

**Жизненная позиция и психологические границы личности:
взаимосвязь и специфика функционирования в юности**

© 2020 Фоминых Екатерина Сергеевна*

* кандидат психологических наук, доцент, доцент кафедры специальной психологии Оренбургского государственного педагогического университета (г. Оренбург), e-mail: fominyh.yekaterina@yandex.ru

Аннотация: Статья посвящена анализу взаимосвязи жизненной позиции и психологических границ в период юношества. Рассмотрена сущность заявленных теоретических конструктов. Проведено эмпирическое исследование основных параметров жизненной позиции молодежи и функций психологических границ. Выборку исследования составили обучающиеся, осваивающие программы бакалавриата (n=102, средний возраст – 20 лет). Установлены закономерности: астенизация пропускающих функций выступает одновременно фактором снижения гармонии и усиления активности жизненной позиции молодежи; рост активности и осознанности жизненной позиции обусловлен энергичностью сдерживающих функций. Представлены отдаленные негативные эффекты и последствия выявленных личностных тенденций.

Ключевые слова: юность; жизненная позиция личности; психологические границы; функции психологических границ.

**Life position and psychological boundaries of the individual:
the relationship and specifics of functioning in the youth**

© 2020 Fominykh Ekaterina Sergeevna *

* candidate of psychological sciences, associate professor; Orenburg state pedagogical University (Orenburg, Russia), e-mail: fominyh.yekaterina@yandex.ru

Annotation: the Article is devoted to the analysis of the relationship between life position and psychological boundaries in the period of youth. The essence of the claimed theoretical constructs is considered. An empirical study of the main parameters of the life position of young people and the functions of psychological boundaries is carried out. The study sample consisted of students studying undergraduate programs (n=102, average age – 20 years). The regularities are established: asthenization of missing functions is both a factor of reducing harmony and increasing the activity of the life position of young people; the growth of activity and awareness of the life position is due to the energy of restraining functions. Long-term negative effects and consequences of identified personal tendencies are presented.

Keywords: youth; position in life of the personality; psychological boundaries; the functions of psychological boundaries.

Юношеский период – важный этап становления личности, складывающийся из серии выборов, совокупность которых закладывает основу функционирования, самореализации, содержательности и наполненности жизни на следующих возрастных этапах. Необходимость ориентироваться в сложных реалиях современной жизни, отвечать на ее вызовы и неопределенность требует от современной молодежи не только адаптационных ресурсов и способностей реактивного ответа на возникающие задачи, но и умения составлять и реализовывать долгосрочный жизненный план независимо от обстоятельств. Именно поэтому изучение психологических составляющих данного процесса является теоретически и эмпирически востребованным направлением научных исследованиях.

Цель исследования: выявление конфигурации психологических границ в их взаимосвязи с жизненной позицией на этапе юношества. Реализация данной

цели предусматривает рассмотрение заявленных конструктов с теоретических позиций и их эмпирическое исследование на выборке студенческой молодежи.

Жизненная позиция – конструкт, отражающий отношение личности к жизни через совокупность эмоционального, когнитивного и поведенческого показателей: гармонии, осознанности (рефлексивности) и активности [Леонтьев, Шильманская, 2019]. Заявленная Д.А. Леонтьевым триада определяет возможность ответственно и сознательно выстраивать траекторию жизни, управлять ею, реализовывать жизненные перспективы, оставаясь при этом в гармонии с самим собой и окружающим миром. Ключевой составляющей жизненной позиции личности является субъектность развития и жизни.

Кристаллизация субъектности, интеграция целей, планов и жизненной истории связана с функционированием психологических границ, осуществляющих взаимодействие, контроль и защиту между внешним и внутренним пространством личности. Онтогенетически психологические границы личности трансформируются: структурное, энергетическое, динамическое и контактное измерения приобретают характеристики, необходимые для решения задач личности на данном возрастном этапе и в сложившихся условиях [Шаповал, Фоминых, 2018]. Вектор данного процесса не всегда конструктивен, потому вместо адаптации, интеграции и развития личности, наблюдается дезинтеграция, симплификация и стагнация. В целом, анализ функциональности / дисфункциональности психологических границ личности в контексте синтеза личностной информации и социального контекста, необходимого для выстраивания краткосрочной и долгосрочной жизненной перспективы, является важным аспектом прикладных разработок в данной области.

