 18,69 | 19 | 24 | 27 | 22,25 |
| 92 | 19,58 | 23,14 | 18 | 24 | 25 | 12,46 |
| 93 | 23,14 | 23,14 | 23 | 21 | 23 | 22,25 |
| 94 | 26,7 | 18,69 | 19 | 24 | 27 | 22,25 |
| 95 | 20,47 | 21,36 | 24 | 19 | 24 | 18,69 |
| 96 | 26,7 | 25,81 | 19 | 23 | 27 | 22,25 |
| 97 | 24,92 | 26,7 | 30 | 25 | 27 | 22,25 |
| 98 | 24,03 | 25,81 | 31 | 29 | 25 | 22,25 |
| 99 | 17,8 | 27,59 | 28 | 24 | 25 | 17,8 |
| 100 | 19,58 | 25,81 | 28 | 20 | 26 | 18,69 |
| 101 | 24,92 | 20,47 | 24 | 21 | 25 | 23,14 |
| 102 | 21,36 | 20,47 | 21 | 24 | 21 | 22,25 |
| 103 | 24,92 | 25,81 | 24 | 26 | 25 | 18,69 |
| 104 | 27,59 | 26,7 | 28 | 29 | 28 | 22,25 |
| 105 | 30,26 | 23,14 | 26 | 24 | 25 | 23,14 |
| 106 | 24,92 | 25,81 | 31 | 29 | 26 | 22,25 |
| 107 | 26,7 | 25,81 | 26 | 24 | 25 | 23,14 |
| 108 | 19,58 | 25,81 | 27 | 20 | 26 | 18,69 |
| 109 | 24,92 | 20,47 | 21 | 22 | 21 | 22,25 |
| 110 | 26,7 | 25,81 | 24 | 24 | 26 | 23,14 |

**Сводная таблица показателей психологических защит личности.**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| №  п/п | Вытес-нение | Регрес-сия | Заме-щение | Отри-цание | Проек-ция | Компен-сация | Гипер-компенса-ция | Рацио-нализа-ция | Общ.  напр. защит |
| 1 | 30 | 29,40 | 40 | 45,45 | 25,00 | 40 | 30 | 58,34 | 37 |
| 2 | 10 | 17,75 | 10 | 45,45 | 75,00 | 40 | 20 | 65,67 | 39,1 |
| 3 | 10 | 5,88 | 10 | 64,64 | 25,00 | 20 | 10 | 32,33 | 21,7 |
| 4 | 40 | 5,78 | 0 | 45,45 | 16,77 | 0 | 10 | 66,67 | 22,8 |
| 5 | 20 | 29,41 | 40 | 27,27 | 25,00 | 40 | 30 | 41,67 | 37 |
| 6 | 10 | 25,29 | 10 | 45,45 | 43,33 | 20 | 50 | 58,33 | 35,7 |
| 7 | 0 | 29,41 | 10 | 45,45 | 25,00 | 50 | 20 | 41,67 | 30,4 |
| 8 | 10 | 29,41 | 30 | 36,36 | 56,67 | 40 | 50 | 51,00 | 39,1 |
| 9 | 40 | 29,41 | 30 | 18,28 | 58,33 | 0 | 50 | 41,57 | 31,5 |
| 10 | 30 | 58,85 | 30 | 54,54 | 75,00 | 70 | 70 | 83,33 | 59,7 |
| 11 | 10 | 6,88 | 0 | 36,36 | 24,00 | 10 | 10 | 16,67 | 14,1 |
| 12 | 20 | 34,29 | 10 | 45,45 | 43,33 | 10 | 40 | 58,33 | 35,7 |
| 13 | 10 | 28,41 | 40 | 36,36 | 66,67 | 50 | 10 | 50,00 | 40,2 |
| 14 | 10 | 41,18 | 40 | 54,55 | 50,00 | 50 | 30 | 66,67 | 46,7 |
| 15 | 10 | 0,00 | 30 | 55,55 | 75,00 | 20 | 10 | 23,33 | 26,1 |
| 16 | 20 | 5,88 | 30 | 73,64 | 25,00 | 20 | 10 | 23,33 | 21,7 |
| 17 | 30 | 11,76 | 10 | 54,54 | 50,00 | 60 | 20 | 66,67 | 37 |
| 18 | 20 | 39,41 | 40 | 9,10 | 56,67 | 40 | 40 | 50,00 | 39,1 |
| 19 | 10 | 0,00 | 30 | 55,55 | 65,00 | 20 | 10 | 33,33 | 26,1 |
| 20 | 50 | 51,18 | 10 | 27,27 | 6,67 | 40 | 10 | 33,33 | 29,3 |
| 21 | 40 | 39,41 | 10 | 9,10 | 16,70 | 0 | 30 | 50,00 | 24 |
