

УДК: 159.9.072

DOI 10.21661/r-473959

Е.А. Васина

ИЗУЧЕНИЕ ЖИЗНЕННЫХ СТРАТЕГИЙ С ПОМОЩЬЮ МЕТОДИКИ «ПОСЛОВИЦЫ»

Аннотация: в данной статье представлена методика «Пословицы» в авторской модификации как диагностический инструмент для изучения жизненных стратегий личности. Предложена поведенческая типология жизненных стратегий в соответствии с теоретической моделью методики К. Томаса. Дано теоретическое обоснование и описание методики, кратко рассмотрены результаты ее апробации на молодежной выборке, определены перспективы дальнейших исследований.

Ключевые слова: жизненная стратегия, метод исследования, пословицы, поведенческая типология, активность, межличностное взаимодействие.

E.A. Vasina

THE STUDY OF LIFE STRATEGIES WITH THE HELP OF THE METHOD «PROVERBS»

Abstract: the article presents the method «Proverbs» in the author's modification as a diagnostic tool for studying the life strategies of the personality. A behavioral typology of life strategies is proposed in accordance with the theoretical model of K. Thomas method. The theoretical justification and description of the methodology is given, the results of its approbation on the youth sample are briefly examined, the prospects for further research are determined.

Keywords: life strategy, method of investigation, proverbs, behavioral typology, activity, interpersonal interaction.

Жизненная стратегия как сложный феномен субъектно-личностного бытия является актуальной и востребованной темой современной психологии. Концептуальные и методические основы научных исследований в этой области

представлены в работах К.А. Абульхановой-Славской, К.В. Карпинского, П.Б. Кодесс, Ю.М. Резника, Ю.В. Синягина и других авторов [1; 3; 6; 8; 11; 12]. Целью настоящей статьи является репрезентация методики «Пословицы», предназначенной для эмпирического изучения жизненных стратегий личности в поведенческом аспекте.

Пословицы занимают особое место в паремическом фонде языка; главным их назначением является краткое образное вербальное выражение традиционных ценностей и взглядов, основанных на многовековом опыте народа. Пословицы, как пишет Ф.И. Буслаев, содержат в себе «... и нравственный закон, и здравый смысл, выраженные в кратком изречении, которые завещали предки в руководство потомкам» [2, с. 204]. Будучи сформулированы в виде универсальных алетических (констатирующих) суждений и деонтических высказываний, имеющих предписывающий, императивный характер, пословицы обладают статусом социокультурных аксиом, структурирующих знания о мире и выступающих регуляторами социального поведения.

Смысловая и мотивационная база пословиц во многом универсальна: пословицы и поговорки разных народов мира, описывающие одинаковые или сходные ситуации, близки друг к другу, несмотря на их этническую, географическую, историческую и языковую специфику [10]. В силу своей способности обобщать и типизировать различные явления действительности, используя яркие и понятные всем образы, пословицы могут служить уникальным инструментом исследования ценностно-смысловой сферы, социального поведения, жизненных стратегий личности.

Понятие жизненной стратегии является относительно новым в психологии; в широком значении это круг проблем активностью развивающейся личности, средств и способов достижения жизненных целей. С точки зрения К.А. Абульхановой-Славской, «стратегия является некоторым универсальным законом, способом самоосуществления человека в различных сферах его жизни» [1, с. 7] и означает «... способность к самостоятельному построению своей жизни, к

принципиальному, осмысленному ее регулированию в соответствии с кардинальным направлением» [1, с. 153].

Существуют различные типологии жизненных стратегий: по направленности личностных изменений, типу социальной адаптации, степени согласованности с целями и задачами общества и другие [3; 5; 6; 11; 12]. Ю.М. Резник, Е.А. Смирнов, опираясь на работы Э. Фромма [14; 15], в качестве основы типологии жизненных стратегий выделяют позицию, которую занимает человек по отношению к своей собственной жизни и связанную с этим активность [11]. Человек может занимать три разные, хотя и взаимосвязанные позиции:

- 1) «иметь» (рецептивная или «приобретательская» активность);
- 2) «достигать» (мотивационная или «достиженческая» активность);
- 3) «быть» (творческая или «экзистенциальная» активность).

