

DOI 10.15826/izv1.2021.27.1.019
УДК 159.923-053.88 + 159.943 + 159.947.5: 37.018

Т. Б. Сергеева
Н. С. Глуханюк
Г. И. Борисов

ЛИЧНОСТНАЯ МОБИЛЬНОСТЬ И ЖИЗНЕННЫЕ СТРАТЕГИИ В ПОЗДНЕМ ВОЗРАСТЕ: РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ*

Статья посвящена проблеме построения жизненной стратегии в позднем возрасте. Описаны три типа жизненных стратегий в зависимости от уровня личностной мобильности субъекта. В эмпирическом исследовании сопоставлены характеристики людей с низко-, средне- и высококомобильной стратегиями. Сделан вывод, что предпосылками выбора высококомобильной жизненной стратегии являются развитые когнитивные ресурсы и обучаемость, выраженная мотивация к освоению внешних и внутренних изменений, высокий уровень биографической рефлексии.

Ключевые слова: поздний возраст; личностная мобильность; готовность к мобильному поведению; типы жизненных стратегий

Жизненная стратегия определяется как интегральная характеристика личности, описывающая особенности организации человеком своего жизненного пути, его восприятие окружающей реальности и себя в этом контексте, способы и мотивацию разрешения жизненных противоречий [Лапыгин]. Особое значение отражение и оценка жизни в целом приобретают в пожилом возрасте, когда подводятся итоги и в соответствии с их результатом планируется последующая активность.

*Исследование выполнено при финансовой поддержке РФФИ в рамках научного проекта № 19-013-00431 «Личностная мобильность как предиктор сохранения профессионального здоровья в пожилом возрасте».

СЕРГЕЕВА Тамара Борисовна — кандидат психологических наук, доцент, доцент кафедры общей и социальной психологии Уральского федерального университета (e-mail: tamara.2005@mail.ru).
ГЛУХАНИЮК Наталья Степановна — доктор психологических наук, профессор, профессор кафедры управления персоналом и психологии Уральского федерального университета (e-mail: profi.n@mail.ru).

БОРИСОВ Георгий Игоревич — ассистент кафедры общей и социальной психологии Уральского федерального университета (e-mail: georgy.borisov@urfu.ru).

© Сергеева Т. Б., Глуханюк Н. С., Борисов Г. И., 2020

Жизненные стратегии являются предметом интереса как исследователей, так и специалистов в области практических технологий просвещения, сопровождения и поддержки человека. В зарубежных исследованиях понятие «жизненные стратегии» не используется, однако выделяют иные виды стратегий: достижения цели [Wang, Ford], жизненной истории [Davis et al.; Linden et al.], создания смысла [Lachnit, Park, George] и др. Перечисленные стратегии преимущественно проявляются в трудных жизненных ситуациях, связанных с финансовой неадекватностью, переживанием стресса и др., и определяют реакцию людей на трудности и способы их преодоления.

В отечественной психологии исследование данного направления восходит к трудам М. М. Бахтина, который разработал жизненную (нравственную) философию [Бахтин]; С. Л. Рубинштейна, изучавшего проблемы бытия личности [Рубинштейн]; К. А. Абульхановой-Славской, создавшей концепцию стратегии жизни [Абульханова-Славская].

Несмотря на частоту встречаемости термина «жизненная стратегия» и кажущийся очевидным его житейский смысл, в рамках научного дискурса существует проблема размытости границ его понимания и использования [Дементий, Купченко]. По своему наполнению жизненные стратегии значительно отличаются в разных исследованиях в зависимости от объекта и контекста изучения, но у них есть и общие черты. Жизненная стратегия личности описывает направленность жизненного пути, характеризует способ самоосуществления человека в окружающей его действительности, определяет его реальное социальное поведение.

Жизненная стратегия — это выбор человека, который не следует ограничивать рамками полностью осознанного и вербализированного представления, поскольку даже человек, не имеющий четкой рефлексии о ходе своей жизни, обладает основным набором характеристик, позволяющих описать его жизненную стратегию.

В своей работе мы опирались на концепцию К. А. Абульхановой-Славской, которая предлагает рассматривать жизненный путь личности в его целостности и выстраивать стратегию жизни через раскрытие и разрешение подлинных причин противоречий [Абульханова-Славская]. В основу нашего исследования легли два теоретических положения. Во-первых, это понимание жизненной стратегии как динамического образования, которое изменяется под воздействием внешних и внутренних факторов. Во-вторых, учет индивидуальных различий и активности самого человека в построении жизненной стратегии.

