

Федеральное государственное автономное  
образовательное учреждение высшего образования  
«Южно-Уральский государственный университет  
(национальный исследовательский университет)»

*На правах рукописи*



**Завьялова Ирина Юрьевна**

**ЭГО-ИНТЕГРАЦИЯ КАК ЛИЧНОСТНАЯ ЗРЕЛОСТЬ**

Специальность 19.00.01 – «Общая психология,  
психология личности, история психологии»

Диссертация на соискание ученой степени  
кандидата психологических наук

Научный руководитель:  
доктор психологических наук  
профессор Солдатова Е.Л.

Челябинск – 2017

## ОГЛАВЛЕНИЕ

Введение.....	4
Глава 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПРЕДПОСЫЛКИ ИССЛЕДОВАНИЯ ЭГО-ИНТЕГРАЦИИ КАК ЛИЧНОСТНОЙ ЗРЕЛОСТИ.....	16
1.1 Теоретико-методологические основания исследования феноменов эго-интеграции и личностной зрелости .....	17
1.2 Психологическое содержание феномена эго-интеграции .....	29
1.3 Условия и механизмы достижения личностной зрелости .....	38
1.4 Эго-идентичность как ведущий компонент личностной зрелости .....	41
1.5 Значение рефлексии в динамике эго-идентичности личности.....	74
1.6 Психологические механизмы, содержание, условия и критерии достижения эго-интеграции.....	92
ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ ЭГО-ИНТЕГРАЦИИ КАК ЛИЧНОСТНОЙ ЗРЕЛОСТИ.....	104
2.1 Организация исследования .....	104
2.2 Методы и методики эмпирического исследования .....	109
2.2.1 Психодиагностические методики исследования .....	111
2.2.2 Математические методы обработки и анализа данных.....	118
ГЛАВА 3. РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ.....	121
3.1 Эмпирическая проверка теоретической модели динамики достижения эго-интеграции .....	121
3.1.1 Культуральный образ поздней взрослости.....	122
3.1.2 Адаптация методик исследования эго-идентичности личности .....	125
3.1.3 Отношение респондентов в период поздней взрослости к задачам развития.....	138
3.1.4 Анализ взаимосвязи статусов эго-идентичности, личностной зрелости и рефлексии .....	145
3.1.5 Модель эго-интеграции как личностной зрелости .....	152
3.2 Экспериментальная проверка влияния рефлексии на достижение эго-интеграции в период нормативного кризиса перехода к поздней взрослости .....	156

3.2.1 Базовые принципы психологической поддержки пожилых людей в период нормативного кризиса перехода к поздней взрослости .....	157
3.2.2 Разработка программы психологической поддержки в период нормативного кризиса перехода к поздней взрослости .....	160
3.2.3 Влияние уровня рефлексии на достижение эго-интеграции .....	166
Выводы .....	175
Заключение .....	177
Библиографический список.....	182
Приложения .....	215

## **ВВЕДЕНИЕ**

### **Актуальность темы исследования.**

Проблема идентификации приобретает особую актуальность в современном переходном, транзитивном обществе, постоянных изменений и кардинальных перемен. Очевидный экзистенциальный вакуум и многочисленные средства манипуляции и навязывания идентичности личности приводят к осознанию необходимости более зрелого, целостного и автономного самоопределения личности, актуализируя научные исследования глубинных, сущностных идентификаций человека, стержневых показателей его самоидентификации.

Именно зрелая личность, воспринимающая и адекватно интерпретирующая в ключе индивидуального развития современные социальные экспектации, наиболее востребована и эффективна с точки зрения общества для решения глобальных проблем развития человечества. Жизненный путь зрелой личности – это движение через решение задач развития с усвоением и присвоением социальных экспектаций транслируемых обществом.

Рассматривая личностную зрелость с точки зрения соответствия жизненного пути личности социальным экспектациям в отношении текущего возрастного периода, мы полагаем, что именно в период поздней взрослости возможна интеграция жизненного опыта личности в социально-историческом контексте. С этой точки зрения, эго-интеграция как личностная зрелость представляет собой интегративный показатель социально-исторического значения индивидуального жизненного пути личности, что позволяет рассматривать позднюю взрослость, прежде всего, как возраст личностного и духовного развития.

Актуальность темы исследования обусловлена социально-демографическим кризисом, характерным для развитых стран, в связи с интенсивно растущей долей населения лиц старше трудоспособного возраста. Так, в России указанный процент составлял: 18,5 % в 1989; 20,5 % в 2002, 22,2 % в 2010 году (Социально-демографический портрет России, 2012). Интеграция пожилых людей в современное общество позволяет реализовать устанавливаемые на

государственном уровне задачи трансляции патриотических и духовных традиций, передачи семейных и общекультурных ценностей следующим поколениям. Однако низкий социальный статус, негативные стереотипы в отношении людей старшего поколения, эйджизм и геронтофобия современного общества затрудняют их равноправное участие в общественной и социальной жизни.

Необходимость социально-психологической государственной поддержки старшего поколения не раз обсуждалась как на федеральном, так и на региональных уровнях. Начиная с 2011 года в 83 субъектах Российской Федерации реализуются программы по повышению качества жизни пожилых людей, включающие в себя оказание психологических услуг населению. Эмоциональные изменения (ригидность, плаксивость, склонность к депрессиям и чувству одиночества), социальная и материальная незащищенность, преобладание инволюционных процессов определяют наибольшую уязвимость представителей данной возрастной группы к стрессогенным факторам. В то же время многочисленные примеры активной, здоровой и благополучной старости подтверждают актуальность акмеистического подхода к периоду поздней взрослости и задают направления изучения механизмов личностной зрелости в период геронтогенеза. Успешность личностного и социально-психологического развития человека во все периоды жизни, и особенно в поздние годы, зависит от того, насколько он сам выступает субъектом, создателем условий своей жизни. Современная социокультурная ситуация культивирует новую группу социально активных представителей позднего возраста. Современные исследования (Н.С. Пряжников, М.В. Ермолаева, К.А. Абульханова-Славская, Н.М. Амосов) констатируют возможность выделения двух наиболее обобщенных вариантов старения: активное долголетие и пассивное «доживание». Мы полагаем, что именно неблагоприятное проживание нормативного кризиса перехода к поздней взрослости приводит к социальной изоляции, негативным эмоциональным состояниям (депрессия, одиночество, чувство собственной ненужности), сужению круга интересов, снижению самооценки. В то же время благоприятное

разрешение данного нормативного кризиса позволяет достичь максимального личностного развития, интеграции жизненного опыта, осознания не только социального, но и исторического значения своей жизни. Личностная зрелость в поздней взрослости на микроуровне обеспечивает благополучное старение личности, создавая дополнительные ресурсы жизнестойкости и социально-психологической адаптации личности. На макроуровне достижение эго-интеграции как личностной зрелости обеспечивает решение социально-демографических проблем за счет активного участия старшего поколения в жизни общества.

**Степень научной разработанности проблемы.** Современные подходы к личностной зрелости ориентируются на представления о самодетерминации (Д.А. Леонтьев), самоконтроле (Б.Г. Ананьев), авторстве своей жизни (Т.М. Буякас). Психологическое содержание личностной зрелости может быть раскрыто, через анализ современных представлений о психологическом здоровье (И.В. Дубровина), личностном потенциале (Д.А. Леонтьев) и жизнестойкости личности (С. Мадди). Функционально личностная зрелость проявляется в эффективности решения жизненных задач (А.Г. Портнова). Достижение личностной зрелости возможно на каждом этапе онтогенеза при успешной интериоризации возрастных и кризисных психологических новообразований личности (Э. Эриксон, О.С. Штепа, Е.Л. Солдатова, И.А. Шляпникова, Г.И. Малейчук, О.А. Кожевникова). В поздней взрослости личность подходит к апогею своего развития и может реализовать наиболее сложные – экзистенциальные задачи развития, достигая эго-интеграции (Э. Эриксон). Однако структура и динамика достижения эго-интеграции теоретически могут быть изучены лишь опосредованно, за счет анализа современных геронтопсихологических теории, включая представления о новообразованиях и задачах развития данного возраста (М.В. Ермолаева, Т.Б. Гершкович, А.Г. Лидерс, В.В. Лемиш), психологических ресурсах (П. Ле Шан), трансцендентности в структуре личностной зрелости (L. Tornstam, H. Westerlund).

Идентичность личности представляет собой интегративный критерий личностной зрелости (Е.Л. Солдатова, И.А. Шляпникова). Формирование идентичности личности культурно-исторически обусловлено (Н.С. Бурлакова, Л.С. Выготский, М.К. Мамардашвили). Механизмы формирования личностной зрелости социально-детерминированы, и определяются интериоризацией социальных экспектаций в периоды нормативных кризисов (О.С. Штепа, Е.Л. Солдатова, И.А. Шляпникова), однако обозначенные универсальные закономерности проживания нормативных кризисов взрослости требуют уточнения при анализе динамики достижения эго-интеграции как личностной зрелости.

Возможность самодетерминации развития человека позволяет произвольно регулировать соотношение внешних и внутренних факторов развития личности (Л.Я. Дорфман). Анализ механизмов формирования идентичности личности (А.Ш. Тхостов, Э. Эриксон, W.B. Swann, Ю.П. Поварёнков) и смены её статусов (Дж. Марсиа, Е.Л. Солдатова, Н.В. Антонова) позволил выделить рефлексию в качестве одного из базовых механизмов развития самосознания и достижения автономного статуса идентичности личности (Н.А. Деева, М.О. Головина, А. Fenigstein, И.С. Кон, А.К. Маркова). Разнообразие подходов к определению и классификации феномена рефлексии: деятельностный (Л.С. Выготский, С.Л. Рубинштейн), мыследеятельностный (Н.Г. Алексеев, А.В. Брушлинский, В.В. Давыдов), социальный (Г.М. Андреева, А.А. Бодалев, Н.В. Ключева, Л.А. Петровская), акмеологический (А.П. Зинченко, И.С. Кон, А.С. Шаров, А.И. Филатов), практико-ориентированный (А.В. Карпов, Д.В. Ушаков, В.Д. Шадриков, М.Д. Кузнецова), указывают на многогранность и недостаточную изученность данного феномена.

В ходе теоретического анализа современных представлений о феноменах эго-интеграции и личностной зрелости были **выявлены следующие противоречия.**

1. С одной стороны, разработано понятие эго-интеграции как результата успешной реализации жизненного пути зрелой личностью, с другой стороны,

отсутствует систематизированное описание механизмов, условий и критериев её достижения.

2. Разработаны универсальные механизмы достижения личностной зрелости в период нормативного кризиса развития личности взрослого человека, в то же время отсутствует комплексное исследование нормативного кризиса перехода к поздней зрелости.

3. Признается высокое значение процессов рефлексии в формировании самосознания и развитии личностного потенциала, в то же время отсутствуют исследования влияния рефлексии на формирование эго-интеграции как личностной зрелости.

Выявленные противоречия позволяют сформулировать **научно-исследовательскую проблему**, которая заключается в необходимости комплексного теоретического, эмпирического и экспериментального исследования механизмов, необходимых и достаточных условий, критериев достижения эго-интеграции как личностной зрелости в период нормативного кризиса перехода к поздней зрелости.

**Цель исследования:** выявить универсальные психологические механизмы, содержание, условия и критерии достижения эго-интеграции как особого уровня личностной зрелости.

**Объект исследования:** личностная зрелость.

**Предмет исследования:** эго-интеграция как особый уровень личностной зрелости.

**Гипотезы исследования:**

1. Эго-интеграция представляет собой особый уровень личностной зрелости, критерием достижения которого является автономный статус эго-идентичности и определенная структура личностных особенностей, соответствующих культурально-возрастным экспектациям в отношении поздней зрелости.

2. Условием достижения эго-интеграции, является рефлексия возрастных задач развития в период нормативного кризиса перехода к поздней зрелости.



В соответствии со сформулированными целью и гипотезами были выделены следующие **задачи исследования**.

1. На основе теоретического анализа разработать теоретическую модель эго-интеграции как особого уровня личностной зрелости.

2. Определить задачи развития личности на этапе поздней взрослости, отраженные в артефактах культуры.

3. Адаптировать диагностические методики для анализа качественных и количественных показателей структуры и статусов эго-идентичности личности в период нормативного кризиса перехода к поздней взрослости.

4. Сравнить содержание образа возраста у респондентов ориентированных на саморазвитие и на принятие новых социальных ролей.

5. Выявить взаимосвязь статусов эго-идентичности, критериев личностной зрелости и рефлексии.

6. Эмпирически подтвердить модель эго-интеграции как личностной зрелости.

7. Выявить влияние рефлексии на основные показатели эго-интеграции.

**Методологическим основанием работы являются:**

На уровне философской методологии принцип детерминизма; принцип системности.

На общепсихологическом уровне методологии: представления о человеке как самоорганизующейся системе; принцип историзма; принцип развития.

На уровне конкретно-научной методологии исследования: культурно-историческая концепция Л.С. Выготского; эпигенетическая концепция Э.Э. Эриксона; концепция динамики эго-идентичности в нормативных кризисах развития личности взрослого человека Е.Л. Солдатовой; теория рефлексии А.В. Карпова; современные геронтопсихологические теории развития личности (О.А. Карабанова, М.В. Ермолаева, Н.Ф. Шахматов, О.В. Краснова, А.Г. Лидерс, Б. Торнстам, П. Балтес).

Методы, использованные для реализации данного исследования:

1. Теоретический анализ современных представлений о феноменах эго-интеграции и личностной зрелости.

2. Контент-анализ культурных артефактов в отношении мудрости как основного проявления личностной зрелости в период поздней взрослости.

3. Полуструктурированное глубинное интервью для исследования специфики содержания и динамики эго-идентичности в период нормативного кризиса перехода к поздней взрослости.

4. Батарея психодиагностических методик, включающая в себя: модификацию теста структуры эго-идентичности Е.Л. Солдатовой (СЭИ-тест), методику определения индивидуальной меры рефлексивности А.В. Карпова, В.В. Пономарёвой, методику диагностики социально-психологической адаптации К. Роджерса – Р. Даймонд в адаптации А.К. Осницкого.

5. Методы математической обработки данных, включая корреляционный и дискриминантный анализ, моделирование структурными уравнениями (SEM).

#### **Этапы исследования.**

1. Планирование и подготовка исследования (2010–2013 гг.). Анализ отечественной и зарубежной литературы по проблеме исследования. Определение целей, предмета, объекта, гипотез и задач исследования. Создание и подбор психодиагностических методик.

2. Экспериментальное исследование (2012–2014 гг.). Разработка и апробация полуструктурированного интервью. Адаптация методики СЭИ-тест Е.Л. Солдатовой для респондентов в возрасте поздней взрослости. Разработка процедуры контент-анализа культурных артефактов эго-интеграции как личностной зрелости. Проведение пилотажного исследования. Проведение основного этапа исследования.

3. Эмпирическое исследование (2014–2015 гг.). Разработка и апробация программы психологической поддержки. Реализация программы эксперимента с контрольной и экспериментальной группами.

4. Количественный и качественный анализ результатов исследования (2015–2016 гг.). Проведение математико-статистической обработки данных с применением программы SPSS Statistics в соответствии с целями и задачами

исследования. Интерпретация результатов, формулирование основных выводов по результатам исследования.

**Эмпирическая база исследования.** В исследовании приняли участие женщины старше 55 лет и мужчины старше 60 лет, проживающие на территории Челябинской области, с отсутствием ярко выраженной деменции (диагностика по тесту MMSE). Общее число респондентов, участвующих в исследовании на разных этапах, составило 557 человек. Выборка соответствует основным переменным исследования и социально-демографическим характеристикам россиян старше трудоспособного возраста.

**Достоверность данных,** полученных в работе, обеспечена полнотой теоретического анализа проблем исследования; теоретико-методологической обоснованностью программы исследования; использованием комплекса методов, адекватных предмету, цели и задачам исследования; сочетанием количественных и качественных методов сбора и анализа данных; репрезентативностью и достаточным объемом выборки; корректным применением методов математической обработки и анализа данных; использованием компьютерных статистических программных пакетов.

**Научная новизна исследования** определяется следующими положениями.

1. Впервые концептуализировано понятие «эго-интеграция» в логике концепции развития эго-идентичности в нормативных кризисах развития личности.

2. Разработаны принципы и методы психологического сопровождения и психологической диагностики людей в период кризиса перехода к поздней взрослости.

3. Доказано влияние рефлексии на достижение эго-интеграции как особого уровня личностной зрелости.

**Теоретическая значимость исследования.** Полученные результаты вносят существенный вклад в изучение эго-интеграции как личностной зрелости.

1. Раскрыто содержание феномена мудрости как ведущей задачи развития личности в период поздней взрослости.

2. Определены личностные компоненты в структуре эго-интеграции специфичные для поздней зрелости.

3. Определено ведущее значение автономного статуса эго-идентичности в структуре эго-интеграции.

4. Уточнено влияние рефлексии на проживание нормативного кризиса перехода к поздней зрелости как значимого условия достижения эго-интеграции.

#### **Практическая значимость исследования.**

1. Адаптирован специализированный психодиагностический инструментарий (глубинное интервью и модификация существующей ипсативной методики диагностики статусов эго-идентичности для исследования специфики проживания нормативного кризиса перехода к поздней зрелости).

2. Разработанная в рамках исследования программа психологической поддержки и принципы оказания психологической помощи в период нормативного кризиса перехода к поздней зрелости уточняют подходы к организации психологической работы с пожилыми людьми.

3. Полученные результаты позволяют расширить программы курсов по психологии личности, геронтопсихологии, психологии развития, геронгологии, социальной геронтологии.

#### **Положения, выносимые на защиту:**

1. Основной задачей развития личности в период поздней зрелости является достижение социальной мудрости. Эмоциональное благополучие, принятие себя, интернальность, рефлексия жизненного пути являются наиболее значимыми характеристиками социальной мудрости, отраженными в культурально-возрастных ожиданиях.

2. Ориентация на освоение новых социальных ролей, связанных с возрастными задачами поздней зрелости, выражающаяся в приоритете передачи своего жизненного опыта младшим поколениям, характеризует нормативное течение кризиса и связано с достижением автономного статуса эго-идентичности.

3. Проявления рефлексивной активности специфичны для разных фаз нормативного кризиса перехода к поздней взрослости. В первой фазе нормативного кризиса рефлексивная активность снижена. Во второй фазе она значительно возрастает, наибольшее значение при этом имеют ауторефлексия и ретроспективная рефлексия. В третьей фазе рефлексивная активность несколько снижается по сравнению с предыдущей фазой.

4. Личностные компоненты в структуре эго-интеграции представлены: самопринятием, принятием других, эмоциональной комфортностью, интернальностью. Базовым компонентом структуры эго-интеграции является автономный статус эго-идентичности.

5. Актуализация рефлексии в период нормативного кризиса перехода к поздней взрослости способствует достижению эго-интеграции, что проявляется в значимом росте показателей статуса автономной эго-идентичности, благоприятном отношении к себе и другим, эмоциональном благополучии, снижении показателей внешнего локуса контроля, ведомости, уровня эскапизма.

**Соответствие диссертации паспорту научной специальности.** Отраженные в диссертации научные положения соответствуют специальности 19.00.01 «Общая психология, психология личности, история психологии», содержанием которой является исследование фундаментальных психологических механизмов и закономерностей происхождения, развития и функционирования психики человека и животных, сознания, самосознания и личности; применение этих закономерностей для решения практических задач диагностики, консультирования, экспертизы, профилактики аномалий личности; исторический и методологический анализ психологических теорий, концепций и воззрений, разработка исследовательской и прикладной методологии, создание методов психологического исследования и практической работы. Содержание работы соответствует следующим пунктам паспорта специальности 19.00.01 – «Общая психология, психология личности, история психологии»: п.11 «Построение моделей психической реальности. Требования к психологическим моделям. Возможности моделирования психической реальности. Малопараметрические

модели»; п.18 «Сознание. Мировоззрение и смысложизненное самоопределение. Рефлексивные процессы. Состояния сознания. Измененные состояния сознания»; п.29 «Индивид, личность, индивидуальность. Структура личности. Проблема субъекта в психологии»; п.31 «Структура личности. Проблема индивидуальных различий и типология личности. Духовно-нравственная сфера личности. Соотношение внутреннего и внешнего мира человека. Направленность личности, жизненные и ценностные ориентации. Самосознание и самооценка. Образ Я. Идентичность личности. Движущие силы развития личности. Личностная зрелость»; п.32. «Индивид, личность, индивидуальность»; п.34. «Жизненный путь, его структура и периодизация. Субъективная картина жизненного пути. Жизненная цель, жизненная задача, жизненный выбор. Образ жизни и стиль жизни».

**Апробация работы.** Результаты диссертационной работы обсуждались на заседаниях кафедры психологии развития Южно-Уральского государственного университета (2012–2016 гг.), на международных конференциях: От истоков к современности: 130 лет организации психологического общества при Московском университете (Москва, 2015), Современная психодиагностика России (Челябинск, 2015), Международного молодежного научного форума «Ломоносов» (Москва, 2013, 2014, 2015), Психология XXI века (Санкт-Петербург, 2016); конференциях всероссийского уровня: Психологическая наука и практика: проблемы и перспективы (Нижний Новгород, 2012), Психология в меняющемся мире (Челябинск, 2016), Стыки модерности: жизнестойкость личности и сообществ (Екатеринбург, 2016); регионального уровня: Научный поиск. Научная конференция аспирантов и докторантов (Челябинск, 2015), Совершенствование системы гражданско-патриотического воспитания (Челябинск, 2015), Наука ЮУрГУ (Челябинск, 2013, 2014, 2015, 2016).

Теоретические положения и результаты эмпирического исследования включены в материалы лекций по курсам «Психология развития и возрастная психология», «Геронтопсихология», «Возрастно-психологическое консультирование» (для студентов факультета психологии ЮУрГУ).

Предложенные принципы психологического сопровождения нормативного кризиса перехода к поздней взрослости и разработанная программа психологической поддержки апробированы в работе с пожилыми людьми в рамках курса «Народные университеты» Челябинской областной организации Общероссийской общественной организации – Общество «Знание», работе с пожилыми людьми в совете Челябинского городского совета ветеранов, а также с военными пенсионерами в Региональной общественной организации Челябинской области «Вымпел». Принципы психологического сопровождения достижения эго-интеграции как личностной зрелости в период нормативного кризиса используются в рамках консультационной работы с пожилыми людьми. По теме диссертационного исследования опубликовано 22 печатные работы, общим объемом 5,1 печатных листа; 6 из них – в изданиях, рекомендованных ВАК РФ.

**Структура и объем диссертации.** Работа состоит из введения, трех глав, заключения, библиографического списка и приложений. Работа изложена на 214 страницах, содержит 14 таблиц и 8 рисунков. Библиографический список включает 362 наименования, из них 105 на иностранных языках.

## **ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПРЕДПОСЫЛКИ ИССЛЕДОВАНИЯ ЭГО-ИНТЕГРАЦИИ КАК ЛИЧНОСТНОЙ ЗРЕЛОСТИ**

На протяжении жизни личность проходит через множество качественных изменений, каждое из которых отражается на том или ином виде идентичности и определяет представления человека о себе самом. Эго-идентичность представляет собой наиболее глубинную структуру личности, позволяющую сохранять чувство тождественности себе во времени и пространстве. В период нормативных кризисов происходит интериоризация возрастных психологических новообразований стабильного периода развития и пересмотр эго-идентичности личности. При успешном разрешении кризиса личностью достигается автономный статус эго-идентичности, характеризующийся целостным, адекватным, устойчивым представлением о себе самом, основанным на глубинном понимании и принятии себя, измененного в процессе жизни. Рефлексия обеспечивает осознание изменений, происходящих в период нормативного кризиса, и достижение автономного статуса эго-идентичности. Рефлексия социальных экспектаций в отношении следующего возрастного этапа позволяет человеку осознать новые задачи развития, интериоризация которых обеспечивает достижение личностной зрелости на новом возрастном этапе. В связи с этим автономный статус эго-идентичности является ключевым критерием личностной зрелости и отвечает представлениям о процессуальности её достижения.

На кульминационном этапе жизненного пути человек подходит к разрешению последнего из психосоциальных кризисов – «эго-интеграция против отчаяния». В случае успешного проживания нормативного кризиса, рефлексии личностных новообразований и достижения автономного статуса эго-идентичности происходит эго-интеграция, характеризующаяся принятием своего жизненного пути как единственно возможного и должного. Критерии личностной зрелости соответствуют современным представлениям о благополучной, социально и психологически адаптированной, здоровой и жизнестойкой личности. В качестве



критериев достижения личностной зрелости мы выделяем: принятие себя и других; эмоциональное благополучие; интернальный локус контроля; не ведомость (авторство своей жизни); умение ставить цели в жизни и достигать их; включенность и вовлеченность в события своей жизни. Интеграция событий и достижений всей прожитой жизни, позитивное переосмысление совершенных ошибок и поступков, анализ индивидуального жизненного опыта с точки зрения его социального и исторического значения приводят к достижению социальной мудрости как психологической характеристики личностно зрелого человека на этапе эго-интеграции.

Личностная зрелость представляет собой культурально обусловленную характеристику личности, отражающую степень соответствия индивидуального жизненного пути социальным ожиданиям в отношении конкретного возрастного периода, проживаемого человеком в текущий момент времени. С этой точки зрения, эго-интеграция личности в период геронтогенеза может рассматриваться как особый уровень личностной зрелости, характеризующийся достижением социальной мудрости, обобщением опыта прожитой жизни, приобщением индивидуальной жизненной истории к социально-историческому опыту человечества, достижением духовной зрелости личности.

Таким образом, первая глава посвящена теоретическому анализу проблем исследования эго-интеграции, личностной зрелости, эго-идентичности и рефлексии. Итогом представленного в главе теоретического анализа является разработка теоретической модели достижения эго-интеграции как особого уровня личностной зрелости (параграф 1.6).

## **1.1 Теоретико-методологические основания исследования феноменов эго-интеграции и личностной зрелости**

В психологии термином «личностная зрелость» обозначают различные понятия. Существует, по крайней мере, 2 основных значения использования данного термина: 1. как название определенного возрастного этапа (современные концепции в большей мере ориентируются на термин «взрослость»); 2. как

показатель высших достижений человека, максимальный уровень его развития. В нашей работе мы ориентируемся на второе понимание данного термина и полагаем, что достижение личностной зрелости возможно на любом возрастном этапе. Выделяют следующие типы зрелости: дефинитивный (биологическая зрелость психики) и акмеологический (экзистенциальная личностная зрелость) (Русалов, 2006), достижение которых не только не совпадает по времени, но и противоречит друг другу в период геронтогенеза. Так к 12 – 20 годам достигается дефинитивная зрелость темпераментальных и биологических свойств индивида. К 35 – 55 годам может быть достигнута акмеологическая зрелость ценностно-смысловых эмоциональных характеристик личности. В это же время может быть достигнута подлинная нравственная личностная зрелость. Субъектно-содержательные свойства личности (цели, смыслы, самоотношения, самооценки) созревают в акмеологическом смысле к 30 – 50 годам. А такие динамико-содержательные свойства личности, как интеллект и характер, в дефинитивном смысле созревают в среднем к 12 – 20 годам, в акмеологическом смысле – к 25 – 45 годам. Снижение показателей дефинитивной зрелости, наряду с увеличением показателей акмеологической зрелости, является одной из особенностей проживания нормативного кризиса перехода к поздней взрослости (55 – 65 лет).