| 22 | 10 | 5,88 | 20 | 36,36 | 6,67 | 10 | 20 | 16,67 | 14,1 |
| 23 | 60 | 17,65 | 20 | 10,10 | 33,30 | 20 | 10 | 50,00 | 29,3 |
| 24 | 30 | 5,88 | 0 | 45,45 | 16,67 | 10 | 10 | 66,67 | 22,8 |
| 25 | 40 | 17,65 | 10 | 27,27 | 16,67 | 30 | 20 | 33,33 | 29,3 |
| 26 | 20 | 11,76 | 0 | 0,00 | 0,00 | 0 | 0 | 0,00 | 3,3 |
| 27 | 30 | 11,76 | 10 | 27,27 | 50,00 | 50 | 20 | 66,67 | 37 |
| 28 | 20 | 35,29 | 20 | 54,54 | 58,33 | 50 | 60 | 50,00 | 43,5 |
| 29 | 20 | 5,88 | 10 | 10,10 | 25,00 | 40 | 20 | 33,33 | 21,7 |
| 30 | 40 | 5,88 | 0 | 10,10 | 16,67 | 10 | 30 | 66,67 | 22,8 |
| 31 | 30 | 29,41 | 50 | 36,36 | 66,67 | 30 | 10 | 50,00 | 40,2 |
| 32 | 0 | 29,41 | 20 | 36,36 | 25,00 | 20 | 10 | 66,67 | 31,52 |
| 33 | 20 | 29,41 | 40 | 63,64 | 25,00 | 30 | 30 | 58,33 | 39,1 |
| 34 | 30 | 58,85 | 50 | 54,54 | 75,00 | 70 | 50 | 83,33 | 59,7 |
| 35 | 10 | 17,60 | 20 | 9,00 | 25,00 | 30 | 40 | 16,67 | 19,57 |
| 36 | 20 | 11,76 | 0 | 0,00 | 6,67 | 0 | 0 | 0,00 | 3,3 |
| 37 | 30 | 11,76 | 20 | 54,54 | 50,00 | 50 | 20 | 66,67 | 37 |
| 38 | 10 | 17,65 | 20 | 45,45 | 75,00 | 30 | 20 | 66,67 | 39,1 |
| 39 | 30 | 29,41 | 10 | 9,00 | 25,00 | 50 | 10 | 41,67 | 30,4 |
| 40 | 20 | 29,41 | 40 | 18,18 | 66,67 | 0 | 40 | 41,67 | 31,5 |
| 41 | 20 | 41,18 | 30 | 54,55 | 50,00 | 30 | 50 | 66,67 | 46,7 |
| 42 | 40 | 35,30 | 20 | 9,10 | 16,70 | 0 | 30 | 50,00 | 24 |
| 43 | 70 | 17,65 | 10 | 9,10 | 75,00 | 20 | 20 | 50,00 | 29,3 |
| 44 | 20 | 11,76 | 0 | 0,00 | 6,67 | 0 | 0 | 0,00 | 3,3 |
| 45 | 20 | 35,29 | 20 | 54,54 | 58,33 | 30 | 60 | 50,00 | 43,5 |
| 46 | 10 | 41,18 | 40 | 54,55 | 50,00 | 50 | 30 | 66,67 | 46,7 |
| 47 | 10 | 29,41 | 20 | 36,36 | 50,00 | 10 | 40 | 66,67 | 31,52 |
| 48 | 10 | 17,60 | 20 | 9,00 | 25,00 | 30 | 20 | 16,67 | 19,57 |
| 49 | 10 | 17,65 | 20 | 45,45 | 75,00 | 0 | 20 | 41,67 | 39,1 |
| 50 | 30 | 35,30 | 20 | 9,10 | 16,70 | 0 | 20 | 50,00 | 24 |
| 51 | 60 | 17,65 | 20 | 9,10 | 33,30 | 20 | 10 | 50,00 | 29,3 |
| 52 | 30 | 35,29 | 10 | 45,45 | 33,33 | 20 | 50 | 58,33 | 35,7 |
| 53 | 10 | 29,41 | 30 | 36,36 | 66,67 | 40 | 50 | 50,00 | 39,1 |
| 54 | 10 | 0,00 | 10 | 54,55 | 75,00 | 30 | 0 | 33,33 | 26,1 |
| 55 | 30 | 58,85 | 20 | 54,54 | 75,00 | 60 | 50 | 83,33 | 59,7 |
| 56 | 10 | 29,41 | 10 | 45,45 | 25,00 | 40 | 20 | 41,67 | 30,4 |
| 57 | 10 | 17,65 | 0 | 36,36 | 25,00 | 10 | 10 | 33,33 | 14,1 |
| 58 | 20 | 29,41 | 30 | 18,18 | 58,33 | 20 | 40 | 41,67 | 31,5 |
| 59 | 20 | 5,88 | 20 | 63,64 | 25,00 | 20 | 0 | 33,33 | 21,7 |
| 60 | 40 | 5,88 | 30 | 45,45 | 16,67 | 10 | 20 | 66,67 | 22,8 |