В проведенном нами ранее эмпирическом исследовании жизненной позиции молодежи было выявлено преобладание низких показателей гармонии у студентов (n=102, средний возраст – 20 лет), в то время как осознанность и

активность – получили более высокие показатели в выборке [Фоминых, 2020]. В рамках настоящего исследования основные параметры жизненной позиции молодежи («Опросник жизненной позиции личности» [Леонтьев, Шильманская, 2019]) будут рассмотрены во взаимосвязи с функциями психологических границ личности, представленными в авторской концепции Т.С. Леви («Методика диагностики психологической границы» [Леви, 2013-а]). Для выявления взаимосвязи вычислялись меры центральных тенденций по каждому параметру и уровню с последующим переводом в процентные показатели (табл. 1).

Таблица 1

Соотношение параметров жизненной позиции и функций психологических границ (%)

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ГРАНИЦЫ ЛИЧНОСТИ													
		НЕВПУСКАЮЩАЯ		ПРОНИЦАЕМАЯ		ВБИРАЮЩАЯ		ОТДАЮЩАЯ		СДЕРЖИВАЮЩАЯ		СПОКОЙНО-НЕЙТРАЛЬНАЯ	
		В	Н	В	Н	В	Н	В	Н	В	Н	В	Н
Гармония	В	80	20	20	80	60	40	20	80	40	60	20	80
	С	72,7	27,3	36,4	63,6	36,4	63,6	36,4	63,6	63,6	36,4	27,3	72,7
	Н	62,5	37,5	27,5	72,5	27,5	72,5	12,5	87,5	60	40	25	75
Осознанность	В	75	25	28,1	71,9	31,6	65,6	25	75	68,8	31,2	37,5	62,5
	С	52,6	47,4	52,6	47,4	47,4	52,6	15,8	84,2	47,4	52,6	21,1	78,9
	Н	40	60	-	100	20	80	40	60	40	60	-	100
Активность	В	60,6	39,4	36,3	63,7	39,4	60,6	30,3	69,7	69,7	30,3	27,3	72,7
	С	68,8	31,2	37,5	62,5	37,5	62,5	18,8	81,2	56,3	43,7	31,2	68,8
	Н	66,7	33,3	16,7	83,3	-	100	-	100	50	50	16,7	83,3

Примечание: В – высокий уровень; С – средний уровень; Н – низкий уровень.

Экспериментальные данные показывают, что общей тенденцией для всех измерений жизненной позиции личности являются низкие показатели по спокойно-нейтральной и отдающей границам, что в совокупности отражает

внутреннее беспокойство, дискомфорт, неуверенность и направленность энергии на блокирование внутренних импульсов. В нашем исследовании это своеобразный фон жизнеосуществления молодежи, при котором внутренняя скованность и напряженность препятствует самовыражению и самопрезентации личности в период юности. В то же время каждый параметр жизненной позиции личности отличается своеобразной комбинацией, контуром функций психологических границ, степенью их энергичности и астенизации. Остановимся на анализе соотношения.

Гармония является показателем психологического благополучия и удовлетворенности собой, жизненными обстоятельствами и деятельностью. Низкий уровень гармонии, преобладающий в исследуемой нами выборке, указывает на рассогласованность в восприятии себя и собственной жизни. При этом результаты демонстрируют несбалансированность и достаточно вариативный уровень энергичности границ. Обращают внимание следующие взаимозависимости:

- чем сильнее невпускающая функция, работающая с внешними импульсами и блокирующая нежелательное для личности, тем выше гармония;
- астенизация вбирающей функции, работающей с внутренними импульсами и осуществляющей поиск ресурсов для удовлетворения потребностей во внешней среде, снижает показатели гармонии;
- усиление невпускающей функции сопровождается астенизацией вбирающей функции.