Содержание личностной зрелости, критерии и проявления её достижения различаются в зависимости от методологических оснований исследований. Традиционно указывают на такие проявления личностной зрелости, как эмоциональная устойчивость и развитый самоконтроль (Ананьев, 2010); успешность овладения задаваемой социумом деятельностью в системе социальных отношений (Гальперин 2006); «полнота жизни», авторство, способность полностью опираться на себя – делать самостоятельный выбор» (Бужас, 2002, С. 32); личностный потенциал как самодетерминация личности (относительная свобода от заданных внешних и внутренних условий своей деятельности) (Леонтьев, 2002); творческая жизненная позиция – субъектность (В.Г. Грязева-Добшинская, 2016), синергичность, автономность, контактность, самопринятие, креативность, толерантность, ответственность, глубинность

переживаний, децентрация, жизненная философия (Штепа, 2003); потребность выходить за существующие пределы своей жизни и решать проблемы совершенствования и развития как своего общества, так и всего человечества (Семенов, 2012); ответственность в разных сферах деятельности, адекватное самоотражение, высокий уровень реализованности событий жизни, адекватное целеполагание (Шамионов, 1997); целостность, социальная направленность поведения во всех сферах жизнедеятельности, устойчивость личностных черт и ценностных ориентаций, адекватное восприятие себя и других (Кон, 1999). Таким образом, к основным проявлениям личностной зрелости чаще других относят развитое чувство ответственности; потребность в заботе о других людях; способность к активному участию в жизни общества и к эффективному использованию знаний и способностей, к конструктивному решению различных проблем; эмоциональную зрелость (Портнова, 2008).

Наиболее полно проблема исследования личностной зрелости обсуждалась в рамках психоаналитического, гуманистического и когнитивного подходов. Так, в психоанализе проблема личностной зрелости рассматривается с точки зрения процессов идентификации. З. Фрейд в качестве критериев личностной зрелости выделил: во-первых, стремление человека к созданию чего-то общественно полезного и ценного и, во-вторых, стремление любить другого человека ради него самого. Э. Фромм полагал, что чувство согласия и единения с собой и миром является ведущим критерием личностной зрелости. К. Юнг рассуждает о движении человека к собственной самости через осознание «подлинного» себя, личностная зрелость при этом достигается в процессе «индивидуации», осознания своей изначальной и полной сущности (Хьелл, 2003). С точки зрения эпигенетического подхода Э. Эриксона, личностная зрелость является результатом нормального развития человека, при этом психологическое содержание личностной зрелости различно для каждой возрастной стадии. Успешно разрешая нормативный кризис развития, человек расширяет свои возможности за счет приобретенного опыта, что подготавливает его к обретению и выполнению новых социальных ролей и функций на следующем возрастном

этапе. Индивидуальность, самостоятельность, своеобразие, смелость быть отличным от других являются, с точки зрения Э. Эриксона, общими для всех возрастных этапов проявлениями личностной зрелости.

Гуманистический подход к личностной зрелости связан с исследованием потребности и возможности самоактуализации. С точки зрения авторов гуманистического подхода, зрелость человека проявляется, прежде всего, в самоактуализации, под которой А. Маслоу понимал потребность человека в самосовершенствовании, реализации своего потенциала. А. Маслоу описывает следующие черты самоактуализированного человека: адекватное восприятие действительности; принятие себя и других; естественность; ориентация на жизненную миссию; склонность к одиночеству; автономия; свежесть восприятия; предельные (трансцендентные) переживания; чувство общности с человечеством в целом; узкий круг действительно близких людей; демократичность в отношениях; нравственность; «философское» чувство юмора; креативность; критичное отношение к своей культуре (Хьелл, 2003). Самоактуализированный человек поддерживает эффективный и здоровый уровень функционирования, достигает наивысшего уровня естественного личностного роста, именно для такого человека характерны личностная зрелость, выраженное психологическое здоровье, высокая психологическая культура, достаточная образованность и социальная ориентированность (Маслоу, 2012). Согласно К. Роджерсу, самоактуализация – это состояние максимального функционирования, раскрытия своих возможностей, что позволяет приводить в качестве примеров самоактуализации и момент первых шагов годовалого ребенка, и создание великолепной картины опытным художником. Потребность в самоактуализации характерна для людей всех возрастов, именно данный мотив, согласно авторам данного направления, является движущей силой нашего развития. Личностная зрелость или полноценное функционирование личности выражается в глубоком осознании своих мыслей и чувств, открытости для внутреннего и внешнего мира, стремлении к целостной жизни, самосовершенствованию, готовности помочь тем, кто нуждается в помощи, единении с природой, открытости опыту, свободе,

доверии к своему организму, творчестве, самоактуализации (Хьелл, 2003). Г.У. Олпорт в качестве важнейших характеристик личностной зрелости выделяет функциональную автономию от биологических потребностей и стремление к осмыслению социальной значимости (Олпорт, 2002).

В когнитивном подходе представления о личностной зрелости связаны со зрелостью формирования некоторых структур сознания. Так, в когнитивно-генетическом подходе Л. Колберга личностная зрелость рассматривается с точки зрения зрелости морального сознания, развивающегося в ходе взаимодействия с социальной средой, за счет принятия различных социальных ролей. В качестве основных характеристик зрелого человека он выделяет: приверженность принципу справедливости; самосовершенствование; осознание ответственности за развитие не только самого себя, но и окружающего общества, и даже более того – всего человечества.

Характеристики личностной зрелости в целом соответствуют представлениям о психологически здоровой, социально адаптированной личности, при этом психологическое содержание личностной зрелости обусловлено социально-культурными предпосылками, содержание которых зависит от актуальных ожиданий современного общества. Образ личностной зрелости, представленный в социальных нормах и культурных категориях, неоднократно изменялся на протяжении исторического развития общества. Понимание своего культурного и духовного предназначения, общезначимых целей и идеалов в наибольшей мере определяет ориентиры развития личности. Осуществляя себя в культуре, человек познаёт самого себя, выявляя собственную сущность – эго-идентичность личности, что приводит к пониманию ценности определённых качеств, определяющих в свою очередь ценность того или иного периода жизни (Прохоров, 2013).

Исследования эго-идентичности как некой «ядерной» структуры личности, позволяющей человеку ощущать тождественность самому себе во времени и пространстве, приобретают особую актуальность в связи с определяющими идентичность человека историко-культурными особенностями современного

общества. Культурно-историческую обусловленность идентичности личности наглядно иллюстрируют Н.С. Бурлакова и В.И. Олешкевич. В средневековые времена информация о социально-сословном статусе человека практически полностью составляла его идентичность. В начале 19 века появляются представления о внутренне-обусловленной индивидуальности личности и предпринимаются попытки ее типизации (характер, конституция и т. д.), идентификация личности усложняется. К концу 19 века осознание несоответствия внутреннего и внешнего мира индивида актуализирует проблемы исследования сознания и Я, появляется осознание необходимости поиска «самого себя», своего Я. В начале XX века исследования сосредотачиваются на структурных элементах Я (как субъекта), чему способствовали специализация социальной жизни индивида, увеличивающаяся пропасть между частным и публичным, разрушение традиций, способствующих самоопределению человека (Бурлакова, 2010), а также возможность самореализации в виртуальном мире (Асмолов, 2009).

Сегодня все чаще говорят о кризисе идентичности (Брубейкер, 2002) в современном обществе – отдельный индивид, вглядываясь внутрь себя, уже не может четко, как раньше, определить себя и свои границы. Идентичность современного человека множественна, динамична, с трудом осознаваема в потоке изменений (Лукьянов, 2009). Литература постмодерна, отражая кризис идентичности, описывает героя современности как запутавшегося в собственных масках, одинокого в толпе человека, обезличенного, по сути, и в то же время располагающего множеством идентичностей и субличностей (Орлова, 2010). Институциональная рефлексивность современного общества приводит к образованию внешних, отделённых от человека идентификаций, в которые человек играет, реализуя роли своей жизни, словно участвуя в театральном представлении (Giddens, 2013). Э. Эриксон выделяет три причины кризиса идентичности современного общества: страх перед будущим и кардинальными изменениями картины мира в связи с научными открытиями, ощущение тревоги в связи с упадком существующих идеологий и страх перед осознанием духовной пустоты, экзистенциальной бессмысленности существования (Эриксон, 1975).

Современные философы, рассуждая об отказе человека от собственной эго-идентичности, утрате Я, связывают кризис идентичности с навязыванием современной социокультурной реальностью двусмысленных, неподлинных ценностей – симулякров (Бодрийяр, 2000), распространением массовых технологий и исчезновением локального характера культур (Балханов, 2004), характерной для современного общества индивидуализацией (Липовецки, 2001), встраиванием технологий в идентичность личности (Емелин, 2016; Shroff, Fordham, 2010), а также с иными видами так называемых «культурных патологий» (Соколова, 2009): нарастающей женской эмансипацией, миграцией населения, движением за права национальных меньшинств и т. д. (Олешкевич, 2007), – которые приобретают сегодня массовый характер. Особую актуальность исследованию придаёт возможность самосовершенствования и переструктурирования себя за счет современных технологий, в том числе и психологических, что еще в большей мере затрудняет осознание своей подлинной идентичности личности (DeGrazia, 2005). Таким образом, источником кризиса идентичности являются культурно-исторические особенности современного общества, изучение которых необходимо для решения проблемы успешной самоидентификации.

Культура является уникальной для человека движущей силой развития, которая, с одной стороны, детерминирует его жизненный путь, с другой – позволяет преодолеть природный детерминизм, тем самым освобождая его (Мещеряков, Зинченко, 2000). С этой точки зрения жизненный путь личности представляет собой особую социальную форму индивидуального развития (Дементий, 2011). Развитие человека опосредовано системой знаков, отраженных в культуре, осваиваемых каждым человеком на протяжении своей жизни в ходе социализации (Карнаухов, 2008). Содержание культуры отражает и одновременно определяет особенности поведения, деятельности, сознания отдельных личностей, социальных групп (в том числе и возрастных) и всего общества в целом (Философский энциклопедический словарь, 1983). Культурное развитие человека всегда подчинено заранее заданному, создаваемому обществом плану, реализация

этапов которого опосредована системой знаков и психологических приемов, и с этой точки зрения оно «неестественно». «Одним и самым существенным отношением, лежащим в основе высшей структуры, является особая форма организации всего процесса, заключающаяся в том, что процесс конструируется с помощью вовлечения в ситуацию известных искусственных стимулов...» (Выготский, 1982, С.117.) Культурная предопределенность развития позволяет человеку занять подлинно субъектную позицию, когда он не просто активно действует в заданных рамках, но и сам выстраивает возможную систему своих действий, за счет рефлексии происходящих с ним изменений, расширяя заданную в культуре систему, саморазвиваясь и развивая общество. Как подчеркивает М.К. Мамардашвили, «... человек не создан природой и эволюцией. Человек создается. Непрерывно, снова и снова создается» (Мамардашвили, 1992. С.57).

Так как в развитии взрослых людей именно способность к рефлексии определяет специфику проявления и ориентиры развития личности, необходимо уточнить содержание данной категории. Само понятие «рефлексия», так же как и «эго-идентичность», является во многом умозрительным и абстрактным, что порождает значительную вариативность его значений и методов изучения. Так, Д.Г. Трунов предлагает исследовать данный феномен топологически (с использованием метафор), что, с его точки зрения, позволяет преодолеть ограничения традиционного подхода в изучении «идеальных процессов» (Трунов, 2009). Представляя процесс рефлексии как «рамку события», перенос реального действия в «картину» о нем, Д.Г. Трунов подчеркивает единство переживания (или действия) и его рефлексии; процессуальность рефлексии; одновременность рефлексивного постижения субъекта и объекта рефлексии.

Рефлексия предполагает преобразование субъективного мира личности за счет взгляда на самого себя и свою жизнь как бы со стороны, с новой для человека позиции (Рубинштейн, 2011). Значение рефлексии особенно велико в кризисные периоды развития личности, именно адекватное использование рефлексии порождает качественное изменение самосознания, Я-концепции, самооценки, различных видов социальной идентичности и эго-идентичности личности.



Интегрирующая функция рефлексии способствует сохранению устойчивости и целостности личности в период нормативных и ненормативных кризисов. Рефлексивная активность предполагает раскрытие взаимосвязи внутреннего Я и внешней реальности с целью актуализации адаптационного потенциала. Проявления рефлексивной активности, согласно М.С. Титковой, включают в себя готовность к взаимодействию со своим внутренним Я, фокусировку сознания на нем, актуализацию самоанализа во время личностно значимых жизненных ситуаций, вариативность и сложность самоописаний, эмоциональную вовлеченность в процесс взаимодействия со своим внутренним Я, трансформацию жизненных ценностей (Титкова, 2008).

Рассматривая личностную зрелость как формируемую, неоднократно пересматриваемую и перестраиваемую на протяжении жизни систему психологических качеств, соответствующих заданным в культуре социальным ожиданиям, мы предполагаем, что именно достижение личностной зрелости на завершающем этапе жизненного пути может рассматриваться как кульминация личностного развития. Однако исследования, для которых характерно столь позитивное отношение к развитию личности в поздней взрослости, появились лишь в последние годы и до сих пор встречают скептическую оценку.

В ранних теориях развития личности старость рассматривалась как единый возрастной период, основными задачами которого являлись смирение с неизбежными утратами (как внешними, так и внутренними) и подготовка к смерти (И. Давыдовский, В.В. Болтенко и др.). И хотя, даже на сегодняшний день, восприятие старости как возраста развития многими учеными видится излишне оптимистичным, известные примеры активной, здоровой и благополучной старости подтверждают актуальность акмеистического подхода к поздним возрастам и задают направления исследований современной геронтопсихологии.

Нормативность развития взрослых людей определяется в большей степени социальными ожиданиями, среди которых наиболее общими являются возрастные ориентиры как основа самоидентификации взрослых людей. Возрастная периодизация, как и само содержание возрастных этапов, прежде

всего, выражает социальные отношения, опредмеченные и закреплённые в социальных институтах и социальной стратификации общества (Прямикова, 2005). В зависимости от множества социально-экономических и историко-культурных факторов меняются границы поздней взрослости и старости, по-разному понимается сущность старения (Прямикова, 2005). О.А. Кувшинова утверждает: «Традиционное определение времени жизни после 55–60 лет как старости в современных условиях не может считаться состоятельным» (Кувшинова, 2012). Это подтверждается увеличением количества прожитых лет в период после 55-летнего возраста, с одной стороны, и длительным периодом физической и эмоциональной сохранности лиц поздней взрослости – с другой. Современные геронтологические концепции опираются на представление о старости как возрастно-психологической эпохе, состоящей из нескольких стабильных возрастных периодов (пожилой возраст, старость и долгожительство), проживание которых сопряжено с чередованием стабильных и критических периодов в развитии личности.

С одной стороны, закономерно и вполне обоснованно поздняя взрослость считается одним из самых сложных для адаптации этапов жизни, его называют периодом утрат: собственных физических и психических возможностей, социального окружения, а зачастую и самоуважения. С другой стороны, современные исследования показывают, что пожилой возраст может рассматриваться как необходимое условие достижения духовной зрелости, социальной мудрости, эго-интеграции и представляется уже не возрастом потерь, а возвратом развития. Обозначенная противоречивость поздней взрослости отражается как в разделении самих геронтопсихологических концепций на акмеистические (Н.Х. Александрова, М.В. Ермолаева, Т.Б. Гершкович, Н.С. Глуханюк, А.Г. Лидерс, Б.Г. Ананьев, В.И. Слободчиков, Г.А. Цукерман, Е. Erickson и др.) и компенсаторные (И. Давыдовский, В.В. Болтенко, В. Альперович, R.C. Atchley, P. Baltes и др.), так и в выделении типов развития в старости: стратегия сохранения себя как индивида или как личности

(О.В. Краснова, А.Г. Лидерс), варианты психологических трансформаций личности в пенсионном возрасте (Е.А. Ковалёва), типы старости (И. Кон) и т. п.

Важнейшим препятствием для возрастной идентификации людей в возрасте поздней зрелости является размытость и неоднозначность образа пожилого человека в современной культуре. Социально-технический прогресс привёл к смене взаимоотношений между поколениями. Пожилые люди больше не могут рассматриваться как наиболее знающие, опытные эксперты в своей области. Их опыт уже не имеет практического значения для современной молодёжи, он кажется устаревшим (Эриксон, 2000). При этом упускается значение сохранения смыслового, ценностного элемента деятельности и культуры в силу приоритета материальных ценностей над духовными, характерного для современного общества. Пожилые люди систематизируют и сохраняют значимое в опыте человечества, что, по сути, является необходимым условием новаций и общественного прогресса (Волинская, 2007).

Мудрость предполагает успокоение ума, уход его от всего преходящего, единение с Причиной всего в покое и молчании (Латышева, 2012). Характерная для современного общества ориентация на материальные ценности, получение удовольствия и достижение успеха провоцирует принятие «роли жалкого старика» современными пожилыми людьми (Пигров, 2002). Жалобы на недостаточное обеспечение пенсией, медицинской и социальной поддержкой приводят к заикливанию на том, чтобы «получить», в то время, как принятие традиционной для поздней зрелости ценности равновесия и спокойствия, предполагает заботу о том, чтобы «отдать», быть «нужным» другим.

Так как описание феномена мудрости в отношении пожилых людей носит скорее социальный, нежели когнитивный характер, обозначая специфическое отношение личностно зрелого пожилого человека к себе и миру, мы предлагаем ввести термин «социальная мудрость» для уточнения значения данного феномена. Достижение социальной мудрости может рассматриваться в качестве ведущей задачи развития в период поздней зрелости. Колоссальный жизненный опыт позволяет старшему поколению выступать в качестве экспертов в вопросах

ценностно-смысловых ориентаций социальных взаимоотношений. Аксиологические, сущностные аспекты, которых остаются неизменными на протяжении многих поколений, что делает их понимание востребованным последующими поколениями, вне зависимости от уровня социально-технического прогресса.

Захват жесткой, мертвой идентифицированностью со своим телом при отсутствии эго-интеграции подчиняет развитие человека страху смерти при ее приближении в период геронтогенеза, в то время как личностно зрелый человек в период поздней взрослости свободен в своей идентификации и воспринимает свою жизнь сейчас уже как «жизнь после жизни» (Пигров, 2002), что формирует новый ресурс для личностного развития за счет перехода от вопроса «сколько мне еще суждено?» к вопросу «на что меня может хватить?», именно из такой установки может последовать полнота самореализации личности человека в период поздней взрослости (Погребняк, 2002).

В философии старости поздняя взрослость рассматривается с точки зрения возможности достижения истинной подлинности. Юность и даже зрелость рассматриваются как подготовка к старости. «Старость в явлении – это нисходящее движение человеческой жизни, но по сути своей есть восходящее движение к мистическому отождествлению с мировым целым, с Абсолютом, с Богом» (Пигров, 2002, С.6).

Таким образом, личностная зрелость является результатом оптимального развития личности в соответствии с заданными в культуре ориентирами, сличение с которыми индивидуального жизненного пути происходит за счет рефлексии. Так как достижение личностной зрелости возможно неоднократно на протяжении жизненного пути, при переходе к каждому из последующих возрастных периодов, мы предполагаем, что именно достижение личностной зрелости в период поздней взрослости может рассматриваться в качестве кульминации личностного развития. В то же время, современное общество маскирует подлинные ориентиры развития личности человека в период поздней взрослости за ложными ценностями и отрицанием возможности благополучного старения, что, в связи с

культуральной обусловленностью достижения личностной зрелости, вызывает массовое навязывание деградации и принятия роли «жертвы» в данный период жизни. Хотя, участие в решении социальных проблем, связанных с передачей аксиологического опыта и формированием адекватных ценностных ориентаций личностно зрелых представители старшего поколения, позволяет найти выход из сложившейся в обществе кризисной ситуации.

## **1.2 Психологическое содержание феномена эго-интеграции**

С одной стороны, очевидно, что именно целостный подход к анализу личности человека с учетом не только отдельных её уровней, но и «интегральной индивидуальности» (Мерлин, 2005) обеспечивает полноценное исследование личности человека. Более того, современные исследования должны учитывать не только взаимосвязь индивидуальности личности и её социального окружения, но и их взаимовлияние, в том числе, возможно противоречащее друг другу (Дорфман, 2016). С другой стороны, личностную интеграцию традиционно рассматривают в качестве источника внутренних ресурсов для достижения личностной зрелости, описывая данный феномен в следующих терминах: самость (Юнг, 1995), интеграция личности (Перлз, 2001), консолидация личности (Ананьев, 2010).

С точки зрения Э. Эриксона, эго-интеграция представляет собой интегративную характеристику личности, характеризующую успешное разрешение психосоциального конфликта «эго-интеграция против отчаяния». Эго-интеграция, с точки зрения автора, проявляется в переосмыслении и рефлексии прожитой жизни, переживании мирового порядка и духовного смысла личности человека, приятии своего жизненного пути как единственно должного, переосмыслении отношений с близкими людьми, в том числе и с родителями, ощущении причастности к принципам прошлых времен (Хьелл, 2003). Эго-интеграция как личностная зрелость проявляется через мудрость, которую Э. Эриксон определяет как отстраненный интерес к жизни перед лицом смерти.

Активная позиция в формировании собственного жизненного пути приобретает особое значение в период геронтогенеза. Рассматривая позднюю взрослость как период «доживания», усиливающейся деградации и неизбежных потерь, пожилые люди игнорируют многочисленные возможности развития личности. Так, современные геронтопсихологические исследования все чаще указывают на возможности развития пожилых людей в духовной сфере (Atchley, 2009), в сфере социальных отношений (Fernández-Ballesteros, 2013), возможности обучения пожилых людей (Calvo-Sotelo, 2013), развития когнитивной сферы личности (Baltes, 2009; Kunzmann, 2007).

Современные модели успешного старения во многом ориентируются на общее представление о психологическом благополучии личности. Сравнение структурных компонентов в моделях адаптивного старения Rowe, Khan (1997), Phelan (2004), G.Y. Iwamasa и M. Iwasaki (2011), J.F. Nussbaum показало, что большинство моделей включают в себя следующие компоненты:

- физический (здоровье, физическая активность);
- психологический (самоэффективность, копинг-стратегии, открытость к изучению нового);
- духовный (богатый внутренний мир, ощущение покоя);
- социальный (общение с семьёй, друзьями, сверстниками, участие в общественно полезной деятельности).

Модель селективной оптимизации и компенсации развития на протяжении всей жизни (P. Baltes и M. Baltes) – одна из немногих процессуальных моделей адаптивного старения, учитывающих не только благоприятные условия, но и динамику развития в старости. Понимая старение как гетерогенный процесс с различными путями и результатами развития, авторы предполагают, что пожилые люди могут выбирать наиболее важные для них области жизни, оптимизируя под них ресурсы и средства, что способствует созданию условий для непрерывного успешного развития. Несмотря на то, что с возрастом оптимизация распределения ресурсов становится все более значимой, закон распределения ресурсов универсален для всех возрастов.

Традиционно в психологии принято выделять следующие факторы активного долголетия: творческую и физическую активность, продолжение обучения, активную коммуникацию и участие в жизни общества (Хухлаева, 2002; Гершкович, Глуханюк 2003; Ермолаева, 2002). Однако эти факторы не полностью определяют жизненный выбор пожилых людей, являясь скорее его следствием, а не причиной. В современной психологии развития взрослых людей существует представление о том, что существенные изменения структуры личности происходят именно в кризисные периоды (Поливанова, 2000; Хухлаева, 2002; Солдатова, 2007).

В наибольшей мере нормативность развития взрослых людей проявляется в профессиональной и семейной сферах жизни. В пожилом возрасте в наиболее общем виде активность принято разделять на семейно-бытовую и досугово-рекреативную (в какой-то мере соотносимую с профессиональной деятельностью) (Хамитова, 2014).

Несмотря на то что исследователи указывают на гетерохронность возрастных и профессиональных кризисов, в качестве триггера кризиса перехода к поздней взрослости выделяют именно прекращение профессиональной деятельности, уход на пенсию. Последним нормативным кризисом профессионального развития традиционно считает кризис утраты профессиональной деятельности, в результате которого человек обретает готовность утратить свою профессиональную идентичность (Зеер, 1997; Сыманюк, 2014). Согласно авторам, данный кризис наступает сразу же после выхода на пенсию (55 – 60 лет), однако в настоящее время четко выражена тенденция максимально долгого сохранения своих профессиональных обязанностей и профессиональной идентичности. Более оптимистические периодизации профессионального развития называют в качестве последнего этапа выход на педагогический уровень (Климов, 1998), или этап творческого самоопределения себя как личности, это предполагает, что профессионал в своей работе стремится реализовать свою главную жизненную идею и даже находит для этого возможности и силы (Маркова, 1996). Подобная активность является свидетельством сохранения пожилыми людьми социально

значимых, полезных ролей и функций, интереса к жизни, стремления жить для своих родных и близких, что отвечает целям различных общественных институтов (Елютина и др., С. 40-47). Предположительно именно кризис профессионального развития запускает кризис личностного развития, и в то же время его разрешение во многом зависит от проживания нормативных кризисов развития личности, достижения автономной эго-идентичности.

Идеи о нормативности семейного развития, а также чередования стабильных и критических периодов отражаются в феномене жизненного цикла семьи, который представляет собой последовательность социальных и демографических состояний на непрерывной временной оси с момента образования до момента прекращения существования семейной системы. Во время кризиса семейного развития изменяется структура семьи, семейные правила, семейные роли, семейная иерархия. Очевидно, что структурные и динамические изменения семьи влияют на развитие личности отдельных её членов. Однако, несмотря на очевидность данного положения, проблемы влияния развития семьи на развитие личности пожилых людей практически не разрабатывались. Исследование психологической готовности к прародительству (Н.А. Дорохина) является одной из немногих разрабатываемых в данном направлении проблем (Дорохина, 2009).

С одной стороны, специфические особенности эго-идентичности способствуют или препятствуют становлению профессионального и семейно-ролевого развития. С другой стороны, рефлексивный аспект социальной ситуации развития как в профессиональном, так и семейно-ролевом развитии связывает происходящее в этих сферах с внутренним развитием личности и, таким образом, является источником преобразования эго-идентичности личности. На форму, остроту и длительность проживания возрастных кризисов влияют индивидуальные особенности психики, социальные и макросоциальные условия, особенности отношений в семье и ближайшем окружении человека, а также социальной системы в целом. Исследование А.В. Микляевой, П.В. Румянцевой структуры идентичности личности с использованием методики «Кто Я?» Куна и МакПортленда показало, что наиболее выражены возрастные идентификации в



структуре социальной идентичности в детстве (4,56 % от общего количества самоописаний) и особенно в подростковом возрасте (6,38 %), в период взрослости их значимость существенно снижается (0,69 %) и вновь возрастает в пожилом возрасте (4,98 %) (Микляева, 2009). Данное исследование подтверждает ведущую роль возрастной идентичности в пожилом возрасте.