| 61 | 20 | 41,18 | 30 | 54,55 | 50,00 | 50 | 50 | 66,67 | 46,7 |
| 62 | 40 | 29,41 | 30 | 36,36 | 66,67 | 40 | 10 | 50,00 | 40,2 |
| 63 | 30 | 58,85 | 10 | 45,45 | 25,00 | 0 | 20 | 41,67 | 30,4 |
| 64 | 40 | 41,18 | 20 | 27,27 | 16,67 | 40 | 20 | 33,33 | 29,3 |
| 65 | 20 | 35,29 | 30 | 54,54 | 58,33 | 50 | 60 | 50,00 | 43,5 |
| 66 | 60 | 29,41 | 40 | 36,36 | 25,00 | 40 | 20 | 58,33 | 37 |
| 67 | 40 | 29,41 | 10 | 36,36 | 50,00 | 10 | 40 | 66,67 | 31,52 |
| 68 | 30 | 29,41 | 20 | 18,18 | 58,33 | 0 | 50 | 41,67 | 31,5 |
| 69 | 10 | 5,88 | 0 | 36,36 | 25,00 | 20 | 10 | 16,67 | 14,1 |
| 70 | 10 | 17,60 | 20 | 9,00 | 25,00 | 30 | 40 | 16,67 | 19,57 |
| 71 | 10 | 17,65 | 0 | 45,45 | 75,00 | 30 | 40 | 66,67 | 39,1 |
| 72 | 30 | 35,30 | 10 | 9,10 | 16,70 | 0 | 30 | 50,00 | 24 |
| 73 | 10 | 35,29 | 20 | 45,45 | 33,33 | 30 | 50 | 58,33 | 35,7 |
| 74 | 20 | 17,60 | 30 | 36,36 | 66,67 | 10 | 40 | 50,00 | 39,1 |
| 75 | 10 | 0,00 | 10 | 54,55 | 75,00 | 20 | 0 | 33,33 | 26,1 |
| 76 | 40 | 35,30 | 10 | 9,10 | 16,70 | 0 | 30 | 50,00 | 24 |
| 77 | 50 | 29,41 | 20 | 45,45 | 25,00 | 60 | 20 | 41,67 | 30,4 |
| 78 | 70 | 17,65 | 30 | 9,10 | 33,30 | 20 | 30 | 50,00 | 29,3 |
| 79 | 10 | 5,88 | 0 | 0,00 | 0,00 | 0 | 0 | 0,00 | 3,3 |
| 80 | 50 | 5,88 | 30 | 45,45 | 16,67 | 40 | 10 | 66,67 | 22,8 |
| 81 | 20 | 29,41 | 10 | 18,18 | 58,33 | 20 | 60 | 41,67 | 31,5 |
| 82 | 40 | 41,18 | 20 | 27,27 | 16,67 | 40 | 30 | 33,33 | 29,3 |
| 83 | 10 | 5,88 | 30 | 45,45 | 16,67 | 0 | 10 | 66,67 | 22,8 |
| 84 | 20 | 5,88 | 0 | 36,36 | 25,00 | 10 | 10 | 16,67 | 14,1 |
| 85 | 70 | 17,65 | 20 | 9,10 | 33,30 | 30 | 20 | 50,00 | 29,3 |
| 86 | 30 | 11,76 | 20 | 54,54 | 50,00 | 60 | 20 | 66,67 | 37 |
| 87 | 10 | 5,88 | 10 | 63,64 | 25,00 | 20 | 10 | 33,33 | 21,7 |
| 88 | 20 | 0,00 | 20 | 54,55 | 75,00 | 20 | 0 | 33,33 | 26,1 |
| 89 | 40 | 35,30 | 20 | 9,10 | 16,70 | 0 | 20 | 50,00 | 24 |
| 90 | 10 | 35,29 | 30 | 45,45 | 33,33 | 20 | 0 | 58,33 | 35,7 |
| 91 | 70 | 16,65 | 30 | 9,10 | 33,30 | 20 | 20 | 50,00 | 29,3 |
| 92 | 40 | 29,41 | 20 | 45,45 | 16,70 | 50 | 50 | 50,00 | 39,1 |
| 93 | 20 | 41,18 | 30 | 54,55 | 50,00 | 50 | 40 | 66,67 | 46,7 |
| 94 | 70 | 17,65 | 20 | 9,10 | 33,30 | 20 | 30 | 50,00 | 29,3 |
| 95 | 10 | 11,76 | 10 | 9,10 | 0,00 | 0 | 0 | 0,00 | 3,3 |
| 96 | 70 | 17,65 | 10 | 9,10 | 33,30 | 10 | 20 | 50,00 | 29,3 |
| 97 | 10 | 29,41 | 30 | 35,36 | 50,00 | 10 | 30 | 66,67 | 31,52 |
| 98 | 20 | 29,41 | 20 | 18,18 | 58,33 | 0 | 50 | 41,67 | 31,5 |
| 99 | 20 | 0,00 | 20 | 54,55 | 75,00 | 10 | 0 | 33,33 | 26,1 |
