

А.Г. Шишева

ОСОБЕННОСТИ САМООТНОШЕНИЯ ЛИЧНОСТИ ПРИ ВЫБОРЕ РАЗНЫХ ВАРИАНТОВ ЖИЗНИ

ФГБОУ ВПО «Иркутский государственный университет», Иркутск, Россия

Работа посвящена разработке концепции В.Н. Дружинина о вариантах жизни личности. Самоотношение личности рассматривается в качестве психологической детерминанты выбора варианта жизни. Изучались особенности самоотношения при выборе разных вариантов жизни. В результате исследования доказано, что характеристики самоотношения достоверно различаются при разных вариантах жизни. Включение личности в определенный вариант жизни связан с особенностями самоотношения и его позитивным или негативным характером.

Ключевые слова: варианты жизни, актуальный вариант жизни, самоотношение личности, характер самоотношения, выбор как внутренняя деятельность

THE FEATURES OF SELF-ATTITUDE IN DIFFERENT LIFE VARIANT CHOICE

A.G. Shisheva

Irkutsk State University, Irkutsk, Russia

The work is devoted to developing of V.N. Druzhinin concept about life variant choice. Variant of a person's life is an integral psychological characteristics of the individual being determined by the type of a person's attitude to life. The basis of "inclusion" in the version of the inner life is the interior activity of choice. Life variant choice is defined as the social conditions of life, and psychological characteristics of the person. Self-attitude is seen as a psychological determinant of choosing the life variant. The aim of the research was to study the characteristics of the self-attitude in the selection of different variants of life. According to the hypothesis, the combination of indicators of the self-attitude and its nature can determine the choice of life variant. The study was carried out using test-questionnaire self-attitude of Panteleyev and authors' diagnostic techniques "Actual version of Life". As a result of empirical and statistical data analysis using Kruskal – Wallis H-criterion it has been proved that the characteristics of the self-attitude differ significantly for various life variants. A combination of self-attitude indicators can determine the life variant. The positive nature of the self-attitude determines the choice of the most effective in terms of adaptation options for life. The negative aspects of the self-attitude are linked with the life variant choice that enable to engage in a social system, but not effective in terms of self-realization in it.

Key words: life variants, actual variant of life, self-attitude, character of self-attitude, selection as an internal activity

ВВЕДЕНИЕ

Адаптируясь в социуме, определяя свое место в нем, человек осознанно или интуитивно включается в особые взаимодействия с социальной средой. От того, какую функцию он будет выполнять в системе, зависит его статусное положение, организация образа жизни, характер отношений с окружающими людьми и содержание самоидентификации.

Для описания особенностей взаимодействия человека с социальным миром В.Н. Дружинин [1] разработал концепцию варианта жизни. «Вариант жизни» ученый понимает как целостную психологическую характеристику индивидуального бытия, определяемую типом отношения человека к жизни. Варианты жизни существуют независимо от человека, имеют внешнее, по отношению к нему, происхождение и формируются социальной системой. Человек включается в вариант жизни в «точке бифуркации» или в ситуации жизненной неопределенности, когда есть необходимость осуществления жизненного выбора. При этом психологический облик человека типизируется, и он превращается в представителя определенного «жизненного типа».

Автором описано восемь, наиболее типичных для современного общества, вариантов жизни: «жизнь как достижение», «жизнь по правилам», «жизнь как творчество», «экзистенциальный конструктор» (жизнь как предмет творчества), «жизнь как сон»,

«жизнь против жизни», «жизнь как предисловие» и «жизнь как трата времени».

Психологическое содержание каждого из вариантов специфично и подразумевает определенное отношение человека к собственному «Я», к миру, к другим людям, к деятельности, к жизненным целям и смыслу и пр. В то же время, психологическое содержание каждого из вариантов типично для его представителей. То есть человек, включаясь в определенный вариант, неосознанно присваивает себе мировоззренческие концепции, соответствующие этому варианту, и процессы смыслообразования, мышления, постановки целей, аффективного реагирования, чувственного отношения, саморегуляции и пр. протекают типичным для представителей этого варианта способом.