### **Ресурсы достижения личностной зрелости на этапе эго-интеграции**

Внешние условия развития в старости наиболее неблагоприятны для адаптивного старения. Потеря внешней привлекательности, одряхление организма, утомляемость, болезни, ухудшение материального положения, потеря влияния, зависимость от окружающих, уязвимость и беспомощность, снижение чувства контроля над своей жизнью, потеря (смерть) друзей и близких и приближение собственной смерти приводят к необходимости смещения ориентиров развития на внутренний мир человека. Именно в своем внутреннем мире человек в период поздней взрослости может обнаружить ресурсы к дальнейшему развитию, наиболее универсальными из которых являются следующие (Лемиш, 2014):

- мудрость;
- чувство юмора;
- позитивное мировосприятие;
- оптимизм;
- наличие увлечений, проверенных временем;
- творчество;
- гибкость в отношении жизненных планов;
- искренность и открытость в общении;
- готовность идти на компромиссы;
- умение выражать свои чувства;
- желание помогать другим людям и готовность самому просить помощи;
- принятие своего возраста;
- осознание своих ограничений, связанных со здоровьем;
- поиск адекватных путей решения возникших проблем;

- самопознание;
- самоуважение;
- уверенность, что никогда не поздно начать поиск самого себя;
- ответственность за себя и свою жизнь;
- вера в то, что в каждом человеке заложено много талантов;
- открытость к новым изменениям;
- собственная активность;
- принятие мысли о смерти;
- желание прожить каждый миг с наибольшей отдачей;
- умение радоваться жизни;
- независимость от мнения окружающих;
- умение извлекать уроки из допущенных ошибок.

Наиболее благоприятные условия проживания нормативных кризисов поздних возрастов обеспечиваются успешным опытом разрешения предыдущих жизненных кризисов и осознанием ведущей роли саморазвития и собственной активности в достижении адаптивного старения (Ле Шан, 2009). Возможность осознания выделенных ресурсов определяется прежде всего спецификой проживания нормативного кризиса перехода к поздней взрослости и особенностями становления обновленной идентичности личности (Рыбинская, 2013). С этой точки зрения, критериями благополучного старения (Марцинковская, 2007) на уровне общества будут являться сближение ценностных ориентаций различных половозрастных групп и значительное совпадение авто- и гетеростереотипов пожилых; на уровне группы – ролевая адаптация, позитивная социальная идентичность; на уровне личности – позитивная личностная идентичность и приспособленность к процессу старения.

Развитие личности человека в период поздней взрослости традиционно ассоциируется с развитием духовности, которая обеспечивает разрешение экзистенциальных проблем личности за счет приобщения к трансцендентному и формирования свободного от влияния Эго отношения к жизни (Edlund, 2014). Интересно, что исследование, проведенное Т. Hill и соавторами, позволило

выявить высокое значение религиозности и духовности в улучшении когнитивных функций пожилых людей (Hill, 2006) и стрессоустойчивости (Robinson-Whelen и др., 2000), в том числе за счет расширения спектра копинг-стратегий (Чумакова, 2014).

Эго-интеграция как личностная зрелость может быть рассмотрена в качестве завершающего (и с этой точки зрения высшего) психологического новообразования в нормативном развитии человека, которое может быть достигнуто лишь в поздней взрослости. Как указывает L. Tornstam, трансцендентная зрелость личности (gerotranscendence) предполагает освобождение от границ собственного эго и приобщение к мировому и историческому значению своего индивидуального жизненного пути, что, разумеется, возможно лишь в том случае, если данный путь уже был пройден и может быть проанализирован и принят личностью. С одной стороны, эго-интеграция как личностная зрелость выступает как новообразование поздней взрослости, с другой – как новообразование заключительного жизненного этапа, она предполагает включение личностных психологических новообразований прошлых жизненных этапов и выход на уровень интеграции личностной зрелости.

Трансцендентная зрелость личности предполагает сдвиг мировоззрения с материалистического и рационального взгляда на мир к более космическому и трансцендентному отношению к жизни, что, как правило, сопровождается повышением удовлетворенности жизнью, альтруистической жизненной позицией, меньшей зависимостью от материальных благ, осознанием ценности времени и осознанием ценности уединения, отказом от масок и старых ролей, развитием самосознания, интеграцией своей жизни (Tornstam, 2011). При этом трансцендентная зрелость личности рассматривается не в противоречии к традиционным взглядам на геронтогенез, а лишь как один из возможных путей развития человека в период поздней взрослости, наиболее благоприятный в условиях современного общества.

Рассматривая представления о геронтокультуре современного общества, В.В. Лемиш указывает на наличие некой «философии старения», отраженной в

культуре и обуславливающей оптимальные формы деятельности в период геронтогенеза, в основе которых лежит творческий характер бытия (Лемиш, 2012). Традиционное негативное отношение к выходу на пенсию сменяется позитивным, как показывают исследования Н. Westerlund и др., в среднем выход на пенсию заставляет людей чувствовать себя более счастливыми и здоровыми, чем в последние месяцы работы (Westerlund, и др., 2009; Scarcello, 2010; Ling Yu, 2008). В то же время теоретические разработки не всегда отражают реальные переживания пожилых людей. Так, Е. Scherman в предисловии к книге «Созерцательное Старение» признаётся: «Многие из вещей, которые я и мои коллеги писали о дальнейшей жизни, основанные на результатах геронтологических исследований и работе с пациентами, воспринимаются совершенно иначе, сейчас, когда испытываются лично» (Scherman, 2010, стр.5).

Признаки эго-интеграции как личностной зрелости проявляются на трех уровнях:

- на трансцендентном (космическом) уровне;
- на персональном (личностном) уровне;
- на социальном уровне.

На трансцендентном уровне личностная зрелость проявляется:

- в преодолении границ между прошлым и настоящим;
- в осознании связи между поколениями, своего места в семейном роде;
- в новом понимании жизни и смерти;
- в интеграции своей жизни, её глубинном понимании;
- в умении радоваться как малым, так и большим событиям своей жизни.

На уровне личности:

- в глубинном познании и принятии как позитивных, так и негативных качеств своей личности;
- в снижении эгоцентризма;
- в позитивном, но без одержимости отношении к своему телу и физическим возможностям;
- в сдвиге установок от эгоизма к альтруизму;

- в повторном открытии ребенка внутри себя;
- в эго-интеграции и осознании целостности жизни.

На социальном уровне:

- в избирательности в отношениях с другими людьми, отказе от поверхностных взаимоотношений;
- в осознании различий между собой и своей ролью, иногда с желанием отказаться от роли;
- в освобождении от навязанного чувства вины;
- в осознании свободы «аскетизма»;
- в житейской мудрости, осознании возможности двойственного отношения к различным проблемам.

Как показывают исследования (Tornstam, 2005), даже простое информирование пожилых людей о возможности достижения трансцендентной зрелости личности благотворно влияет на их эмоциональное состояние и отношение к процессу старения. На сегодняшний день лишь около 20 % населения могут достигнуть личностной зрелости в период поздней взрослости без помощи психолога или квалифицированного социального работника, что связано с обсуждаемыми выше проблемами, затрудняющими успешное проживание нормативного кризиса перехода к данному возрасту. За рубежом уже есть успешный опыт работы с пожилыми людьми в рамках групповых встреч и обсуждения проблем геронтогенеза в рамках представлений об эго-интеграции как личностной зрелости (Yun-Hsuan, Lin, 2008; Pevik-Fasth, 2009; Wadensten, 2005). В связи с этим мы можем использовать представления об эго-интеграции как личностной зрелости в качестве основы для разработки программ психологической поддержки пожилых людей в период нормативного кризиса.

Таким образом, культуральный образ успешного человека в период поздней взрослости еще в недостаточной мере представлен в российской действительности, что затрудняет благополучное старение и препятствует адекватному разрешению нормативного кризиса перехода к поздней взрослости. Представления об эго-интеграции как личностной зрелости согласуются с

концепциями благополучного старения, основанными на анализе внутренних факторов, детерминирующих выбор человеком своего жизненного пути. В то же время авторы концепции не в достаточной мере указывают на механизмы её достижения, в связи с этим перед нами встает задача теоретического анализа условий и механизмов достижения личностной зрелости.

### **1.3 Условия и механизмы достижения личностной зрелости**

Неоднозначность и разноплановость представлений о личностной зрелости актуализирует проблему классификации подходов к ее определению, разнящихся как по целям исследований, так и в концепции личности в целом (Лысенкова, 2016). Функционально личностная зрелость проявляется в эффективности решения жизненных задач. Общим положением для личностной зрелости является её принципиальная незавершенность (Портнова, 2008). Рассматривая развитие человека как неравномерное, с чередующимися кризисными и стабильными периодами, становление личностной зрелости также можно представить в виде волнообразной кривой. Также всеми авторами признается несводимость личностной зрелости к её базовым критериям и элементам, системность данного феномена, её гармоничная целостность, интегративность. В качестве содержательных характеристик чаще других называют целостность, динамичность, саморазвитие личности, что во многом согласуется с представлениями об автономной эго-идентичности личности.

Согласно С.П. Гурину, существуют три уровня реализации эго-идентичности: самоопределение личности, её самореализация и самопревосхождение (самопреодоление) (Гурин, 2013). Многие авторы соглашаются, что автономная эго-идентичность составляет ядро личностной зрелости, являясь её базовой характеристикой (Шляпникова, 2015; Малейчук, 2010; Амон, 2000). Автономная эго-идентичность в нашем понимании представляет собой успешно завершённый цикл нормативного кризиса и тем самым может рассматриваться как ядерная структура и базовый критерий личностной зрелости. В то же время целесообразно

рассмотреть разнообразные подходы к личностной зрелости, дабы избежать терминологической неточности.

Учитывая современные исследования личностной зрелости (Е. Штепа, И.А. Шляпникова и др.), мы полагаем связь динамики её достижения с динамикой эго-идентичности личности. Действительно, такие признаки автономной идентичности, как целостность, принятие себя и других, ориентация на настоящее, автономность и т. д., позволяют предположить наличие единого смыслового ядра данных понятий.

Разноплановость определения термина «личностная зрелость» приводит к проблемам в его использовании, в особенности для практико-ориентированных разработок. Так, с точки зрения А. Маслоу, не более 2 % людей могут достигнуть подлинной самоактуализации и личностной зрелости, однако, рассматривая в качестве самоактуализировавшихся личностей лишь узкий круг действительно великих людей с уникальным, неповторимым и ненормальным с точки зрения понимания нормы как усредненного значения образом жизни, мы не можем предложить программу психологической поддержки, тренинг или коучинговую сессию, создающие условия для самоактуализации и достижения личностной зрелости. В связи с вышесказанным для нас более перспективным является подход, декларирующий нормативность достижения личностной зрелости. Представление о личностной зрелости как результате адекватного возрастного развития значительно более позитивно и в большей мере соответствует действительности. В то же время мы разделяем позицию автора в отношении недостижимости личностной зрелости как некоего статичного рубежа. Только постоянная работа над собой позволяет быть личностно зрелым человеком, в случае же остановки личностного развития происходит деградация. Мы предлагаем, учитывая динамичный характер личностной зрелости, ориентироваться на теорию Э. Эриксона и видеть в личностной зрелости прежде всего результат позитивного опыта развития человека и успешного разрешения нормативных кризисов.

Как с точки зрения культурно-исторического, так и эпигенетического подхода становление идентичности личности культурально обусловлено заданными социальными ожиданиями в отношении развития индивида. Э. Эриксон описывает процесс становления эго-идентичности как постепенную интеграцию разнообразных образов Я, отраженных в культуре. Формирование зрелой личности происходит не только благодаря внутриспсихическим факторам и механизмам, но и с учетом внешних условий: социальных, культурных и идеологических. На каждой стадии развития личности Э. Эриксон выделяет ключевой конфликт, разрешение которого позволяет успешно развиваться, интериоризируя соответствующие возрасту психологические новообразования. Ведущим критерием личностной зрелости является способность личности к наиболее эффективному решению жизненных (возрастных) задач, заданных в социальных ожиданиях в отношении возраста. При этом неразрешенные конфликты актуализируются в каждом последующем кризисе, тем самым затрудняя его успешное проживание.

Обобщая механизмы детерминации личностной зрелости, О.С. Штепа приводит следующую их классификацию (Stepa, 2015):

- активное самоопределение;
- когерентность;
- рефлексия;
- стремление к балансу, упорядоченности.

Данная классификация во многом согласуется с механизмами формирования идентичности личности, рассматриваемыми нами выше.

В структуре личностной зрелости И.А. Шляпникова выделяет три компонента: личностный (система ценностей, направленность и т. д.), рефлексивный (достигнутая эго-идентичность) и функциональный (способность личности к самоорганизации). Личностная зрелость проявляется через способность к самоорганизации (функциональный компонент), возникающей в результате интеграции личностных психологических новообразований (личностный компонент) посредством рефлексии и достижения эго-идентичности



(рефлексивный компонент) (Солдатова, Шляпникова, 2015). Изменение статуса эго-идентичности приводит к изменению психологического содержания личностной зрелости.

Обобщая вышесказанное, с одной стороны, процесс достижения личностной зрелости социально детерминирован и определяется прежде всего социальными ожиданиями в отношении конкретного индивида, с другой стороны, именно личностно зрелые люди задают общественные нормы развития, позитивно влияя на развитие общества в целом. Социально-психологическая адаптация индивида, так же как и личностная зрелость, зависит от целостности ценностных ориентаций и самоидентичности личности. Идентичность представляет собой интегративный критерий личностного здоровья (Малейчук, 2010). Статус эго-идентичности личности может являться как условием для адаптации индивида в обществе (при автономном статусе эго-идентичности), так и условием для возникновения дезадаптивных форм поведения (при диффузном, предрешенном статусе эго-идентичности и моратории эго-идентичности) (Кожевникова, 2007). С этой точки зрения личностная зрелость выступает интегральной линией онтогенеза, критерием успешной социальной адаптации личности и вектором развития общества.

#### **1.4 Эго-идентичность как ведущий компонент личностной зрелости**

Проблема идентификации Я приобретает особую актуальность в современном переходном, транзитивном обществе постоянных изменений и кардинальных перемен. Очевидный экзистенциальный вакуум и многочисленные средства манипуляции и навязывания идентичности личности приводят к осознанию необходимости более зрелого, целостного и автономного самоопределения личности, актуализируя научные исследования глубинных, сущностных идентификаций человека, стержневых показателей его самоидентификации, что отражается в резком увеличении публикаций на тему идентичности в последнее десятилетие. В то же время единого определения феномена идентичности личности не существует. В юнгианской психологии принято говорить о самости,

психодинамические концепции описывают данный феномен как эго-идентичность, кроме того, часто в синонимичном значении используются такие термины, как экзистенциальная идентичность, персональная идентичность, самосознание, Я-концепция, субъектное Я и т. д.

Рассуждения об умозрительных конструктах, составляющих нашу психику, неизбежно нуждаются в определении методологической составляющей исследования и конкретизации понятий. Многообразие подходов к изучению идентичности, а также междисциплинарный характер проблемы её изучения (Тхостов, 2014) отразились в многозначности данного понятия, а также в существовании многообразия практически синонимичных понятий, акцентирующих внимание на той или иной стороне одного и того же феномена. В связи с этим в нашей работе необходимо обозначить место эго-идентичности в системе личности (выделив специфику данного конструкта от смежных по значению понятий, таких как самосознание, Я-концепция, самоопределение, субъектность, а также других видов идентичностей и др.), определить ее функции, динамику развития, структуру и проявления.

Сам термин «идентичность личности» крайне многозначен и применяется для обозначения различных феноменов (Бурлакова, Олешкевич, 2010), вследствие чего некоторые критики отрицают его научную ценность (Симонова, 2008). Наряду с конкретными видами идентичности, указывающими на отдельные аспекты идентификации (гендерная, национальная, этническая и т. д.), выделяют множество значительно менее определенных терминов, таких как личностная идентичность, психосоциальная, экзистенциальная, субстанциональная идентичность, эго-идентичность и некоторые другие. Более того, исследование идентичности часто реализуется в русле концепций самосознания, Я-концепции, субъектности и образа Я. Скептически настроенные ученые утверждают, что идентичность начала обозначать столько явлений, что в конечном итоге и вовсе потеряла смысл (Gleason, 1983). Подобное терминологическое перенасыщение характерно для умозрительных феноменов, особенно в том случае, если они были введены в обиход относительно недавно. Как указывает В.С. Малахов, если за

рубежом термин «идентичность» использовался достаточно часто, начиная с Э. Эриксона, в отечественной психологии он появился относительно недавно и во многом вытеснил отечественную терминологию, исключительно в силу стремления к новизне и традиционной для отечественных ученых «любви» к западным разработкам (Малахов, 1998). Для анализа термина «идентичность» необходимо определить виды идентичности и подходы к её определению, функции и структуру эго-идентичности в рамках различных концепций, обозначить место эго-идентичности личности в системе смежных понятий (Я-концепция, идентификация, образ-Я и т. д.), а также определить динамические особенности эго-идентичности.

### **Виды идентичности личности и подходы к её определению**

Практически во всех подходах признается разделение персональной и социальной идентичности личности. Персональная идентичность, обобщая многочисленные концепции, представляет собой систему целостных и относительно постоянных индивидуальных характеристик личности, позволяющих переживать тождественность себе во времени и пространстве и ощущать собственную целостность, а также дифференцировать себя от других людей. Социальная идентичность отражает принадлежность личности к определенным социальным группам, включенность в определенные социальные категории, переживание ингруппового подобия и межгрупповой дифференциации. Указанные виды идентичности отличаются и в функциональном плане. Так, можно выделить два типа потребностей в отношении идентичности (Elliott, 2011): потребность в аутентичности и самосовершенствовании и потребность в социальном признании своей идентичности, что, с одной стороны, позволяет утверждать неочевидность собственной идентичности для человека, с другой – социальную предопределенность идентичности (Рассказова и др., 2014).

В некоторых концепциях данные понятия рассматриваются как противопоставляемые. Так, в когнитивной психологии указывается на противопоставление коллективной и личностной идентичностей (Tajfel, 1979;

Turner, 1999). Предполагается, что групповая идентичность как соответствие группе снижает чувство собственной уникальности – персональной идентичности. Однако современные исследования это не подтверждают (Карбалевиц, 2012). Так, Г. Бриквелл, представитель когнитивной психологии, указывает, что персональная и социальная идентичности представляют собой полярные полюса одного и того же конструкта (Breakwell, 1993). В психоаналитическом подходе (Эриксон, 2006) в рамках символического интеракционизма (Дженкинс, 1996) и теории социальных репрезентаций (Московичи, 1988) индивидуальная и коллективная идентичности также рассматриваются как различные аспекты одного и того же явления, дифференциация которых является чисто умозрительной. При этом указывается, что персональная идентичность формируется в ходе социальной идентификации. В то же время современные исследования показывают, что первопричиной, определяющей специфику идентификации с группой, является персональная идентичность (Swann, 2009).

Соотношение социальной и индивидуальной идентичностей также остается под вопросом (Павленко, 2000). Так, в современных концепциях символического интеракционизма личностная идентичность рассматривается как социальная репрезентация, определяющая индивидуальную позицию в системе символических взаимодействий личности и группы (Дойс, 1998). С другой стороны, в рамках того же направления идентификация рассматривается в качестве необходимой предпосылки социальной жизни. При этом и социальная, и персональная идентичности конструируются в рамках одного и того же процесса, что можно описать в рамках «модели внешневнутренней диалектики идентификации» (Дженкинс, 1996). И. Крейб согласен с Дженкинсом в том, что идентичность является результатом взаимодействия с другими людьми, однако персональная идентичность значительно устойчивее по сравнению с социальной. Человек может утратить одну из социальных идентичностей, но не свою персональную идентичность, объединяющую социальные идентичности (Craib, 1998 р. 4). Эффект аутгрупповой гомогенности также заставляет по-новому взглянуть на взаимосвязи социальной и персональной идентичностей: чем

сильнее идентификация с группой, тем более значима межличностная дифференциация внутри групп (Дешамп и др., 1998). Современные исследования также подтверждают прямые корреляции между социальной и персональной идентичностями (Gómez и др., 2011) и даже указывают на их функциональную эквивалентность (Swann, 2009). Ю. Хабермас рассматривает баланс между личностной и социальной идентичностями как условие существования Я-идентичности (Хабермас, 1995). Установление и поддержание этого баланса происходят в процессе взаимодействия за счет прояснения своей идентичности и поиске компромисса между стремлением к индивидуальности и желанием соответствовать ожиданиям общества (Sherif, 1996).

Интегрируя различные концепции, в качестве атрибутивных характеристик идентичности А. Грин выделяет неизменность, единство, признание тождественности, характерные как для персональной, так и для социальной идентичности (Green, 1977). Обобщение вышеперечисленных подходов позволило систематизировать классификации идентичности в зависимости от степени глубины идентификации, схематично результаты теоретического анализа видов идентичности личности представлены на рисунке 1.



Рис. 1. Виды идентичности в зависимости от глубины идентификации

Как видно из рисунка 1, в зависимости от уровня самоотношения и глубины самоанализа можно выделить три вида идентичности личности:

- социальная идентичность (включающая в себя чувство межгрупповой дифференциации и ингруппового подобия);
- личностная идентичность (как чувство соответствия себе, отличия от других, целостности);
- эго-идентичность (как наиболее глубинная характеристика самосознания, чувство самости, неизменности, постоянства себя вне зависимости от внешних и внутренних изменений).

Социальная идентичность отражает принадлежность человека к определенной социальной группе, степень соответствия ей, в её основе лежит типизация личности с учетом некоторых конкретных признаков, таких как пол (гендерная идентичность), национальность (национальная идентичность), профессия (профессиональная идентичность) и т. д. Формирование любого вида социальной идентичности сводится к следующему: признавая свою принадлежность к определенной социальной группе, человек идентифицирует себя с ней, перенимая на себя некоторые установки, ценностные ориентации, социальные роли, тем самым идентифицируя себя через принадлежность к этой группе. В плане содержания социальная идентичность может включать в себя нормы и обычаи характерные для группы, нравственные императивы, поведенческие паттерны и социальные экспектации в отношении данной группы. В то же время некоторые исследователи указывают на существование априори данной идентичности, особого ядра личности, «памяти предков», источником которой является принадлежность к определенному роду и менталитет личности. В то же время авторы полностью отвергают описанный выше механизм идентификации, указывая на экзистенциальную, сущностную, глубинную, а не навязанную внешними обстоятельствами идентичность человека, представленную в архетипах родового бессознательного (Морогин, 2011, С. 241).

Личностная идентичность отражает индивидуальные особенности человека, интегрированную совокупность уникальных фактов его жизни, целостность

личности как ее интегративное свойство. С данным определением перекликается выделенное в статье О.А. Симоновой понятие «психосоциальная идентичность», рассматриваемое автором как непрерывный процесс приобретения новых психосоциальных характеристик, каждая из которых становится ключевой на определенном этапе жизненного цикла, внося свой вклад в оформление личностного тождества (Симонова, 2008).

Эго-идентичность как переживание своей уникальности, отличия от других людей, самость, подлинность индивида – это глубинная характеристика личности, источник происхождения которой некоторые видят в наиболее глубинных слоях личностной идентичности или же в сверх-личностных структурах. Эго-идентичность позволяет человеку определять себя вне зависимости от кардинальных перемен, происходящих как на телесном, так и на психологическом уровне. Данная структура является мощнейшим ресурсом для преодоления кризисов и укрепления самосознания человека.

Анализ идентичности личности с точки зрения данных трех направлений представлен в работах многих авторов. Так, в статье К.В. Патырбаевой и др. идентичность рассматривается на трех уровнях: рационалистическом – как характеристика целостности, неделимости личности, её интегральное свойство; понятийном – отражает принадлежность человека к определенной социальной группе, степень соответствия человека полу, национальности, этносу и др.; глубинном – идентичность отождествляется с самостью, экзистенциальной сущностью человека, позволяющей переживать чувство тождественности самому себе (Патырбаева, 2012). Это же разделение присутствует в трудах одного из первых психологов, концептуализировавших феномен идентичности, Э. Эриксона (Эриксон 2006), который предлагает рассматривать данное понятие на трех основных уровнях: индивидуальном (осознания собственной временной протяжённости); личностном (ощущение неповторимости, уникальности своего жизненного опыта); социальном (внутренняя солидарность человека с социальными, групповыми идеалами и стандартами). И. Гоффман, развивая эти идеи, также признает существование трех видов идентичности: социальной

(типизация личности другими людьми на основе атрибутов социальной группы, к которой она принадлежит); личностной (индивидуальные особенности человека и совокупность уникальных фактов его жизни); Я-идентичности (субъективное ощущение индивидом своей уникальности) (Гоффман, 2000).

Таким образом, идентичность представляет собой интегративное чувство целостности (персональную идентичность), принадлежности к определенным социальным группам (социальную идентичность) и тождественности самому себе (эго-идентичность). Использование единого термина – «идентичность» – для обозначения различных её видов вызывает терминологическую неопределенность и номинативные противоречия в разнообразных концепциях (Goffman, 2009; Антонова, 1996; Симонова, 2008). Многочисленные разночтения термина «идентичность» привели к созданию своеобразных типологий его использования. В качестве примера можно привести типологию Р. Брубейкер и Ф. Купер, согласно которым термин «идентичность» может быть использован в следующих целях (Брубейкер, 2002): подчеркнуть не инструментальную модальность действия; привлечь внимание к самопониманию в противовес личному интересу; определить сходство между людьми или периодами; постигнуть предполагаемую суть, базисные аспекты Я; подвергнуть сомнению существование этих аспектов; подчеркнуть интерактивность процесса выработки солидарности и коллективного самопонимания; выявить раздробленность современного ощущения «себя», показать, как Я, наспех собранное из клочков дискурса, по-разному активизируется в зависимости от обстоятельств и контекста.

В зависимости от акцентов, расставленных в понимании процессов идентификации и содержания идентичности, значение, структура и динамика идентичности по-разному понимается в различных концепциях. В связи с существованием большого многообразия подходов к изучению идентичности личности целесообразно выделить методологию нашего исследования, ограничив наше понимание данного термина и обозначив её специфику. В качестве основных концепций изучения идентичности традиционно выделяют (Антонова, 1996; Белинская, 2001; Григорьева, 2008): психоанализ,



символический интеракционизм и когнитивную психологию. Кроме того, представляется целесообразным рассмотреть такие современные направления исследования идентичности, как психология телесности, нормативная психология, интегративная психология и т. д. В результате теоретического анализа была разработана таблица, содержащая краткое описание основных направлений исследования идентичности личности в психологии (Приложение 1).

Теоретический анализ показал, что представления об идентичности личности достаточно разнятся с точки зрения различных подходов. Во многом это обусловлено тем, что в рамках данного анализа мы рассматривали теории идентичности в целом, не акцентируя свое внимание на эго-идентичности, в наибольшей степени разработанной в рамках психогенетической концепции Э. Эриксона. Тем не менее данный обзор позволяет проанализировать основные направления в исследовании идентичности и уточнить методологические основания данной работы.

Рассматривая идентичность личности, как результат самоопределения личности, Н.С. Бурлакова выделяет 2 принципиально отличающихся направления её исследований (Бурлакова, 2010).

1. Первое направление ориентировано на поиск идентичности за пределами своего эго (человек в поисках себя), с этой точки зрения процессы осознания расширяют и углубляют представления индивида о себе, открывают более широкие возможности выбора и т. п. (З. Фрейд, А. Адлер, К.Г. Юнг, К. Роджерс) на основе самоосознания может формироваться здоровая идентичность человека. В этом направлении исследований Эго не является ни центром, ни ориентиром в процессах поиска своей индивидуальности, человек заглядывает глубоко внутрь себя.