| 100 | 10 | 5,88 | 0 | 36,26 | 25,00 | 20 | 10 | 16,77 | 14,1 |
| 101 | 20 | 58,85 | 40 | 54,54 | 75,00 | 50 | 70 | 83,33 | 59,7 |
| 102 | 40 | 35,30 | 10 | 9,10 | 16,70 | 0 | 30 | 50,00 | 24 |
| 103 | 10 | 17,60 | 20 | 9,00 | 25,00 | 30 | 30 | 16,67 | 19,57 |
| 104 | 30 | 5,88 | 0 | 45,45 | 16,67 | 40 | 10 | 66,67 | 22,8 |
| 105 | 40 | 41,18 | 20 | 27,27 | 16,67 | 40 | 20 | 33,33 | 29,3 |
| 106 | 40 | 17,65 | 20 | 18,18 | 75,00 | 10 | 50 | 41,67 | 31,5 |
| 107 | 30 | 11,76 | 10 | 54,54 | 50,00 | 60 | 30 | 66,67 | 37 |
| 108 | 10 | 5,88 | 0 | 36,36 | 25,00 | 10 | 10 | 16,67 | 14,1 |
| 109 | 50 | 35,30 | 10 | 9,10 | 16,70 | 0 | 20 | 50,00 | 24 |
| 110 | 30 | 11,76 | 20 | 54,54 | 50,00 | 60 | 20 | 66,67 | 37 |

**Сводная таблица показателей**

**общего психологического состояния человека (ИЖУ)**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| №п/п | Интерес к жизни | Последова-тельность в достижении целей | Согласов.м/д постав.и достиг.  целями | Положит.оценка  себя и собств.  поступков | Общий фон настроения |
| 1 | 6 | 3 | 4 | 4 | 7 |
| 2 | 2 | 5 | 3 | 5 | 4 |
| 3 | 7 | 7 | 5 | 8 | 6 |
| 4 | 5 | 8 | 7 | 6 | 6 |
| 5 | 5 | 4 | 3 | 5 | 7 |
| 6 | 4 | 4 | 6 | 4 | 6 |
| 7 | 6 | 8 | 6 | 8 | 8 |
| 8 | 1 | 1 | 1 | 2 | 0 |
| 9 | 7 | 6 | 7 | 7 | 8 |
| 10 | 4 | 6 | 4 | 6 | 4 |
| 11 | 6 | 5 | 8 | 8 | 8 |
| 12 | 3 | 4 | 5 | 5 | 8 |
| 13 | 4 | 6 | 8 | 8 | 8 |
| 14 | 5 | 7 | 6 | 6 | 7 |
| 15 | 4 | 6 | 7 | 7 | 6 |
| 16 | 5 | 7 | 6 | 8 | 7 |
| 17 | 5 | 3 | 6 | 8 | 8 |
| 18 | 1 | 0 | 1 | 2 | 0 |
| 19 | 4 | 6 | 7 | 7 | 6 |
| 20 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 |
| 21 | 6 | 3 | 3 | 5 | 3 |
| 22 | 7 | 7 | 5 | 8 | 8 |
| 23 | 5 | 7 | 7 | 6 | 5 |
| 24 | 6 | 7 | 8 | 6 | 6 |
| 25 | 4 | 6 | 4 | 4 | 5 |
| 26 | 5 | 6 | 2 | 5 | 0 |
| 27 | 6 | 3 | 5 | 8 | 8 |
| 28 | 7 | 7 | 7 | 7 | 8 |
| 29 | 5 | 8 | 5 | 8 | 7 |
| 30 | 5 | 7 | 8 | 6 | 6 |
| 31 | 4 | 7 | 8 | 7 | 8 |
| 32 | 6 | 7 | 6 | 8 | 7 |
| 33 | 5 | 4 | 4 | 4 | 7 |
| 34 | 4 | 5 | 5 | 6 | 4 |
| 35 | 4 | 7 | 6 | 7 | 4 |
| 36 | 4 | 7 | 3 | 4 | 0 |
| 37 | 5 | 2 | 7 | 8 | 8 |
| 38 | 2 | 4 | 3 | 6 | 4 |
| 39 | 5 | 8 | 7 | 7 | 8 |
| 40 | 7 | 7 | 8 | 6 | 7 |
| 41 | 5 | 7 | 5 | 7 | 7 |
| 42 | 6 | 3 | 4 | 4 | 3 |
| 43 | 4 | 7 | 7 | 6 | 6 |
| 44 | 5 | 6 | 2 | 5 | 0 |
| 45 | 7 | 7 | 7 | 7 | 8 |
| 46 | 6 | 8 | 5 | 5 | 7 |
| 47 | 6 | 5 | 7 | 8 | 8 |
| 48 | 4 | 7 | 5 | 7 | 4 |
| 49 | 3 | 5 | 2 | 6 | 4 |
| 50 | 6 | 3 | 3 | 5 | 3 |
| 51 | 4 | 8 | 7 | 5 | 6 |
| 52 | 3 | 5 | 6 | 4 | 6 |
| 53 | 1 | 1 | 1 | 2 | 0 |
| 54 | 4 | 7 | 8 | 6 | 5 |