Мы предположили, что включение человека в какой-либо из вариантов жизни происходит не стихийно, а закономерно. И в основе «включения» лежит деятельность внутреннего выбора. Опираясь на идеи Д.А. Леонтьева [2] о выборе как о внутренней деятельности, мы рассматриваем выбор варианта жизни как внутреннюю деятельность по конструированию оснований и смысловых критериев для сопоставления имеющихся альтернатив вариантов жизни, детерминированную психологическими особенностями личности, потребностями в адаптации и самореализации.

Проблема выбора варианта жизни понимается нами в тесной взаимосвязи с вопросом о внешней

и внутренней детерминации жизни. К внешним детерминантам относятся социально-экономические условия жизни. В наших исследованиях описаны особенности выбора вариантов жизни с учетом половой, национальной принадлежности и условий обучения у подростков [6].

В качестве внутренних детерминант выбора варианта жизни рассматриваются имеющиеся у личности психологические образования. Признавая роль внешних детерминант, мы вслед за С.Л. Рубинштейном, А.Н. Леонтьевым и Б.Г. Ананьевым считаем выбор варианта жизни преимущественно внутренне детерминированным, а личность способной к самодетерминации. Опираясь на представления Д.А. Леонтьева [2] о ресурсах самодетерминации, поддерживая идеи А.М. Лужецкой [3], Т.С. Пухаревой [4], мы понимаем под внутренними психологическими детерминантами выбора жизненного пути личностные ресурсы, т.е. психологические качества и свойства, которые в отличие от материальных и социальных ресурсов несут неотчуждаемый от личности характер. По нашему мнению, выбор варианта жизни во многом определяется психологическими особенностями личности. В качестве таких психологических детерминант мы изучали уровень интеллекта [6], особенности системы жизненных смыслов [6], смысловые ориентации [6].

Самоотношение личности также играет существенную роль в определении жизненных перспектив и выборе варианта жизни. Как аффективный компонент самосознания, самоотношение определяется чувствами и внутренними действиями в адрес собственного «Я». Соответственно, позитивный характер самоотношения проявляет себя в положительных чувствах и действиях, а негативный характер – в отрицательных по отношению к «Я». Эмоционально-ценностное отношение человека к себе является условием протекания процессов саморегуляции, самореализации и адаптации. Таким образом, мы считаем возможным выделить самоотношение личности в качестве психологического условия выбора варианта жизни.

Цель работы: изучить особенности самоотношения личности при разных вариантах жизни и установить взаимосвязь характера самоотношения с выбором варианта жизни.

С опорой на изложенные теоретические посылки сформулирована гипотеза: Существуют особенности самоотношения личности при различных вариантах жизни. Сочетание показателей самоотношения может определять выбор различных вариантов жизни. При этом, позитивный или негативный характер самоотношения связан с включением личности в определенные варианты жизни.

ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

Для проверки выдвинутых предположений проведено исследование вариантов жизни испытуемых, а также их самоотношения в рамках каждого из вариантов. В исследовании обобщены данные, полученные в разные периоды времени с 2006 до 2013 гг. В качестве испытуемых в исследовании участвовали студенты психологических факультетов старших курсов обучения. Общая выборка составила 248 человек.

Диагностика варианта жизни осуществлялась с помощью методики «Актуальный вариант жизни» (АВЖ), разработанной нами [5]. В данном исследовании целесообразно использовать результаты только первого из трех диагностических этапов. Исследование проводится методом аутоидентификации: на восьми карточках написаны психологические черты, убеждения, взгляды, суждения, типичные для представителей каждого из восьми вариантов жизни. Для избегания внушающего воздействия названия вариантов жизни зашифрованы. Испытуемые выбирают карточку с характеристикой, которая наиболее точно характеризует их взгляды на жизнь и отношение к основным жизненным вопросам в данный период их жизни, и, тем самым, относят себя к определенному варианту жизни.

Для изучения самоотношения личности использовался тест-опросник самоотношения, разработанный С.Р. Пантелеевым. Данная версия опросника позволяет выявить три уровня самоотношения, отличающиеся по степени обобщенности: глобальное самоотношение; самоотношение, дифференцированное по самоуважению, аутосимпатии, самоинтересу и ожиданию отношения к себе; уровень конкретных действий (готовность к ним) в отношении к своему «Я».