2. Второе направление ориентируется на изучение конструирования идентичности индивидом и обществом, в котором происходит развитие индивида. Ребенок рассматривался как *tabula rasa*, на которую культура наносит свои письмена. Человек представляет собой пассивного реципиента воздействия своего окружения, а его идентичность формируется как следствие такого рода

взаимодействия. Так что нет смысла искать внутри то, чего сначала не было вовне. Идентичность – это совокупность тех содержаний, которые восприняты индивидом извне. И большее, что с ними может сделать индивид, – это строить по отношению к ним различные защитные операции, конфигурировать элементы и т. п. (яркий пример – концепция Э. Эриксона).

Другой подход к определению возможных направлений в исследовании идентичности предлагает А.С. Карбалевиц (Карбалевиц, 2012), выделяя следующие группы.

1. Подходы, рассматривающие идентичность как внутреннюю характеристику, отражающую непрерывность бытия человека, его тождественность самому себе во времени, в контексте проблемы сохранения идентичности в изменяющихся условиях (Э. Эриксон, Р. Баумайстер, G.H. Mead, J. Alexander, M.I. Wiley, A. MacKinnon).

2. Подходы, рассматривающие идентичность как ситуативную и избираемую (S. Stryker, Burke, M.B. Brewer, M.A. Hogg, D. Abrams, H. Tajfel).

3. Исследование идентичности с точки зрения самокатегоризации и ее влияния на групповое поведение (J.C. Turner).

Социальная идентичность находится за рамками нашего исследования, в то время как личностная идентичность и эго-идентичность требуют дальнейшего исследования, так как предполагают анализ ядра личности. В связи с этим обозначим основные виды идентичности, в той или иной мере предполагающие анализ глубинной тождественности.

Психология второй половины XX века изобилует самыми разнообразными видами и определениями идентичности. Нет единства и в понимании процесса формирования идентичности, что позволяет предположить, что речь идет о содержательно разных процессах (Тхостов и др., 2012). Для того чтобы подчеркнуть проблему кризиса идентичности современного общества, используются такие понятия, как «размытая идентичность», «фальшивая и истинная идентичности», «хамелеонообразная идентичность», «диффузная идентичность», «ситуативная идентичность» и т. д. (Бурлакова, 2010; Соколова,

2002; Кернберг, 2001; Akhtar, 1984). Обобщенные результаты теоретического анализа основных видов персональной идентичности представлены в таблице 1.

Таблица 1

### Виды персональной идентичности личности

Термин	Упоминания в статье	Определение
Численная идентичность	DeGrazia, 2005	Существование в течение времени в качестве одного и того же существа, что подразумевает сохранение базовых психических процессов (мышления, сознания или памяти о себе и своем прошлом)
Описательная идентичность		Включает в себя представления человека о себе, его ценности, автобиографические воспоминания, деятельности и роли, отношения с другими людьми
Нормоидентичность личности	Дьяков, 2010 Дерюгин, 2015	Опирается на ответ на вопрос «Нормален ли я?». Нормоидентичность – отнесение человеком себя к одной из подкатегорий нормальности (норма либо аномалия) (Дьяков, Мартысевич, 2010)
Внешняя (виртуальная) идентичность	Гурин, 2016 Гоффман, 2000	Основана на соотношении себя с чем-то внешним или абстрактным (например, с героем). Случайная, произвольная, может как соответствовать, так и не соответствовать настоящей сущности человека, фиксированная, неизменная. Состоит из ролей, принимаемых индивидом на себя в условиях социального взаимодействия
Внутренняя (аутентичная, реальная) идентичность		Выражение сущности человека, его природы включает в себя внутреннее (независимое от внешних обстоятельств) содержание личности (идентичность для себя)
Субстанциальная идентичность	Тульчинский, 2002	«Идентичность – это метафизический факт самосознания Я себя как такового вне зависимости от социально-культурного контекста». Субъект не столько отождествляет себя с другим человеком, сколько соотносит другого человека с собой, сравнивая и себя, и другого с внутренним образом себя, с идеальным Я
Экзистенциальная идентичность (самоидентичность)	Гришина, 2015 Симонова, 2008	Осознание себя в контексте Бытия, ощущение причастности к Бытию, за счет переживания экзистенциального опыта и преодоления «внутренних» вызовов. Связана с осознанием смысла существования общества и личности
Трансцендентная идентичность	Кузнецова, 2012	Самоидентификация представляет собой проявление абсолютного. Суть идентичности в преодолении границ опыта, за счет приобщения к универсуму, мировой культуре

Из таблицы 1 видна двойственная природа понятия «идентичность», на которую в разной мере указывают различные авторы. П. Рикер выделяет два различных значения понятия «идентичность» уже на этапе семантического анализа (этимология) (Рикер, 1995). Анализируя латинские корни термина *identity*, он предлагает две возможные альтернативы: «*idem*», то есть «тот же самый», «аналогичный», «один и тот же», что указывает на неизменность, постоянство во времени и пространстве (антонимы: «различный», «изменяющийся»), и «*ipse*», связан с понятием «самости» (*ipseite*), «себя самого», указывает на тождественность самому себе, глубинное соответствие самому себе (антонимы: «другой», «иной») (Рикер, 1995). Анализируя данные альтернативы, мы пришли к выводу, что само понятие идентичности включает в себя зачастую два отдельно рассматриваемых феномена.

1. Идентичность как Я-концепция, акт самосознания и итог социализации – личностная идентичность, включающая в себя интериоризированные социокультурные знания и навыки, обозначенные в образе жизни, принятии социальных ролей и т. п.

2. Идентичность как самость, некая ядерная структура личности, изначально данная человеку, глубинное ядро личности, источник активности и субъектности человека, авторства его жизни и самого себя – эго-идентичность.

Общими для большинства концепций идентичности можно признать следующие признаки (Поварёнков, 2014): целостность, интегративность, связь с эмоциональными состояниями, сложную психологическую структуру, состоящую из нескольких элементов, которую можно развивать и которая сама развивается в процессе идентификации.

Таким образом, концепции идентичности личности разнообразны как с точки зрения понимания структуры и функциональных особенностей, так и с точки зрения представлений о специфике её формирования. Идентичность – сложное и многоуровневое понятие, обилие концепций которого породило терминологическую неоднозначность. Тем не менее предложенное нами разделение персональной идентичности на личностную и эго-идентичность

находит свое подтверждение как в различных подходах, так и в определениях разнообразных видов идентичности. Следует отметить, что теоретический анализ понятия «идентичность» не может считаться полным без учета смежных понятий. Характерное для отечественной психологии пересечение, а в некоторых случаях синонимичное использование терминов «идентичность» и «самосознание», «самоопределение», «Я-концепция» и «образ Я» актуализирует анализ данных категорий и выявление места эго-идентичности в системе личности.

### **Категории, смежные с понятием идентичности**

Идентичность рассматривается как компонент самосознания, образа-Я, связанный с поиском личностной определенности, выработкой внутренних критериев сравнения себя с другими, оценки поведения, мыслей, чувств людей, как компонент, а иногда и синоним самосознания, результат самопознания личности и идентификации, как отраженный в сознании образ Я. В связи с относительной терминологической неопределенностью понятия «идентичность» целесообразно рассмотреть смежные понятия.

Одним из самых семантически близких к термину «идентичность» является термин «идентификация». Некоторые ученые рассматривают данные понятия как синонимы (Асмолов, 1983 С.120; Мид, 1994). Однако значительно чаще они рассматриваются как процессуальная и результативная сторона одного и того же феномена (Соболь, 2012; Микляева 2008; Рикер 1995; Собкин, 1975). М.В. Заковоротная подчеркивает: «... идентичность включает в себя различные аспекты, а идентификация – описание таких аспектов. Идентичность – результат, отстаивание и защита себя, идентификация – приспособление, процесс постоянного выбора, принятие норм, традиций, установок. Потому на каждом уровне описания процесс идентификации предшествует осмыслению идентичности» (Заковоротная, 1999: С. 183). Общим признаком идентификации, сохраняющимся в различных концепциях, является процессуальность (Соболь, 2012).

Самоидентификация представляет собой деятельность человека по самоопределению, результатом которой является тождество с самим собой,

сформированный образ Я и представления об истинном и ложном Я. Выделяют следующие направления исследования идентификации (Соболь, 2012).

1. Концепции, рассматривающие идентификацию как источник личностного развития человека в процессе социализации и персонификации, как способ принятия социальных ролей при вхождении в группу (З. Фрейд, Дж. Мид, Э. Гофман, У. Джеймс, В. Мухина, А. Васильченко).

2. Идентификация может рассматриваться как акт взаимодействия с другим человеком (В. Агеев, Г. Андреева, М. Боришевский, В. Собкин, А. Петровский, Н. Обозов), как «... действие в системе целей и мотивов того человека, с которым идентификация происходит» (Собкин, 1975: С. 36).

3. Представление об идентичности как «... процессе интернализации внешних социальных установок, который позволяет соотнести себя и других с существующей реальностью» (Кириянов, 2002: С. 78).

Многочисленные разночтения в понятии «идентичность» вызывают проблему определения места данной категории среди других смежных понятий. Е.И. Филиппова пишет (Филиппова, 2010, С.25): «Нельзя не согласиться с П. Мессанже, который заметил, что психологи изучают не столько идентичность, сколько самосознание, представление индивида о себе самом». В первую очередь на сложившуюся ситуацию указывают вопросы, адресуемые испытуемым в исследованиях идентичности: «Кто Вы?», «Какова Ваша групповая принадлежность?», «Что для Вас означает “быть... (мужчиной, женщиной, французом и т.п.)?”» (Moessinger, 2000). В отечественной психологии представления об идентичности связаны с исследованиями самосознания и самоотношения (Шнейдер, 2004; Орлова, 2010; Кисляковская, и др., 2016). Ряд отечественных психологов (Л.С. Выготский, И.С. Кон, А.Н. Леонтьев, А.А. Налчаджян, С.Р. Пантлеев, В.Л. Ситников, В.В. Столин и др.) в своих работах оперируют психологическими категориями «Я-концепция», «Я-образ», «самоотношение», «самооценка», используя их в синонимичном идентичности значении. В связи с этим целесообразно рассмотреть основные отечественные концепции самосознания.

Одними из первых отечественных разработок в области самосознания признаются работы Л.С. Выготского. Под самосознанием он понимал этап развития сознания, подготовленный развитием речи, произвольных движений и ростом самостоятельности (Выготский, 1983). Идентичность, с точки зрения Л.С. Выготского, формируется в процессе переживания человеком своего Я как внутреннего отношения к тому или иному моменту действительности. Становление самосознания (как идентичности личности), с точки зрения Л.С. Выготского, характерно для подросткового возраста. Самосознание не дается человеку вместе с сознанием, а приобретается только путем развития, в некоторых случаях «... принимающем форму острого кризиса» (Выготский, 1984, С. 67, С. 249), при этом на отношение ребенка к своему переживанию влияет социальная ситуация развития, которая «... представляет собой исходный момент для всех динамических изменений, происходящих в развитии в течение данного периода» (8, с. 258).

«Самосознание – не изначальная данность, присущая человеку, а продукт развития», – подчеркивал С.Л. Рубинштейн (Рубинштейн, 2011, с.640). В его работах (Рубинштейн, 1973) вводится понятие «субъекта жизненного пути». В этом контексте самоопределение выступает как самодетерминация, собственная активность личности. Ведь «... человек не только находится в определенном отношении к миру, но и сам определяет это свое отношение, в чем и заключается сознательное самоопределение человека» (Рубинштейн, 1973, С. 243). Механизмы самоопределения по С.Л. Рубинштейну связаны с развитием самосознания, цельностью мировоззрения и углубленным самопознанием.

Идеи С.Л. Рубинштейна получили свое развитие в исследованиях К.А. Абульхановой-Славской. Она также рассматривает самоопределение прежде всего как самодетерминацию, собственную активность, присущую человеку на протяжении всей жизни, так как для зрелой личности «... этот поиск необходим не менее, чем для личности формирующейся» (Абульханова-Славская, 1991, С. 262).

Изучая самосознание, А.Н. Леонтьев также подчеркивал различие между знаниями о себе и собственно осознанием себя (Леонтьев, 1983). Самосознание личности направлено на ее собственный личностный способ интеграции деятельностей, интеграции и иерархизации ее мотивов (Леонтьев, 2005).

Фазы развития самосознания, выделенные В.С. Мерлином, также согласуются с представлениями о различных видах идентичности личности:

- сознание своей тождественности;
- субъектно-деятельностное сознание Я;
- осознание своих психических особенностей как результата обобщения статистик данных самонаблюдения;
- внутриличностное отношение к себе (Мерлин, 1970).

В концепции А.Г. Спиркина самосознание рассматривается как осознание и оценка человеком своих действий, их результатов, мыслей, чувств, морального облика и интересов, идеалов и мотивов поведения, целостная оценка самого себя и своего места в жизни (Спиркин, 1972).

Самосознание может быть определено как «... сложный психический процесс, сущность которого состоит в восприятии личностью многочисленных “образов” самой себя в различных ситуациях деятельности и поведения, во всех формах взаимодействия с другими людьми и в соединении этих образов в единое целостное образование – в представление, а затем в понятие собственного Я как субъекта, отличного от других субъектов»; формирование совершенного, глубокого и адекватного «образа Я» (Чеснокова, 1977; С. 29 - 30). Структура самосознания, согласно И.И. Чесноковой, определяется интеграцией самопознания (познание себя), самоотношения (эмоционально-ценностное отношение к себе) и саморегуляции. Полагая, что «... каждый акт самосознания – это взаимодействие самопознания и самоотношения» (23, С. 117), она определяет саморегулирование как «... такую форму регуляции поведения, которая предполагает момент включенности в него результатов самопознания и эмоционально-ценностного отношения к себе» (Чеснокова, 1977; С. 126).



Самосознание – это «... совокупность психических процессов, посредством которых индивид осознает себя в качестве субъекта деятельности, а представления человека о самом себе складываются в определенный “Образ Я”» (Кон, 1978, С. 9), при этом «... все три аспекта проблемы Я идентичность (самость), “Эго” (субъектность) и “Образ Я” взаимосвязаны и предполагают друг друга» (Кон, 1978, С. 9).

«Самосознание представляет собой ценностные ориентации, образующие систему личностных смыслов, которые определяют индивидуальное бытие личности. Система личностных смыслов организуется в структуру самосознания, представляющую собой единство развивающихся по определенным закономерностям звеньев» (Мухина, 2006, с. 118). В.С. Мухина определяет идентификацию как «... переживание человеком своей тождественности с другим человеком или любым объектом действительности» (Мухина, 2006. 109), при этом «... личность присваивает свои сущностные черты через идентификацию и индивидуализирует через обособление» (Мухина, 2006, с. 106).

Представляя идентичность и самосознание личности как тождественные феномены, В.В. Столин подчеркивает многогранность структуры самосознания, включая в него следующие структуры: чувство целостности, уникальности и смысла своего бытия, временную перспективу личности. В зависимости от уровня развития он выделяет следующие виды самосознания:

- 1) «...самовыделение и принятие себя в расчёт (в двигательных актах)»;
- 2) самосознание индивида (основа идентификации, первые признаки самоконтроля, взгляд на себя «глазами других»);
- 3) самосознание личности (осознание своей социальной ценности, смысла своей жизни, формирование временной перспективы).

Анализ многочисленных подходов подтверждает феноменологическую близость понятий «идентичность» и «самосознание» (Антонова, Белоусова, 2011), на что указывает схожий состав структурных компонентов и выполняемых функций. Мы согласны с Л.Б. Шнейдер (Шнейдер, 2004), которая утверждает, что термины «идентичность» и «самосознание» не являются синонимами.

Самосознание представляет собой осознание себя, своих мотивов, ценностей, отношения к себе и окружающему миру. Идентичность характеризуется прежде всего переживанием тождественности и целостности, что в большей мере связано с представлениями об «Образе Я» (Бурлакова, 2008).

Еще одним семантически близким понятием к термину «идентичность» является термин «самоотношение», который впервые исследуется в трудах А.Н. Леонтьева и Н.И. Сарджвеладзе. В качестве структурной единицы и самоотношения, и идентичности личности выделяют «образ Я» (Леонтьев, 2000). Н.И. Сарджвеладзе рассматривал самоотношение как установку на самого себя: «Личность – системообразование, не только имеющее определенный статус в системе социальных отношений и установочное отношение к социальному окружению, но и особым образом относящееся к самому себе и характеризующееся особым образованием – подструктурой самоотношения» (Сарджвеладзе, 1989. С. 56). Большинство современных исследователей понимают под самоотношением эмоционально-ценностное отношение к себе (Столин, 1988; Пантлеев, 1991), что опять же позволяет отметить различие по сравнению с идентичностью личности. В то же время некоторые авторы отмечают, что в самом широком смысле идентичность представляет собой самоосознание индивида, в процессе его самоопределения (Бурлакова, 2010).

Анализ гуманистических концепций позволяет предположить относительную семантическую близость понятий «идентичность» и «аутентичность». Идея поиска самости, подлинности, самотождественности человека характерна как для концепций идентичности, так и для аутентичности. Исследование идентичности личности в контексте самореализации, самоактуализации и самоосуществления, поиска себя в период кризиса идентичности в большей мере соответствует кризису аутентичности. В представлении К. Рогджерса социально конструируемая идентичность «уводит» индивида от его истинной природы. Закостенелое идеальное Я препятствует глубинному пониманию себя, контакту с собой и своим внутренним опытом, лишая человека «чувства жизни», доверия к себе и своим чувствам. Конфликт между Я реальным и Я идеальным порождает

неконгруэнтность личности, не соответствие самому себе, по сути, своей самости или эго-идентичности в плане целостности. В концепции К. Роджерса, по сути, противопоставляется личностная идентичность как знание о себе самом, включающее в себя образ идеального Я и спонтанного, естественного Я, которое, на наш взгляд, соответствует эго-идентичности как глубинной личностной структуре, человеческой сущности. В этом плане для познания самости необходимо бороться с личностной идентичностью, преодолевать навязанные социумом установки в отношении себя. В этом смысле идея личностного роста является не движением в сторону социальной идентичности, а возможным удалением от нее, выходом за пределы Я, Эго (Роджерс, 1994). В близком направлении идентичность и проблема субъекта в современной психологии представлены в анализе проблемы движения к себе у К.Г. Юнга (Роджерс, 1994; Юнг, 1995).

Представляет также интерес анализ взаимосвязи идентичности и ценностно-смысловой сферы личности. Р. Ассаджиоли рассматривает идентичность личности как «набор» предпочитаемых личностью смыслов. Как писал Р. Ассаджиоли, «... над нами властвует все то, с чем мы себя отождествляем» (Ассаджиоли 2002, С. 35). Л.Н. Ожигова рассматривает идентичность в контексте личностного смысла, как элемент Я-концепции личности, которая реализуется на бытийном и смысловом уровнях (Ожигова, 2006). Смысло-ценностные ориентации рассматриваются как базовый элемент идентичности личности (Белинская, 2001; Эриксон 1996; Марсиа Антонова, 1996; Маслоу, 1999; Уилбер, 2004; Шнейдер, 2004; Козлов, 2010). В.В. Столин предлагает в качестве единицы самосознания использовать структуру «смысл Я», которая включает в себя как когнитивный, так и эмоциональный компоненты и формируется в процессе внутренних диалогов, то есть является продуктом самосознания. А.К. Маркова отмечает, что именно самоопределение включает в себя понимание человеком смысла своего существования, в связи с этим оно не может быть сведено к самосознанию (Маркова, 1996, С. 58).

Анализ зарубежной литературы показал, что зачастую представления об идентичности рассматриваются в контексте образа Я, при этом понятие «Я-концепция» используется как эквивалентное (Мазур, 2012). В представлении К. Роджерса «Я-концепция» – сложная структурированная картина, существующая в сознании индивида и включающая в себя как собственно Я, так и отношения, в которые оно может вступать, а также позитивные и негативные ценности, связанные с воспринимаемыми качествами и отношениями Я в прошлом, настоящем и будущем (Роджерс, 1994). Поскольку «Я-концепция», по сути, является системой самовосприятий, возникших на основе взаимодействия с социальной средой и определяющих реакции человека на окружение, во многом данное представление кажется синонимичным представлениям Э. Эриксона об эго-идентичности.

Х. Ремшмидт, рассматривая соотношение «Я-концепции» и идентичности, различает Я (систему установок личности, обуславливающих её неповторимость и тождественность самой себе) и «самость» (совокупность индивидуальных восприятий и воспоминаний). В «Я-концепции» признаки самости выражаются абстрактно, она зависит от изменений социального окружения и общественных отношений. Идентичность же представляет собой осознание «непрерывности» во времени собственной личности и связанное с этим ощущение, что другие также признают это. Поэтому «Я-концепция» личности более изменчива, чем идентичность.

Еще одним понятием, используемым в качестве синонимичного термину «идентичность», является самость. В отечественной психологии термин «самость» изначально использовался в русле христианской философии. Так, в понимании П. Флоренского и А. Лосева самость – это «искра божия» в человеке, центр духа, источник сознательной, целеустремленной активности, деятельности Человека (История философии, 2000). В современной психологии понятие «самость» чаще используется в значении английского термина «self» и немецкого «selbst» (Вахромов, 2001). У. Джеймс считал «самостью» то постоянство личности, которое каждый из нас обнаруживает каждый раз, когда просыпается,

что во многом совпадает с определением идентичности, в связи с чем У. Джеймса, так же как и Э. Эриксона, считают одним из первых исследователей идентичности личности.

Таким образом, в отечественной психологии исследование процессов идентификации и феномена идентичности проходило в русле изучения смежных психологических категорий в наиболее широком смысле относящихся к области самосознания (самосознание, самоопределение, Я-концепция и т.д.). В зависимости от авторской позиции термин идентичность рассматривается и как отдельный феномен, и как используемый в синонимичном значении, что позволяет констатировать семантическую близость данных категорий.

### **Динамика эго-идентичности и кризис идентичности личности**

Представления о становлении эго-идентичности традиционно рассматриваются в рамках нормативных кризисов развития личности. Однако рассматривая идентичность личности в целом, в рамках различных теорий, можно обозначить некоторые другие возможности обретения идентичности. Так, обобщая многообразные подходы к определению и структуре персональной идентичности личности, А.Ш. Тхостов и Е.И. Рассказова выделяют следующие механизмы формирования идентичности (Тхостов, Рассказова, 2012).

1. Эмоциональное заражение, наиболее ярко проявляющееся в условиях «толпы», приводит к образованию недифференцированной, редуцированной идентичности, в основе которой лежит переживание эмоционального единства с другими людьми, событиями или объектами.

2. Идентификация (Hogg et al., 1995; Hogg, Reid, 2006), самокатегоризация и сопоставление себя с групповым прототипом, сближение с членами своей группы и дифференциация от членов других групп. Возникающая в результате идентичность во многом сходна с предложенной Дж. Марсиа (Marcia, 1966) предрешенной идентичностью личности.

3. Скрытая (изолированная) идентификация формируется на основании знаний и опасений человека, часто в связи со стигматизацией или самостигматизацией (Quinn, Chaudoir, 2009). В крайнем варианте формируется изолированная

(фантастическая) идентичность, абсолютно не связанная с окружающей человека социальной реальностью.

4. Слияние идентичности. Идентичность человека сливается с групповой идентичностью, при этом отдельная личность может совершать противоречащие своим интересам поступки во имя интересов группы. Наиболее разработана в теории самоподтверждения (Swann et al., 2009).

5. Когнитивная и аффективная переработка предлагаемого социумом прототипа исходя из личных целей и ценностей описана в концепции Э. Эриксона (Эриксон, 2006) и Дж. Марсиа (Marcia, 2002). Данный механизм идентификации неоднороден и существенно отличается в каждом индивидуальном случае (Schwartz et al., 2002, 2006; Crocetti et al., 2010). Принимаемая идентичность индивидуальна и может не соответствовать в полной мере социальным прототипам, несмотря на то, что они лежат в основе данного механизма. Кроме того, данный механизм идентификации может быть связан не только с общественными установками относительно развития человека, но и с установками в отношении конкретных предметов и вещей. Современная культура «общества потребления» позволяет выделить в качестве одного из компонентов идентичности вещественные предметы (личность, обладающая предметом), такой тип идентичности предполагает слияние образа Я и вещи (Carter, Gilovich, 2012).

Другой подход к определению механизмов обретения идентичности представлен в статье Н.В. Антоновой и В.В. Белоусовой, которые выделили следующие механизмы формирования идентичности:

- 1) идентификация со значимыми другими;
- 2) интериоризация мнений, высказываний других людей о себе;
- 3) самоопределение – принятие решений относительно самого себя, собственных качеств, убеждений, целей и ценностей.

В качестве механизма формирования идентичности человека Т.Д. Марцинковская называет *переживания* (Марцинковская, 2009). Исходя из этого становление наиболее глубинных форм идентификации требует переживания экзистенциального, трансцендентного опыта.

Многочисленные исследования подтверждают, что идентичность развивается на протяжении всей жизни человека, динамика развития которой связана с динамикой нормативных кризисов (Антонова, 1996; Иванова, 2003; Эриксон, 2006; Поварёнков, 2014). Процесс развития идентичности Ю.П. Поварёнков рассматривает через призму решения проблем и принятия решений. Он выделяет следующие направления в развитие идентичности.

1. Развитие потребностей и интересов как элементов идентичности личности.
2. Развитие притязаний (формирование дифференцированного образа идеального Я).
3. Глубокое осознание себя, своих возможностей и потребностей.
4. Совершенствование способов и специальных средств достижения идентичности.

Таким образом, автономная, зрелая или достигнутая эго-идентичность может быть сформирована лишь в ходе успешного процесса идентификации, ключевым моментом которого является переживание необходимости поиска собственной идентичности. Современные концепции идентичности ориентированы на анализ её динамической составляющей, при этом указывается на принципиальную незавершенность процесса формирования идентичности и его дискретность, наличие кризисов в развитии идентичности. Нормативные кризисы запускаются действием различных социальных факторов: отношением других индивидов, семьи, группы, общества, культуры, в рамках которой осуществляется социализация (Филиппова, 2010; Солдатова 2007).

Взрослые люди переживают как минимум три типа нормативных кризисов: профессиональные, семейные и личностные. Все они обусловлены изменением социальной ситуации развития, часто они совпадают по времени, каждый из них проходит в три этапа (предкритический, критический и завершающий). Очевидно, что изменение объективного уровня социальной ситуации развития в нормативном кризисе личности во многом определяется профессиональным и семейно-ролевым развитием взрослых людей.