| 55 | 5 | 6 | 4 | 5 | 4 |
| 56 | 7 | 8 | 5 | 8 | 8 |
| 57 | 6 | 8 | 6 | 7 | 8 |
| 58 | 7 | 7 | 8 | 6 | 8 |
| 59 | 5 | 7 | 6 | 8 | 7 |
| 60 | 4 | 7 | 7 | 8 | 6 |
| 61 | 5 | 7 | 6 | 6 | 7 |
| 62 | 4 | 7 | 8 | 7 | 8 |
| 63 | 6 | 7 | 7 | 8 | 8 |
| 64 | 5 | 6 | 4 | 4 | 4 |
| 65 | 6 | 8 | 8 | 7 | 7 |
| 66 | 4 | 3 | 4 | 6 | 7 |
| 67 | 6 | 5 | 7 | 8 | 8 |
| 68 | 7 | 6 | 8 | 7 | 7 |
| 69 | 5 | 7 | 7 | 8 | 8 |
| 70 | 3 | 8 | 5 | 7 | 4 |
| 71 | 3 | 5 | 2 | 5 | 4 |
| 72 | 8 | 3 | 3 | 3 | 3 |
| 73 | 3 | 5 | 5 | 5 | 6 |
| 74 | 1 | 1 | 2 | 1 | 0 |
| 75 | 4 | 7 | 7 | 7 | 5 |
| 76 | 6 | 4 | 3 | 5 | 3 |
| 77 | 7 | 8 | 6 | 7 | 8 |
| 78 | 5 | 8 | 7 | 5 | 5 |
| 79 | 4 | 7 | 3 | 4 | 0 |
| 80 | 5 | 6 | 7 | 8 | 6 |
| 81 | 6 | 6 | 8 | 7 | 8 |
| 82 | 5 | 5 | 3 | 5 | 5 |
| 83 | 4 | 7 | 7 | 7 | 7 |
| 84 | 6 | 8 | 5 | 8 | 8 |
| 85 | 5 | 8 | 7 | 5 | 5 |
| 86 | 5 | 4 | 6 | 7 | 8 |
| 87 | 6 | 7 | 5 | 8 | 7 |
| 88 | 4 | 7 | 8 | 6 | 5 |
| 89 | 6 | 3 | 3 | 4 | 4 |
| 90 | 3 | 4 | 6 | 4 | 7 |
| 91 | 5 | 8 | 7 | 5 | 6 |
| 92 | 1 | 0 | 1 | 2 | 1 |
| 93 | 6 | 8 | 5 | 5 | 7 |
| 94 | 5 | 8 | 6 | 6 | 5 |
| 95 | 6 | 7 | 2 | 3 | 0 |
| 96 | 5 | 8 | 7 | 5 | 5 |
| 97 | 5 | 7 | 7 | 8 | 7 |
| 98 | 6 | 6 | 8 | 8 | 7 |
| 99 | 4 | 5 | 8 | 7 | 6 |
| 100 | 5 | 7 | 7 | 8 | 8 |
| 101 | 4 | 5 | 4 | 6 | 5 |
| 102 | 7 | 4 | 3 | 3 | 3 |
| 103 | 5 | 7 | 4 | 7 | 4 |
| 104 | 6 | 7 | 6 | 7 | 6 |
| 105 | 4 | 5 | 4 | 4 | 6 |
| 106 | 6 | 6 | 8 | 8 | 7 |
| 107 | 5 | 4 | 6 | 7 | 8 |
| 108 | 6 | 7 | 6 | 8 | 8 |
| 109 | 6 | 3 | 4 | 4 | 3 |
| 110 | 4 | 4 | 6 | 8 | 8 |

**Сводная таблица показателей**

**рельефа субъективного состояния взрослости.**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |
| №п/п | Образы | Переживания | Отношения | Символы | Индекс взрослости |
| 1 | 8,9 | 8,5 | 8,9 | 9,7 | 9,0 |
| 2 | 9,2 | 5,7 | 7,1 | 5,6 | 6,9 |
| 3 | 10,6 | 9,8 | 10 | 10,1 | 10,1 |
| 4 | 10,1 | 6,9 | 6 | 9,2 | 8,1 |
| 5 | 8,8 | 8,5 | 8,9 | 9,8 | 9,0 |
| 6 | 8,2 | 7,1 | 7,2 | 7,6 | 7,5 |
| 7 | 10 | 8,7 | 9,2 | 10,6 | 9,6 |
| 8 | 7 | 4,4 | 6,7 | 8,7 | 6,7 |
| 9 | 9,2 | 8,3 | 7,4 | 8 | 8,2 |
| 10 | 7,5 | 6,8 | 8,6 | 10,6 | 8,4 |
| 11 | 9,8 | 9,2 | 9,7 | 9,8 | 9,6 |
| 12 | 8,2 | 7,3 | 7 | 7,6 | 7,5 |
| 13 | 10,7 | 9,3 | 9,1 | 10,3 | 9,9 |
| 14 | 8,7 | 6,4 | 8 | 9,1 | 8,1 |
| 15 | 9,9 | 9,4 | 8,8 | 9,4 | 9,4 |
| 16 | 10,8 | 9,7 | 10 | 10,2 | 10,1 |
| 17 | 8,5 | 9,7 | 8,4 | 9,4 | 9,0 |
| 18 | 7 | 4,5 | 6,6 | 8,7 | 6,7 |
| 19 | 9,8 | 9,5 | 8,8 | 9,4 | 9,4 |
| 20 | 7,5 | 7,7 | 7,4 | 8,2 | 7,7 |
| 21 | 4,9 | 5,1 | 6,5 | 8,7 | 6,3 |
| 22 | 9,7 | 9,4 | 9,7 | 9,7 | 9,6 |