Для выявления достоверности различий в распределении показателей самоотношения испытуемых, имеющих разные варианты жизни, использовался Н-критерий Краскела – Уоллиса.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

Вначале коротко поясним, что наши многократные и многочисленные исследования в разных группах, показывают, что варианты жизни «жизнь по правилам», «жизнь как предисловие» и «жизнь как достижение» являются самыми популярными, нормативными, социально одобряемыми и поддерживаемыми в нашем обществе. Начнем анализ особенностей самоотношения с этих вариантов.

Подавляющее большинство испытуемых (92,4 %), идентифицирующих свое отношение к жизни с вариантом «жизнь по правилам», имеют общее положительное эмоционально-оценочное отношение к собственной личности. В структуре самоотношения доминируют высокий уровень аутосимпатии (92,4 % испытуемых), самопринятия (84,6 %), самоинтереса на уровне чувств (92,4 %) и внутренних действий в направлении собственного «Я» (76,9 %). Высокие показатели отмечаются также по шкалам самоуверенность (61,5 %) и самопонимание (69,3 %). По шкале самообвинения низкие оценки (69,3 %) преобладают над высокими (7,7 %).

Относительно других шкал отмечается некоторое снижение высоких процентных показателей по шкалам саморуководство (30,7 %) и ожидание положительного отношения к себе со стороны других людей (38,4 %). Это может указывать на отсутствие общей тенденции в описываемой группе испытуемых, к переживанию ощущения силы собственного «Я», представления о себе как об авторе своей жизни, своих поступков, уверенности в своей способности вызывать симпатии и интерес других людей. Анализ процентного распределения испытуемых в отри-

цательном полюсе составляющих структуры самоотношения показывает некоторое повышение процента отрицательных оценок по шкале самоуважения (23 %), что содержательно отражает отсутствие веры человека в свои силы, способности, энергию, самостоятельность, свои возможности контролировать собственную жизнь и быть самопоследовательным.

В целом самоотношение лиц, включенных в вариант «жизнь по правилам», можно охарактеризовать как позитивное, переживаемое как чувство симпатии и близости самому себе, интерес к содержанию своего внутреннего мира, доверие к себе и восприятие себя как самостоятельного, уверенного в себе человека.

Вариативность распределения высоких, средних и низких показателей и доминирование средних по шкалам ожидания положительного отношения других людей (высокий уровень – 38,4 %, средний уровень – 53,9 %, низкий уровень – 7,7 %) и саморукводства (высокий – 30,7 %, средний – 61,6 %, низкий – 7,7 %) может указывать на то, что следование системе правил, принятой личностью, позволяет поддерживать позитивное самоотношение при относительной независимости от отношения других людей. Руководство собственным поведением также осуществляется с опорой на систему принятых человеком правил и не требует высокой личностной активности.

При варианте «жизнь как достижение» самоотношение личности характеризуется как позитивное. По ряду шкал доминируют высокие и отсутствуют низкие показатели. Так, по шкалам глобального самоотношения и самоуверенности 100 % испытуемых имеют высокие показатели, что отражает общее положительное отношение к своему «Я» и представление о себе как об уверенном, самостоятельном, волевом и надежном человеке, которому есть за что себя уважать. Доминирование положительного полюса самоотношения по шкалам самоуважения (86,4 %), аутосимпатии (90,1 %) и самоинтереса (77,5 %) указывает на симпатию по отношению к собственной личности, доверие к себе. По шкале самообвинения высоких оценок нет (45,6 % средних и 54,4 % низких). Для испытуемых данной группы характерно ощущение силы своего «Я», социальная смелость и отсутствие внутренней напряженности. Они воспринимают себя в положительных характеристиках, увлечены своим внутренним миром, заинтересованы в своем развитии и убеждены в своей высокой эффективности. Можно заключить, что ориентированность личности на достижения не только определенным образом организует ее активность, но и позволяет поддерживать положительное эмоционально-оценочное отношение к собственному «Я». С одной стороны, позитивное самоотношение, являясь условием выбора варианта жизни, определяет уверенность личности в своей способности успешно решать сложные жизненные и практические задачи, достигать личностно значимых целей, а с другой стороны, реальное достижение принятых целей и задач положительно подкрепляет самоуважение, аутосимпатию, самоуверенность.