Согласно Э. Эриксону, развитие личности прежде всего характеризуется переструктурированием её идентичности. Рассматривая 8 этапов развития личности, от новорожденности до глубокой старости, а в поздних трудах признавая существование 9-й фазы развития (характерную для поздней взрослости), Э. Эриксон рассматривал периодизацию развития личности с точки зрения возможностей формирования психологических новообразований за счет постановки новых задач развития. На каждом этапе существует взаимосвязь между развивающейся личностью и ее социальной средой, что обеспечивает преимущественно положительное разрешение психосоциальных кризисов. Общество и личность образуют единство, взаимно регулируя развитие друг друга. Социальные институты являются предпосылками индивидуального развития, а поведение развивающихся индивидов в свою очередь формирует институты и традиции общества. Общество не просто задает социальные ожидания, но и воссоздает матрицу развития человека (Rapaport, 1958, стр. 104). Л.И. Анцыферова, признавая значение эпигенетической теории для понимания фундаментальных процессов развития, все же подчеркивает, что Э. Эриксон понимает развитие как «... прибавление одного психологического новообразования к другому, но отнюдь не как изменение организации развивающейся системы» (Анцыферова, 1978, с. 239). Действительно, рассматривая развитие эго-идентичности как движение от диффузии (смещения ролей) к автономии (достижению подлинной идентичности), Э. Эриксон не рассматривает данный процесс в динамике, однако подчёркивает распространение данного принципа на весь жизненный путь.

Одним из продуктивнейших направлений развития эпигенетической концепции признается разработка идеи статусов эго-идентичности, предложенной Дж. Марсиа. В период подросткового возраста (а в последних работах и в развитии взрослых), согласно Дж. Марсиа, возможно наблюдение одного из четырех статусов эго-идентичности (J. Kroger, J.E. Marcia, 2011). На основе идей Э. Эриксона, Дж. Марсиа были предложены два критерия для формирования идентичности: анализ (первоначальное название «кризис», Марсиа, 1966) и



приверженность. В зависимости от представленности данных критериев в идентичности человека преобладает один из статусов: мораторий, диффузия, предрешенность и автономная (достигнутая) идентичность. Рассмотрим каждый из них более подробно.

Во время моратория идентичности личности человек пытается определить себя. Часто это проявляется в многочисленных рассуждениях и разговорах о том, кто он есть и кем он хочет быть. При благоприятном исходе мораторий идентичности личности завершается самостоятельно сделанным выбором и принятием обязательств по достижению идентичности; в противном случае человек может стать парализованным в своих метаниях от одной идентичности личности к другой, «застрять в вечном поиске себя». В том случае, если нет ни «решения», ни «кризиса», человек не задумывается над собственной идентичностью, Дж Марсиа называет это диффузным статусом идентичности. Предрешенный статус предполагает слепое принятие определенной идентичности, без поиска возможных альтернатив. Достигнутая идентичность может быть сформирована лишь в том случае, если на протяжении достаточно долгого времени человек перебирает возможные варианты своей идентичности и осуществляет осознанный выбор своих приверженностей. В то же время, как показывают исследования, воспринимать свой жизненный путь как предмет самостоятельного конструирования могут лишь творческие личности, занимающие подлинно субъектную жизненную позицию (Грязева-Добшинская, Мальцева, 2016).

В отечественной психологии концепция Дж Марсиа получила свое развитие в нескольких направлениях. Так Н.В. Антонова рассматривает статусы эго-идентичности с точки зрения двух параметров: «сила» идентичности (четкость самоопределения) и открытость (гибкость, готовность к изменениям), в результате были выделены следующие типы идентичности:

- 1) открытая нестабильная (конструктивный кризис);
- 2) закрытая нестабильная (деструктивный кризис);
- 3) открытая стабильная;

#### 4) закрытая стабильная идентичность.

Онтогенетически развитие идентичности, согласно Н.В. Антоновой, включает в себя следующие фазы.

1. Диффузная идентичность (от 0 до 3 лет) – человек не знает, «кто он», личность не сформирована, но в то же время уже начинают запускаться процессы идентификации и интериоризации.

2. Преждевременная идентичность (с 3 до подросткового возраста) формируется за счет «объяснений» значимых взрослых и их комментариев идентичности личности.

3. Кризис идентичности (подростковый возраст) характеризуется противоречиями между внутренним состоянием индивида и реакцией внешней среды, данный кризис может неоднократно повторяться в период взрослости, в связи с чем достижение идентичности является принципиально не завершенным процессом.

Тем не менее результат нормативного кризиса идентичности может варьироваться в зависимости от специфики его проживания. Н.В. Антонова выделяет следующие возможные варианты разрешения кризиса (Антонова, Белоусова, 2011): 1. Ликвидация противоречия за счет устранения диссонирующих элементов; 2. Активизация механизмов психологической защиты личности и отрицание кризисной ситуации. 3. Самоопределение и выработка новых навыков «решения проблем». Очевидно, лишь третий путь способствует прогрессивному развитию и формированию сильной, открытой идентичности.

Процесс становления идентичности никогда не прекращается полностью, человек может почувствовать полноценную (достигнутую, автономную) идентичность, однако через некоторое время течение жизни нарушает обнаруженное равновесие и начинается новый поиск (Рикер, 1995; Пламмер, 2000). В связи с этим при изучении идентичности необходимо ориентироваться на три составляющих: чувство идентичности, процесс формирования и конфигурация идентичности как результат этого процесса. Очевидно, что процесс

обретения (или точнее преобразования) идентичности может проходить по-разному, в связи с чем встает вопрос о показателях качества идентичности.

Ссылаясь на родство феноменов сознания и идентичности, Г.И. Малейчук предлагает проанализировать предложенные К. Ясперсом критерии сознания. Среди формальных признаков сознания К. Ясперс выделяет следующие (Ясперс, 1996):

- чувство деятельности (активность);
- чувство единства и целостности;
- осознание собственного постоянства, тождественности себе;
- осознание отличия себя от остального мира, четкая граница между Я и «не Я».

«В рамках этих четырех признаков сознание “Я” выказывает различные уровни развития: от простейшего, убогого бытия до полнокровной жизни, богатой самыми разнообразными осознанными переживаниями» (Ясперс, 1996, С. 23). Интересна также позиция М. Розенберга в отношении параметров развития самосознания личности, к которым он относил: дифференцированность образа Я, субъективную значимость образа Я, цельность, устойчивость и стабильность Я, самопринятие. Е.Т. Соколова предлагает рассматривать идентичность с точки зрения следующих качеств: целостность, дифференцированность, динамичность и устойчивость (Соколова, 1995, С. 4).

S. Akhtar, О. Кернберг, Е.Т. Соколова определяют направление развития идентичности в дихотомии фрагментарный – целостный. В качестве критериев сформированной идентичности они отмечают целостность, дифференцированность и динамичность (Akhtar, 1984; Кернберг, 2001; Соколова, 2002). Как описывала еще Э. Джекобсон, способность Я признавать свою целостность (несмотря на возрастающую сложность) является важнейшей функцией и характеристикой идентичности личности (Jacobson, 1964). Дифференцированность идентичности, очевидно, подчиняется законам развития, сформулированным еще В. Соловьевым, который писал, что любое развитие проходит через три необходимых момента:

- 1) недифференцированное единство – «безразличие»;
- 2) дифференцированность, разделенность;
- 3) новая целостность, интеграция, внутренняя свободная связность, органическое свободное единство всех элементов внутри целого (Соловьев, 2011).

Динамичность идентичности переживается как потенциальная изменчивость себя, своего Я, открытость новому опыту, что является важнейшим условием развития. Устойчивость (или стабильность) проявляется в ощущении себя как личности неизменной, независимо от изменения ситуации, роли, самовосприятия; в переживании своего прошлого, настоящего и будущего как единого целого; в ощущении связи между собственной непрерывностью и признанием этой непрерывности другими людьми (Малейчук, 2010). Исходя из этих критериев, в клинической психологии указывают на существование типов патологической (нарушенной) идентичности (Малейчук, 2010). Обобщая основные подходы к её исследованию, мы указываем на разработку следующих типов патологической идентичности личности (таблица 2).

Таблица 2

#### Типы патологической идентичности личности

Название (тип)	Описание
Диффузная идентичность	Неструктурированный, размытый образ Я и Другого, что связано с отсутствием стабильного чувства индивидуальной определенности (Соколова, 1995)
Ригидная идентичность	«Образ Я» излишне статичен, часто полностью соответствует представлениям человека об одной из своих социальных ролей, при игнорировании других аспектов Я. Правила и принципы для таких людей имеют решающее значение (Малейчук, 2010)
Ситуативная идентичность	Неустойчивый, ограниченный определенными условиями образ Я и Другого. Часто такой вид идентичности возникает в созависимых отношениях (Малейчук, 2010)
Фрагментарная идентичность	Отрывочный, неполный, разорванный образ Я. В человеке существует набор идентификаций, находящихся вне системы, целостности. Отдельные идентичности (субличности) живут своей жизнью (Малейчук, 2010)
Дефектная идентичность	Представление о себе как об ущербном, «недостаточном», характерно чувство вины или стыда за себя, попытки скрыть свою ущербность, страх перед её разоблачением (Моник, 2016)
Недостойная идентичность	Представления о себе как о плохом, характерны частые самообвинения при этом человек может видеть возможности развития и решения проблем, но не считать себя их достойным (Моник, 2016)

Описанные в таблице 2 варианты нарушения идентичности лишь в крайних вариантах проявления могут рассматриваться как клинические нарушения, для нормального развития идентичности также характерно закономерное чередование статусов эго-идентичности в период нормативных кризисов развития личности. Эриксон полагал, что преодоление неопределенной (диффузной) идентичности происходит на каждой стадии жизненного цикла и подразумевает развитие личности от инфантильности к социальной зрелости (Орлова, 2010). При этом зачастую человек сталкивается одновременно с нормативным кризисом в трех аспектах своего развития - в социо-, профессио- и онтогенезе (Горелова, 2002).

Динамика развития эго-идентичности рассматривается в рамках концепции нормативных кризисов взрослости Е.Л. Солдатовой, согласно которой социальная ситуация развития представляет собой исходный момент для всех динамических изменений, происходящих в развитии в течение определенного возрастного периода. В стабильный период развитие происходит внутри социальной ситуации развития, характерной для данного возраста. Критический возраст – момент смены старой социальной ситуации развития и образования новой. В культурно-исторической теории принято выделять объективный и субъективный аспекты социальной ситуации развития. Объективный аспект указывает на место личности в системе социальных отношений, субъективный аспект определяет внутреннюю позицию личности, переживание своих отношений с социумом. Е.Л. Солдатова обосновывает необходимость учета в развитии взрослых людей рефлексии изменений в системе отношений собственной личности, иными словами, рефлексивного уровня социальной ситуации развития.

В концепции нормативных кризисов взрослости Е.Л. Солдатовой уточнена фазовая динамика нормативных кризисов (Солдатова, 2007). Зародившиеся в предыдущей стабильной стадии психологические новообразования в дебюте нормативного кризиса усиливаются открытием новой возрастной формы развития и изменившейся объективно системой отношений. Актуализируясь, эти образования осознаются как более соответствующие новым задачам развития – происходит фиксация на них. По мере прохождения кризиса идеальный образ

конфликтует с реальностью (сложившимися индивидуально-личностными особенностями, социальными отношениями), что приводит к внутреннему конфликту и переживаниям несоответствия себе, сомнениям в собственной системе ценностей, в целях (II фаза кризиса). Объективные внешние изменения запускают эмоционально тяжелые процессы переосмысления ценностей, пересмотра отношения к действительности и к себе. Выход из кризиса (III фаза) связан с адаптацией к задачам и присвоением (персонализацией) личностных психологических новообразований (Солдатова, 2007).

В качестве критерия психологического возраста и продукта развития Л.С. Выготский выделяет психологические новообразования. В концепции эго-идентичности в нормативных кризисах взрослости Е.Л. Солдатовой дифференцируются представления о новообразовании возраста и новообразовании кризиса. Возрастное новообразование – системное личностное качество, приобретение, соответствующее определенному возрасту, которое определяет новый взгляд человека на мир. Возрастные психологические новообразования в период взрослости опосредованы задачами следующей возрастной стадии, латентно формируются в предшествующей стадии, проявляются и интериоризируются в периоды нормативных кризисов (Солдатова, 2007). Задачи развития представлены в культуре в виде нормативных критериев возраста, выраженных в возрастной терминологии, периодизации, ожиданий и стереотипов, заданных в качестве подразумеваемой нормы, элементов возрастной культуры, по которым представители данного возрастного класса идентифицируют себя как принадлежащие этому возрасту и отличаются от всех остальных. Интериоризация психологических новообразований взрослости в возрастном кризисе определяет психологическую готовность к переходу на следующий возрастной этап (там же). Новообразованием нормативных кризисов взрослости является достижение эго-идентичности, т. е. тождественности себе измененному в результате интериоризации психологических новообразований возраста. Задачи развития следующего этапа актуализируют в нормативном кризисе определенные свойства личности, которые составляют возрастные

психологические новообразования. Возрастные психологические новообразования отражаются в структуре эго-идентичности как новообразованием нормативного кризиса (Солдатова, 2005).

Рассмотрим кризисные и возрастные психологические новообразования периодов взрослости (Солдатова, 2010), а также представленные в исследовании Е.Л. Солдатовой характеристики образа возраста как нормативного элемента культуры (Солдатова, 2007).

Кризис перехода к молодости или ранней взрослости.

Возрастные психологические новообразования: профессионализация, создание семьи, разотождествление с родительской семьей, вхождение в социум и культуру, становление мировоззрения, духовности и отношения к себе.

Кризисное новообразование: достижение эмоциональной зрелости.

Характеристики образа возраста: активность в усвоении знаний, беззаботность, легкость, инфантильность, новые идеи, создание семьи, импульсивность, бескорыстность и др.

Кризис тридцати лет.

Возрастные психологические новообразования: принятие себя настоящего, осознание ценности «быть собой», собственный выбор личностью направлений саморазвития.

Кризисное новообразование: осознанная система ценностей и сформированная индивидуальная структура эго-идентичности.

Характеристики образа возраста: продуктивность, работа на прогресс общества, расцвет, пик активности, созидание нового, развитие возможностей, профессиональное развитие. Рождение детей. Открытость. Новаторство. Продвижение идей на благо общества. Накопление опыта и созидательных сил.

Кризис сорока лет.

Возрастные психологические новообразования: укрепление достижений в профессии, в супружеских и родительских отношениях, в гражданской и духовной позиции, обращение к себе, осознание системы основных жизненных ценностей, переопределение новых целей.

Кризисное новообразование: самодостаточность или сила эго.

Характеристики образа возраста: опыт, поддержание прогресса за счет стабильности, удержание достигнутых высот, воспитание детей, поддержка молодого поколения, обращение к Богу, обретение духовности, передача опыта.

Переход к возрасту поздней зрелости.

Характеристики образа возраста: сохранение активности, мудрость, хранение опыта, солидность, степенность, забота о здоровье, пассивность, снижение возможностей, смирение с изменениями.

Психологические новообразования кризиса перехода к поздней зрелости описаны не были, хотя очевидно, что теоретическая концепция нормативных кризисов Е.Л. Солдатовой может быть использована и для описания данного возрастного этапа. Применяв схему анализа содержания возрастного периода, предложенную Е.Л. Солдатовой, проанализировав наиболее общепринятые геронтопсихологические исследования, а также характеристики образа поздней зрелости, мы выделяем следующие возрастные психологические новообразования этого периода: обретение отстраненности от происходящего, созерцательности, отсутствия жизненных целей, ориентации на прошлое (Шахматов, 1996); резюмирование прожитой жизни (Хухлаева, 2002); осознание и решение экзистенциальной проблемы конечности бытия (Миннигалева, 2004); перенос энергии на другие формы активности и на новые роли (С.С. Худоян, 2016); адаптация к физическим изменениям (О.В. Хухлаева, 2002 др.).

Основной задачей поздней зрелости по Э. Эриксону является достижение эго-интеграции (Эриксон, 2006), которой присущи следующие особенности:

- все возрастающая личностная уверенность в своей приверженности к порядку и осмысленности;
- постнарциссическая любовь человеческой личности как переживание мирового порядка и духовного смысла прожитой жизни, независимо от того, какой ценой они достигаются;
- принятие своего жизненного пути как единственно должного и не нуждающегося в замене;



- новая, отличная от прежней, любовь к своим родителям;
- приязненное отношение к принципам прошлых времен и различной деятельности в том виде, в каком они проявлялись в человеческой культуре.

Обладатель такой личности понимает, что жизнь отдельного человека есть лишь случайное совпадение жизненного цикла с единственным отрезком истории, и перед лицом этого факта смерть теряет свою силу (Эриксон, 2000).

Анализ соответствующих теорий позволяет предположить, что новообразованием кризиса перехода к поздней взрослости является осознанность жизненного пути, которая включает в себя представление личности о непрерывности развития, об ответственности за выбор своего жизненного пути, своих способностях и возможностях осознанного влияния на свою жизнь. И хотя осознанность жизненного пути присутствует в каждом возрасте и является одной из центральных характеристик эго-идентичности личности, в пожилом возрасте происходит выход на более масштабный – исторический уровень осознанности своего жизненного пути, и формируется эго-интеграция – чувство завершенности на кульминационном отрезке жизненного цикла.

Обобщая вышесказанное, идентичность личности представляет собой системное, культурально обусловленное глубинное представление о своих социальных ролях (социальная идентичность), психологических особенностях (личностная идентичность) и собственной уникальности, тождественности самому себе во времени и пространстве (эго-идентичность). Наиболее глубинной характеристикой самоидентификации является эго-идентичность личности, которая закономерно изменяется на протяжении кризиса, характеризуясь определенным статусом: предрешенным в дебюте кризиса, диффузным в апогее и автономным в завершающей фазе нормативного кризиса. Достижение эго-интеграции возможно в позднем периоде онтогенеза, при этом наибольшее значение приобретает выход на максимально обобщенный исторический уровень осознанности жизненного пути. Динамика развития эго-идентичности предполагает глубокий и дифференцированный самоанализ и глубинное осознание своего Я, что возможно лишь в случае обладания достаточными

навыками рефлексии. Интегрирующая функция рефлексии обеспечивает координацию различных видов идентичности личности и осознание целостного образа я. В связи с этим целесообразно более подробно рассмотреть структуру и функции данного феномена, а также взаимосвязи уровня развития рефлексии и автономной идентичности личности.

### **1.5 Значение рефлексии в динамике эго-идентичности личности**

На наличие взаимосвязи уровня развития рефлексии и самопознания, саморегуляции, самооценки, идентичности личности неоднократно указывали как зарубежные, так и отечественные исследователи (Деева, 2005). У. Джеймс (Джеймс, 1991), различая «познающее Я» и «познаваемое Я», помимо первого описания идентичности человека, описывает процесс осознания себя, то есть рефлексии. Субъектная жизненная позиция характеризуется активностью в отношении самопознания и понимания своего места в разнообразных социальных ситуациях и формирует потребность в познании окружающего мира и самого себя в нем, своего Я, которое может быть осуществлено лишь посредством рефлексии (Калинина, 2015). Иными словами, рефлексия может рассматриваться в качестве детерминанты развития идентичности (М.О. Головина, 2005).

Традиционно высокий уровень рефлексии ассоциируется с устойчивым и целостным образом Я. Иными словами, способность оставаться самим собой зависит от возможности трансцендирования – «выхода» за пределы себя (Непомнящая, 2003). Рефлексия в особенности необходима для поддержания идентичности, в силу характерного для современности прессинга со стороны социальных институтов и необходимости постоянного пересмотра собственной идентичности и даже собственной способности к рефлексии. Как пишет А. Гидденс: «Я-идентичность является одновременно и целостностью, и способностью к рефлексии, то есть к “расщеплению”, “обдумыванию”» (Giddens, 1991, p. 37–38). Д.Б. Эльконин также указывает на необходимость рефлексии для субъектной позиции в развитии личности. «Переход от натуральной к культурной форме возможен лишь тогда, когда своё поведение человек рассматривает как

предмет изучения, анализируя собственное поведение вне себя» (Эльконин, 2001; С. 10).

Рефлексивные свойства характера «... наиболее интимно связаны с целями жизни и деятельности, ценностными ориентациями, установками, выполняя функцию саморегулирования и контроля развития, способствуя образованию и стабилизации единства личности» (Ананьев, 2001, С. 263). Подчеркиваются связи рефлексии с мышлением: «... мышление – необходимый компонент рефлексии личности и само становится объектом этой рефлексии» (Тихомиров, 2002, С. 4). Рефлексия выступает как значимый компонент самопонимания, результатом которого является объяснение «... человеком своих мыслей и чувств, мотивов поведения; умение обнаруживать смысл поступков; способность отвечать на причинные вопросы о своем характере, мировоззрении, отношении к себе и другим людям, а также о том, как они понимают его» (Знаков, 2005, С. 27). В бытийном контексте это называется «узнать правду о самом себе». Также рефлексия имеет решающее значение для развития творчества (Семенов, 2015) и творческой деятельности (Головин, 2014), саморегуляции (Мартынова, 2012).

Динамика статусов эго-идентичности в период нормативных кризисов развития личности предполагает пересмотр своего жизненного пути, места в мире, мировоззрения и базовых ценностей, что невозможно без навыков рефлексии. По сути, рефлексия имеет решающее значение в формировании достаточно дифференцированного и в то же время целостного образа Я. В то же время сам концепт рефлексии, как отмечают А.В. Карпов, И.Н. Семенов и др. исследователи данного феномена, разработан не достаточно. В связи с этим в рамках данной работы целесообразно провести анализ основных направлений исследования данного феномена, определив структуру, динамику развития и функции рефлексии, а также определить значение навыков рефлексии в формировании личностной зрелости.

### **Отечественные и зарубежные подходы к определению рефлексии**

Значительная философская направленность исследований, посвященных рефлексии, привела к достаточно низкой составляющей собственно конкретно-

научных, экспериментальных исследований данного феномена, наряду с большим количеством абстрактно-философских концепций гносеологического плана в отечественной психологии (Карпов, 2003). Зарубежные концепции, ориентируясь на экспериментальные исследования, рассматривают феномен рефлексии в рамках различных психологических концепций, используя различные термины для обозначения данного феномена, тем самым конкретизируя его (Леонтьев, Аверина, 2011). В западной психологии термин «reflection» как прямой перевод отечественного термина «рефлексия» практически не используется и даже отсутствует в словарях по психологии (например, в Oxford dictionary of psychology, 2003). В первую очередь это может быть связано с ориентацией на естественно научный подход в рамках традиционных для западной психологии подходов (структурализма, функционализма, бихевиоризма, гештальтпсихологии). В.Ю. Дударева и И.Н. Семенов предлагают следующие альтернативы использования термина «рефлексия» в западной психологии (Дударева, 2008): склонность к самоанализу (psychological mindedness); метакогнитивный процесс (metacognitions); представления о психических особенностях других людей (theory of mind); проблема осознаваемости процессов и деятельности (consciousness). Краткий анализ основных направлений исследования рефлексии в зарубежной психологии представлен в таблице 3.

Таблица 3

Направления исследования рефлексии в зарубежной психологии

Подход к анализу рефлексии	Отечественные аналоги	Основные положения, специфика
<b>Склонность к самоанализу (psychological mindedness)</b>		
D.R. Boroto D. Barry D.A. J.R. Allen Huebner L. Kearns M. Beitel	А.В. Карпов	Рефлексия предполагает учет влияния внутренних состояний (мыслей и чувств) при анализе поступков и поведения, как своих собственных, так и других людей, что проявляется в субъектной позиции личности

Подход к анализу рефлексии		Отечественные аналоги	Основные положения, специфика
<b>Метакогнитивный подход (metacognitive approach)</b>			
D. Kirkpatrick D. Chalmers P.R. Pintrich T. Garcia P. Ramsden D. Beswick J. Bowden J.H. Flavell F.L. Green	M.V.J. Veenman, P. Afflerbach R. E. Mayer J. B. Biggs P. J. Moore J. R. Baird R.T. White S.E. Volet C.I. Weinstein	Г.П. Щедровицкий Н.Г. Алексеев Д.Б. Эльконин В.В. Давыдов	Рефлексия рассматривается как метакогниция, регулирующая мышление и поведение, предполагает анализ собственных познавательных способностей, возможностей, стратегий и тактик решения когнитивных задач
<b>Представления о психическом (theory of mind)</b>			
J. Bennett D.C. Dennett G. Harman J.W. Astington A.M. Leslie B.F. Malle	L.J. Moses M.J. Chandler K. Nelson D. Plesa S. Henseler D. Premack G. Woodruff	Л.С. Выготский П.Я. Гальперин Д.Б. Эльконин И.Н. Семенов С.Ю. Степанов	Под рефлексией понимается способность разделять внешнюю реальность и внутренние, независимые психические состояния (мысли и мнения), в том числе, и на уровне интуиции, способность представлять ситуацию с разных точек зрения
<b>Проблема осознания (consciousness)</b>			
D.M. Wegner R.R. Hassin W. Damon D. Hart	J.S. Uleman J.A. Bargh R.G. Mills L. Oppenheimer	И.С. Кон В.И. Слободчиков Г.А. Цукерман	Рефлексия рассматривается как более широкое понятие по отношению к сознанию. Как и сознание, рефлексия может быть ошибочной (не соответствующей реальности). Исследуются возможности влияния на процессы рефлексии и ошибки рефлексии и сознания

Как видно из таблицы 3, проблема рефлексии в зарубежной психологии представлена достаточно полно, однако нет единства ни в понимании содержания процессов рефлексии, ни в её структуре. Феномен рефлексии должен рассматриваться в системе, интегрируя представления о рефлексии как о процессе, свойстве и состоянии психики. Эмпирическая направленность психологических знаний позволила выявить ряд закономерностей, связанных с рефлексией, однако очевидна недостаточная концептуализация данного понятия в зарубежной психологии.

Проблема вариативности понимания рефлексии, характерная для зарубежного подхода, актуальна и для отечественной психологии (Гончарова, 2016).

Понимание термина достаточно разнообразно и зависит от научной школы, в рамках которой оно разрабатывается, кроме того, в отличие от зарубежной психологии отечественные концепции не всегда в достаточной мере подкреплены эмпирическим материалом (Голубева, 2014). Анализируя проблемы, с которыми сталкивается исследователь, изучая феномен рефлексии, А.В. Карпов указывает на относительную неопределенность понятийного статуса «рефлексии» в системе психологических знаний, недостаточную разработанность методических аспектов проблемы рефлексии, а также экспериментальных и эмпирических методов её изучения (Карпов, 2003).

В наиболее широком смысле рефлексия в отечественной психологии выполняет организующую функцию развития психики, и в первую очередь самосознания, такое понимание рефлексии поддерживали Б.Г. Ананьев, Л.С. Выготский, С.Л. Рубинштейн, Б.В. Зейгарник. Л.С. Выготский, анализируя концепции современников, подчеркивал, что процессы рефлексии и основанного на ней самосознания необходимо рассматривать в развитии, которое в свою очередь связано с окружающей человека социальной ситуацией, при этом и самосознание, и рефлексия поддаются анализу и могут быть изучены экспериментальными методами (Выготский, 1984, С. 228 - 233). Отдельные аспекты проблемы рефлексии рассматриваются с точки зрения различных научных школ и направлений, порождая вариативность использования понятия рефлексии (Шигабетдинова, 2014). Так, А.В. Карпов указывает на возможность исследования феномена рефлексии в контексте деятельности, психологии мышления, организации коммуникативных процессов, структуры совместной деятельности, педагогики, развития личности, генетического направления, «системомыследеятельностного» подхода, метакогнитивной парадигмы, самопознания и самопонимания, управленческой деятельности и управления в целом. И.Н. Семенов и С.Ю. Степанов выделяют четыре аспекта изучения рефлексии: кооперативный (рефлексия как выход субъекта во внешнюю позицию по отношению к собственной деятельности; представлен в работах В.В. Рубцова, А.А. Тюкова, Т.П. Щедровицкого), коммуникативный (рефлексия

как сторона общения, способность встать на позицию другого, понять его образ мыслей; представлен в работах И.Е. Берлянд, К.Е. Данилина, А.А. Бодалева, Е.В. Смирновой и А.П. Сопикова), личностный (рефлексия как механизм интеграции, переосмысления Я; представлен в работах Е.Р. Новиковой, И.Н. Семенова, С.Ю. Степанова) и интеллектуальный (рефлексия как интеллектуальная способность, умение; представлен в работах Н.Г. Алексева, Л.Л. Гуровой, А.З. Зака, В.В. Давыдова).