Первый тип активности человека является основой стратегии жизненного благополучия, второй тип активности выступает предпосылкой стратегии жизненного успеха и третий характерен для стратегии самореализации личности. При этом стратегия жизненного благополучия соответствует первым двум ступеням пирамиды А. Маслоу, т. е. витальным потребностям и потребности в безопасности; стратегия жизненного успеха основана на социальных потребностях человека, потребности в уважении со стороны социального окружения и самоуважении; стратегии самореализации соответствует потребность личности в самоактуализации и самосовершенствовании [7].

В нашем понимании жизненная стратегия – это способ самоосуществления человека, базирующийся на личностных ценностях, соединяющий в себе жизненную позицию и соответствующие ей поведенческие модели, и способы взаимодействия. Жизненную стратегию можно представить как динамическую систему ценностных ориентаций [4], включающую жизненные цели и представления личности о своем будущем (терминальный аспект) и реализующуюся в повседневном поведении посредством соответствующих способов и ресурсов (инструментальный аспект). Стратегия как устойчивая форма поведения

складывается на основе комплекса социальных умений и навыков личности, формируемых в период первичной социализации в семье.

Анализу целевого аспекта жизненных стратегий личности посвящена экспериментальная методика М.О. Мдивани и П.Б. Кодесс, которые рассматривают жизненную стратегию «как структуру жизненных целей, развернутую во временной перспективе психологического будущего» [8, с. 147].

Методика «Пословицы», подготовленная и апробированная нами, направлена на изучение поведенческой стороны жизненных стратегий и представляет собой модификацию методики «Понимание пословиц» [9, с. 167–169], предназначенной для изучения индивидуальных особенностей мышления и стилей жизнедеятельности. В исходном варианте испытуемым предлагалось оценить по 5-балльной шкале 35 пословиц, сгруппированных в 5 смысловых блоков, определяя свое личное отношение к каждой пословице, ее использование в своем обычном поведении. Наибольшие суммарные оценки (одна или две) указывали на индивидуальные особенности поведения, а значительное количество нулевых показателей оценивалось как снижение способности испытуемого понимать переносный смысл. Типология жизненных стратегий, представленная в виде образов животных («Черепаша», «Акула», «Медвежонок», «Лиса», «Сова»), основывалась на двух критериях – достижение личных целей и сохранение отношений с другими людьми. Теоретическое обоснование методики восходит к работам Э. Фромма [14; 15]; в ее описании указано, что в список включены пословицы, ориентированные «...на определение двух основных свойств человека: *быть*, т.е. отказаться от своего эгоцентризма и вещизма, проявлять внутреннюю активность, и *иметь*, т.е. жить во имя собственных интересов, особенно материальных» [9, с. 167–168], однако данный подход остался не реализованным в структурировании и интерпретации пословичного материала.

Пилотажное исследование, выполненное нами с использованием первоначального варианта методики, интересного и оригинального по своему замыслу, показало, что он имеет ряд существенных недостатков и требует доработки. Были выделены пословицы, не соответствующие смысловому содержанию

шкал, а также изречения, которые чаще других получают нулевые оценки, вызывают недоумение испытуемых или имеют слишком длинные формулировки. В целом, на основе результатов экспертного анализа из общего списка были изъяты 10 пословиц и заменены другими, более подходящими по смыслу. Кроме того, в новую версию методики были добавлены еще 5 пословиц, при этом объем каждой шкалы увеличился до 8 суждений.

Для большей ясности и повышения надежности результатов внесены уточнения в инструкцию и шкалу оценок. Интерпретационная база методики расширена на основе данных корреляционного анализа и приведена в соответствие с концептуальной моделью опросника К. Томаса (в адаптации Н.В. Гришиной) [13], направленного на выявление репертуара поведенческих тенденций личности в противоречивых ситуациях (избегание, соперничество, приспособление, компромисс и сотрудничество). Эти стратегии, по нашему мнению, описывают не только поведение в конфликте и предрасположенность к нему, но могут быть экстраполированы на более широкий круг жизненных ситуаций.

