

# ФАКТОРЫ, ВЛИЯЮЩИЕ НА ПЛАНИРОВАНИЕ ЖИЗНЕННОГО ПУТИ ЛИЧНОСТИ \*

\* Статья написана при финансовой поддержке РГНФ в рамках научно-исследовательского проекта РГНФ ("Социальные и психологические факторы планирования своего будущего в юношеском возрасте"), проект №11-36-00304а2.

## THE FACTORS INFLUENCING PLANNING OF THE COURSE OF LIFE OF THE PERSON

*O. Brown*

In article process of planning by the person of the future is considered. Phases of this process are allocated, described physiological, psychological socially-psychological and the social factors influencing it. Problems, for the subsequent experimental researches in the field are formulated.

**Keywords:** course of life of the person, the vital plan, optimism, control locus, self-appraisal, valuable orientations, family, school, cultural features.

**Браун Ольга Артуровна**  
Кандидат психологических наук,  
Кемеровский  
государственный Университет

*Аннотация:*

В статье рассмотрен процесс планирования личностью своего будущего. Выделены фазы этого процесса, описаны физиологические, психологические социально-психологические и социальные факторы, влияющие на него. Сформулированы задачи, для последующих экспериментальных исследований в данной области.

*Ключевые слова:*

жизненный путь личности, жизненный план, оптимизм, локус контроля, самооценка, ценностные ориентации, семья, школа, культурные особенности.

**П**роцесс планирования человеком своего будущего является сложным и многофазным. Как пишет И. С. Кон: "Жизненный план в точном смысле этого слова возникает только тогда, когда предметом размышлений становится не только конечный результат, но и способы его достижения, путь, которым человек намерен следовать, и те объективные и субъективные ресурсы, которые ему для этого понадобятся... Чтобы построить его, юноша должен более или менее четко поставить перед собой, как минимум, следующие вопросы: 1. В каких сферах жизни сконцентрировать усилия для достижения успеха? 2. Что именно и в какой период жизни должно быть достигнуто? 3. Какими средствами, и в какие конкретные сроки могут быть реализованы поставленные цели?" [7, с.5].

**Таким образом, в процессе планирования личностью своего будущего можно выделить ряд фаз.**

1. Формирование образа желаемого. На этом этапе появляется то, что Кон называет мечтой, то есть некий образ желаемого будущего. Этот образ может в свою очередь разбиваться на "идеальное", то есть то, чего хотелось бы достичь в идеале, и "достаточное" – то, чем человек, в принципе, будет удовлетворен. На наш взгляд, степень расхождения между "идеальным" и "достаточным" отражает особенности самооценки, уровня притязаний личности и степень оптимизма/пессимизма, собственного человеку.

2. Оценка средств достижения поставленных целей и

соотнесение этих средств со своими ресурсами и существующими барьерами. В итоге формируется представление о том, что человек надеется достичь в реальности и какую "цену" он планирует за это заплатить. Если на этой фазе не происходит отказ от поставленной цели, человек переходит к следующему этапу, посвященному формированию тактики достижения желаемого.

3. Формирование представлений о конкретных действиях, направленных на достижение желаемого и сроках их реализации.

Таким образом, чтобы мечта превратилась в конкретный план, помимо знания о желаемых благах, необходимы знания о своих ресурсах и знания о возможных барьерах. Вполне понятно, что на такой сложный и многофазный процесс оказывает влияние множество факторов, часть из которых достаточно подробно рассмотрена в литературе, а часть нуждается в дополнительном исследовании. Все эти факторы условно можно разделить на физиологические, психологические, социально-психологические и собственно социальные.

К физиологическим, или по терминологии Э. Берна, генетическим факторам, на наш взгляд, относятся, во-первых, состояние здоровья; во-вторых, наличие ряда специальных способностей; в-третьих, некоторые врожденные особенности нервной системы (сила, подвижность, уравновешенность нервных процессов), хотя последние, по мнению С. Л. Рубинштейна, могут корректироваться самой личностью в соответствии с её жизнен-

ными планами [11]. Несколько особняком стоят факторы, которые хотя и являются физиологически обусловленными, но по своей сути отражают, скорее, психологические и социально-психологические особенности личности – это пол и возраст.