Усиливает данную тенденцию низкий уровень энергичности контактных функций – проницаемой, отдающей. В целом, жесткость и закрытость границ, уход от контактов, защита внутреннего мира отгораживают человека от внешнего мира, блокируют взаимодействия с ним, детерминируя субъективное ощущение дисгармонии жизненной позиции молодежи. Слабость пропускающих функций закрывают человека от внешних воздействий,

личность защищает свое внутреннее психологическое пространство посредством закрытия границ, их жесткости.

Осознанность / рефлексивность позиции в отношении к жизни. Высокие показатели осознанности коррелирует с усилением сдерживающих функций, уходом от контакта (невпускающая и сдерживающая функции), в то время как астенизация данных функций – предпосылка малоосознанного существования, бездумного отношения к своей жизни. Большинство испытуемых осознают несовпадение своего Я и разворачивающегося жизненного процесса, наличие альтернатив. Своеобразным психологическим условием этого является высокая энергичность функций ухода от контакта, личность испытывает переживания относительно внедрений в свое психологическое пространство. Поэтому уход от контактов обеспечивает определенный уровень внутреннего спокойствия. Учитывая, что в данном возрасте отрыв от родительской семьи и выход из диадических отношений является естественной тенденцией, закономерность понятна [Леви, 2013-б]. Чтобы реализовать аутентичную жизненную стратегию, сделать собственный выбор среди веера альтернатив, молодежи требуется ограничить круг контактов, в первую очередь закрыться от воздействия значимых лиц. Помимо этого в выборке обнаружены испытуемые с низкими показателями по шкале осознанности и астенизацией сдерживающих функций. Несформированность и несбалансированность функций свидетельствует о личностной незрелости, инфантилизации, зависимости, беспомощности, ожидании помощи от других. Личность переживает феноменологическое совпадение своего Я и происходящего, занимает бездумную позицию по отношению к собственной жизни.

Активность как способность управлять жизнью, проектировать и реализовывать замыслы. В рамках проведенного исследования активность жизненной позиции определяется интенсивностью и энергичностью пропускающих функций психологических границ. Возрастание показателей активности наблюдается при усилении сдерживающей границы. Естественным

условием развития и жизни современной молодежи является непрерывный и интенсивный поток информации, ежедневно поступающий через масс-медиа. Таким путем транслируются и навязываются культурные варианты и стандарты жизни, а также показатели и критерии эффективности и успешности. Усвоенная установка на соответствие навязываемым образам и стандартам нередко продуцирует поведенческие реакции и действия, неаутентичные личности. Следствием этого является ограничение и удержание внутренних импульсов, блокирование внутренней энергии. Снижение показателей активности связано с астенизацией вбирающей, отдающей, проницаемой функций, работающих с внутренними импульсами. В данном случае личности сложно проявлять открытость и спонтанность.

Обобщение вышеизложенной информации позволяет выделить несколько закономерностей. Во-первых, астенизация пропускающих функций выступает одновременно фактором снижения гармонии и усиления активности жизненной позиции молодежи. Отмеченный факт указывает на свойственную данному возрастному периоду жизненную насыщенность, высокую концентрацию реализуемых видов деятельности и активность в решении большого количества задач. Однако результатом данных процессов является ощущение дисгармонии и внутреннего напряжения. Во-вторых, рост активности и осознанности жизненной позиции обусловлен энергичностью сдерживающих функций. Вынужденность соответствовать требованиям, стандартам и трендам требует от личности сдерживать действительно важные и ценные внутренние импульсы.

В краткосрочной перспективе это субъективно воспринимается и ощущается как реализация значимых жизненных планов и замыслов. Однако в отдаленной перспективе данные аспекты не связаны с конструированием и преобразованием жизненной реальности, зачастую они являются тревожным сигналом несогласованности, неаутентичности. Полученные результаты дополняют представленную в литературе информацию относительно деструктивных личностных тенденций и метаморфоз, фиксируемых у молодого

и взрослого поколения. Их систематизация [Вахромов, 2005; Горобец, 2005; Джамирзе, 2005; Одинцова, 2013; Подольский, Идобаева, 2019; Поливанова, 2013; Слободчиков, Исаев, 2000; Шутенко, 2013; Joung J.E., Klosko J.S., Weishaar M.E., 2003 и др.] позволяет обнаружить преемственность (табл. 2).