Процедура проведения и обработки результатов

Методика «Пословицы» может проводиться как индивидуально, так и с целой группой испытуемых. Она выполняется быстро, в течение 10–12 минут, при этом участники исследования самостоятельно подводят итоги и имеют возможность познакомиться с интерпретацией и осмыслить свои результаты.

Инструкция: Внимательно прочитайте пословицы и постарайтесь определить, насколько характерным для Вас является стиль поведения и отношений, представленный в каждой пословице. Как часто Вы следуете в жизни этому правилу? В ответном бланке справа от номера поставьте свою оценку в соответствии со следующей шкалой: 5 – всегда, 4 – часто, 3 – иногда, 2 – очень редко, 1 – никогда, 0 – не понял смысла пословицы.

1. Худой мир лучше доброй ссоры.
2. Кто сильнее, тот и правее.
3. Не подмажешь – не поедешь.
4. С паршивой овцы хоть шерсти клок.

5. Ум хорошо, а два лучше.
6. Из двух спорщиков умнее тот, кто первым замолчит.
7. Сражение выигрывает тот, кто верит в победу.
8. Побеждай врагов своей добротой.
9. Рука руку моет.
10. Правда – то, что мудрый знает, а не то, о чем все болтают.
11. Кто спорит, гроша не стоит.
12. На крепкий сук – острый топор.
13. Доброе слово не требует затрат, а ценится дорого.
14. Кто дарит, друзей наживает.
15. Чистосердечие, честность и доверие сдвигают горы.
16. Держись подальше от людей, которые не согласны с тобой.
17. Кто не отступает, тот обращает в бегство.
18. Если в тебя швырнули камень, брось в ответ кусок ваты.
19. Лучше синица в руках, чем журавль в облаках.
20. Ни у кого нет полного ответа, но у каждого есть, что добавить.
21. Лучший способ решать конфликты – избегать их.
22. Кто смел, тот и съел.
23. Ласковый теленок не останется без молока.
24. Если гора не идет к Магомету, то Магомет идет к горе.
25. Выноси заботы на свет и держи с друзьями совет.
26. Моя хата с краю.
27. Удача любит наглую отвагу.
28. Кроткое слово гнев укрощает.
29. Ты мне, я тебе.
30. За правое дело стой смело.
31. Искру туши до пожара, беду отводи до удара.
32. Сила всегда права.
33. Кто привечает, тому и отвечают.
34. Взаимные уступки прекрасно решают дела.

35. Копай и копай без усталости – докопаешь до истины.
 36. Утро вечера мудренее.
 37. Куй железо, пока горячо.
 38. Всем сестрам по серьгам.
 39. С маленькой горки легче падать.
 40. Дорогу осилит идущий.

1	2	3	4	5
6	7	8	9	10
11	12	13	14	15
16	17	18	19	20
21	22	23	24	25
26	27	28	29	30
31	32	33	34	35
36	37	38	39	40

Рис. 1. Ответный бланк к методике «Пословицы»

Обработка включает в себя подсчет суммы баллов по столбцам, вычисление среднего балла по каждой шкале (при этом исключаются нулевые оценки), построение индивидуальной иерархии жизненных стратегий и определение ведущей стратегии.

Интерпретация результатов. Жизненная стратегия человека сосредоточена на решении двух основных вопросов: достижение собственных целей и построение гармоничных отношений с другими людьми. Их сочетание с преимущественной ориентацией в ту или иную сторону определяет 5 основных типов жизненных стратегий.

Тип 1 – «*Черепашка*» (избегание) – уход от решения проблем, отказ от достижения целей и участия во взаимоотношениях с людьми; желание остаться в стороне, спрятаться «под панцирь», сохранить силы, избежать ненужных столкновений, споров и конфликтов. Человек откладывает принятие сложных решений «на потом», не стремится к кооперации, не отстаивает свои интересы, медлит,

опаздывает, нерешителен, пассивен. Это стратегия упущенных возможностей, но может быть и один из вариантов самодостаточности.