В зависимости от содержания анализируемого сознания, Д.А. Леонтьев выделяет 4 основных направления в изучении рефлексии (Леонтьев, 2003):

- как осознание определенных аспектов внешней ситуации и идеального её преобразования;
- как самосознание;
- как решение задачи «на смысл»;
- как критическая переоценка ценностей в контексте проблемы смысла жизни.

О.В. Перевалова выделяет три основных подхода к рефлексии личности (Перевалова, 2012):

- когнитивно-деятельностный (Г.П. Щедровицкий, О.С. Анисимов, Н.С. Ладенко, В.А. Лефевр);
- рефлексивно-гуманистический (К. Роджерс, Дж. Бюджентал, С.Л. Рубинштейн, И.Н. Семенов, С.Ю. Степанов);
- системный (А.В. Карпов, В.Д. Шадриков, И.М. Скитяева).

Представленная нами классификация подходов к определению рефлексии базируется на вышеперечисленных исследованиях и отражает отношение к функциональной специфике рефлексии и её значение в развитии и структуре психики человека. Специфика понимания феномена рефлексии в проанализированных нами основных направлениях и подходах к её исследованию в отечественной психологии представлена в таблице 4.

## Подходы к определению рефлексии в отечественной психологии

Научный подход	Представители	Определение рефлексии, специфика понимания термина в подходе
Деятельностный подход	Л.С. Выготский С.Л. Рубинштейн А.Н. Леонтьев В. А. Леви Г.Н. Солнцева	Рефлексивная деятельность – план или схема действий, активность, направленная на осознание целей и задач деятельности (Леонтьев, 2005), деятельность, целью которой является осознание своего текущего состояния, противоречий между возможным и желаемым, а значит, рефлексия порождает мотив саморазвития. Опыт рефлексии зависит от разнообразия и содержания деятельности
Психология мышления Мыследеятельностный подход	Н.Г. Алексеев А.В. Брушлинский В.В. Давыдов В.К. Зарецкий Б.В. Зейгарник Ю.Н. Кулюткин В.Ю. Степанов И.С. Ладенко Г.П. Щедровицкий И.Н. Семёнов	Рефлексия является личностным компонентом мышления. В связи с этим она рассматривается в качестве значимого компонента теоретического мышления (Давыдов), творчества (Пономарев), познавательных процессов (Алексеев), воображения (Брушлинский) и т. д. Рассматривали проблему рефлексии в педагогическом ключе. Разрабатывали понятие «рефлексивное мышление»
Метакогнитивный подход	П. Дернер А.В. Карпов И. М. Скитяева Дж. Флейвел М.А. Холодная Я.А. Пономарев	Рефлексивность выступает как метаспособность когнитивной подструктуры психики, регулирующая работу всей системы (контроль и оценка своего поведения и деятельности, мышления, эмоциональной сферы), интегрирующая её. Одновременно рефлексия является способом и механизмом выхода психики за собственные пределы
Социальный подход Изучение рефлексивных коммуникативных процессов	Г.М. Андреева А.А. Бодалев Н.В. Ключева Л.А. Петровская С.Ю. Курганов К.Е. Данилин Е.А. Смирнова А.П. Сопиков С.В. Кондратьева Е.Б. Старовойтенко	Рефлексия – отражение человеком внутреннего мира других людей (Сопиков, Смирнова), важная составляющая развитого общения и межличностного восприятия, специфическое качество познания человека человеком (Данилин), осознание действующим индивидом того, как он воспринимается партнером по общению. Субъектная позиция партнеров по общению предполагает двустороннюю идентификацию с партнером с учетом мотивов, установок, потребностей другого человека и его понимания мотивов, установок, потребностей партнера по общению, а также самоотражение



Научный подход	Представители	Определение рефлексии, специфика понимания термина в подходе
Акмеологический подход	В.Г. Асеев А.П. Зинченко И.С. Кон А.С. Шаров А.И. Филатов	Рефлексия – базовый фактор развития потенциала личности, психологический механизм становления и самоопределения человека в различных жизненных обстоятельствах, в процессе реализации которого протраивается ценностно-смысловая сфера личности, организуется система возможных границ взаимодействия личности с миром людей и вещей. Рефлексия – это механизм, обеспечивающий как дифференциацию различных подструктур Я, так и их интеграцию в неповторимую целостность
Естественно-научный подход	П.К. Анохин Н.А. Бернштейн В.М. Бехтерев А.Р. Лурия И.М. Сеченов	Рефлексия реализует принцип обратной связи за счет выполнения регулятивной и конструктивной функции. Рефлексия здесь отождествляется с самоощущениями собственного тела в процессе реальных двигательных актов
Практико-ориентированный подход	А.В. Карпов Д.В. Ушаков В.Д. Шадриков М.Д. Кузнецова	Рефлексия рассматривается как одна из сторон способностей. Рефлексия отражает анализ мотивов и целей деятельности, внешних и внутренних условий, возможных программ деятельности, процессов выполнения и результатов отдельных действий, направленных на решение промежуточных задач, качественный анализ итоговых результатов в контексте поставленных целей и т. д.

Очевидно, таблица 4 не охватывает все возможные подходы к определению рефлексии, так, в качестве примера оригинальной концепции рефлексии можно привести концепцию М.Н. Аплетая, который анализирует данный феномен, исходя из представлений о нравственности, и представляет рефлексю как форму деятельности совести (Аплетая, 1997). Однако в рамках данной работы важнее составить общее понимание данного феномена и возможностей его развития, чем детализировать анализ всех существующих концепций рефлексии. Как видно из таблицы 5, представления о природе рефлексии разнятся в зависимости от подхода к ее определению. Сложность определения рефлексии заключается в том, что данная психическая реальность характеризуется и как функциональная

составляющая мыслительного процесса, и как деятельность, и как индивидуальная человеческая способность (Шигабетдинов, 2014). Обращает на себя внимание процессуальный характер всех рассматриваемых нами определений. Одним из наиболее перспективных направлений в исследовании рефлексии, на наш взгляд, является подход А.В. Карпова, позволяющий перейти к объективным измерениям, анализу и развитию рефлексии. Тем не менее сама структура феномена рефлексии, как и её функции, остаются недостаточно изученными и требуют дальнейшего уточнения.

### **Структура и функции рефлексии**

Терминологическая неопределённость, как и в случае с идентичностью, породила множество вариантов классификации феноменов рефлексии, что отразилось в появлении таких видов рефлексии, как экзистенциальная, саногенная, культуральная, логическая, личностная, межличностная, коммуникативная, социально-перцептивная, ретроспективная, ситуативная, перспективная, тупиковая, внутрисубъектная, межсубъектная и др. (Петровская, 2015). Кроме того, само понятие рефлексии, уточняясь в различных концепциях, претерпело столь существенные изменения, что были выделены разноуровневые понятия, отражающие тот или иной аспект процесса рефлексии. Так, можно говорить о рефлексивных способностях, рефлексивной культуре, рефлексивной деятельности, биографической рефлексии и т. д. Акцентируя свое внимание на некотором аспекте рефлексии, авторы получают возможность её экспериментального исследования, но в то же время важно рассматривать феномен рефлексии в его онтологической целостности, учитывая различные проявления данного феномена.

Как уже указывалось ранее, рефлексии следует рассматривать в единстве трех её проявлений: как процесса, как свойства и как состояния, взаимно детерминирующих друг друга. Кроме того, рефлексия является всегда направленным процессом и может значительно различаться в зависимости от объекта рефлексии (Chapling, 1984). А.В. Карпов, исследуя возможности направленности рефлексии, предлагает следующую её классификацию:

интрапсихическая рефлексивность (способность к самовосприятию и самоанализу содержания психики) и интерпсихическая рефлексивность (способность к пониманию психики других людей). Кроме того, он предлагает классифицировать виды рефлексии по «временному» признаку: ситуативная (актуальная), ретроспективная и перспективная рефлексия.

Очевидны также разночтения в определении структуры рефлексии. Так, Е.Б. Старовойтенко, рассуждая о многоплановости структуры рефлексии в различных исследованиях, приводит следующие базовые структурные компоненты: интенционально-тематический компонент (объекты рефлексивной активности); содержательный компонент (знания о себе, появляющиеся в процессе рефлексии: образ Я, Я-концепция и т. д.); операциональный компонент (мыслительные операции рефлексии: самоанализ, самообобщение, синтез я и т. д.); экзистенциальный компонент (проживание акта рефлексии) (Старовойтенко, 2004). А.А. Головин, анализируя структуру рефлексии как профессионального новообразования студентов-психологов, выделяет в структуре рефлексии: рефлексия профессионального выбора, личностного соответствия, «барьера» (степень сложности достижения Я-профессионального), роста (выявление качеств, которые необходимо развить), высоты порога (максимальная и минимальная степень возможности человека решить задачу, лежащую за пределами его актуальных возможностей), ресурса, ретроспективы, перспективы, миссии, рисков, действия (непосредственное осмысление рефлектирующим субъектом своих действий) (Головин, 2014). Структурно-функциональная модель рефлексии Дроздовой С.А. включает в себя операциональный (рефлексивные качества и операции), функциональный (значение в развитии идентичности; осознании мотивов и целей своей деятельности; самооценки и оценки своих действий; регуляции своего поведения) и содержательный (феноменологический аспект рефлексии, в рамках которого описаны ее виды: личностная, социальная, культурная и профессиональная) модусы рефлексии (Дроздова, 2011).

Сосредотачиваясь не на рефлексии, понимаемой как психическое состояние или процесс, а на рефлексивности как субъектном свойстве индивида,

А.В. Карпов предлагает экспериментальные методы изучения данного феномена (Карпов, 2003). Выделяя в качестве ведущей функции рефлексии саморегуляцию, он указывает на возможность структурирования и управления навыками рефлексии на уровне «деятельностного рефлексирования». А.В. Карпов рассматривает четыре уровня рефлексивных процессов: рефлексивную способность, рефлексивную готовность, рефлексивную компетентность и рефлексивную культуру.

Рефлексивная способность представляет собой возможность человека осуществлять рефлексию в отношении различных видов собственной деятельности. Как подтверждают И.М. Войтик, И.Н. Семенов, рефлексия может присутствовать и способствовать осуществлению любых процессов и видов деятельности (Войтик, 2001). Рефлексивная способность также может рассматриваться как компонент успешной самореализации (Гаврилин П.В.).

Рефлексивная готовность проявляется в преодолении стереотипных форм мышления и поведения, связана с переосмыслением культуры, социальных норм, изменением форм взаимодействия с другими людьми.

Рефлексивная компетентность отражает способность личности к самоактуализации, самосовершенствованию и развитию, она позволяет адекватно обстоятельствам и в соответствии с реальностью осуществлять рефлексивные процессы, что проявляется в саморазвитии, созидательной, творческой деятельности.

Высшим проявлением рефлексии, с точки зрения А.В. Карпова, является рефлексивная культура, которая характеризуется следующими составляющими (Карпов, Скитяева, 2004):

- готовность и способность к проявлению творческого подхода в проблемно-конфликтных ситуациях;
- умение находить новые смыслы и ценности в окружающих человека жизненных событиях;
- умение адаптироваться в новых межличностных взаимодействиях;
- умение неординарно подходить к решению сложных, проблемных ситуаций.

Таким образом, в исследовательское поле «рефлексии» входит достаточно обширная система психологических феноменов, разнообразных как по уровню сложности, так и по степени изученности. Так, В.К. Елисеев, Е.Л. Ушакова указывают на существование трех возможных определений понятия «рефлексия»: во-первых, как механизм мотивационно-личностного уровня саморегуляции, во-вторых, как процесс, опосредованный социальными нормами и ценностями, в-третьих, как система внутренних требований, определяющих активную (субъектную) жизненную позицию личности (Елисеев, 2011).

Еще один способ конкретизации понятия рефлексии – это рассмотрение рефлексии в качестве способности или компетенции. Так, О.В. Перевалова выделяет следующие признаки рефлексивных способностей: многофункциональность; интегративность; инструментальность (Перевалова, 2012). В качестве параметров развития рефлексивных способностей она выделяет: наличие мотивации самопознания, адекватной самооценки, дифференцированного самоотношения, способности к децентрации, что во многом согласуется с представлениями о достигнутой (автономной) эго-идентичности личности. Схожее определение дает О.П. Нестеренко, рассматривая рефлексивную компетенцию как способность выявлять алгоритмы, мотивы и результаты своих действий, поведения и мышления, соотносить свой опыт деятельности с целями, с учетом достоинств и недостатков собственной деятельности (Нестеренко, 2010). Е.Л. Ушакова несколько шире трактует данное понятие, описывая рефлексивную компетенцию как интегральное, динамическое, структурноуровневое образование личности (Ушакова, 2013), по сути, отождествляя рефлексивную компетенцию с рефлексией в целом. В качестве основных показателей рефлексивной компетенции называют способности к определению, оценке и анализу ценностей и потребностей, собственных текущих и недостающих для самореализации знаний, умений и навыков, тактик и стратегий личностного развития (Шадриков, 2013).

Интересным с точки зрения темы нашего исследования является анализ биографической рефлексии, которая рассматривается как предметная форма

рефлексии, направленная на осмысление субъектом своей жизни (Клементьева, 2013). М.В. Клементьева выделяет два типа биографической рефлексии: рефлексию жизненного опыта (рефлексию бытийно-экзистенциального содержания опыта жизни) и рефлексию жизненного пути (интеграцию жизненного пути в целом). Субъект рефлексии жизненного опыта дезадаптирован, но открыт новому опыту самопознания и стремится к изменению себя и своей жизни. Субъект рефлексии жизненного пути хорошо адаптирован, видит себя автором своей жизни, доверяет себе и одобряет свою жизнь (Клементьева, 2014).

Рефлексия признается одним из важнейших механизмов саморегуляции (Шапарь, 2006; Тутушкина, 2001). Регулятивная функция рефлексии проявляется прежде всего в смысловой насыщенности жизненного пути личности (Клементьева, 2013). Некоторые определения рефлексии напрямую отражают данное положение. Так, в некоторых определениях под рефлексией понимается осознанное отношение к своей жизни и личности (Рубинштейн, 1997), анализ смысла своей жизни (Леонтьев, 2000; Сапогова, 2011), самоосуществление (Степанов, 2006). Исходя из вышесказанного, становится очевидным, что рефлексия выступает одним из факторов и условий развития личности. Кроме того, именно преобразование индивидуального опыта посредством рефлексии порождает индивидуальность процессов развития при схожих культурно-социальных условиях, в то же время высокоразвитые навыки рефлексии позволяют человеку лучше интерпретировать и осознавать требования общества, а значит, более успешно социально адаптироваться.

Процесс рефлексии также имеет свои динамические особенности. Так, согласно S. Duval и R. Wicklund, в развитии рефлексии можно выделить 4 фазы (Duval, 1972):

- 1) сосредоточение внимания на себе;
- 2) самооценка;
- 3) аффективная реакция;

4) стремление уменьшить обнаруженные расхождения между своим поведением и подразумеваемым идеалом или нормой.

Итогом данной внутренней работы может стать либо отказ от рефлексии (во избежание дальнейших мучений), либо изменение поведения и образа мыслей.

Очевидна также поступательность развития рефлексии в онтогенезе. Так, Н.В. Дорофеева указывает на следующие особенности рефлексивного развития: непрерывность, стадийность, преемственность, зависимость от уровня развития других аспектов психики (сознания, эмоционально-ценностного отношения к себе и саморегулирования деятельности и поведения) (Дорофеева, 2008). Анализ динамики развития предполагает наличие критериев и показателей сформированности рефлексии. М.В. Волкова описывает следующие уровни сформированности рефлексивных умений личности. Во-первых, номинативный (описание действий и впечатлений, без их интерпретации); во-вторых, «фатальный» (экстернальная интерпретация); в-третьих, «искаженный» (искаженная интерпретация субъектом собственных поступков и поведения других людей при отрицании возможности другой интерпретации); в-четвертых, «заикленный» (применение однотипной формы рефлексии); в-пятых, пассивно-адекватный (адекватная интерпретация, не приводящая к формированию адекватного поступка); и наконец, конструктивный (адекватная интерпретация, порождающая творческую самореализацию личности). Данный уровень является показателем сформированной рефлексивной культуры личности.

Таким образом, рефлексия играет решающую роль в формировании и развитии зрелой личности взрослого человека, выполняя регулирующую и мотивационную функции. Структура рефлексии по-разному описывается разными авторами, так же как и её виды. В то же время представляется перспективным анализ рефлексии с точки зрения направленности временной перспективы и её содержания, предложенной А.В. Карповым. Структура рефлексии предполагает тесную связь данного феномена с эго-идентичностью личности и процессом самоидентификации, проанализируем специфику данной взаимосвязи более подробно.

## **Влияние уровня развития рефлексии на достижение автономной идентичности личности**

Рефлексия в отечественной психологии рассматривается как необходимое условие или «инструмент» саморазвития, личностного роста, позволяющий отследить причинно-следственные отношения на своем жизненном пути, принять на себя ответственность за свою жизнь, осуществлять осознанный самоконтроль. «Выход в рефлексию» является важнейшим условием самоопределения человека и его социокультурной идентификации (Щедровицкий, 2004; Слободчиков 1995, С. 94). Навыки рефлексии необходимы для формирования целостного, интегрированного образа Я, устойчивого самоотношения (Безгина, 2007). Традиционно считается, что высокий уровень рефлексии помогает клиентам достичь больших результатов в психотерапии (Boylan, 2006, Hua et al., 2007; Joуse, McCallum, 2004). И действительно, недостаточный уровень развития рефлексии, как показывают клинические исследования, коррелирует с примитивностью жизненных ориентаций личности и смысла собственной жизни, инфантильностью, чрезмерным прагматизмом, отсутствием целостного представления о собственной жизни, а также трудностями и конфликтами в межличностных отношениях (Елисеев, 2011).

Гипотеза о взаимосвязи высокого уровня рефлексии как условия и ресурса достижения автономной идентичности личности достаточно популярна в традиционных исследованиях на эту тему. Однако многочисленные эмпирические исследования опровергают данную гипотезу (Fenigstein, 1997). Так, высокий уровень склонности к самоанализу коррелирует с низкой самооценкой и тенденцией к утаиванию своих истинных чувств, что скорее препятствует успешной работе с клиентом. В отечественной психологии (И.С. Кон, А.К. Маркова и др.) также подчеркивается не всегда положительная роль рефлексии в саморазвитии. Так, чрезмерное внимание к своему внутреннему миру, тщательный анализ своего поведения и себя самого с точки зрения других людей может препятствовать осуществлению собственной продуктивной деятельности.



Углубленная рефлексия из критического самоанализа может перейти в «бесплодное самокопание».

В том случае, если внимание индивида направлено на самого себя в контексте конкретной ситуации и системы отношений, он смотрит на себя как бы глазами других, воспринимая себя как объект (Кон, 1978). Гипертрофия такого самовосприятия дает застенчивость (self-consciousness), то есть акцентуированное самоосознание, повышенную озабоченность индивида своей самостью и тем, как её воспринимают окружающие. Если же внимание направлено на содержание и ситуацию своей деятельности, оно фокусируется вовне, обращено к личностно значимым элементам среды и содержания деятельности. Гипертрофия этого свойства понижает способность субъекта замечать противоречивость своих мотивов и действий, уменьшает потребность проверять свои суждения, порождает самоуверенность (Кон, 1978).

Амбивалентность роли рефлексии в развитии самосознания индивида также подчеркивают Д.А. Леонтьев и Е.Н. Осин, очевидная положительная роль рефлексии в развитии личности сочетается с рефлексивностью как свойством, характерным для личности бездействующего, пассивного человека (Леонтьев, 2014). Как показывают исследования (Kuhl, 1987), склонные к рефлексии люди значительно реже реализуют свои намерения по сравнению с ориентированными на действие индивидами. Погружаясь в размышления о возможном влиянии ситуации, склонные к рефлексии люди с большим трудом принимают решения и менее склонны к ожиданию успеха в собственной деятельности (Васильев и др., 2011). Кроме того, рефлексия может стать своеобразным ответом на стресс, когда человек перебирает возможные причины своего состояния, поступков, реакций, что в конечном счете усиливает депрессивное состояние и дезадаптацию личности (Nolen-Hoeksema et al., 2008).

Несомненно, велико значение рефлексии и в проживании нормативных кризисов взрослости: переоценка ценностей, своего места в социуме и мире, динамика статусов эго-идентичности определяются возможностью взгляда на себя со стороны, самоанализа и самонаблюдения. Очевидно, именно рефлексия

позволяет наиболее продуктивно проживать нормативные кризисы взрослости, достигая автономной идентичности личности на каждом возрастном этапе.

Изменение готовности к рефлексии в период нормативных кризисов закономерно, так, преждевременная идентичность сопровождается наиболее низким уровнем развития рефлексии, а в период острого кризиса уровень рефлексии значительно повышается (Дроздова, 2012). Рефлексия, отражая внутреннюю жизнь человека (Мамардашвили, 1994), позволяет в большей мере контролировать процесс переструктурирования ценностно-смысловой сферы личности в период нормативных кризисов, именно благодаря возможности рефлексивной оценки человек может занять подлинно субъектную позицию и осознанно встать на путь самоопределения.

Проживание нормативных кризисов неизбежно как для людей, склонных к рефлексии, так и для тех, кто по каким-либо причинам к ней не способен, однако сам процесс проживания кризиса у них разнится. Рефлексия позволяет рассмотреть собственные мысли, чувства, поступки как бы со стороны, что обеспечивает способность, выйдя за пределы собственной жизни, интегрировать её (Слободчиков, 1994). Лишь человек, обладающий внутренней рефлексией, может жить подлинно осознанной и произвольной жизнью. Рефлексия позволяет в период кризиса переосмыслить свой жизненный путь, ценностно-смысловую обусловленность своей жизни. Процесс переосмысления можно представить в виде последовательно сменяющих друг друга фаз (Семенов и др., 1986):

- 1) понимание кризисной ситуации и актуализация смысловых структур Я;
- 2) исчерпание текущих смыслов при попытках разрешения кризиса шаблонными методами;
- 3) обнаружение противоречий и обесценивание текущих смыслов;
- 4) собственно фаза «переосмысления» – формирование новых смыслов;
- 5) реализация обретенных смыслов, адекватное преодоление противоречий.

Рефлексия актуализирует во внешнем плане смысложизненные мотивы, в соответствии с индивидуальной интерпретацией возрастных задач развития, возникающей в ходе интериоризации социальных экспектаций. Культивирование

потребности сохранения активной жизненной позиции, продуктивности, творческого самовыражения характерное для современного общества выдвигает данные смыслы на первый план в период нормативного кризиса перехода к поздней взрослости, маскируя экзистенциальные задачи развития личности характерные для данного возраста. В то же время понимание генеративности с точки зрения возможности передачи своего опыта последующим поколениям (одна из ведущих задач поздней взрослости) «определяет способность оглянуться вокруг, заинтересоваться другими людьми, стать продуктивным, что, в свою очередь, делает человека счастливым» (Горелова, 2004. С.140).

Учитывая слова С.Л. Рубинштейна о том, что рефлексия «... как бы приостанавливает, прерывает непрерывный процесс жизни и выводит человека мысленно за ее пределы», мы предполагаем, что именно программа, ориентированная на создание условий готовности к рефлексии в период нормативного кризиса перехода к поздней взрослости, позволит успешно решить проблему его проживания, интериоризировать адекватный культуральный образ пожилого человека в свою идентичность и обеспечить активную, благополучную и даже, выражаясь словами В.Д. Шадрикова, счастливую старость. Зарубежные исследования подтверждают наши предположения, так, S. Pincharoen указывает на ведущую роль рефлексии в достижении эго-интеграции как личностной зрелости (Pincharoen, 2003), а J. Sneed и S. Whitboume подтверждают гипотезу о взаимосвязи готовности к рефлексии и статусов эго-идентичности в зрелости и старости (Sneed, 2002).

Обобщая вышесказанное, можно сказать, что рефлексия имеет решающее значение в процессе идентификации, являясь, по сути, инструментом саморазвития личности человека и достижения личностной зрелости, обеспечивая глубинное понимание происходящих в период кризиса трансформаций личности. В то же время сам процесс идентификации развивает рефлексивную природу мышления, так как в процессе человек может посмотреть на себя глазами значимого другого, что способствует личностному росту и формированию более

адекватного представления о собственной личности, гармонизации самоотношения и отношений с другими людьми.

Таким образом, организующая функция рефлексии в период нормативного кризиса развития личности позволяет более четко осознавать происходящие изменения, что создает условия для достижения автономной эго-идентичности, а значит и личностной зрелости. Интеграция представлений о себе за счет активизации навыков рефлексии позволяет успешно проживать нормативные кризисы, достигая личностной зрелости на текущем возрастном этапе, что позволяет предположить определяющее значение рефлексии в специфике проживания нормативных кризисов развития личности, в том числе и в поздних возрастах.

#### **1.6 Психологические механизмы, содержание, условия и критерии достижения эго-интеграции**

Теоретический анализ показал, что смена статусов эго-идентичности во время нормативного кризиса развития взрослого человека определяет динамику достижения личностной зрелости, которая в период поздней взрослости представляет собой эго-интеграцию. В связи с этим теоретическая модель формирования эго-интеграции как личностной зрелости будет во многом соответствовать универсальной модели проживания нормативных кризисов, предложенной Е.Л. Солдатовой и обсуждаемой в параграфе 1.4 данной главы. В нашем понимании, эго-интеграция – это особый уровень личностной зрелости, которого человек достигает в апогее личностного развития и который соответствует задачам развития поздней взрослости, поскольку именно в геронтогенезе личность способна выйти в своём развитии за рамки собственного эго, приобщившись к социальному и историческому опыту. Для построения модели необходимо определить основные проблемы нормативного кризиса перехода к поздней взрослости, ресурсы его проживания, а также критерии достижения эго-интеграции как личностной зрелости.

Специфическими для кризиса перехода к поздней взрослости являются следующие проблемы:

- необходимость интеграции и принятия прожитой жизни (Рыбинская, 2013);
- определение социально-исторической значимости своей жизни (Эриксон, 2006);
- стремление к осмыслению жизни, подведению итогов своей деятельности, размышлениям о смысле прожитых лет (Носко, 2007);
- осознание и разрешение проблемы конечности бытия (Эриксон, 2006);
- адаптация к новой социальной роли.

Лишь интеграция собственной жизни позволяет принять невозвратимость прошлого и без страха увидеть свое будущее (Коваль, 2011), осознавая позитивные стороны актуальной жизненной ситуации (Логунцова, 2011).