Так, говоря о влиянии возраста на процесс планирования, большинство исследователей имеют в виду, скорее, некоторый достигнутый уровень психологической зрелости, который, хотя и связан с числом прожитых лет, но не обусловлен ими полностью.

К настоящему времени в отечественной науке довольно подробно исследована взаимосвязь жизненного пути и возрастных особенностей личности (С. Л. Рубинштейн, К. А. Альбуханова-Славская, Б. Г. Ананьев, Е. И. Головаха, А. А. Кронник, Т. Н. Березина и др.). На наш взгляд, влияние возрастных особенностей на процесс планирования своего будущего можно разложить на несколько векторов.

В первую очередь, это наличие некоторой ведущей для данного возраста потребности и деятельности. Например, для юношеского возраста такой потребностью становится выбор будущей профессии. А ведущей деятельностью для старшеклассников становится учебно-профессиональная, благодаря которой у юношей и девушек развиваются профессиональные интересы, формируется способность строить жизненные планы (Эльконин, Давыдов). Проблема выбора профессии становится, по словам Л. И. Божович, "аффективным центром жизненной ситуации старших школьников" [3]. Отсюда и особенности описания своего будущего в первую очередь как профессионального. Как пишет М. Г. Гинсбург: "В юношеском возрасте очень важную роль играет выбор будущей профессии (самоопределение включает выбор будущей профессии, но не сводится к нему). Видение себя как будущего профессионала является показателем связи с обществом, вхождения в общество, видения себя в обществе. Выбор профессии фактически означает проецирование в будущее определенной социальной позиции. Поэтому выбор профессии существенным образом характеризует смысловое будущее" [5, с. 50].

Вторым вектором, по которому прослеживается влияние на процесс планирования жизненного пути возрастных характеристик, является уже упоминавшийся уровень социальной и психологической зрелости человека. И с этой точки зрения именно подростковый и юношеский возраст, по мнению многих исследователей, является определяющим. Например, Л. С. Самсоненко пишет: "Однако наиболее значимыми периодами в выборе жизненного пути является подростковый и юношеский возраст. Данный возраст является сенситивным с точки зрения формирования базовых механизмов самодетерминации. Юный человек становится взрослым в социальном отношении. Он начинает в полной мере нести ответственность за свои поступки, за свою жизнь, вместе с тем идет интенсивный процесс самоопределения, "поиск себя", поиск смысла собственного существования. В этом возрасте определяется путь дальнейшего развития" [12, с. 3].

Описывая возраст ранней юности, О. В. Белановская указывает на следующие возрастные особенности и новообразования, определяющие для процесса жизненного планирования:

- ◆ осознание течения времени;
- ◆ дифференциация временных интервалов;
- ◆ увеличение одновременно и степени обобщенности и степени конкретной представленности времени жизни в целях, планах, ожиданиях;
- ◆ повышение уровня реализма;
- ◆ формирование представления о прошлом, настоящем и будущем в виде линейной модели времени;
- ◆ формирование мировоззрения, целостной картины мира и себя в нем.

Результатом этих и других процессов становится профессиональное и личностное самоопределение; появление жизненного плана, выбор путей его реализации; изменение жизненной перспективы (временной горизонт углубляется, охватывая отдаленное прошлое и будущее, и расширяется, включая не только личные, но и социальные перспективы) [1, с. 4]. Именно самоопределение, по мнению Л. И. Божович, является центральным новообразованием раннего юношеского возраста, при этом основывается самоопределение на устойчивых интересах и стремлениях, предполагается учёт своих возможностей и внешних обстоятельств, опирается на формирующееся мировоззрение и связывается с выбором профессии [2]. В целом, возникновение ориентации на будущее является важным критерием перехода от подросткового к раннему юношескому возрасту.

Еще одним психологическим фактором, с высокой вероятностью влияющим на процесс планирования личности своего будущего, является локус контроля.

Понятие "локус контроля" предложено американским психологом Джулианом Роттером и обозначает склонность человека приписывать ответственность за результаты своей деятельности внешним силам, либо своим собственным способностям и усилиям.