Поскольку наши интересы находятся в плоскости активности человека в позднем возрасте, эмпирически решалась задача дифференциации групп по признаку мобильности в реализации жизненных стратегий и поиску психологических особенностей каждой группы и различий между ними.

Материалы и методы

В эмпирическом исследовании приняли участие 355 жителей Екатеринбурга и Свердловской области в возрасте от 50 до 80 лет. Реализовывался принцип добровольного участия. Использовались следующие методики: биографическая анкета

(модифицированная версия «Анкеты пенсионера» Н. С. Глуханюк, Т. Б. Сергеевой); оценка уровня удовлетворенности качеством жизни (Н. Е. Водопьянова); шкала психологического благополучия (К. Рифф, версия Т. Д. Шевеленковой и П. П. Фесенко); опросник формально-динамических свойств индивидуальности (В. М. Русалов); опросник «Готовность к освоению возрастнo-временных изменений» (Н. С. Глуханюк, Т. Б. Сергеева); оценка уровня развития биографической рефлексии (М. В. Клементьева); самоактуализационный тест (Л. А. Гозман, М. В. Кроз). В качестве методов обработки использовались качественные методы анализа текстового материала и сравнительный анализ по U -критерию Манна — Уитни.

Результаты и их обсуждение

На первом этапе исследования проводился качественный анализ материалов биографических анкет, который осуществлялся по следующим индикаторам уровня мобильности в реализации жизненной стратегии: общая самооценка, удовлетворенность жизнью, сферы проявления активности (актуальные и планируемые), наличие изменений в жизни и отношение к ним, деятельность по передаче опыта, сохранность (и расширение) социальных связей, наличие планов на будущее и их содержание. По итогам качественного анализа были выделены три типа жизненных стратегий в зависимости от уровня выраженности мобильности: низкомобильный, среднемобильный, высокомобильный.

Участники были разделены на три группы по типу реализуемой жизненной стратегии.

Для обладателей *низкомобильного типа жизненной стратегии* характерна неудовлетворенность жизнью, обесценивание своего жизненного опыта, ограниченный спектр сфер жизненной активности, отсутствие планов на будущее, нежелание или невозможность предпринимать какие-либо действия по изменению сложившейся жизненной ситуации. Они предпочитают пассивные виды досуговой деятельности (если таковая имеется), не имеют общественных интересов и в ряде случаев достаточно враждебно оценивают социум и происходящие с ним трансформации. Освоение возрастнo-временных и социальных изменений вызывает у них существенные затруднения, мотивация построения жизненной стратегии находится на низком уровне.

В данную группу попали 55 человек (15 % участников исследования), средний возраст которых составил 62 года. Почти половина из них (55 %) не работают, остальные продолжают трудовую деятельность. Высшее образование имеют менее трети. Большинство низкомобильных участников (71 %) оценивают свое материальное положение как недостаточное; плохое состояние здоровья отмечают у себя 20 % участников данной группы; одиноко проживают 30 % из них.

Среднемобильный тип жизненной стратегии отличает общая удовлетворенность жизнью, готовность передавать опыт и узнавать что-то новое, наличие хобби, сохранность социальных связей и контактов, в ряде случаев — продолжение профессиональной деятельности. Люди, реализующие эту стратегию, успешно

осваивают возрастные изменения и социальные трансформации, высоко оценивают свой жизненный опыт, считают, что «жизнь удалась». При этом основной источник удовлетворенности для них — семья, именно в ней они находят сферу реализации своих сил, с ней связаны планы на будущее. Их ориентир — сохранить имеющееся положение дел, они спокойно относятся к жизненным изменениям, но сами не инициируют их и, по возможности, избегают. Это самая многочисленная и разнообразная по составу группа участников исследования, объединившая 209 человек (59 % участников исследования) со средним возрастом 62 года. Работающие и неработающие участники представлены в равных долях, имеют высшее образование 42 % участников. Треть среднемобильных участников (39 %) оценивают свое материальное положение как недостаточное. Состояние здоровья как плохое характеризуют только 3 % опрошенных; большинство из них (76 %) проживают в семьях.

Высокомобильный тип жизненной стратегии характеризуется высокой событийной насыщенностью жизни, открытостью новому опыту, активностью в широком спектре сфер жизненной активности, долгосрочными планами, в том числе и внесемейными — в сфере профессиональной деятельности, общественной работы, самообразования и личностного роста. Люди с высокомобильной стратегией не только с легкостью осваивают разнообразные внешние и внутренние изменения, но и сами их инициируют. К представителям высокомобильной стратегии был отнесен 91 человек (26 % участников исследования), средний возраст которых составил 60 лет. Большинство представителей этой группы (79 %) продолжают трудовую деятельность. Высшее образование имеют 70 % участников; в семьях проживает большинство из них (80 %). На недостаточное материальное положение указала только треть участников, а на плохое состояние здоровья — только одна 79-летняя участница исследования.