У лиц, выбравших вариант жизни «жизнь как предисловие» в наибольшей степени позитивный полюс самоотношения выражен по шкалам аутосимпатии (76 %), глобального самоотношения (72 %) и само-

принятия (72 %), что можно интерпретировать как безусловно позитивное эмоциональное принятие собственного «Я» во всех характеристиках, доверие к себе и отношение к себе как к хорошему, заслуживающему симпатии и одобрения человеку. Показатели по шкалам самоуважения, самоуверенности, саморукводства и самопонимания находятся в зоне средних значений. Для большого числа испытуемых (52 %) характерно ожидание отрицательного отношения со стороны других людей, неуверенность в том, что их личность и деятельность способны вызывать у других одобрение, уважение и симпатию. По шкале самообвинения высоких показателей нет, а 52 % испытуемых имеют низкие показатели, что свидетельствует об отсутствии склонности переживать чувства стыда, вины за промахи, неудачи, проступки и вероятность формирования внешней обвинительной позиции, использование экстрапунитивных агрессивных реакций в фрустрирующих ситуациях.

При варианте жизни «жизнь как сон» самоотношение личности имеет ряд негативных характеристик. По шкале глобального самоотношения отмечается доминирование негативных оценок (76,9 %) по отношению к позитивным (23,4 %). Испытуемые обнаруживают ожидание негативного отношения со стороны других людей (84,7 %), уверены в непривлекательности собственной личности для окружающих, в неспособности вызвать симпатию, интерес и одобрение. Отрицательный полюс самоотношения доминирует и по шкале самоуверенности в 69,3 % случаев, что отражает неудовлетворенность испытуемых данной группы своими достижениями, возможностями, высокую внутреннюю напряженность и ощущение слабости собственного «Я». Показатели по шкалам самопринятия и саморукводства преимущественно находятся в зоне средних значений. Доминирование положительных оценок самоотношения отмечено по шкалам самоинтереса в плане эмоционального восприятия собственной личности (высокий уровень – 84,7 %, низкий уровень – 15,3 %) и внутренних действий в адрес собственного «Я» (38,5 и 23,1 % соответственно). Полученные данные по шкалам самоинтереса свидетельствуют о том, что испытуемые описываемой группы в большей степени испытывают положительные эмоции в связи с оценкой содержания своего внутреннего мира как интересного, уникального, заслуживающего внимания, но в меньшей степени используют некие действия, стратегии для углубления понимания особенностей собственной личности. Некоторое доминирование положительного полюса самоотношения отмечено по шкалам аутосимпатии (высокий уровень – 46,2 %, низкий уровень – 23,1 %) и самопринятия (30,8 и 15,3 % соответственно). По шкале самоуважения у 38,5 % испытуемых диагностируется высокий позитивный уровень самоотношения, у 46,2 % – низкий. В целом разброс оценок по уровням указывает на неоднозначное отношение испытуемых данной группы к себе в плане симпатии, согласия со своими внутренними побуждениями, принятия себя с достоинствами и недостатками, отношения к себе как к человеку, заслуживающему уважения. По мнению разработчиков опросника, низкие значения по шкалам аутосимпатии и самопринятия

еще не указывают на наличие реакций аутоагрессивности, болезненной самокритичности (В.В. Столин, С.Р. Пантилеев), в связи с чем подобное отношение части испытуемых к собственной личности мы не можем интерпретировать как враждебное. Однако отмечаем тенденцию к снижению позитивных действий и эмоций в адрес собственного «Я» при варианте жизни «жизнь как сон». По шкале самообвинения доминируют негативные оценки (высокий уровень – 15,3 %, низкий уровень – 69,3 %), что может интерпретироваться как отсутствие склонности ставить себе в вину промахи, неудачи и собственные недостатки. При этом авторы опросника отмечают, что низкие оценки по шкале самообвинения могут свидетельствовать и о трудностях испытуемого во взаимодействии с окружающими людьми, обусловленных тем, что фрустрирующие ситуации могут сопровождаться экстрапунитивными внешнеобвинительными реакциями.