**Выделяют два типа локуса контроля: экстернальный и интернальный.**

1. Экстернальный локус контроля. Люди, обладающие экстернальным типом локуса контроля, более склонны приписывать свои успехи и неудачи внешним факторам, они более подвержены социальному воздействию и ориентированы на внешнюю среду.

2. Интернальный локус контроля. Причины и контроль поведения приписываются самому человеку. Такие люди более ориентированы на активное сохранение своего здоровья, меньше подвержены постороннему воздействию, а также, когда представляется возможность, стараются контролировать поведение других. Таким образом, мы предполагаем, что люди, обладающие интернальным локусом, в большей степени готовы к собственным усилиям по преодолению жизненных трудностей, а

следовательно, более ориентированы на их предсказание и продумывание тактики достижения поставленных целей (вторая и третья фаза планирования).

Однако при изучении влияния локуса контроля необходимо учитывать, что большинство людей не обладают чисто экстернальным, либо интернальным локусом контроля, а характеризуется преобладанием того или иного типа, кроме того, интернальность и экстернальность у одного человека может быть различна в разных сферах жизни (работа, семья, здоровье и т.д.).

Г. В. Иванченко, изучая факторы, влияющие на планирование профессиональной карьеры, в качестве одного из них рассматривает уровень оптимизма личности. При этом оптимальным считается умеренный уровень оптимизма, который, с одной стороны, не формирует ощущение своего рода беспомощности и бесполезности собственных усилий ("что бы я ни делал, все равно ничего не смогу изменить, достичь и т.д."), а с другой стороны, не вызывает иждивенческой позиции ("все уладится, придёт, достанется само собой"). При этом, по мнению Иванченко, интернальный локус контроля и умеренный уровень оптимизма, наряду с осмысленностью и ощущением результативности жизни являются личностными ресурсами, обеспечивающими выбор продуктивных стратегий профессионального самоопределения [6, с.7]. То есть это те личностные характеристики, которые помогают человеку предвидеть жизненные трудности и планировать собственные усилия по их преодолению.

Еще одной важной характеристикой, влияющей на "качество" процесса планирования, является, по мнению ряда исследователей, способность человека к прогнозированию [13].

Под способностью к прогнозированию понимается особая способность, связанная с успешностью прогнозной деятельности, то есть деятельности, имеющей своей целью познание будущего [10]. Уже из самого определения становится видно, что данная способность должна быть связана с процессом планирования человеком своего будущего. Разница между "планированием будущего" и его "прогнозированием" заключается, на наш взгляд, в большей степени в тех целях, которые ставит человек. Планируя свой жизненный путь, мы выбираем желаемые цели и разрабатываем способы их достижения, пытаясь из сегодняшнего дня повлиять на завтрашний, при этом такое организованное, целенаправленное планирование включает в себя элемент прогноза, то есть "предсказания" возможных последствий наших поступков и вариантов развития событий. Источниками информации о будущем, лежащими в основе прогнозирования, являются, в первую очередь, основанная на опыте и аналогии оценка путей развития и перспектив прогнозируемого явления и экстраполяция на рассматриваемый объект известных тенденций.

Изучением проблемы антиципации (опережающего отражения) и, в частности, способности прогнозирования занимались К.А. Абульханова-Славская, П.К. Анохин, Л.С. Выготский, Е.И. Головаха, А.Г. Закаблук, А.В. Запорожец, А.А. Кроник, Б.Ф. Ломов, Я.З. Неверович, С.Т. Посо-

хова, Л.А. Регуш, Е.Н. Сурков, А. Тоффлер и др.

В настоящее время сложилась точка зрения, согласно которой способность к прогнозированию в свою очередь является интегральной и основывается на развитии таких качеств мышления, как аналитичность, глубина, осознанность, гибкость, перспективность и доказательность [9].

Развитие способности к прогнозированию позволяет личности лучше ориентироваться в ожидаемых событиях жизненного пути и, как следствие, по мнению Т. Н. Шевченко, для успешного развития личности необходимо правильно организованное психологическое сопровождение процесса прогнозирования основных этапов жизненного пути [13].