| 23 | 9,9 | 6 | 7,7 | 7,4 | 7,8 |
| 24 | 10,1 | 6,8 | 7 | 9,3 | 8,3 |
| 25 | 7,5 | 7,8 | 7,3 | 8,2 | 7,7 |
| 26 | 2,4 | 2,5 | 3,3 | 3 | 2,8 |
| 27 | 8,5 | 9,8 | 8,3 | 9,4 | 9,0 |
| 28 | 10 | 6,3 | 8,2 | 9,5 | 8,5 |
| 29 | 10,6 | 9,8 | 10 | 10,1 | 10,1 |
| 30 | 10,2 | 6,9 | 6 | 9,3 | 8,1 |
| 31 | 10,6 | 9,4 | 9,1 | 10,3 | 9,9 |
| 32 | 8 | 7,6 | 6,3 | 7,7 | 7,4 |
| 33 | 8,7 | 8,7 | 8,9 | 9,7 | 9,0 |
| 34 | 7,5 | 6,9 | 8,5 | 10,6 | 8,4 |
| 35 | 10,2 | 9 | 9,1 | 10,7 | 9,8 |
| 36 | 2,4 | 2,6 | 3,2 | 3 | 2,8 |
| 37 | 8,5 | 9,9 | 8,2 | 9,4 | 9,0 |
| 38 | 9,7 | 5,7 | 7,1 | 5,1 | 6,9 |
| 39 | 10 | 8,8 | 9,1 | 10,6 | 9,6 |
| 40 | 9,2 | 8,5 | 7,2 | 8 | 8,2 |
| 41 | 8,6 | 6,5 | 8 | 9,1 | 8,1 |
| 42 | 4,9 | 5,3 | 6,3 | 8,7 | 6,3 |
| 43 | 9,9 | 6 | 7,6 | 7,5 | 7,8 |
| 44 | 2,5 | 2,5 | 3,2 | 3 | 2,8 |
| 45 | 10 | 6,2 | 8,3 | 9,5 | 8,5 |
| 46 | 8,7 | 6,3 | 8 | 9,2 | 8,1 |
| 47 | 8 | 7,5 | 6,3 | 7,8 | 7,4 |
| 48 | 10,1 | 9 | 9,2 | 10,7 | 9,8 |
| 49 | 9,2 | 5,8 | 7,1 | 5,5 | 6,9 |
| 50 | 4,9 | 5,2 | 6,5 | 8,6 | 6,3 |
| 51 | 9,9 | 6 | 7,6 | 7,5 | 7,8 |
| 52 | 8,1 | 7,2 | 7,2 | 7,6 | 7,5 |
| 53 | 7 | 4,5 | 6,6 | 8,7 | 6,7 |
| 54 | 9,9 | 9,4 | 8,8 | 9,4 | 9,4 |
| 55 | 7,5 | 6,7 | 8,6 | 10,7 | 8,4 |
| 56 | 10 | 8,6 | 9,3 | 10,6 | 9,6 |
| 57 | 9,9 | 9,1 | 9,7 | 9,8 | 9,6 |
| 58 | 9,2 | 8,2 | 7,5 | 8 | 8,2 |
| 59 | 10,7 | 9,6 | 10 | 10,2 | 10,1 |
| 60 | 10,1 | 6,7 | 6 | 9,4 | 8,1 |
| 61 | 8,6 | 6,4 | 8 | 9,2 | 8,1 |
| 62 | 10,7 | 9,3 | 9,2 | 10,2 | 9,9 |
| 63 | 10 | 8,5 | 9,4 | 10,6 | 9,6 |
| 64 | 7,5 | 7,6 | 7,4 | 8,3 | 7,7 |
| 65 | 10 | 6,3 | 8,2 | 9,5 | 8,5 |
| 66 | 8,5 | 8,9 | 8,9 | 9,7 | 9,0 |
| 67 | 8 | 7,7 | 6,3 | 7,6 | 7,4 |
| 68 | 9,2 | 8,3 | 7,4 | 8 | 8,2 |
| 69 | 9,9 | 9,2 | 9,6 | 9,8 | 9,6 |
| 70 | 10,1 | 9 | 9,2 | 10,7 | 9,8 |
| 71 | 9,9 | 5,8 | 7,1 | 5,6 | 6,9 |
| 72 | 4,9 | 5,4 | 6,5 | 8,3 | 6,3 |
| 73 | 8,3 | 7,1 | 7,1 | 7,6 | 7,5 |
| 74 | 7 | 4,4 | 6,8 | 8,6 | 6,7 |
| 75 | 9,9 | 9,2 | 8,8 | 9,6 | 9,4 |
| 76 | 4,8 | 5,2 | 6,5 | 8,7 | 6,3 |
| 77 | 10 | 8,6 | 9,3 | 10,6 | 9,6 |
| 78 | 9,9 | 6 | 7,5 | 7,6 | 7,8 |
| 79 | 2,4 | 2,7 | 3,1 | 3 | 2,8 |
| 80 | 10,1 | 6,7 | 6 | 9,4 | 8,1 |
| 81 | 9,2 | 8,4 | 7,3 | 8 | 8,2 |
| 82 | 7,4 | 7,7 | 7,5 | 8,2 | 7,7 |
| 83 | 10,1 | 6,9 | 6 | 9,2 | 8,1 |
| 84 | 9,8 | 9,2 | 9,7 | 9,8 | 9,6 |
| 85 | 9,8 | 6 | 7,7 | 7,5 | 7,8 |
| 86 | 8,4 | 9,7 | 8,5 | 9,4 | 9,0 |
| 87 | 10,7 | 9,7 | 10 | 10,1 | 10,1 |
| 88 | 9,8 | 9,5 | 8,8 | 9,4 | 9,4 |
| 89 | 4,9 | 5,1 | 6,4 | 8,8 | 6,3 |
| 90 | 8,1 | 7,2 | 7,2 | 7,6 | 7,5 |
| 91 | 9,7 | 6 | 7,7 | 7,6 | 7,8 |