При варианте жизни «жизнь против жизни» самоотношение личности отличается высоким уровнем самоуважения (высокий уровень – 80 %), самоуверенности (80 %) и самопонимания (80 %). Низких оценок по перечисленным шкалам не зафиксировано. Положительный уровень самоотношения доминирует по шкалам самоинтереса (высокий уровень – 60 %, низкий уровень – 20 %), самопринятия (высокий уровень – 60 %, низкий уровень – 20 %) и аутосимпатии (высокий уровень – 40 %, низкий уровень – 20 %). Показатели самоотношения по шкалам саморукводство и самообвинение находятся на уровне средних оценок. Негативный уровень доминирует по шкале отраженного самоотношения, что может проявляться в ожидании негативного отношения со стороны других людей, в неуверенности в своей привлекательности и способности вызвать интерес со стороны окружающих. Вероятно, в рамках варианта жизни «жизнь против жизни», негативный или травматический опыт взаимодействия с окружающими создает отрицательную установку в восприятии других. Человек, с одной стороны, не воспринимает окружающих в положительных характеристиках, с другой стороны, не ожидает положительных оценок собственной личности со стороны других людей, что может создавать ощущение отчужденности, отсутствия взаимопонимания, враждебности в отношениях.

Позитивное самоотношение поддерживается с опорой на «объективные», малоэмоциональные критерии оценки собственной личности: способность проявлять волю и силу характера, уверенность, самостоятельность, социальную смелость, хорошее понимание своих намерений, переживаний, особенностей характера и внутреннего мира. Однако иррациональные, эмоциональные аспекты самоотношения в общей его структуре не являются ведущими или выраженными на позитивном уровне. Личность, идентифицирующая свое отношение к жизни с вариантом «жизнь против жизни», не ориентируется на эмоции в адрес собственного «Я» ни со стороны собственной личности, ни со стороны других людей, что может поддерживать дефицит положительных эмоций и переживаний. При этом испытуемые данной группы показали самый высокий уровень самопо-

нимания в сравнении с процентным распределением оценок испытуемых по этой шкале во всей выборке.

При выборе варианта жизни «жизнь как трата времени» наиболее высокие показатели в общем профиле структуры самоотношения получены по шкалам глобального самоотношения (100 %) и самоинтереса (100 %), что свидетельствует о позитивном отношении испытуемых к собственной личности, проявлении высокого интереса к содержанию своего внутреннего мира, намерений, переживаний. В некотором смысле собственное «Я», потребности, интересы личности становятся центром ее внимания и источником активности, определяющим содержание жизнедеятельности. Отмечается позитивный уровень самоотношения по шкалам самоуважения (74,9 %), аутосимпатии (83,3 %) и самоуверенности (74,9 %), что может отражать представления испытуемых данной группы о себе как о самостоятельном, уверенном в себе, волевом человеке, которому есть за что себя уважать и на которого можно положиться. Высокие оценки доминируют над низкими по шкале ожидаемого положительного отношения со стороны других людей на уровне внутренних действий в адрес собственного «Я» (высокий уровень – 50 %, низкий уровень – 16,7 %). Наименьший процент высоких показателей зафиксирован по шкалам ожидания положительного отношения со стороны других людей на уровне эмоциональных переживаний (33,3 %) и самопонимания (33,3 %). В целом самоотношение личности в рамках варианта жизни «жизнь как трата времени» характеризуется как позитивное, с высоким уровнем симпатии к себе и самоуважения, эмоционального принятия своего «Я» в положительных и отрицательных характеристиках. Можно предполагать, что человек не ставит перед собой задач, решение или не решение которых подвергает самоуважение и самоуверенность какой-либо угрозе. Действия, направленные на структурирование времени жизни таким образом, чтобы обеспечить себе удовольствия, преодолеть чувства скуки, пустоты, бесцельности существования, оцениваются с точки зрения реальных достижений, за которые личность эмоционально себя поощряет, испытывает чувство гордости за себя, повышает уровень самооценки и самоуважения. Посредством такого психологического механизма сохраняется высокий уровень эмоционального комфорта и благополучия в пространстве самоотношения личности.