Поскольку, как уже упоминалось выше, второй фазой процесса планирования будущего является оценка собственных возможностей, мы рассматриваем самооценку личности как один из важнейших психологических факторов, оказывающих влияние на этот процесс. Наиболее стандартным в психологии является деление самооценки на завышенную, заниженную и адекватную. При этом, вероятно, завышенная самооценка будет приводить к искажению в восприятии своих возможностей и постановке сложно реализуемых или вообще не достижимых планов. Что же касается заниженной самооценки, то одним из её последствий, на наш взгляд, будет сужение поля альтернатив, которые человек рассматривает, как бы примеряя на себя в процессе планирования. И здесь мы вновь возвращаемся к вопросу, кто в итоге счастливее: человек, поставивший перед собой множество целей и не достигший их, или человек, ограничившийся одной, но вполне реализовавший её?

Таким образом, анализ современных исследований показал, что, в первую очередь, к психологическим факторам планирования своего будущего относятся характеристики личности, связанные с самоконтролем, оценкой собственных возможностей, особенностями интеллекта, мышления и восприятия реальности.

Что же касается социально-психологических факторов, то здесь на первый план выходят ценности и мотивы личности. Вполне естественно предположить, что, строя свои планы на будущее, человек стремится в первую очередь реализовать то, что обладает для него особой значимостью, что напрямую связано с его ценностями и становится движущей силой деятельности, её мотивом. Однако исследования, проводимые в данном направлении, наталкиваются на определённые сложности, вызванные расхождением между декларируемыми ценностями и тем, что человек реализует в реальности. На наш взгляд, это несоответствие может объясняться целым рядом причин: во-первых, человек может заявлять о значимости ценностей, принятых в его группе, субкультуре, но при этом отнюдь не являющихся первоочередными для него самого; во-вторых, ценность некоторых объектов может в какой-то момент не осознаваться личностью; в-третьих, боязнь неуспеха может приводить к постановке не тех целей, который наиболее значимы на данный момент, а тех, которые реальнее всего достичь и т.д. Поэтому связь

между мотивами, смыслами, ценностными ориентациями личности становится не прямой, а опосредованной другими переменными, что затрудняет её экспериментальное изучение.

К факторам, стоящим на стыке социально-психологических и социальных, мы отнесли особенности институтов социализации личности: культуры (субкультуры), школы, семьи. Как справедливо отмечает в своей работе О. В. Белановская: "Сейчас уже доказано, что формирование временной перспективы (реалистичная организация ее структуры, четкое обозначение в ней жизненных целей, ее непрерывность и др.) является результатом социализации. Эксперименты неоднократно обнаруживали, что, например, у делинквентных юношей будущая временная перспектива всегда укорочена, тогда как неделинквентные юноши осмысливают свою жизнь на значительный период" [1, с 3]

**Наиболее значимым, первым и опосредующим все другие влияния институтом социализации для человека является семья. По данным исследователей на формирование жизненных планов влияют следующие характеристики семьи.**

1. Социально положение, образовательный уровень, материальное благополучие. Так, В. С. Собчик отмечает в своей работе, что материальное положение и образовательный статус семьи влияет на общую уверенность старшеклассников в успешности своих жизненных перспектив и сформированность жизненных планов. Материальное благополучие семьи оказывает значимое влияние на уверенность и оптимизм, а также на самореализацию и характер социальных взаимодействий [12, с. 5]. Кроме того, по данным В. Н. Кормаковой, более высокий уровень образования родителей и субъективная удовлетворенность достатком семьи способствуют формированию протяженной жизненной стратегии старшеклассников. В то же время возрастная последовательность предстоящей реализации жизненных планов связана с социальным положением родителей, причем связь между жизненной стабилизацией школьников и социальным положением матери по всем аспектам интенсивней, чем с социальным положением отца [8].