Тип 2 – «Акула» (соперничество) – силовая стратегия цели, самоутверждение в ущерб интересам других людей, стремление к противоборству, доминированию и подавлению соперника, ориентация на победу любой ценой. Человек проявляет напористость и агрессивность в достижении своих целей, идет «напролом», не принимая во внимание позицию партнера, нетерпим к разногласиям и инакомыслию; конфликт решается выигрышем только для себя. Это стратегия, ведущая к разрушению отношений.

Тип 3 – «Медвежонок» (приспособление) – стратегия подчинения и односторонних уступок, принесения в жертву своих интересов ради сохранения хороших отношений с людьми, установка на доброжелательность за счет собственных потерь. Взаимоотношения более важны, чем цели; подстраивается под интересы окружающих; хочет, чтобы его любили, понимали, ценили. Старается никого не обидеть, избежать противостояния и борьбы; склонен соглашаться с другими и «сглаживать углы», жертвуя собственным успехом; часто становится объектом манипуляции.

Тип 4 – «Лиса» (компромисс) – стратегия интриг и поиска хитроумного компромисса с ориентацией на собственную практическую выгоду; стараясь сохранить взаимоотношения, добивается и частичного осуществления своих целей. Сочетание осторожности и хитрости, дипломатичность, готовность идти на взаимные уступки, жертвуя второстепенными потребностями, использование манипулятивных приемов.

Тип 5 – «Сова» (сотрудничество) – стратегия кооперации, взаимного содействия в достижении общих целей. Ориентация на коллегиальность, взаимопомощь, справедливый обмен и поиск конструктивных решений, удовлетворяющих всех участников. Сова – мудрая птица, ценит и цели, и взаимоотношения, открыто определяет позиции в совместной работе, не боится открытой и честной конфронтации. Взаимное уважение, доверие и поддержка становятся основой стабильных и прочных отношений.

В реальной жизни поведенческий репертуар личности достаточно разнообразен, каждый человек использует различные способы и модели поведения в зависимости от целей и обстоятельств. Об этом свидетельствует индивидуальная иерархия жизненных стратегий, которую позволяет получить данная методика. На выбор той или иной стратегии поведения в каждой конкретной ситуации оказывают влияние многие факторы – внутренние и внешние. Мы ведем себя и поступаем по-разному, когда находимся в обычных условиях, в ситуации вынужденных интенсивных контактов, под давлением, в состоянии стресса и т. д. Возможны значительные вариации в поведенческих реакциях: в сторону повышения активности с мобилизующим эффектом или, наоборот, дезорганизирующие, защитные и другие. Наше поведение в обычных условиях и критических значительно меняется, однако в целом у каждого человека прослеживается тенденция к актуализации наиболее предпочтительного стиля поведения и отношений, соответствующего его энергетическим, интеллектуальным, личностным ресурсам и выражающего сущность его жизненной позиции.

Теоретическая модель типологии жизненных стратегий графически показана на рисунке 2, где они располагаются на координатной плоскости согласно двум критериям: стремление к собственным целям (по вертикали) и внимание к интересам других людей (по горизонтали). Это двухмерная модель жизненных стратегий, выражающая баланс интересов, их приоритетность и соподчиненность.



Рис. 2. Типология жизненных стратегий личности

Стремление к собственным целям предполагает активность в их достижении, которая зависит от энергетических и личностных ресурсов человека, уровня мотивации, связана с темпераментом, саморегуляцией, локусом контроля. Так, стратегии соперничества («Акула») и сотрудничества («Сова») относятся к активным стратегиям, свойственным энергичным, инициативным и предприимчивым людям, уверенным в своих силах. Люди с менее активной

жизненной позицией и сниженной самооценкой чаще выбирают стратегии приспособления, избегания и компромисса.

Внимание к интересам других людей выражает отношение к другому человеку как ценности и является этическим критерием, дифференцирующим жизненные стратегии. Уважение к людям, стремление учитывать их права и интересы, помогать другим свидетельствует о благожелательности, альтруистической направленности человека. Ценностное отношение к людям характерно для стратегий сотрудничества («Сова») и приспособления («Медвежонок»). Потребительское отношение к другим (как средству достижения своих целей) присуще силовой и манипулятивной стратегиям («Акула» и «Лиса»). Стратегия избегания

может быть как этически нейтральной, так и амбивалентной, в зависимости от ситуации.