Основные внешние характеристики групп представлены в табл. 1.

Таблица 1

**Характеристики групп участников,
реализующих разные типы жизненной стратегии**

Тип жизненной стратегии	Количество участников	Средний возраст, лет	Профессиональная занятость, %	Наличие высшего образования, %	Неудовлетворительное материальное положение, %	Неудовлетворительное состояние здоровья, %	Проживание в семье, %
Низкомобильный	55 (15 %)	62	55	30	71	20	70
Среднемобильный	209 (59 %)	62	50	42	39	3	76
Высокомобильный	91 (26 %)	60	72	80	30	1	80

Анализ различий в независимых переменных позволил установить, что респонденты с низкомотивной жизненной стратегией отличаются средним уровнем образования и, как следствие, недостаточным когнитивным ресурсом, одиноким проживанием, что не способствует реализации основной возрастной задачи — социального взаимодействия, отрицательной оценкой здоровья и материального благополучия. Полученные данные определяют необходимость и направления социально-психологической поддержки пожилых людей с подобным типом жизненной стратегии.

У представителей всех стратегий обнаружены различия в уровне выраженности большинства параметров удовлетворенности качеством жизни (методика Н. Е. Водопьяновой) и психологического благополучия (методика Т. Д. Шевеленковой и П. П. Фесенко) — от достоверно более низких показателей у представителей низкомотивного типа до достоверно более высоких у представителей высокомотивной стратегии.

На **втором этапе исследования** проводилось сравнение показателей личностной мобильности и готовности к мобильному поведению у представителей стратегий первого и второго типа для выявления характеристик, детерминирующих удовлетворенность жизнью в поздней зрелости. Различия представлены в табл. 2. На уровне индивидуально-психологических предпосылок успешной адаптации препятствуют недостаточно высокие показатели коммуникативной активности и коммуникативной скорости. Сохранение социальных связей неизменно отмечается как один из показателей успешного освоения позднего возраста, поэтому такой результат можно считать закономерным. Достаточно неожиданно отсутствие различий в параметрах готовности к освоению возрастно-временных изменений. Единственное различие выявлено в более спокойном, толерантном отношении к физиологическим изменениям у представителей группы со среднемобильной жизненной стратегией. Возможно, данный результат отражает идею независимости жизненных стратегий от возраста [Абульханова-Славская]. Однако, по нашему мнению, одной переменной недостаточно для формирования общего суждения. Можно предположить, что физиологические изменения становятся менее значимыми в рейтинге возрастных параметров, поскольку современный человек понимает относительность внешних изменений и формирует адекватное отношение к ним.

У людей со среднемобильной стратегией в поздней зрелости более высокие показатели рефлексии своей жизни. М. В. Клементьева отмечает, что снижение показателей личностной и когнитивной составляющей рефлексии своей жизни характерно для людей, не удовлетворенных текущим опытом жизни, ориентированных на переживание фактов непосредственного жизненного опыта (реакций, эмоций, действий и пр.) вне оценок и анализа [Клементьева]. Соответствующие поведенческие индикаторы были зафиксированы в автобиографиях представителей группы с низкомотивной жизненной стратегией. Респонденты со среднемобильной стратегией оказались более способны к экзистенциальному анализу своей жизни, смысловтворчеству и ответственному целеполаганию.

Жизненную стратегию со средним уровнем мобильности реализуют в позднем возрасте люди с более высокими показателями самоактуализации. В частности,

Таблица 2

Достоверные различия показателей личностной мобильности людей, реализующих низко- и среднемобильные жизненные стратегии

Показатели личностной мобильности	Средний ранг		U, критерий Манна – Уитни	p, уровень значимости
	низкомобильная жизненная стратегия	среднемобильная жизненная стратегия		
Формально-динамические свойства индивидуальности				
Индекс коммуникативной активности	57,57	75,56	2206,5	0,029
Коммуникативная скорость	109,79	134,11	6518,5	0,032
Готовность к освоению возрастно-временных изменений				
Аффективный уровень физиологического компонента	95,13	119,06	5202	0,024
Биографическая рефлексия				
Рефлексия своей жизни	95,29	134,62	6823	0,000
Когнитивная составляющая рефлексии	103,22	132,55	6410,5	0,009
Личностная составляющая рефлексии	105,33	132,01	6301	0,017
Самоактуализация				
Компетентность во времени	102,54	135,28	6755,5	0,004
Ценностные ориентации	94,84	137,28	7161,5	0,000
Самоуважение	101,92	135,44	6788,5	0,003
Представления о природе человека	94,02	137,5	7207	0,000
Снигерия	102,11	135,39	6778	0,003
Познавательные потребности	108,32	133,64	6422,5	0,027