Рассмотрим процентное распределение по уровню развития самоотношения испытуемых, выбравших вариант жизни «жизнь как творчество». Наибольший процент высоких показателей получен по шкалам аутосимпатии (70 %) и самоинтереса (70 %). Положительные показатели самоотношения доминируют над отрицательными по шкалам самоуважения и самоуверенности (высокий уровень – 60 %, низкий уровень – 20 % по обоим шкалам). Противоречие наблюдается в том, что наряду с высокими положительными показателями по перечисленным шкалам испытуемые демонстрируют низкие, относительно общего профиля, показатели по интегральной шкале глобального самоотношения (высокий уровень – 30 %, низкий уровень – 20 %). Только в группе испытуемых, идентифицировавших свое отношение к жизни с вариантом «жизнь как творчество»,

40 % имеют низкие оценки по шкале саморуководства, что свидетельствует о субъективно переживаемой вере в подвластность собственного «Я» внешним обстоятельствам, судьбе, другим людям. Высоких оценок по шкале саморуководства не зафиксировано, то есть представителям данного жизненного типа не свойственно переживать собственное «Я» как внутренний стержень, источник преобразовательной активности в собственной жизни. Помимо этого, для представителей описываемой группы характерно повышение оценок по шкале самообвинения (высокий уровень – 30 %, средний уровень – 70 % и низкий уровень – 0 %), что может выражаться в склонности к переживанию чувств вины и стыда, внутренней напряженности, незащищенности и открытости к восприятию отрицательных эмоций как в связи с конкретными обстоятельствами, так и вне зависимости от них, под влиянием настроения. От других людей ожидается положительное отношение, симпатия, принятие и уважение.

Перейдем к анализу особенностей самооотношения личности при варианте жизни «экзистенциальный конструктор» («жизнь как предмет творчества»). Данный вариант отличается отсутствием низких отрицательных оценок по большинству шкал самооотношения, исключая шкалу самообвинения. Наибольший процент положительных высоких оценок приходится на шкалы глобального самооотношения (75 %), самоуважения (75 %), самоинтереса (75 %), самопринятия (75 %) и самопонимания (75 %), что свидетельствует об общем позитивном восприятии собственной личности, симпатии, дружеском отношении к себе, вере в свои силы, способности, энергию, самостоятельность. Испытуемые положительно оценивают свои возможности контролировать собственную жизнь и быть источником всех необходимых изменений, влияний. Для них характерно хорошее понимание своих намерений, переживаний, реакций, интерес к собственным мыслям и чувствам, готовность общаться с собой «на равных», уверенность в своем интересе для других. Шкала саморуководства находится на уровне средних оценок в 100 % случаев. Высокие положительные оценки по шкале самоуверенности зафиксированы у 50 % испытуемых, что отражает отношение к себе как к самостоятельному, уверенному, волевому и надежному человеку, способному брать на себя ответственность за содержание собственной жизни, особенности взаимодействия с другими людьми. Меньшее количество испытуемых показывают высокие положительные оценки по шкалам аутосимпатии (37,5 %) и ожидания положительного отношения со стороны других (37,5 %).

Однако это единственная группа, где 37,5 % испытуемых имеют высокие оценки по шкале самообвинения, что указывает на внутреннюю незащищенность, высокую эмоциональную уязвимость, на склонность к переживанию чувств вины и стыда за свои недостатки, ошибки, неудачи. Полученные результаты можно объяснить и тем, что выбор варианта жизни «экзистенциальный конструктор» предполагает компенсацию недостатка аутосимпатии и уверенности в позитивном отношении других людей к своей личности посредством служения другим, принятия ответственности и выполнения функции заботы о них.