| 92 | 7 | 4,5 | 6,7 | 8,6 | 6,7 |
| 93 | 8,6 | 6,4 | 8 | 9,2 | 8,1 |
| 94 | 9,8 | 6 | 7,8 | 7,4 | 7,8 |
| 95 | 2,2 | 2,5 | 3,5 | 3 | 2,8 |
| 96 | 9,7 | 6 | 7,7 | 7,6 | 7,8 |
| 97 | 8 | 7,5 | 6,4 | 7,7 | 7,4 |
| 98 | 9,2 | 8,4 | 7,3 | 8 | 8,2 |
| 99 | 9,7 | 9,4 | 8,8 | 9,6 | 9,4 |
| 100 | 9,7 | 9,4 | 9,7 | 9,7 | 9,6 |
| 101 | 7,5 | 6,5 | 8,9 | 10,6 | 8,4 |
| 102 | 4,8 | 5,2 | 6,5 | 8,7 | 6,3 |
| 103 | 10,2 | 9 | 9,2 | 10,6 | 9,8 |
| 104 | 10,1 | 6,7 | 6 | 9,4 | 8,1 |
| 105 | 7,4 | 7,8 | 7,4 | 8,2 | 7,7 |
| 106 | 9,2 | 8,2 | 7,5 | 8 | 8,2 |
| 107 | 8,4 | 9,7 | 8,5 | 9,4 | 9,0 |
| 108 | 9,9 | 9,2 | 9,7 | 9,7 | 9,6 |
| 109 | 4,8 | 5,1 | 6,6 | 8,7 | 6,3 |
| 110 | 8,5 | 9,5 | 8,6 | 9,4 | 9,0 |

**Сводная таблица показателей уровня субъективного контроля (УСК).**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| №п/п | Интерн.  общ. | Интер.  достиж. | Интерн.  неудач | Интерн.  семейных отнош. | Интерн.  Производ. отнош. | Интерн.  межлич.  отнош. | Интерн.  здоровья |
| 1 | 6 | 5 | 5 | 3 | 6 | 8 | 9 |
| 2 | 2 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 |
| 3 | 7 | 6 | 5 | 6 | 4 | 7 | 5 |
| 4 | 8 | 9 | 7 | 6 | 6 | 8 | 7 |
| 5 | 3 | 5 | 5 | 6 | 9 | 8 | 9 |
| 6 | 5 | 7 | 6 | 6 | 4 | 7 | 5 |
| 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 4 | 8 | 8 |
| 8 | 4 | 5 | 3 | 4 | 5 | 8 | 4 |
| 9 | 7 | 6 | 6 | 7 | 4 | 7 | 4 |
| 10 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 7 | 5 |
| 11 | 4 | 5 | 5 | 5 | 3 | 5 | 5 |
| 12 | 5 | 7 | 6 | 6 | 4 | 7 | 5 |
| 13 | 4 | 6 | 3 | 5 | 5 | 9 | 4 |
| 14 | 7 | 7 | 8 | 7 | 5 | 8 | 5 |
| 15 | 8 | 6 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 |
| 16 | 8 | 7 | 6 | 6 | 5 | 5 | 5 |
| 17 | 8 | 8 | 9 | 10 | 5 | 7 | 6 |
| 18 | 4 | 6 | 3 | 4 | 5 | 7 | 4 |
| 19 | 7 | 6 | 5 | 6 | 5 | 7 | 4 |
| 20 | 8 | 8 | 6 | 9 | 6 | 8 | 7 |
| 21 | 6 | 5 | 6 | 6 | 5 | 8 | 5 |
| 22 | 6 | 4 | 5 | 6 | 2 | 4 | 5 |
| 23 | 8 | 9 | 7 | 6 | 6 | 8 | 7 |
| 24 | 9 | 9 | 6 | 5 | 6 | 9 | 7 |
| 25 | 8 | 9 | 6 | 9 | 5 | 7 | 7 |
| 26 | 5 | 4 | 6 | 5 | 3 | 6 | 5 |
| 27 | 8 | 7 | 9 | 10 | 5 | 7 | 7 |
| 28 | 4 | 5 | 5 | 7 | 4 | 6 | 5 |
| 29 | 8 | 4 | 6 | 5 | 5 | 6 | 5 |
| 30 | 7 | 9 | 7 | 7 | 5 | 8 | 7 |
| 31 | 5 | 5 | 3 | 3 | 5 | 7 | 4 |
| 32 | 7 | 8 | 6 | 6 | 5 | 6 | 6 |
| 33 | 6 | 4 | 5 | 3 | 7 | 8 | 8 |
| 34 | 4 | 5 | 6 | 3 | 4 | 7 | 5 |
| 35 | 4 | 4 | 6 | 4 | 2 | 7 | 3 |
| 36 | 4 | 5 | 6 | 5 | 2 | 5 | 5 |
| 37 | 8 | 9 | 9 | 10 | 5 | 6 | 6 |
| 38 | 2 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 |
| 39 | 7 | 8 | 8 | 7 | 4 | 7 | 8 |
| 40 | 5 | 7 | 5 | 7 | 5 | 6 | 4 |