они лучше воспринимают целостность жизненного пути, высоко оценивая нынешний отрезок жизни. Представители группы с низкоомобильной жизненной стратегией ориентированы на прошлое, тем самым они обесценивают настоящее и отрицают будущее (низкая компетентность во времени). Кроме того, они не разделяют ценности самоактуализации и личностного роста, у них ниже познавательные потребности и интерес к новому, а также показатели самоуважения. Особое внимание, на наш взгляд, следует уделить различиям в блоке концепции человека (представления о природе человека и синергия). Более адаптированы и удовлетворены жизнью в позднем возрасте люди, понимающие относительность оценок человеческих достоинств и недостатков, избегающие категоричных мнений и противопоставлений, воспринимающие человека целостно.

На **третьем этапе исследования** ставилась задача определить, какие характеристики позволяют человеку в позднем возрасте не просто быть довольным своей жизнью и сохранять достигнутое, но и переходить к качественно иному уровню — к высокоомобильной жизненной стратегии. Для этого сравнивались показатели представителей второго и третьего типа жизненной стратегии (табл. 3).

Таблица 3

Достоверные различия показателей личностной мобильности людей, реализующих средне- и высокоомобильные жизненные стратегии

Показатели личностной мобильности	Средний ранг		U, критерий Манна — Уитни	p, уровень значимости
	высокомобильная жизненная стратегия	среднеомобильная жизненная стратегия		
Формально-динамические свойства индивидуальности				
Интеллектуальная эргичность	163,33	139,76	10605	0,028
Коммуникативная скорость	167,66	137,84	10994	0,005
Психомоторная эмоциональность	128,41	154,56	7462	0,014
Готовность к освоению возрастно-временных изменений				
Мотивационный уровень физиологического компонента	145,89	122,27	8365	0,018
Мотивационный уровень личностно-психологического компонента	151,20	119,92	8785	0,002
Мотивационный уровень профессионального компонента	154,56	117,86	8974,5	0,000
Личностный компонент	161,61	137,09	10232,5	0,022
Мотивационный уровень	164,46	135,86	10480	0,007

Окончание табл. 3

Показатели личностной мобильности	Средний ранг		U, критерий Манна – Уитни	p, уровень значи- мости
	высокомобильная жизненная стратегия	среднемобильная жизненная стратегия		
Биографическая рефлексия				
Рефлексия жизни другого	164,45	137,61	10779	0,011
Рефлексия своей жизни	165,40	137,18	10865	0,007
Социально-перцептивная составляющая рефлексии	162,61	137,80	10539,5	0,018
Когнитивная составляю- щая рефлексии	161,78	138,82	10536	0,029
Личностная составляющая рефлексии	169,68	135,23	11254,5	0,001
Самоактуализация				
Креативность	168,42	138,12	11140	0,004

Для представителей высокомобильной жизненной стратегии характерны более высокие показатели коммуникативной скорости, чем для двух других типов. При этом смещается значимость характеристик в интеллектуальной и психомоторной сфере: представители этой стратегии в позднем возрасте меньше переживают по поводу физических возможностей, но при этом у них более высокие потребности в постановке и решении новых познавательных задач. От среднемобильных, но не стремящихся к изменениям ровесников, их отличает более высокий мотивационный уровень готовности к освоению возрастно-временных изменений. Они активно ищут способы и выстраивают стратегии адаптации к изменениям физического функционирования, изменениям в когнитивной и личностной сфере, изменению системы социально-профессиональных ролей. При этом у них более выражен именно личностный компонент готовности к возрасту, т. е. направленность усилий в первую очередь на освоение изменений собственного Я. Представители высоко- и среднемобильных типов жизненной стратегии находятся на одном уровне в стремлении к самоактуализации, но у высокомобильных людей выше ориентация на поиск новых способов решения повседневных задач и постановке новых. У них наивысшие показатели рефлексии не только своей жизни, но и жизни других, что проявляется в осознании вариативности понимания их жизни другими людьми, раскрытии смысла жизни в коммуникациях [Клементьева, 2014].