2. Значительное влияние стиля родительского поведения на выбор ребенком модели жизненного пути описывается в своих исследованиях Д. Баумринд. Автор выделяет три группы детей. Первую группу составляют дети с высоким уровнем независимости, зрелости, уверенности в себе, активности, умением разобраться в окружающей обстановке. В таких семьях родители относятся к детям доброжелательно, с пониманием, требуют осознанного поведения, прямо и ясно объясняют мотивы своих требований. Вторую группу образовали дети, недостаточно уверенные в себе, замкнутые и недоверчивые. Родители таких детей больше полагаются на строгость и наказания, жесткий контроль и применение власти. В третью группу вошли дети, которые менее всего уверены в себе, не проявляют любознательности, не умеют сдерживать

себя. Здесь родители, как правило, снисходительны, не требовательны, неорганизованны. Они не поощряют детей, редко и вяло делают замечания, не обращают внимания на воспитание независимости и уверенности ребенка в себе [12].

В целом, поскольку семья оказывает значительное, если не определяющее влияние, на развитие личности, мы вполне согласны с утверждением, что практически нет ни одного социального или психологического аспекта поведения юношей, который не зависел бы от их семейных условий. При этом свою роль играют и стиль воспитания, и особенности семейной культуры и материальное и социальное положение семьи, и взаимоотношения родителей и т.д. Список можно продолжать, перечисляя практически все характеристики семейной системы.

Следующим важнейшим институтом социализации личности является школа. Безусловно, влияние особенностей школьного обучения на процесс планирования своего будущего наиболее ярко проявляется в годы обучения, особенно в старшем школьном возрасте. К сожалению, исследований, посвященных этой проблеме, меньше, чем, например, рассматривающих влияние семейного воспитания, однако они встречаются и дают интересные результаты. Так, по данным В. Н. Кормаковой, высокое качество обучения способствует повышению четкости жизненной стратегии, большей осознанности целей профессионального самоопределения и целей саморазвития [8].

Помимо традиционных институтов социализации, таких как семья и школа, на наш взгляд, очень важным является учет особенностей культуры, к которой принадлежит человек. В широком смысле культура "предлагает" человеку социально одобряемые цели и ценности, а также способы их достижения, "диктует" возрастные границы, к которым должна быть достигнута та или иная цель, чтобы человек считался успешным, да и сами критерии личной успешности являются во многом культурно обусловленными [4]. Все другие социальные институты, воздействующие на личность, так или иначе несут на себе отпечаток культуры общества, к которому они принадлежат. Подчеркивая значение культуры, Ю. М. Резник и Т. М. Резник даже определяют жизненную стратегию как динамическую систему перспективного и долговременного ориентирования личности в будущей жизни с целью ее преобразования в определенной социокультурной среде, которая реализуется в деятельности, поведении личности посредством ее способностей, возможностей [8, с. 2]. Безусловно, методически изучение культуры, как фактора планирования своего будущего сопряжено с рядом трудностей. В частности, культурные особенности очень трудно вычленишь среди всей совокупности социальных факторов, поскольку их влияние опосредовано и школой, и семьей, и СМИ, и различными малыми группами, к которым принадлежит человек, и которые, в свою очередь, обладают своими субкультурами. Однако, на наш взгляд, изучение воздействия этнической, религиозной культуры или отдельных видов молодежных суб-

культур (эму, готы и т.д.) на процесс планирования будущего является достаточно интересным и важным.

Достаточно много научных исследований посвящено изучению влияния на планирование жизненного пути такого фактора, как пол. Поскольку все исследования в итоге сходятся на том, что влияние оказывают не столько физиологические особенности, сколько социальные характеристики гендерной принадлежности. Мы рассматриваем данный фактор как социальный. На наш взгляд, влияние гендерной принадлежности во многом опосредовано тем, что является социально приемлемым, одобряемым для мужчин и женщин в рамках определённой культуры. Уровень образования, особенности профессиональной самореализации, приемлемый уровень социальной активности, отношение к семье, оптимальный брачный возраст, желаемое количество детей и многие другие элементы жизненного пути формируются под влиянием того, что в данной культуре считается наиболее подходящим для представителей того или иного пола. Поэтому мы считаем, что в конкретных исследованиях гендерная принадлежность, как фактор планирования личностью своего будущего, должна рассматриваться с учетом культурных особенностей общества, к которому принадлежит человек.