Таблица 1

Современные тенденции личностного развития на этапах юности и взрослости

Юность	Взрослость
1. увеличение времени на подготовку к самостоятельной жизни;	9. бессилие;
2. инфантилизация;	10. бессмысленность существования;
3. сензитивность к навязываемым жизненным стандартам и культурным вариантам;	11. неспособность контролировать события и жизнь;
4. дисбаланс между актуальными характеристиками молодежи и требованиями времени;	12. невозможность получить рационально ожидаемый результат;
5. маргинализация и нарастание деструктивных тенденций;	13. доминирующее значение внешних детерминант;
6. замещение полноценной самореализации нездоровыми формами самоутверждения;	14. одиночество;
7. снижение ориентации на достижения и личный успех, слабая дифференциация мотивационных целей, их конфликтность в смысловой сфере;	15. социальная изолированность;
8. неумение понимать и влиять на внешние обстоятельства, выступающие барьерами к достижению цели	16. чувство утраты своего «подлинного Я», разрушение аутентичности;
	17. самоотчуждение (умирание личности для общества, общества для личности, личности для себя);
	18. рентные установки;
	19. разрушение и саморазрушение, негативное и безразличное самоотношение;
	20. дискомфорт, неудовлетворенность, невротические трудности;

В целом, полученные результаты открывают новые перспективы в решении проблем психолого-педагогического сопровождения молодежи в аспекте поиска себя и возможностей самореализации [Гришина, 2009]. Среди важнейших ориентиров работы можно выделить: принятие ответственности за

себя и свою жизнь, умение ставить цель и достигать ее, расширять пространство самореализации, поиск ценностный оснований жизнеосуществления и др.

Литература:

1. Вахромов Е.Е. О динамике концептуальных подходов к феномену самореализации // Мир психологии. – 2005. – № 3 (43). – С. 40-51.
2. Горобец Т.Н. Самоотношение как этимологический фактор аутодеструктивного поведения // Мир психологии. – 2005. – № 3(43). – С. 146-154.
3. Гришина Н.В. Человек как субъект жизни: ситуационный подход // Субъектный подход в психологии. – Москва: Институт психологии РАН, 2009. – С. 161-172.
4. Джамирзе Н.К. К проблеме самоорганизации и самоопределения взрослого человека в условиях современного российского общества // Мир психологии. – 2005. – № 3(43). – С. 74-79.
5. Леви Т.С. Методика диагностики психологической границы личности // Вопросы психологии. – 2013. – № 1. – С. 131-146
6. Леви Т.С. Диагностика психологической границы личности: качественный анализ // Вопросы психологии. – 2013. – № 5. – С.93-101.
7. Леонтьев Д.А., Шильманская А.Е. Жизненная позиция личности: от теории к операционализации // Вопросы психологии. – 2019. – № 1. – С. 90-100.
8. Одинцова М.А. Типы поведения жертвы. Диагностика ролевой виктимности. – Самара: Бахрах-М, 2013. – 160 с.
9. Подольский А.И., Идобаева О.А. Quo vadis? Траектории ценностно-мотивационного развития современной российской молодежи // Вопросы психологии. – 2019. – № 2. – С. 45-58.
10. Поливанова К.Н. Новое детство: вызов культурно-исторической теории? // У истоков развития. Сборник научных статей. – Москва: Издательство МППГУ, 2013. – С. 128-133.

11. Слободчиков В.И., Исаев Е.И. Основы психологической антропологии. Психология человека: Развитие субъективной реальности в онтогенезе. – Москва: Школьная Пресса, 2000. – 416 с.
12. Фоминых Е.С. Взаимосвязь самооффективности и жизненной позиции молодежи // Вектор науки Тольяттинского государственного университета. – № 2 (41). – С. 55-59.
13. Шаповал И.А., Фоминых Е.С. Возможности психодиагностики Я-концепции и самоотношения в демонстрации характеристик и функциональности границ Я // Клиническая и специальная психология. – 2018. – Том 7. – № 4. – С. 44-60. DOI: 10.17759/psyclin.2018070403.
14. Шутенко, Е. Н. Самореализация студенческой молодежи в условиях социокультурной трансформации высшего образования [Электронный ресурс] // Информационный гуманитарный портал «Знание. Понимание. Умение». – 2013. – № 6 (ноябрь-декабрь). – Режим доступа: http://www.zpu-journal.ru/e-zpu/2013/6/Shutenko_Students-Self-Realization/ (дата обращения: 18.12.2019)
15. Joungh J.E., Klosko J.S., Weishaar M.E. Schema Therapy: A Practitioner's Guide. – Guilford Press, 2003. – 436 p.