Статистический анализ с применением Н-критерия Краскела – Уоллиса показал, что существуют достоверные различия в показателях самооотношения испытуемых, имеющих разные варианты жизни. По большинству аспектов самооотношения, таких как интегральное чувство ($p < 0,001$), аутосимпатия ($p < 0,007$), ожидаемое положительное отношение от других ($p < 0,001$), самоинтерес как чувство ($p < 0,03$), самоуверенность ($p < 0,002$), ожидаемое отношение от других ($p < 0,01$), самообвинение ($p < 0,03$), самоинтерес как действия в адрес собственной личности ($p < 0,03$) и самопонимание ($p < 0,036$) выявлены достоверные различия при разных вариантах жизни. При этом наиболее высокие показатели по шкале глобального самооотношения отмечаются при вариантах жизни «жизнь как достижение», «жизнь как трата времени» и «жизнь по правилам». Наиболее низкие значения глобального чувства «за» собственное «Я» наблюдаются при вариантах жизни «жизнь как сон» и «жизнь как творчество». Наиболее низкие оценки по шкалам ожидания положительного отношения от других зафиксированы при выборе вариантов жизни «жизнь как сон», «жизнь против жизни» и «жизнь как предисловие». Выраженный интерес к собственному внутреннему миру на уровне чувств и действий характерен для испытуемых, идентифицировавших свое отношение к жизни с вариантами «жизнь как предисловие», «жизнь как достижение» и «экзистенциальный конструктор». При варианте «жизнь как сон» интерес к собственной личности выражен на уровне эмоций, но мало проявляется на уровне внутренних действий в адрес собственного «Я». Высокий уровень самоуверенности в наибольшей степени характерен для человека, «включенного» в варианты «жизнь как достижение», «жизнь против жизни» и «жизнь как трата времени. Критически низкий уровень самоуверенности характерен для представителей варианта «жизнь как сон». Сравнительный анализ особенностей самооотношения по шкале самообвинения при различных вариантах жизни показал, что склонность в аутоагрессивным реакциям в большей степени характерна для людей, включенных в варианты «жизнь как творчество», «экзистенциальный конструктор» и «жизнь как сон». По шкале самопонимания наибольшие показатели относятся к вариантам «жизнь против жизни» и «экзистенциальный конструктор»; наименьшие – «жизнь как сон», «жизнь как предисловие» и «жизнь как творчество».

Не выявлено статистически достоверных различий в содержании самооотношения по шкалам самоуважения ($p < 0,11$), самопринятия ($p < 0,14$), и саморуководства ($p < 0,13$) при различных вариантах жизни. На уровне эмпирического анализа, описывающего особенности самооотношения в исследуемой выборке, можно отметить, что высокие показатели самоуважения на уровне эмоций в наибольшей степени характерны для вариантов «жизнь как достижение», «жизнь как трата времени», «экзистенциальный конструктор» и «жизнь против жизни»; низкий уровень характеризует варианты «жизнь как предисловие» и «жизнь как сон». Высокие показатели саморуководства не превышают 50 % при всех вариантах жизни, но наиболее низкие присущи испытуемым, выбравшим в качестве «реального» вариант «жизнь как творчество».

Высокий уровень безусловного принятия собственной личности наиболее выражен при вариантах «жизнь как достижение», «жизнь по правилам», «жизнь как предисловие» и «жизнь как трата времени».

Таким образом, на основе эмпирического и статистического анализа полученных результатов можно не только описать особенности самоотношения личности при различных вариантах жизни, но и выделить условно «благополучные» и «неблагополучные» варианты с этой точки зрения. Наиболее проблемным, «неблагополучным» по характеру самоотношения личности является вариант «жизнь как сон». Некоторые негативные аспекты характерны для вариантов «жизнь как предисловие», «жизнь против жизни», «жизнь как творчество» и «экзистенциальный конструктор». В качестве наиболее «благополучных» в плане самоотношения личности можно выделить варианты «жизнь как достижение» и «жизнь по правилам».

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

На основании эмпирического и статистического анализа установлены особенности самоотношения личности при различных вариантах жизни. Сочетание показателей самоотношения может определять выбор варианта жизни. Так, низкий уровень глобального самоотношения, самоуважения, самоуверенности и ожидания положительного отношения со стороны других, при высоком уровне самоинтереса на уровне эмоций, влечет за собой выбор варианта «жизнь как сон». Сочетание высоких значений по показателям самоуважения, самоуверенности, самопонимания со сниженными аутосимпатией и самоинтересом и критически низкими оценками ожидания положительного отношения других обуславливает выбор варианта «жизнь против жизни».