Методика «Пословицы» прошла апробацию на молодежной выборке (847 человек в возрасте от 15 до 25 лет). По результатам статистического анализа среди жизненных стратегий молодого поколения доминирующее место занимает стратегия сотрудничества («Сова»), на втором месте – компромисс («Лиса»). Их ведущий статус сохраняется во всех возрастных группах, при этом для девушек данные стратегии более характерны, чем для юношей (таб. 1). Наименее предпочтительной для девушек оказалась стратегия соперничества, а для юношей – стратегии избегания и приспособления.

Таблица 1

Жизненные стратегии молодежи (средние значения)

	Жизненные стратегии	Общая выборка	Пол	
			муж	жен
1	«Черепаша» (избегание)	3.08	3.03	3.15
2	«Акула» (соперничество)	3.05	3.33	2.85
3	«Медвежонок» (приспособление)	3.1	3.05	3.15
4	«Лиса» (компромисс)	3.46	3.44	3.49
5	«Сова» (сотрудничество)	3.79	3.74	3.89

Жизненная стратегия как способ самоосуществления является выражением сущностных сил, личностных особенностей и ресурсов человека, включая его ценностные, коммуникативные, поведенческие характеристики.

Типология стратегий, представленная в методике «Пословицы», отражает основные, базовые модели социального поведения, хотя и не исчерпывают всю палитру возможных и реальных способов самоосуществления человека. В частности, осталось «за кадром» ассертивное (уверенное) поведение, направленное на отстаивание своих прав и самореализацию без ущерба для окружающих.

Перспективной задачей является анализ возрастной динамики, гендерных различий, детерминант и ценностно-целевых аспектов жизненных стратегий в их взаимосвязи с поведенческой составляющей.

В целом, методика «Пословицы» зарекомендовала себя как надежный и валидный психодиагностический инструмент, который может применяться в эмпирических исследованиях жизненных стратегий личности в комплексе с другими методами.

Список литературы

1. Абульханова-Славская К.А. Стратегия жизни. – М.: Мысль, 1991. – 299 с.
2. Буслаев Ф.И. Историческая грамматика русского языка. – М., 1959. – 625 с.
3. Васильева О.С. Изучение основных характеристик жизненной стратегии человека / О.С. Васильева, Е.А. Демченко // Вопросы психологии. – 2002. – №4. – С. 74–85.
4. Васина Е.А. Ценностные ориентации современного юношества. – СПб.: Изд-во Политехнического университета, 2007. – 132 с.
5. Илаева Р.А. Сущность жизненной стратегии и ее типологии / Р.А. Илаева, Н.Н. Савина // Современные проблемы науки и образования. – 2016. – №6 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.science-education.ru/ru/article/view?id=25635> (дата обращения: 24.09.2018).
6. Карпинский К.В. Стратегия жизни как структурная организация индивидуальной жизнедеятельности // Психология жизненного пути личности: методологические, теоретические, методические и прикладные проблемы. – Гродно: ГрГУ, 2012. – С. 301–337.
7. Маслоу А. Мотивация и личность. – СПб.: Питер, 2011. – 352 с.
8. Мдивани М.О. Методика исследования жизненных стратегий личности / М.О. Мдивани, П.Б. Кодесс // Вопросы психологии. – 2006. – №4. – С. 146–150.
9. Определение индивидуальных особенностей мышления с помощью методики «Понимание пословиц» // Практикум по общей, экспериментальной и прикладной психологии: Учеб. пособие / Под общей ред. А.А. Крылова, С.А. Маничева. – СПб.: Питер, 2000. – С. 167–169.
10. Пермяков Г.Л. От поговорки до сказки (заметки по общей теории клише). – М.: Наука, 1970. – 240 с.

11. Резник Ю.М. Жизненные стратегии личности (опыт комплексного анализа) / Ю.М. Резник, Е.А. Смирнов. – М.: Институт человека РАН, Независимый институт гражданского общества, 2002. – 384 с.