References:

1. Vahromov E.E. O dinamike kontseptualnyih podhodov k fenomenu samorealizatsii // Mir psihologii. – 2005. – # 3 (43). – S. 40-51.
2. Gorobets T.N. Samootnoshenie kak etimologicheskii faktor autodestruktivnogo povedeniya // Mir psihologii. – 2005. – # 3(43). – S. 146-154.
3. Grishina N.V. Chelovek kak sub'ekt zhizni: situatsionnyi podhod // Sub'ektnyyi pod hod v psihologii. – Moskva: Institut psihologii RAN, 2009. – S. 161-172.
4. Dzhamirze N.K. K probleme samoorganizatsii i samoopredeleniya vzroslogo cheloveka v usloviyah sovremennogo rossiyskogo obschestva // Mir psihologii. – 2005. – # 3(43). – S. 74-79.
5. Levi T.S. Metodika diagnostiki psihologicheskoy granitsyi lichnosti // Voprosyi psihologii. – 2013. – # 1. – S. 131-146

6. Levi T.S. Diagnostika psihologicheskoy granitsyi lichnosti: kachestvennyiy analiz // Voprosyi psihologii. – 2013. – # 5. – S.93-101.
7. Leontev D.A., Shilmanskaya A.E. Zhiznennaya pozitsiya lichnosti: ot teorii k operatsionalizatsii // Voprosyi psihologii. – 2019. – # 1. – S. 90-100.
8. Odintsova M.A. Tipyi povedeniya zhertvyi. Diagnostika rolevoy viktimnosti. – Samara: Bahrah-M, 2013. – 160 s.
9. Podolskiy A.I., Idobaeva O.A. Quo vadis? Traektorii tsennostno-motivatsionnogo razvitiya sovremennoy rossiyskoy molodezhi // Voprosyi psihologii. – 2019. – # 2. – S. 45-58.
10. Polivanova K.N. Novoe detstvo: vyizov kulturno-istoricheskoy teorii? // U istokov razvitiya. Sbornik nauchnykh statey. – Moskva: Izdatelstvo MPPGU, 2013. – S. 128-133.
11. Slobodchikov V.I., Isaev E.I. Osnovy psihologicheskoy antropologii. Psihologiya cheloveka: Razvitie sub'ektivnoy realnosti v ontogeneze. – Moskva: Shkolnaya Pressa, 2000. – 416 s.
12. Fominyih E.S. Vzaimosvyaz samoeffektivnosti i zhiznennoy pozitsii molodezhi // Vektor nauki Tolyattinskogo gosudarstvennogo universiteta. – # 2 (41). – S. 55-59.
13. Shapoval I.A., Fominyih E.S. Vozmozhnosti psihodiagnostiki Ya-kontseptsii i samootnosheniya v demonstratsii harakteristik i funktsionalnosti granits Ya // Klinicheskaya i spetsialnaya psihologiya. – 2018. – Tom 7. – # 4. – S. 44-60. DOI: 10.17759/psyclin.2018070403.
14. Shutenko, E. N. Samorealizatsiya studencheskoy molodezhi v usloviyah sotsiokulturnoy transformatsii vysshogo obrazovaniya [Elektronnyiy resurs] // Informatsionnyiy gumanitarnyy portal «Znanie. Ponimanie. Umenie». – 2013. – # 6 (noyabr-dekabr). – Rezhim dostupa: http://www.zpu-journal.ru/e-zpu/2013/6/Shutenko_Students-Self-Realization/ (data obrascheniya: 18.12.2019)
15. Joungh J.E., Klosko J.S., Weishaar M.E. Schema Therapy: A Practitioner's Guide. – Guilford Press, 2003. – 436 p.