Для успешного проживания трудных жизненных ситуаций и достижения лично значимых целей каждый человек в период кризиса мобилизует свои социальные, физические и духовные возможности – ресурсы личности (Бодров, 2006). Согласно теории сохранения ресурсов С. Хобфолла, не сами стрессогенные факторы, а именно потеря ресурсов является наиболее стрессовой ситуацией для индивида. В связи с этим поздняя взрослость может рассматриваться как один из наиболее тяжелых и стрессовых возрастных периодов (Hobfoll et al., 2006).

Кросс-культурные исследования показывают, что во всех культурах значительная потеря (здоровья, любимого, работы) является самым стрессовым среди жизненных событий (Dohrenwend et al., 1990; Holmes et al., 1967). Каждая из указанных потерь наиболее вероятна именно в период поздней взрослости. В связи с этим психологическая поддержка обязательно должна учитывать актуальные ресурсы личности и минимизировать их потерю.

В наиболее общей классификации ресурсов личности выделяют индивидуально-психологические ресурсы, к которым относятся характеристики и свойства личности и социально-психологические ресурсы, под которыми обычно понимаются преимущества, которые дают деньги, социальная поддержка

(социальные взаимосвязи и взаимоотношения), социальные навыки и власть (Соловьева, 2010). Наиболее изучено значение следующих личностных ресурсов (Куликов, 2004):

- активная мотивация преодоления;
- восприятие стресса как возможности приобретения опыта и личностного роста;
- сила Я-концепции;
- самоуважение;
- адекватная самооценка;
- чувство собственной значимости;
- «самодостаточность»;
- активная жизненная позиция;
- позитивность и рациональность мышления.

Не маловажное значение имеет эмоциональный фон при принятии волевых решений, в том числе в период нормативного кризиса. В случае неэффективных волевых усилий при принятии решений доминируют негативные эмоциональные состояния (эмоции гнева, горя, вины, стыда), в противном случае преобладает позитивный эмоциональный фон (эмоции интереса и радости) (Чумаков, 2009).

При этом использование ресурсов возможно лишь в случае самодетерминации развития человека в период нормативного кризиса. С одной стороны, описание проживания кризиса включает анализ влияния потоков внутренней и внешней детерминации (объективный и субъективный аспекты социальной ситуации развития). Однако, на практике, личность регулирует эти потоки, осуществляя выбор между альтернативами (Дорфман, 2016).

Психологическое здоровье, личностный потенциал, жизнеспособность и жизнестойкость личности традиционно выделяют в качестве интегративных показателей ресурсности человека. Базовыми факторами жизнеспособности являются самоактуализационный потенциал и духовная включенность личности (Рыльская, 2013). В качестве основных критериев психологически здоровой личности И.В. Дубровина выделяет (Дубровина, 2004 С. 55):

- самодостаточность;
- интерес человека к жизни;
- свободу мысли и инициативу;
- увлеченность какой-либо областью научной и практической деятельности;
- активность и самостоятельность;
- ответственность и способность к риску;
- веру в себя и уважение другого;
- разборчивость в средствах достижения цели;
- способность к сильным чувствам и переживаниям;
- осознание своей индивидуальности и радостное удивление по поводу своеобразия всех окружающих людей;
- творчество в самых разных сферах жизни и деятельности.

Д.А. Леонтьев вводит понятие личностного потенциала как базовой индивидуальной характеристики, стержня личности. Личностный потенциал, согласно Д.А. Леонтьеву, является интегральной характеристикой уровня личностной зрелости, а главным феноменом личностной зрелости и формой проявления личностного потенциала является как раз феномен самодетерминации личности. Личностный потенциал отражает меру преодоления личностью заданных обстоятельств, в конечном счете, преодоление личностью самой себя, а также меру прилагаемых ею усилий по работе над собой и над обстоятельствами своей жизни (Леонтьев, 2002). Одна из специфических форм проявления личностного потенциала – это преодоление личностью неблагоприятных условий ее развития за счет самодетерминации на основе личностного потенциала, важнейшими проявлениями которой являются воля, сила Эго, внутренняя опора, локус контроля, ориентация на действие, воля к смыслу. Представления о личностном потенциале во многом перекликаются с представлением о жизнестойкости в зарубежной психологии.

Жизнестойкость личности представляет собой сложно организованную систему саморазвивающихся убеждений, способствующих развитию готовности

противостоять давлению стрессовых обстоятельств (Леонтьев Д.А., 2006). С. Мадди указывает на то, что жизнестойкость включает в себя три основные установки: включенность, контроль, принятие риска (вызов) (Maddi, и др. 1994). Вовлеченность представляет собой убежденность в том, что участие в происходящих событиях дает человеку шанс найти для себя что-то важное и интересное, формируется готовность проявлять активность, силу и мотивацию при реализации своих целей. Контроль – убежденность в наличии причинно-следственных связей между действиями человека и результатами – способствует готовности лично воздействовать на трудную жизненную ситуацию, брать на себя ответственность за происходящие события. Принятие риска – убежденность в том, что развитие личности человека связано как с позитивным, так и с негативным опытом, человек открыт своему жизненному опыту, готов извлекать уроки из происходящих событий, воспринимать события как вызов (Мадди, 2005). Отношение человека к окружающему миру и себе, возможность воспользоваться своими внутренними ресурсами, способность эффективно управлять ситуацией определяют, насколько личность способна справляться со стрессовыми ситуациями. Как показывает исследование А.Н. Фоминовой, до 50 % испытуемых поздней взрослости обладают низким уровнем жизнестойкости (67 % мужчин и 43 % женщин), и только у 14 % женщин установлен высокий уровень жизнестойкости (Фоминова, 2012).

Показатели жизнестойкости тесно коррелируют с показателями социально-психологической адаптации личности (Крысько, 2003), то есть с возможностями приспособления человека к социальной среде, существующим в обществе требованиям и критериям оценки за счет присвоения норм и ценностей данного общества. Базовым проявлением эго-интеграции как личностной зрелости является социально-психологическая адаптация личности, в качестве основных показателей которой выделяют:

- принятие себя и других;
- эмоциональный комфорт;
- интернальный локус контроля;



- не ведомость (авторство своей жизни);
- умение ставить цели в жизни и достигать их;
- включенность и вовлеченность в события своей жизни (отсутствие эскапизма).

Ключевым механизмом достижения социально-психологической адаптации является развитие собственно субъектной активности человека (Осницкий, 1998).

Мы предполагаем, что социально-психологическая адаптация как проявление личностной зрелости зависит от успешной интериоризации социальных экспектаций (ожиданий в отношении возрастного периода – задач развития) в период нормативного кризиса развития личности. Негативные социальные стереотипы в отношении старости, низкая социальная значимость и популярность поздней взрослости во многом затрудняют успешное проживание нормативного кризиса перехода к поздней взрослости. Универсальная схема нормативного кризиса взрослости включает 3 последовательные фазы.

1. Предкритическая фаза характеризуется предрешенной идентичностью личности, человек лишь внешне принимает задачи развития.

2. Собственно кризис (2 фаза) соответствует диффузной идентичности личности; задачи развития размыты, однако идет активный поиск смысла каждой.

3. Выход из кризиса связан с достижением автономной идентичности личности, человек своеобразно и глубоко понимает свою возрастную идентичность.

В случае успешного проживания нормативного кризиса интериоризируются возрастные социальные экспектации, личность принимает новые социальные роли и свой статус (Soldatova, 2013). К концу нормативного кризиса формируется системное качество личности, характеризующееся целостностью и динамичностью, обуславливающее сохранение и совершенствование способности личности к наиболее полной реализации ее функций в процессе возрастного развития, определяемое нами как личностная зрелость. Необходимым условием формирования личностной зрелости являются рефлексивные процессы самоотождествления, принятия себя нового. Осознанность является мощным

адаптивным ресурсом личности и ведущим фактором жизнестойкости в зрелом и пожилом возрасте (Cindy, 2015). Процессы формирования эго-идентичности выступают в роли системообразующих оснований динамики достижения личностной зрелости (Солдатова, Шляпникова, 2015). При этом для каждого возраста универсальная схема проживания нормативного кризиса наполняется уникальным содержанием. Для поздней взрослости трансцендентность, как освобождение от ведущего влияния собственного эго, является ключевым проявлением личностной зрелости. В связи с этим мы предполагаем, что среди элементов социально психологической адаптации на этапе эго-интеграции более значимыми будут те, которые позволяют освободиться от чувства собственной значимости и интегрировать свой жизненный опыт в исторический и социальный контексты развития общества. Графическое представление динамики проживания нормативного кризиса перехода к поздней взрослости отражено на рисунке 2.

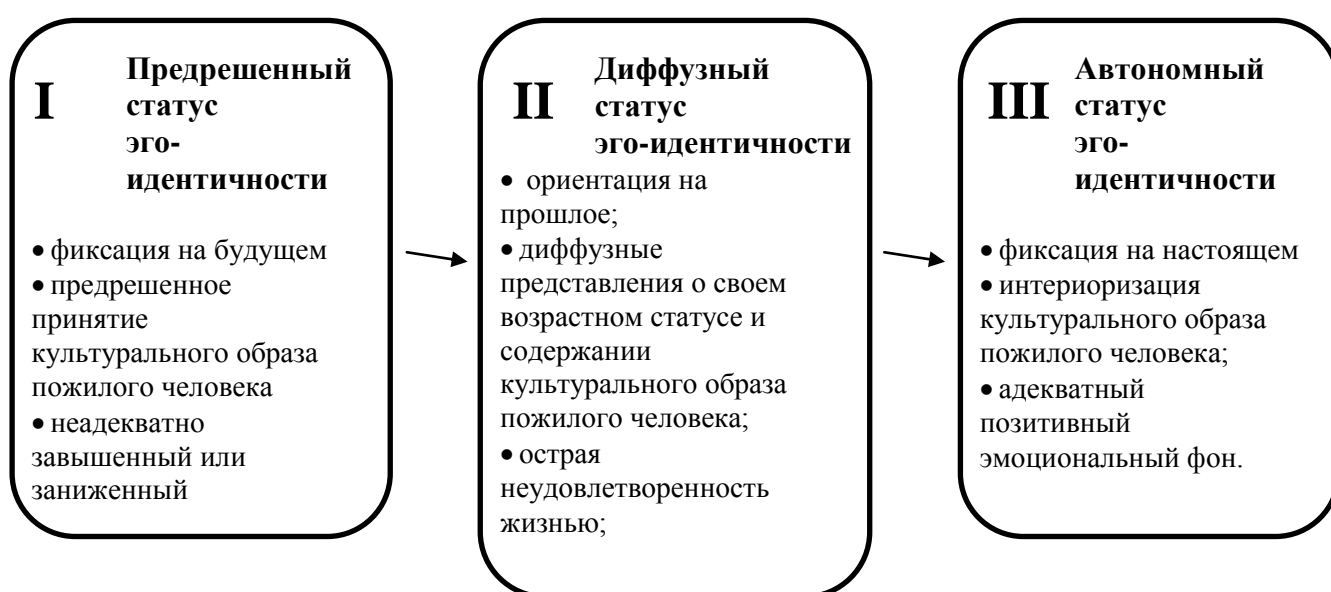


Рис. 2. Динамика проживания нормативного кризиса  
перехода к поздней взрослости

Условные обозначения: I, II, III – соответствующие фазы нормативного кризиса развития личности.

Как видно из рисунка 2, содержание статусов эго-идентичности раскрыто через особенностей представления о себе во времени (временная транспектива),

особенности принятия культурального образа возраста и характерное эмоциональное состояние.

Моделирование является одним из важнейших методов современной психологии. В том случае, если психологическое содержание феномена требует уточнения, в силу своей абстрактности, через анализ условий и критериев его проявления, именно теоретическое моделирование обеспечивает адекватность подбора методов и методик исследования феномена (Дмитриева, Грязева-Добшинская, 2013). При этом ярко проявляется одна из ведущих методологических проблем современной психологии: проблема соответствия теоретического (ненаблюдаемого) объекта результатам эмпирического обобщения (эмпирического понятия) (Дорфман, 2008).

Представим теоретическую модель динамики достижения эго-интеграции как личностной зрелости в период поздней взрослости, используя представления о структуре возраста Е.Л. Солдатовой, включающую в себя: трехфазовую модель проживания нормативного кризиса и представления о возрастных и кризисных психологических новообразованиях.

### **Теоретическая модель динамики достижения эго-интеграции**

Критериями достижения эго-интеграции как личностной зрелости является нормативное проживание нормативного кризиса перехода к поздней взрослости. В результате изменения статусов эго-идентичности от предрешированного через диффузный к автономному, происходит интериоризация возрастных задач (культурального образа поздней взрослости) и принятие себя изменившегося. Изменение на личностном уровне происходит за счет переструктурирования иерархии жизненных ценностей, целей и смыслов в соответствии с культурным образом поздней взрослости.

Достижение личностной зрелости пролонгированный процесс. В каждом нормативном кризисе развития личности при переходе к следующему возрастному этапу личностная зрелость заключается в достижении автономной эго-идентичности и принятии возрастных задач развития. Условием успешного

проживания нормативных кризисов является рефлексия представленных в культуре социальных ожиданий в отношении актуального возрастного этапа.

Наличие в социальной ситуации развития взрослого человека объективного, субъективного и рефлексивного уровней применительно к поздней взрослости, позволяет дополнить содержание теоретической модели.

*Объективный аспект социальной ситуации развития.*

В профессиональном плане: уход на пенсию, наставничество, обучение, отказ от физического труда в пользу вербальных интеллектуальных действий (написание инструкций, научных трудов, автобиографических произведений) (Пряжников, 1999), сужение круга общения человека за счет разрыва сложившихся профессиональных и межличностных отношений (Исаев, 2000).

В семье: материальная и психологическая поддержка молодых поколений, передача опыта ведения быта, воспитания детей, отношений с супругом (Краснова, 1999). Поддержание глубоких дружеских взаимоотношений, поиск общины (клуба по интересам, религиозной или благотворительной организации), общение с соседями (Гершкович, Глуханюк 2003).

*Субъективный аспект социальной ситуации развития:* преобладание мотивов социального характера над материальными в профессиональной сфере (Хухлаева, 2002), разотождествление с родительской ролью, формирование психологической готовности стать бабушкой / дедушкой (Краснова, 1999), готовности к наставничеству, педагогическому труду (Маркова, 1996), обращение к внутреннему я, ценностям, смыслам (Солдатова, 2007).

*Рефлексивный уровень:*

Первая фаза нормативного кризиса перехода к поздней взрослости во многом определяется отношением человека к выходу на пенсию. В случае если освобождение от должностных обязанностей является желанным и долгожданным явлением, для человека характерна фиксация на будущем, его идеализация, уверенность в будущем счастье, идеализация будущих взаимоотношений. В противном случае, когда отставка воспринимается резко отрицательно, данной фазе нормативного кризиса соответствует крайне негативное, но в то же время

четкое восприятие будущего, отрицательные эмоциональные переживания, низкая удовлетворенность жизнью.

Вторая фаза нормативного кризиса характеризуется отсутствием тождественности себе во времени, острыми переживаниями неудовлетворенности жизнью, отсутствием жизненных перспектив. Образ будущего – тревожно-неопределенный, утрачен интерес к происходящему, высоко недоверие к собственным ресурсам, креативный потенциал низок, выражены сомнения в себе, собственных целях, неуверенность, подозрительность, ощущение собственного неблагополучия, несостоятельности (Солдатова, 2007).

Вероятнее всего, к ресурсам переживания острой фазы нормативного кризиса будут относиться личностная зрелость, которая является залогом нормативного проживания кризисных периодов возрастного развития, поддержка и уважение со стороны коллег, семьи и близких людей, а также активность в непрофессиональной и семейной сферах, выраженная в наличии хобби, участия в общественной деятельности, выполнения продуктивной творческой работы.

Личностная зрелость или готовность к переходу к следующему возрастному этапу зависит от личностных психологических новообразований, к которым будут относиться:

- обретение отстраненности от происходящего, созерцательности, самодостаточности, спокойствия (Шахматов, 1996);
- перенос энергии на другие формы активности и на новые роли (бабушка (дедушка), советчик, наставник, консультант) (Худоян, 2016);
- переживание мирового порядка и духовного смысла прожитой жизни (Эриксон, 2000);
- осознание необходимости дальнейшего развития (Хухлаева, 2002);
- приязненное отношение к принципам прошлых времен и различной деятельности в том виде, в котором они проявлялись в человеческой культуре (Эриксон, 2000);
- осознание ценностей, имеющих сверхличностное значение (Хухлаева, 2002);

– принятие несовершенства как самого себя, так и окружающего мира, осознание границ возможного (Хухлаева, 2002).

В третьей фазе нормативного кризиса достигается автономная эго-идентичность, личность приобретает целостность, принимает себя и изменения в настоящем, прошлом и будущем, интериоризирует новые задачи, смыслы развития и существования, приобретает уверенность в своём выборе, его адекватности, тождественности своим интересам, потребностям. Образ будущего структурирован и в целом положителен и реалистичен (Солдатова, 2007). Внутренняя работа личности по преодолению внутренних конфликтов позволяет присвоить личностные психологические новообразования (соответствующие задачам развития).

Анализ соответствующих теорий позволяет утверждать, что новообразованием кризиса поздней взрослости является осознанность жизненного пути, которая включает в себя представление личности о непрерывности развития, об ответственности за выбор своего жизненного пути, своих способностях и возможностях осознанного влияния на свою жизнь (Солдатова, 2007). И хотя осознанность жизненного пути присутствует в каждом возрасте и является одной из центральных характеристик эго-идентичности личности, в пожилом возрасте происходит выход на более масштабный – исторический уровень осознанности своего жизненного пути. По итогам теоретического анализа были определены основные термины, используемые в исследовании, краткое описание которых представлено в приложении 2.

### **Выводы по первой главе**

1. Личностная зрелость представляет собой уровень развития личности, характеризующийся рефлексивным, глубинным, осознанным принятием соответствующих индивидуальности возрастных задач развития, представленных в социальных ожиданиях в отношении возраста. Особая иерархия личностных структур (целей, ценностей, мотивов и т.д.) соответствующая возрастным задачам, выстроенная в процессе рефлексии собственных возрастных изменений.

2. Эго-интеграция – особый уровень личностной зрелости, критерием достижения которого является автономная эго-идентичность и определенная структура личностных особенностей, соответствующих культурально-возрастным ожиданиям в отношении поздней зрелости.

3. Базовым проявлением личностной зрелости на поздних этапах жизни человека, является социальная мудрость характеризующаяся интеграцией опыта прожитой жизни, эмоциональным благополучием, активной жизненной позицией.

4. Условием достижения эго-интеграции, является рефлексия возрастных задач развития в период нормативного кризиса перехода к поздней зрелости, так как осознание и интериоризация происходящих в нормативном кризисе изменений реализуется при помощи навыков рефлексии.

## **ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ ЭГО-ИНТЕГРАЦИИ КАК ЛИЧНОСТНОЙ ЗРЕЛОСТИ**

Эго-интеграция, являясь новообразованием нормативного кризиса перехода к поздней взрослости, выводит человека на максимально высокий уровень личностного развития (прежде всего духовный). Так как людям в период поздней взрослости свойственна наибольшая уязвимость и восприимчивость к различным неблагоприятным социально-психологическим факторам, исследование возможностей и путей достижения эго-интеграции и разработка на основе полученных данных программы психологического сопровождения нормативного кризиса перехода к поздней взрослости представляется одной из значимых задач современной психологии.

Теоретическое исследование взаимосвязи эго-идентичности и эго-интеграции личности в период нормативного кризиса перехода к поздней взрослости позволило построить теоретическую модель динамики её достижения. Эмпирическая проверка и уточнение теоретической модели предполагают, с одной стороны, организацию констатирующего эксперимента с целью выявления корреляций, предсказываемых теоретической моделью, с другой – организацию формирующего эксперимента для подтверждения гипотезы о влиянии особенностей проживания нормативного кризиса перехода к поздней взрослости на основные показатели достижения эго-интеграции.

### **2.1 Организация исследования**

**Цель исследования:** выявить универсальные психологические механизмы, содержание, условия и критерии достижения эго-интеграции как особого уровня личностной зрелости.

**Объект исследования:** личностная зрелость.

**Предмет исследования:** эго-интеграция как особый уровень личностной зрелости.



### **Гипотезы исследования:**

1. Эго-интеграция – это особый уровень личностной зрелости, критерием достижения которого является автономная эго-идентичность и определенная структура личностных особенностей, соответствующих культурально-возрастным ожиданиям в отношении поздней зрелости.

2. Условием достижения эго-интеграции, является рефлексия возрастных задач развития в период нормативного кризиса перехода к поздней зрелости.

В соответствии со сформулированными целью и гипотезами были выделены следующие **задачи исследования.**

1. На основе теоретического анализа разработать теоретическую модель эго-интеграции как особого уровня личностной зрелости.

2. Определить задачи развития личности на этапе поздней зрелости, отраженные в артефактах культуры.

3. Адаптировать диагностические методики для анализа качественных и количественных показателей статусов эго-идентичности личности в период нормативного кризиса перехода к поздней зрелости.

4. Сравнить содержание образа возраста у респондентов ориентированных на саморазвитие и на принятие новых социальных ролей.

5. Выявить взаимосвязь статусов эго-идентичности, критериев личностной зрелости и рефлексии.

6. Эмпирически подтвердить модель эго-интеграции как личностной зрелости.

7. Выявить влияние рефлексии на основные показатели эго-интеграции.

### **Характеристика и обоснование репрезентативности выборки исследования**

В исследовании приняли участие 557 человек (женщины старше 55 лет и мужчины старше 60 лет), проживающие на территории Челябинской области, с отсутствием ярко выраженной деменции:

– в основном эмпирическом исследовании приняло участие 306 человек (118 мужчин и 188 женщин, в возрасте от 55 для женщин и 60 для мужчин), из них была сформирована выборка исследования для разработки программы

психологической поддержки в период нормативного кризиса перехода к поздней взрослости, которая составила 90 человек. Включая случайным образом отобранных в экспериментальную группу 33 человека (21 женщина и 12 мужчин) и 57 человек в контрольную группу (из которых была выбрана тождественная группа из 33 человек), а также выборка исследования для сравнения содержания образа возраста у респондентов, ориентированных на саморазвитие и на принятие новых социальных ролей, которая составила 120 человек (из них 60 ориентированных на саморазвитие и 60 ориентированных на принятие новых социальных ролей);

- выборка исследования для разработки полуструктурированного интервью составила 34 человека (11 мужчин и 23 женщины, в возрасте от 55 для женщин и 60 для мужчин);

- выборка исследования для разработки модификации СЭИ теста для пожилых людей составила 177 человек (72 мужчины и 85 женщин, в возрасте от 55 для женщин и 60 для мужчин), включая участников пилотажного исследования (20 человек);

- выборка исследования для анализа норм модификации СЭИ-теста составила 93 человека (48 мужчин и 45 женщин, в возрасте от 55 для женщин и 60 для мужчин).

Исследование проводилось на базе психологического центра ЮУрГУ, при участии Челябинской областной организации Общероссийской общественной организации – Общество «Знание», Челябинского городского совета ветеранов, Региональной общественной организации Челябинской области «Вымпел». Выборка соответствует основным переменным исследования и социально-демографическим характеристикам.

Для сравнения социально-демографических характеристик населения Российской Федерации в целом и конкретно Челябинской области использовалось официальное издание «Социально-демографический портрет России: По итогам Всероссийской переписи населения 2010 года». Удельный вес численности населения Челябинской области в общей численности населения России

составляет 2,43 %, что является средним показателем. В состав Челябинской области входят как малые и крупные промышленные города, так и небольшие села без развитой инфраструктуры, что позволило сохранить данные социально-демографические показатели в выборке исследования, представленной исключительно жителями Челябинской области. В качестве показателей репрезентативности выборки выступили: пол, семейное положение, место проживания (город или село), уровень образования. Сравнение данных характеристик для выборки исследования и генеральной совокупности российских пенсионеров представлено в таблице 5.

Таблица 5

Сравнение социально-демографических характеристик выборки исследования и общей выборки россиян соответствующего возраста

Критерий	Характеристика	Доля в % в выборке исследования	Доля в % среди россиян соответствующего возраста
Пол	мужчины	33%	28,23%
	женщины	67%	71,77%
Семейное положение	женат / замужем	36%	38,44%
	одинок / одинок	64%	61,56%
Место проживания	город	72%	68,32 %
	село	28%	31,68%
Уровень образования	начальное	18%	23,24%
	среднее	58%	55,06%
	высшее	24%	21,70%

Как следует из таблицы 5, социально-демографические характеристики выборки исследования соответствуют показателям генеральной совокупности. Усредненное положение Челябинской области как по размеру, так и по представленности городского и сельского населения позволяет констатировать репрезентативность выборки, исследуемой в рамках данного региона для всей территории России.

### Этапы исследования

Работа проводилась в несколько этапов в период с 2010 по 2016 годы.

### Первый этап: планирование и подготовка исследования (2010–2013 гг.).

На первом этапе был проведен теоретический анализ отечественных и зарубежных исследований по проблемам эго-интеграции, эго-идентичности, нормативных кризисов взрослости и старости, формирования личностной зрелости, социально-психологической адаптации и благополучного старения, эго-интеграции как личностной зрелости. Интеграция полученных знаний позволила построить теоретическую модель достижения эго-интеграции как личностной зрелости в ходе проживания нормативного кризиса перехода к поздней взрослости с учетом условий и критериев социально-психологической адаптации пожилых людей. На основании собранного теоретического материала вырабатывались диагностические критерии, разрабатывались диагностические методики для анализа возрастных и событийных рамок кризиса перехода к поздней взрослости, выявления возрастных психологических новообразований поздней взрослости, условий и критериев достижения эго-интеграции как личностной зрелости.

### Второй этап: экспериментальное исследование (2012–2014 гг.).

На втором этапе осуществлялась диагностика психологических особенностей пожилых людей. Для выявления фазы и особенностей проживания нормативного кризиса перехода к поздней взрослости использовался модифицированный вариант Теста структуры эго-идентичности (СЭИ-тест) и специально разработанное полуструктурированное интервью для выявления статуса эго-идентичности личности. Для выявления специфики актуализации рефлексии использовалась стандартизированная Методика определения индивидуальной меры рефлексивности А.В. Карпова, В.В. Пономарёвой (А.В. Карпов, 2004). Для выявления специфики и уровня адаптированности личности пожилых людей использовалась Методика диагностики социально-психологической адаптации К. Роджерса – Р. Даймонд в адаптации А.К. Осницкого. Исследование осуществлялось индивидуально и в групповом варианте (до 10 человек), в случае необходимости диагностические материалы выдавались испытуемым на дом, для более тщательного ознакомления. Весь набор методик выдавался респонденту

сразу. Диагностический набор, помимо бланка ответов и текстов опросника (со стандартной письменной инструкцией для каждого), включал в себя сопроводительное письмо с информацией о целях и задачах исследования, контактными данными и гарантией конфиденциальности, которое каждый из испытуемых мог оставить себе (Приложение 3). К каждой из методик прилагалась письменная инструкция, кроме того, участникам исследования давалась устная инструкция по правилам заполнения каждой из методик.

#### Третий этап: эмпирическое исследование (2014–2015 гг.).

Третий этап заключался в разработке и реализации программы психологической поддержки пожилых людей в период нормативного кризиса перехода к поздней взрослости. На этом этапе были сформированы экспериментальная и контрольная группы испытуемых с учетом полученных данных о фазе проживания ими кризиса, в каждой группе была проведена первичная диагностика. В экспериментальной группе была реализована трехдневная программа психологической поддержки, направленная на актуализацию рефлексии. После чего обе группы испытуемых прошли вторичную диагностику.