| 41 | 8 | 7 | 8 | 7 | 5 | 8 | 5 |
| 42 | 7 | 6 | 5 | 6 | 4 | 8 | 5 |
| 43 | 5 | 9 | 7 | 6 | 6 | 7 | 7 |
| 44 | 6 | 4 | 5 | 4 | 2 | 6 | 5 |
| 45 | 5 | 5 | 5 | 7 | 4 | 6 | 5 |
| 46 | 9 | 7 | 8 | 7 | 4 | 8 | 5 |
| 47 | 8 | 7 | 6 | 5 | 5 | 7 | 4 |
| 48 | 4 | 4 | 5 | 4 | 2 | 7 | 3 |
| 49 | 2 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 |
| 50 | 7 | 6 | 5 | 6 | 5 | 6 | 5 |
| 51 | 8 | 9 | 7 | 6 | 6 | 8 | 7 |
| 52 | 5 | 8 | 6 | 7 | 4 | 6 | 5 |
| 53 | 4 | 5 | 3 | 4 | 5 | 8 | 4 |
| 54 | 8 | 6 | 6 | 6 | 4 | 7 | 5 |
| 55 | 5 | 4 | 5 | 3 | 4 | 5 | 5 |
| 56 | 8 | 7 | 7 | 7 | 4 | 8 | 8 |
| 57 | 4 | 4 | 5 | 5 | 2 | 5 | 5 |
| 58 | 5 | 5 | 6 | 8 | 5 | 6 | 4 |
| 59 | 8 | 6 | 5 | 6 | 5 | 6 | 5 |
| 60 | 7 | 9 | 7 | 6 | 5 | 7 | 7 |
| 61 | 8 | 7 | 8 | 7 | 5 | 7 | 5 |
| 62 | 7 | 5 | 4 | 4 | 6 | 8 | 4 |
| 63 | 6 | 7 | 5 | 6 | 4 | 9 | 8 |
| 64 | 9 | 8 | 6 | 9 | 6 | 9 | 7 |
| 65 | 4 | 5 | 6 | 8 | 4 | 7 | 5 |
| 66 | 5 | 6 | 5 | 3 | 8 | 6 | 9 |
| 67 | 7 | 7 | 6 | 6 | 5 | 7 | 6 |
| 68 | 5 | 6 | 6 | 7 | 5 | 7 | 4 |
| 69 | 5 | 4 | 5 | 5 | 2 | 5 | 5 |
| 70 | 4 | 4 | 5 | 4 | 2 | 7 | 3 |
| 71 | 2 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 |
| 72 | 8 | 6 | 5 | 6 | 5 | 8 | 5 |
| 73 | 4 | 6 | 7 | 6 | 4 | 7 | 5 |
| 74 | 5 | 6 | 3 | 4 | 4 | 8 | 4 |
| 75 | 7 | 6 | 4 | 6 | 3 | 7 | 5 |
| 76 | 8 | 5 | 6 | 7 | 5 | 8 | 5 |
| 77 | 5 | 7 | 7 | 6 | 4 | 9 | 8 |
| 78 | 6 | 9 | 6 | 6 | 5 | 9 | 7 |
| 79 | 4 | 3 | 5 | 6 | 2 | 7 | 5 |
| 80 | 8 | 9 | 7 | 6 | 6 | 8 | 7 |
| 81 | 4 | 7 | 6 | 5 | 5 | 6 | 4 |
| 82 | 5 | 8 | 6 | 8 | 6 | 6 | 7 |
| 83 | 8 | 9 | 7 | 6 | 6 | 8 | 7 |
| 84 | 4 | 6 | 5 | 6 | 2 | 4 | 5 |
| 85 | 8 | 7 | 6 | 6 | 7 | 8 | 7 |
| 86 | 8 | 6 | 9 | 9 | 5 | 7 | 5 |
| 87 | 8 | 6 | 6 | 6 | 5 | 7 | 5 |
| 88 | 8 | 4 | 6 | 7 | 4 | 9 | 5 |
| 89 | 7 | 6 | 5 | 6 | 5 | 7 | 4 |
| 90 | 6 | 7 | 6 | 6 | 5 | 7 | 6 |
| 91 | 6 | 9 | 7 | 5 | 6 | 9 | 7 |
| 92 | 7 | 5 | 2 | 4 | 4 | 8 | 4 |
| 93 | 7 | 7 | 8 | 7 | 5 | 8 | 5 |
| 94 | 5 | 8 | 7 | 4 | 6 | 7 | 7 |
| 95 | 4 | 3 | 5 | 4 | 2 | 4 | 5 |
| 96 | 6 | 9 | 6 | 6 | 5 | 8 | 6 |
| 97 | 5 | 7 | 4 | 6 | 5 | 5 | 6 |
| 98 | 6 | 7 | 6 | 7 | 4 | 7 | 4 |
| 99 | 8 | 7 | 6 | 4 | 4 | 7 | 5 |
| 100 | 6 | 4 | 5 | 4 | 2 | 3 | 5 |
| 101 | 6 | 4 | 4 | 3 | 3 | 7 | 5 |
| 102 | 8 | 6 | 6 | 6 | 5 | 7 | 5 |
| 103 | 4 | 4 | 5 | 4 | 2 | 7 | 3 |
| 104 | 8 | 7 | 6 | 5 | 7 | 9 | 7 |
| 105 | 8 | 5 | 6 | 8 | 6 | 8 | 7 |
| 106 | 7 | 8 | 6 | 6 | 5 | 9 | 4 |
| 107 | 6 | 8 | 9 | 10 | 5 | 7 | 6 |
| 108 | 4 | 4 | 5 | 5 | 2 | 5 | 5 |
| 109 | 6 | 5 | 6 | 6 | 6 | 8 | 5 |
| 110 | 8 | 6 | 9 | 10 | 5 | 8 | 4 |