Выводы

Группы респондентов с низко-, средне- и высокомобильной жизненными стратегиями не различаются между собой по уровню активности, пластичности, адаптивности, т. е. по индивидуально-психологическим свойствам, составляющим

природное ядро личностной мобильности. Данный эмпирический факт объясняется наличием переменных-модераторов между мобильностью как индивидуальным свойством и мобильностью как жизненной стратегией. В качестве одного из них мы рассматриваем психологическую готовность к освоению возрастнo-временных изменений и удовлетворенность жизнью. Основанием для такого предположения стали результаты наших предыдущих исследований [Сергеева, Борисов; Сергеева, Глуханюк].

Большинство участников исследования позднего возраста (85 %) продемонстрировали достаточно высокую адаптированность, удовлетворенность жизнью и психологическое благополучие. Это в целом согласуется с результатами S. Ikier и С. Duman, которые пришли к выводу, что пожилой возраст характеризуется более позитивной оценкой жизненного опыта по сравнению с молодежью и людьми зрелого возраста [Ikier, Duman]. Кроме того, необходимо учитывать и особенности выборки нашего исследования — добровольцы, проживающие в семьях или самостоятельно, сохраняющие возможности самоорганизации своей жизни.

Необходимыми, но недостаточными условиями выбора в пользу высоко-мобильной жизненной стратегии в позднем возрасте являются такие характеристики субъекта, как развитые когнитивные ресурсы и обучаемость, выраженная мотивация к освоению внешних и внутренних изменений и высокий уровень биографической рефлексии, позволяющий находить смыслы своей жизни и соотносить ее с моделями поведения других людей.

Полученные результаты не только предоставляют возможность измерения индивидуальных особенностей пожилого человека в контексте планирования жизни и выбора определенной стратегии ее позднего этапа. Прежде всего они составляют информационную основу индивидуальной консультативной практики и организации широкой просветительской работы. Следует подчеркнуть, что проводить ее необходимо на более ранних этапах возрастного развития, предоставляя возможность осознанного формирования готовности к освоению возраста и выбора жизненной стратегии.

Абульханова-Славская К. А. Стратегия жизни. М., 1991. 160 с.

Бахтин М. М. К философии поступка // Собр. соч. : в 7 т. М., 2003. Т. 1. С. 7–68.

Дементий Л. И., Курченко В. Е. Жизненные стратегии : монография. Омск, 2010. 192 с.

Клементьева М. В. Понятие биографической рефлексии и методика ее оценки // Культурно-историческая психология. 2014. Т. 10, № 4. С. 80–93.

Латыгин В. Д. Изучение жизненных стратегий в контексте теории социального действия // Вестн. РГГУ. Сер. : Философия. Социология. Искусствоведение. 2016. № 2 (4). С. 133–137.

Рубинштейн С. Л. Бытие и сознание. Человек и мир. СПб., 2003. 512 с.

Сергеева Т. Б., Борисов Г. И. Взаимосвязь удовлетворенности качеством жизни и индивидуальных свойств работающих и неработающих пенсионеров // Изв. Урал. федер. ун-та. Сер. 1 : Проблемы образования, науки и культуры. 2020. Т. 26, №. 1. С. 158–169.

Сергеева Т. Б., Глуханюк Н. С. Индивидуальные свойства как корреляты готовности к мобильному поведению в пожилом возрасте (в контексте профессиональной занятости) // Мир науки. Педагогика и психология. 2019. Т. 7, №. 5. С. 65.

Davis A. C. et al. Life history strategy and the HEXACO model of personality: A facet level examination // *Personality and Individual Differences*. 2019. Vol. 150. P. 109471.

Ikier S., Duman Ç. The happiest and the saddest autobiographical memories and aging // *Current Psychology*. 2020. P. 1–13. DOI: <https://doi.org/10.1007/s12144-020-00993-w>

Lachnit I., Park C. L., George L. S. Processing and resolving major life stressors: an examination of meaning-making strategies // *Cognitive therapy and research*. 2020. Vol. 44. P. 1–10.

Linden D. van der et al. Life history strategy and stress: An effect of stressful life events, coping strategies, or both? // *Personality and Individual Differences*. 2018. Vol. 135. P. 277–285.

Wang Y. R., Ford M. T. Financial inadequacy and the disadvantageous changes in time perspective and goal-striving strategies throughout life // *Journal of Organizational Behavior*. 2020. T. 41, iss. 9. P. 895–914.

Статья поступила в редакцию 07.12.2020 г.