12. Синягин Ю.В. Основные подходы к исследованию жизненных стратегий личности / Ю.В. Синягин, О.Ю. Переверзина, Ю.А. Яковлева, А.В. Полякова // Акмеология. – 2010. – №1. – С. 27–35.

13. Тест описания поведения К. Томаса (адаптация Н.В. Гришиной) // Психологические тесты / Под ред. А.А. Карелина: В 2 т. Т. 2. – М., 2001. – С. 69–77.

14. Фромм Э. Иметь или быть? – М.: АСТ, 2000. – 448 с.

15. Фромм Э. Душа человека. – М.: Республика, 1992. – 430 с.

References

1. Abul'khanova-Slavskaya K.A. Strategiya zhizni. – М.: Mysl', 1991. – 299 s.

2. Buslayev F.I. Istoricheskaya grammatika russkogo yazyka. – М., 1959. – 625 s.

3. Vasil'yeva O.S. Izucheniye osnovnykh kharakteristik zhiznennoy strategii cheloveka / O.S. Vasil'yeva, Ye.A. Demchenko // Voprosy psikhologii. – 2002. – №4. – S. 74–85.

4. Vasina Ye.A. Tsennostnyye oriyentatsii sovremennogo yunoshestva. – SPb., Izd-vo Politekhnicheskogo universiteta, 2007. – 132 s.

5. Ilayeva R.A. Sushchnost' zhiznennoy strategii i yeye tipologii // Sovremennyye problemy nauki i obrazovaniya / R.A. Ilayeva, N.N. Savina. – 2016. – №6 [Electronic resource]. – Access mode: <http://www.science-education.ru/ru/article/view?id=25635> (data obrashcheniya: 24.09.2018).

6. Karpinskiy K.V. Strategiya zhizni kak strukturnaya organizatsiya individual'noy zhiznedeyatel'nosti // Psikhologiya zhiznennogo puti lichnosti: metodologicheskiye, teoreticheskiye, metodicheskiye i prikladnyye problemy. – Grodno: GrGU, 2012. – S. 301–337.

7. Maslou A. Motivatsiya i lichnost'. – SPb.: Piter, 2011. – 352 s.

8. Mdivani M.O. Metodika issledovaniya zhiznennykh strategiy lichnosti / M.O. Mdivani, P.B. Kodess // Voprosy psikhologii. – 2006. – №4. – S. 146–150.

9. Opredeleniye individual'nykh osobennostey myshleniya s pomoshch'yu metodiki «Ponimaniye poslovits» // Praktikum po obshchey, eksperimental'noy i prikladnoy psikhologii: Ucheb. posobiye / Pod obshchey red. A.A. Krylova, S.A. Manicheva. – SPb.: Piter, 2000. – S. 167–169.

10. Permyakov G.L. Ot pogovorki do skazki (zametki po obshchey teorii klishe). – M.: Nauka, 1970. – 240 s.

11. Reznik Yu.M. Zhiznennyye strategii lichnosti (opyt kompleksnogo analiza) / Yu.M. Reznik, Ye.A. Smirnov. – M.: Institut cheloveka RAN, Nezavisimyy institut grazhdanskogo obshchestva, 2002. – 384 s.

12. Sinyagin Yu.V. Osnovnyye podkhody k issledovaniyu zhiznennykh strategiy lichnosti / Yu.V. Sinyagin, O.Yu. Pereverzina, Yu.A. Yakovleva, A.V. Polyakova // Akmeologiya. – 2010. – №1. – S. 27–35.

13. Test opisaniya povedeniya K. Tomasa (adaptatsiya N.V.Grishinoy) // Psikhologicheskiye testy / Pod red. A.A. Karelina: V 2 t. T. 2. – M., 2001. – S. 69–77.

14. Fromm E. Imet' ili byt'? – M.: AST, 2000. – 448 s.

15. Fromm E. Dusha cheloveka. – M.: Respublika, 1992. – 430 s.

Васина Елена Алексеевна – канд. психол. наук, Россия, Санкт-Петербург.

Vasina Elena Alekseevna – candidate of psychological sciences, Russia, St. Petersburg.