Высокий уровень аутосимпатии и самопринятия в сочетании с низким уровнем самопонимания и ожидания положительного отношения других характерен для варианта «жизнь как предисловие». Высокий уровень самообвинения и недостаточная способность к саморегулированию в сочетании с выраженными показателями аутосимпатии и самоинтереса описывает особенности самоотношения при варианте «жизнь как творчество». Позитивный характер самоотношения, высокие показатели практически по всем шкалам, кроме самообвинения, взаимосвязаны с выбором вариантов «жизнь как достижение», «жизнь как трата времени» и «жизнь по правилам». Повышение уровня самообвинения при общем позитивном самоотношении по всем другим показателям влечет за собой выбор варианта «экзистенциальный конструктор».

Кроме того, позитивный характер самоотношения личности определяет выбор наиболее эффективных с точки зрения адаптации, вариантов жизни «жизнь

как достижение» и «жизнь по правилам». Негативные аспекты самоотношения связаны с выбором вариантов жизни, позволяющих включиться в социальную систему, но малоэффективных с точки зрения самореализации личности в ней – «жизнь как сон», «жизнь как творчество» и «жизнь против жизни».

ЛИТЕРАТУРА REFERENCES

1. Дружинин В.Н. Варианты жизни: Очерки экзистенциальной психологии. – М.: ПЕР СЕ, 2005. – 135 с.
Druzhinin VN (2005). Variants of life: Essays existential psychology [Varianty zhizni: Ocherki jekzistencial'noj psihologii], 135.
2. Леонтьев Д.А., Пилипко Н.В. Выбор как деятельность: личностные детерминанты и возможности формирования // Вопросы психологии. – 1993. – № 1. – С. 97–110.
Leontiev DA, Pilipko NB (1993). Choice as activity: personal determinants and possibilities of formation [Vybor kak dejatel'nost': lichnostnye determinanty i vozmozhnosti formirovaniya]. *Voprosy psihologii*, 1, 97–110.
3. Лужецкая А.М. Факторы личностной направленности педагогов разного возраста // Вестник Костромского государственного университета им. Н.А. Некрасова. – 2010. – Т. 16, № 1. – С. 258–261.
Luzhetskaya AM (2010). Factors personal orientation of teachers of different ages [Fakторы lichnostnoj napravlenosti pedagogov raznogo vozrasta]. *Vestnik Kostromskogo gosudarstvennogo universiteta imeni NA Nekrasova*, 16 (1), 258–261.
4. Пухарева Т.С. Саморазвитие личности в период профессионального становления в вузе // Психология. Экономика. Право. – Научно-образовательный журнал. – Краснодар, 2014. – № 1. – С. 33–38.
Puhareva TS (2014). Self-development of the personality during professional formation in higher education institution [Samorazvitie lichnosti v period professional'nogo stanovleniya v vuze]. *Psihologija Jekonomika Pravo Nauchno-obrazovatel'nyj zhurnal*, 1, 33–38.
5. Шишева А.Г. Диагностическая методика: Актуальный вариант жизни (методическое пособие). – Иркутск: Изд-во ФГБОУ ВПО ВСГАО, 2012. – 23 с.
Shisheva AG (2012). Diagnostic techniques: Current version of the life (handbook) [Diagnosticheskaja metodika: Aktual'nyj variant zhizni], 23.
6. Шишева А.Г. Выбор варианта жизни в юношеском возрасте: его психологические детерминанты и оптимизация (монография). – Иркутск: РИО НЦРВХ СО РАМН, 2013. – 173 с.
Shisheva AG (2013). Selecting life in adolescence: its psychological determinants and optimization (monograph) [Vybor varianta zhizni v junosheskom vozraste: ego psihologicheskie determinanty i optimizacija], 173.

Сведения об авторах Information about the author

Шишева Анжела Григорьевна – кандидат психологических наук, доцент кафедры психодиагностики и практической психологии Педагогического института Иркутского государственного университета (664003, г. Иркутск, ул. К. Маркса, 1; e-mail: anzhele_shisheva@mail.ru)

Shisheva Angela Grigorievna – Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor of the Department of Psychological Diagnostics and Applied Psychology, Pedagogical Institute of Irkutsk State University (664003, Irkutsk, ul. K. Marksa, 1; e-mail: anzhele_shisheva@mail.ru)