**Подводя некоторый итог всему вышеизложенному, можно сделать следующие выводы:**

- ◆ в настоящее время активно изучаются факторы, влияющие на процесс планирования личностью её жизненного пути;
- ◆ условно все эти факторы можно разделить на физиологические (состояние здоровья, наличие ряда специальных способностей и т.д.), психологические (локус контроля, уровень оптимизма, особенности самооценки и мышления), социально-психологические (ценностные ориентации, направленность личности), социальные (социально-экономическая ситуация и характеристики культуры общества, к которому принадлежит человек);
- ◆ ряд факторов, например, таких, как возрастные, гендерные характеристики, особенности семейного воспитания, стоят на стыке разных групп и включают в себя как физиологические, психологические, социально-психологические, так и социальные элементы.
- ◆ И последнее, безусловно, перечень факторов, влияющих на такой сложный процесс, как планирование личностью своего жизненного пути, не исчерпывается рассмотренными в рамках данной статьи и нуждается в дополнительном, более глубоком изучении.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Белановская, О.В. Временная перспектива жизненных планов в юношестве [Электронный ресурс]. / О. В. Белановская. – Режим доступа: <http://psyjournals.ru/articles/d7598.shtml>, свободный
2. Божович Л. И. Проблемы формирования личности: Под редакцией Д. И. Фельдштейна [Текст] / Л. И. Божович. – М.: "Институт практической психологии", Воронеж: НПО "МОДЭК", 1995. – 352 с.
3. Божович Л. И. Личность и её формирование в детском возрасте. [Текст] / Л. И. Божович – М., 1968. – 464 с.
4. Браун О. А. Русакова Н. Н. Взаимосвязь представлений молодежи об успешном человеке с содержанием народных сказок [Текст] / О. А. Браун, Н. Н. Русакова // Вестник Кемеровского государственного университета – Кемерово, 2010. – №3 (43). – С. 143 – 151.
5. Гинзбург, М. Г. Психологическое содержание личностного самоопределения [Текст] / М. Г. Гинзбург // Вопросы психологии. – 1994. – № 3.– С. 42 – 52.
6. Иванченко, Г. В. На пороге профессиональной карьеры: социальные проблемы и личностные стратегии выбора [Электронный ресурс]. / Г. В. Иванченко. – Режим доступа: <http://lib.mexmat.ru/books/72130>, свободный
7. Кон И. С. Жизненная перспектива и формирование мировоззрения [Электронный ресурс]. / И. С. Кон. – Режим доступа: [http://sexology.neuro.net.ru/book19\\_14.html](http://sexology.neuro.net.ru/book19_14.html), свободный
8. Кормакова, В. Н. Проектирование жизненных стратегий как условие профессионально-личностного самоопределения старшеклассников [Текст] / В. Н. Кормакова // Образование и общество. – 2009. – №1. – С. 55–58.
9. Молохина Г. А. Особенности инициативного стиля мышления и способности к прогнозированию у старшеклассников [Электронный ресурс]. / Г. А. Молохина. – Режим доступа: <http://www.psu.ru>psu/files/4802/molohina.doc>, свободный
10. Регуш Л. А Развитие способности к прогнозированию педагогических явлений у студентов пединститута [Текст] / Л. А. Регуш // Вопросы психологии. – 1985. – №1. – С.94 – 102
11. Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии [Текст]. / С. Л. Рубинштейн. – Спб.: Питер, 2000. – 720 с.
12. Самсоненко, Л С Особенности влияния семейного воспитания на формирование жизненной перспективы личности [Электронный ресурс] / Л. С. Самсоненко. – Режим доступа: [http://www.orenipk.ru/novosti/novosti04\\_samsonenko.htm](http://www.orenipk.ru/novosti/novosti04_samsonenko.htm), свободный
13. Шевченко Т.Н. О роли прогнозирования в определении жизненного пути личности. Пятигорский государственный лингвистический университет [Электронный ресурс] / Т. Н. Шевченко. – Режим доступа: <http://www.sworld.com.ua>, свободный.