#### Четвертый этап: количественный и качественный анализ результатов исследования (2015–2016 гг.).

Четвертый этап включал в себя количественный и качественный анализ результатов исследования, интерпретацию результатов, формулирование основных выводов по результатам исследования, проведение математико-статистической обработки данных с применением программы SPSS Statistics в соответствии с целями и задачами исследования.

## **2.2 Методы и методики эмпирического исследования**

Исследование эго-идентичности в структуре эго-интеграции как личностной зрелости базируется на следующих методологических принципах.

#### На уровне философской методологии:

- принцип детерминизма: внешние причины действуют опосредованно, через внутренние условия (Рубинштейн, 1989; С. 21-22);
- принцип системности: явления образуют внутренне связную целостную структуру, приобретая благодаря этому присущие целому новые свойства (Блауберг, Юдин, 1986).

#### На общепсихологическом уровне методологии:

- принцип историзма: история общества выступает необходимым условием развития психики, «... исторически изменяющиеся психические свойства людей реально формируются в процессе индивидуального онтогенетического развития» (Рубинштейн, 1957, С. 241);
- принцип развития: психика субъекта – результат продолжительного развития в филогенезе и онтогенезе;
- представления о человеке как самоорганизующейся системе С.Л. Рубинштейна.

#### На уровне конкретно-научной методологии исследования:

- культурно-историческая концепция Л.С. Выготского;
- эпигенетическая концепция Э.Э. Эриксона;
- концепция динамики эго-идентичности в нормативных кризисах развития личности взрослого человека Е.Л. Солдатовой;
- теория рефлексии А.В. Карпова;
- современные геронтопсихологические теории развития личности (О.А. Карабанова, М.В. Ермолаева, Н.Ф. Шахматов, О.В. Краснова, А.Г. Лидерс, Б. Торнстам, П. Балтес).

Уровень методик и техник исследования предполагает реализацию теоретического, эмпирического и экспериментального исследования. В связи с этим на данном уровне использовались:

- теоретический анализ современных представлений о феноменах эго-интеграции и личностной зрелости;

- контент-анализ культурных артефактов в отношении мудрости как основного проявления личностной зрелости в период поздней взрослости;
- полуструктурированное глубинное интервью для исследования специфики содержания и динамики эго-идентичности в период нормативного кризиса перехода к поздней взрослости;
- батарея психодиагностических методик, включающая:
  - 1) краткую шкалу оценки психического статуса (MMSE) M.F. Folstein, S.E. Folstein, P.R. Hugh;
  - 2) авторскую модификацию теста структуры эго-идентичности Е.Л. Солдатовой;
  - 3) методику определения индивидуальной меры рефлексивности А.В. Карпова, В.В. Пономарёвой;
  - 4) методику диагностики социально-психологической адаптации К. Роджерса – Р. Даймонд в адаптации А. К. Осницкого;
- методы математической обработки данных, включая корреляционный и дискриминантный анализ, моделирование структурными уравнениями (SEM).

### **2.2.1 Психодиагностические методики исследования**

Подбор эмпирических методов исследования и разработка комплекса психодиагностических методик осуществлялись в соответствии с разработанной на основании теоретического анализа теоретической моделью достижения эго-интеграции как личностной зрелости. Охарактеризуем далее используемые методики более детально.

#### *Контент-анализ артефактов культуры*

Проявления личности культурально обусловлены через смысловую регуляцию жизнедеятельности (Леонтьев, 2003). Одной из культуральных форм трансляции смыслов являются артефакты культуры. Как указывает М. Cole, артефакты представляют собой фундаментальные составляющие культуры, одновременно детерминирующие и символизирующие развитие человека (Cole, 2013).

Афоризмы как артефакты культуры несут в себе совокупный общественный опыт, отражая структуры обыденного сознания и определяя поведение человека (Фадеева, 2015). Для подтверждения и уточнения теоретической модели эго-интеграции как личностной зрелости необходимо проанализировать содержание культурального образа поздней взрослости, в связи с этим были проанализированы афоризмы про старость и мудрость.

Для контент-анализа содержания артефактов культуры были отобраны 82 афоризма, содержащих такие смысловые единицы, как благополучное старение, старость и мудрость из следующих источников:

1) Даль, В.И. Пословицы и поговорки русского народа. – М.: Диамант, 1998. – 544с.

2) Четыре возраста человека: афоризмы о юности, зрелости, старости, о здоровье и болезнях, о жизни и смерти и о жизни после смерти / сост. К.В. Душенко. – 3-е изд., испр. – М.: Эксмо, 2005. – 382с.

3) Афоризмы. – <http://www.aphorism.ru/545.shtml>.

4) Русские афоризмы: изречения, крылатые выражения – <http://aphorismos.ru/age/>.

Жемчужины мысли. – <http://www.inpearls.ru/>.

В качестве категории анализа были выбраны теоретически выделенные критерии эго-интеграции как личностной зрелости, однако в ходе контент-анализа они могли дополняться новыми категориями в том случае, если в этом возникала необходимость. При выборе категорий мы руководствовались следующими принципами: полнотой охвата содержимого; взаимоисключаемостью категорий; согласованностью кодировки содержания; соответствием поставленной задаче (Манаев, 2016). В качестве экспертов выступали 5 психологов, среди них: 1 доктор психологических наук, 1 кандидат психологических наук, 3 аспиранта, обучающихся по специальности 19.00.01 – «Общая психология, психология личности, история психологии». В качестве единицы анализа была выделена: смысловая структура, что предполагало осведомленность экспертов-кодировщиков в отношении проблем благополучного старения и эго-интеграции



как личностной зрелости. В случае наличия в афоризме смыслового упоминания категории эксперты ставили «1» в кодировальной матрице, в случае обратного значения – «-1».

Процедура контент-анализа происходила в 2 этапа: на первом этапе эксперты индивидуально проводили анализ смыслового содержания афоризмов, уточняя категории анализа, на втором этапе проводилось сравнение выделенных категорий с последующей повторной процедурой контент-анализа проводимой группой экспертов уже с уточненными смысловыми категориями. В финальную кодировальную матрицу включались лишь непротиворечивые результаты. Фрагмент финальной кодировальной матрицы представлен в приложении 4.

Подсчет удельного веса каждой из категорий в общей структуре происходил по формуле коэффициента Яниса ( $c$ ), предназначенного для вычисления соотношения положительных и отрицательных (относительно избранной позиции) оценок, суждений, аргументов.

$$c = \frac{f^2 - f \cdot n}{r \cdot t},$$

где:  $f$  – число положительных оценок;  $n$  – число отрицательных оценок;  $r$  – объем содержания текста, имеющего прямое отношение к научаемой проблеме;  $t$  – общий объем анализируемого текста.

*Полуструктурированное интервью для определения  
статуса эго-идентичности пожилых людей*

Качественные методы психодиагностики позволяют осуществлять целостный анализ изучаемых явлений, что особенно значимо для абстрактных психологических категорий. Культуральная обусловленность эго-интеграции как личностной зрелости актуализирует анализ её понимания на бытовом уровне самими респондентами в период поздней взрослости. В соответствии с задачами исследования было разработано полуструктурированное интервью. Выбранная форма позволила подобрать для каждого испытуемого наиболее благоприятный стиль беседы, гибко реагировать на возникающие в ходе интервью вопросы и

проблемы и в то же время ориентироваться на четкие теоретические основания (концепция динамики эго-идентичности личности в нормативных кризисах Е.Л. Солдатовой), придерживаясь обозначенных целей и задач.

Важнейшим недостатком данной методики является её трудоемкость, которая выражается как в необходимости обучения интервьюеров, так и в достаточной продолжительности самого процесса интервью. В связи с этим данная методика не может быть использована для массовой диагностики, но может быть успешно применена в рамках психологического консультирования и индивидуальной работы с пожилым человеком. В нашем исследовании разработанное полуструктурированное интервью позволило уточнить культуральный образ эго-интеграции как личностной зрелости с точки зрения основных новообразований поздней взрослости и проиллюстрировать основные тенденции проживания нормативного кризиса перехода к поздней взрослости.

Для проверки валидности данной методики мы использовали сравнение результатов модификации СЭИ-теста с результатами разработанного нами на основании теоретических исследований интервью для определения статусов эго-идентичности личности в период нормативных кризисов поздних возрастов. Процедура разработки методики более подробно описана в параграфе 3.1.2.

*Краткая шкала оценки психического статуса (MINI-MENTAL STATE EXAMINATION (MMSE)) разработана M.F. Folstein, S.E. Folstein, P.R. Hugh*

Данная шкала позволяет диагностировать когнитивные нарушения, включает в себя пробы на ориентировку во времени и пространстве, особенности восприятия, концентрации внимания, памяти и речи. Задания выполняются испытуемым в ходе устной беседы и оцениваются диагностом в соответствии с инструкцией. Несмотря на то, что чувствительность данной методики не является абсолютной (при деменции легкой выраженности суммарный балл MMSE может оставаться в пределах нормального диапазона), она позволила в рамках исследования ориентироваться на результаты исследования здоровых людей без ярко выраженной деменции, что отвечало поставленным задачам.

### *Адаптированный вариант Теста структуры эго-идентичности*

Е.Л. Солдатовой был разработан Тест структуры эго-идентичности (Солдатова, 2007), который позволяет определить фазу нормативного кризиса развития, а также учитывает следующие структурные составляющие эго-идентичности.

1. «Ответственность за выбор», которая определяет, насколько человек доверяет себе, своему выбору и выбору другого, признает ответственность за принятие решения того, кому это решение принадлежит.

2. «Самодостаточность» или «сила Эго», то есть независимость, самодостаточность личности в реализации жизненных целей, собственной линии жизни, в сфере отношений, социальных и профессиональных контактов.

3. «Осознанность жизненного пути», которая включает в себя представление личности о непрерывности развития, об ответственности за выбор своего жизненного пути, своих способностях и возможностях осознанного влияния на свою жизнь.

4. «Эмоциональная зрелость», связанная с принятием своих чувств, даже самых сильных и с доверием своим эмоциональным проявлениям.

5. «Принятие настоящего», то есть значимость и привлекательность для личности событий и переживаний сегодняшнего дня без сравнения их с прошлыми событиями и представлениями о будущем.

6. «Осознанность собственных ценностей» отражает рациональность и гибкость в отношении принятия своих ценностей.

7. «Соответствие себе», то есть ценность быть собой, доверять себе, отношение к себе как уникальной системе, способной к изменениям без потери самотождественности и устойчивой в сфере социальных отношений.

Однако использование этой методики среди пожилых людей проблематично, так как:

1) некоторые вопросы методики касаются работы и трудовой деятельности испытуемых;

2) некоторые вопросы сложны для понимания испытуемых;

3) в некоторых альтернативах испытуемые не видят разницы между альтернативами.

В связи с возрастными особенностями людей поздней зрелости (предпочтение устных методик, быстрая утомляемость, отвлекаемость и т. д.) было решено модифицировать методику СЭИ-теста для пожилых людей. В соответствии с эмпирически определенной структурой нами были выделены 7 шкал, в каждой из которых мы оставили по 3 вопроса из первоначального варианта теста. Были удалены вопросы, связанные с актуальным состоянием профессиональной сферы, а также вопросы, касающиеся одновременно нескольких структур эго-идентичности личности. Формулировки некоторых вопросов были уточнены и конкретизированы. Таким образом, был разработан модифицированный вариант методики СЭИ-теста для диагностики пожилых людей, проживающих нормативный кризис развития личности. Процедура модификации методики более подробно описана в параграфе 3.1.2.

#### *Методика определения индивидуальной меры рефлексивности*

*А.В. Карпова, В.В. Пономарёвой*

Методика учитывает несколько типов рефлексии. Во-первых, условно обозначаемые как «интра- и интерпсихическая» рефлексия. Первая соотносится с рефлексивностью как способностью к самовосприятию содержания собственной психики и его анализу, вторая – со способностью к пониманию психики других людей. Во-вторых, авторы выделяют по «временному» принципу следующие три вида рефлексии.

1. Ситуативная рефлексия обеспечивает непосредственный самоконтроль поведения человека в актуальной ситуации, осмысление ее элементов, анализ происходящего, способность субъекта к соотнесению своих действий с ситуацией и их координации в соответствии с изменяющимися условиями и собственным состоянием. Поведенческими проявлениями и характеристиками этого вида рефлексии являются, в частности, время обдумывания субъектом своей текущей деятельности; то, насколько часто он прибегает к анализу происходящего; степень

развернутости процессов принятия решения; склонность к самоанализу в конкретных жизненных ситуациях.

2. Ретроспективная рефлексия проявляется в склонности к анализу уже выполненной в прошлом деятельности и свершившихся событий. В этом случае предметы рефлексии – предпосылки, мотивы и причины произошедшего; содержание прошлого поведения, а также его результативные параметры и, в особенности, допущенные ошибки. Эта рефлексия выражается, в частности, в том, как часто и насколько долго субъект анализирует и оценивает произошедшие события, склонен ли он вообще анализировать прошлое и себя в нем.

3. Перспективная рефлексия соотносится с функцией анализа предстоящей деятельности, поведения; планированием как таковым; прогнозированием вероятных исходов. Ее основные поведенческие характеристики: тщательность планирования деталей своего поведения, частота обращения к будущим событиям, ориентация на будущее (Карпов, 2004).

Авторы отдельно рассматривают рефлексию деятельности и общения, а также выделяют уровень тупиковой рефлексии.

Общий показатель рефлексии включает в себя все указанные типы.

Всего методика содержит 27 вопросов, из них 15 являются прямыми, 12 – обратными утверждениями. При обработке полученные результаты суммируются и переводятся в стэны. Результаты методики, равные или большие, чем 7 стэнов, свидетельствуют о высокоразвитой рефлексивности. Результаты в диапазоне от 4 до 7 стэнов определяются как индикаторы среднего уровня рефлексивности. Показатели меньше 4 свидетельствуют о низком уровне рефлексивности. В данном исследовании методика используется с целью изучения актуализации рефлексии как условия благополучного проживания нормативного кризиса и как условия успешной социально-психологической адаптации личности пожилого человека к возрастным изменениям (Макарова, 2013).

Опросник социально-психологической адаптации был разработан Карлом Роджерсом и Розалинд Даймонд в США в 1954 году. На русском языке адаптация опросника была опубликована в 1987 году канд. психол. наук Т. В. Снегирёвой. В 2004 году в журнале «Психология и школа» была опубликована модифицированная канд. психол. наук А.К. Осницким версия опросника, получившая с тех пор заметное распространение.

Стимульный материал представлен 101 утверждением, которые сформулированы в третьем лице единственного числа без использования каких-либо местоимений. В методике предусмотрена 7-балльная шкала ответов. Авторами выделяются следующие 6 интегральных показателей: «Адаптация»; «Приятие других»; «Интернальность»; «Самопринятие»; «Эмоциональная комфортность»; «Стремление к доминированию», «Эскапизм». Каждый из них рассчитывается по индивидуальной формуле, найденной эмпирическим путем. Интерпретация осуществляется в соответствии с нормативными данными, рассчитанными для взрослой выборки.

При этом существенное значение для нас имеет именно внутреннее содержание шкал опросника. Как пишет сам автор адаптации опросника: «... термин “адаптация” нами употребляется лишь как дань привычному его использованию» (Осницкий, 1998, С.63). Термин «социально-психологическая адаптация» в данном случае отражает возможности субъектной жизненной позиции, интериоризации возрастных задач развития и в связи с этим относительной независимости «... от ограничений природной обусловленности поведения, и от социального давления» (Осницкий, 1998, С.63).

### **2.2.2 Математические методы обработки и анализа данных**

Для математической обработки и анализа полученных данных использовались стандартизованные программные статистические пакеты:

- IBM SPSS Statistics 17;

- IBM SPSS AMOS 22;
- Microsoft Excel 2010.

В исследовании использовались следующие количественные методы обработки эмпирических данных.

1. Для проверки нормальности распределения использовались первичные описательные статистики и статистический критерий Колмогорова-Смирнова.

2. Отбор пунктов модификации теста осуществлялся с учетом максимальной представленности проявлений эго-идентичности и анализа «веса» вопросов в общем значении согласованности по шкале с использованием коэффициента Альфа Кронбаха.

3. Для проверки валидности полуструктурированного интервью использовался коэффициент взаимной сопряженности Пирсона в связи с качественным характером полученных данных.

4. Для уточнения результатов сравнения отношения к задачам развития респондентов с различными жизненными ориентациями использовался U критерий Манна-Уитни.

5. Для анализа взаимосвязей статусов эго-идентичности с показателями рефлексивной деятельности и зрелости личности использовался корреляционный анализ данных с использованием  $r$  критерия Спирмена, так как не все данные, участвующие в анализе, удалось привести к нормальному распределению.

6. Для выявления значения показателей эго-интеграции как личностной зрелости и рефлексивной активности в динамике статусов эго-идентичности был проведен дискриминантный анализ соответствующих данных. Дискриминантный анализ представляет собой альтернативу множественного регрессионного анализа для случая, когда зависимая переменная представляет собой не количественную (номинативную) переменную. Это статистический метод, предназначенный для изучения отличий между двумя или большим количеством групп объектов с использованием данных о разнообразии нескольких признаков, отличающих эти объекты друг от друга.

7. Для формирования модели эго-интеграции как личностной зрелости использовалось моделирование структурными уравнениями (SEM), при этом в связи с особенностями выборки было решено использовать метод приблизительно свободный от распределения.

8. Для анализа эффективности программы в связи с подтвержденным нормальным распределением данных использовался Т критерий Стьюдента для независимых выборок и Т критерий Стьюдента для связанных выборок.



### **ГЛАВА 3. РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ**

Эмпирическая и экспериментальная проверка теоретической модели достижения эго-интеграции как личностной зрелости включает в себя:

- анализ содержания культурального образа поздней зрелости;
- анализ отношения респондентов поздней зрелости к задачам развития;
- выявление взаимосвязей между показателями личностной зрелости, статусами эго-идентичности и уровнем различных типов рефлексии;
- структурный анализ выделенных категорий эго-интеграции;
- выявление причинно-следственных связей рефлексии, динамики эго-идентичности и эго-интеграции.

Реализация указанных пунктов позволила подтвердить теоретическую модель эго-интеграции как личностной зрелости, представленной в параграфе 1.6., уточнив содержание, критерии и условия достижения эго-интеграции.

#### **3.1 Эмпирическая проверка теоретической модели динамики достижения эго-интеграции**

Исследование теоретического материала в отношении поздней зрелости позволило констатировать ведущее значение в данный период таких проявлений личностной зрелости, как чувство жизни, её авторство, интернальный локус контроля, отсутствие эскапизма (приверженность реальности), оптимальный эмоциональный фон, самопринятие и принятие других, активную жизненную позицию, целеустремленность. Эмпирическое исследование предполагает анализ представленных в культуре характеристик мудрости как основного проявления личностной зрелости в этом возрасте, анализ динамики её достижения в период нормативного кризиса развития личности и уточнение её структуры. В ходе пилотажного исследования была выявлена необходимость адаптации существующих методик диагностики эго-идентичности для пожилых людей, описание процедуры модификации представлено в параграфе 3.1.2.

### **3.1.1 Культуральный образ поздней взрослости**

Идентичность личности включает в себя различные параметры, в том числе и возрастной. Ожидания общества в отношении возрастной группы формируют идеальный образ развития личности, и представляют собой критерии личностной зрелости на текущем возрастном этапе, в связи с этим категория личностной зрелости социально значима и культурно обусловлена. Стратификация общества по возрастному признаку традиционна даже для первобытных обществ. Принадлежность каждого человека к определенной возрастной группе выражается в чувстве собственной возрастной идентичности, которая, наряду с гендерной, является основным стержнем идентичности личности, во многом определяя основные социальные роли и статусы. С этой точки зрения психологический возраст как осознание собственной возрастной идентичности может рассматриваться нами как социально-психологическая характеристика личности, включающая в себя: социальные проблемы и противоречия, связанные с текущим возрастным этапом, социально-психологическую адаптацию личности к возрастным изменениям, возрастные стереотипы и социальные экспектации общества в отношении возрастного периода.

Культуральные основания возрастной идентичности отражены в различных элементах фольклора, пословицах, поговорках и других артефактах культуры. Для уточнения теоретически выделенных критериев эго-интеграции как личностной зрелости целесообразно рассмотреть представленные в культуре образы успешного старения, чаще всего ассоциирующиеся с социальной мудростью, как ведущей задачей развития личности в период поздней взрослости. Мудрая старость традиционно представлена в народном фольклоре, как ориентир благополучного, социально востребованного старения. Образ мудрого старца ассоциируется не столько с интеллектуальными способностями, сколько со специфическими личностными чертами, позволяющими по новому воспринимать жизненные проблемы, собственные ценностные ориентации, себя и других. Был проведен контент-анализ 82 афоризмов в отношении благополучного старения, старости и мудрости. Фрагмент кодировальной матрицы представлен в приложении 4.

По итогам контент-анализа были выделены следующие группы категорий: «опыт», «скромность – осторожность», «готовность к смерти», «творчество», «самопринятие», «принятие других», «эмоциональный комфорт», «ответственность за свою жизнь», «целеустремленность», «рефлексия жизненного пути». Далее был проведен расчет удельного веса каждой из выделенных категории в общей массе всех афоризмов. Частотный анализ категорий представлен в таблице 6.

Таблица 6

Частотный анализ представленности категорий  
в афоризмах о старости и мудрости

Категория	Упоминания в позитивном смысле	Упоминания в негативном смысле	Удельный вес категории в общей массе всех афоризмов
Эмоциональный комфорт, эмоциональное благополучие, чувство жизни	24	0	0,17
Принятие себя	16	0	0,14
Интернальность: ответственность за свою жизнь	14	0	0,12
Интеграция: объединение опыта, рефлексия жизненного пути	14	0	0,12
Опыт: значение опыта и возраста в старости	20	5	0,1
Принятие других	9	0	0,07
Целеустремленность: стремление к доминированию, целенаправленность, активная жизненная позиция	8	0	0,06
Скромность: скрытность, осторожность	7	0	0,06
Творчество: созидание, наука, искусство	4	0	0,03
Готовность к смерти, осознание и принятие конечности бытия, принятие конечности жизненного пути	2	0	0,02

Как следует из таблицы 6, в целом представленные в афоризмах категории соответствуют выделенным в ходе теоретического анализа критериям эго-интеграции как личностной зрелости, а именно: принятие себя и других, эмоциональное благополучие, интернальный локус контроля, не ведомость (авторство своей жизни), умение ставить цели в жизни и достигать их, включенность и вовлеченность в события своей жизни. Категория опыта (значение опыта и возраста в старости) единственная включающая упоминания в

негативном смысле, в том случае если рассчитывать удельный вес данной категории в общей массе всех афоризмов без учета негативных упоминаний, она бы заняла вторую позицию в рейтинге представленности категорий (0,17, вместо 0,1 с учетом негативных упоминаний), что позволяет констатировать дифференциацию мудрости и опыта в артефактах культуры и указывает на необходимость, но недостаточность жизненного опыта в достижении личностной зрелости.

Достаточно высокий удельный вес категории рефлексии жизненного пути подтверждает гипотезу об её ведущем значении в достижении эго-интеграции. Упоминание такой категории, как скромность (скрытность, осторожность), согласуется с представлениями Н.Ф. Шахматова о «счастливой старости» как о старости созерцающей, отстраненной, а упоминание проблемы принятия возможности скорой смерти, согласуется с представлениями Э. Эриксона о необходимости разрешения экзистенциальной проблемы конечности бытия в период поздней зрелости. Упоминание данных категорий указывает на их ведущее значение среди задач развития, соответствие которым необходимо для достижения личностной зрелости. Кроме того, полученные результаты согласуются с исследованием символики развития личности пожилого человека в народных волшебных сказках, описанным в статье Ю.Д. Злобина, который выделяет в качестве ориентиров развития личности пожилого человека осознание значения жизненного опыта, освобождение от личных амбиций, переосмысление ранних уровней развития, обретение духовной невинности (Злобин, 2009).

Категориальный анализ в целом подтвердил теоретически выявленные критерии эго-интеграции. Интересным представляется факт нулевой представленности категории отверженности реальности (отсутствия эскапизма). Возможно, уход от реальности не является значимым защитным механизмом на этапе эго-интеграции, поэтому он не столь выражен в артефактах культуры в отношении данного возрастного периода. Наиболее значимы следующие категории культурального образа мудрости в период поздней зрелости: эмоциональное благополучие, принятие себя и интернальность. Эти же

показатели предположительно являются наиболее значимыми проявлениями эго-интеграции как особого уровня личностной зрелости, что согласуется с представлениями L. Tornstam о том, что на фоне значительного увядания физических возможностей и сужения социальных контактов трансцендентность (осознание значения собственной жизни в историко-социальном развитии общества) позволяет принять ответственность за своё развитие, обеспечить адекватное позитивное самоотношение и эмоциональное благополучие.

Таким образом, выявлены следующие основные характеристики культурального образа социальной мудрости как ведущей задачи развития личности в период поздней взрослости, отраженные в артефактах культуры (пословицы, поговорки, изречения известных людей): достижение эмоционального благополучия, принятие себя, интернальность, рефлексия жизненного пути, созерцательная жизненная позиция и принятие возможности скорой смерти. Выявленные категории соотносятся с теоретически выявленными задачами развития поздней взрослости и отражают феномен эго-интеграции, совпадая по содержанию с теоретическими представлениями о личностной зрелости в период поздней взрослости и эго-интеграции.

Итак, выявленные характеристики культурального образа мудрости как проявления эго-интеграции (достижение благоприятного эмоционального фона, принятие себя, интернальность, рефлексия жизненного пути, созерцательная жизненная позиция и принятие возможности скорой смерти) соответствуют теоретически выявленным задачам развития данного возрастного периода.

### **3.1.2 Адаптация методик исследования эго-идентичности личности**

Проблема диагностики идентичности личности на сегодняшний день выходит на первый план как в исследовательских работах, так и в частной консультативной практике, что в первую очередь связано с кризисностью и нестабильностью современного общества. Диагностика идентичности личности позволяет выявить индивидуальную глубинную личностную структуру представлений человека о себе самом. В зависимости от методического принципа,

положенного в основу, выделяют следующие группы психодиагностических методов (Бодалев, 1988): 1) объективные тесты; 2) проективные техники; 3) диалогические (интерактивные) техники (беседы, интервью, диагностические игры); 4) стандартизованные самоотчеты.

Объективные методы исследования структуры и динамики эго-идентичности не разрабатываются в силу отсутствия возможности неправильного выполнения задания, направленного на анализ статуса эго-идентичности. При этом методика «Объективного измерения статуса эго-идентичности» Дж. Р. Адамса представляет собой стандартизированный самоотчет, объективность которого подтверждается исключительно психометрическими проверками.

Проективные техники исследования эго-идентичности представлены рисуночными методиками («Автопортрет» Е. С. Романова и О. Ф. Потемкина, тест «Рисунок человека» К. Маховер и Ф. Гудинаф и др.), вербальными проективными методиками (тест Куна «Кто Я?» и его модификации), методиками, основанными на продолжении и рассказывании сказок (М.Е. Сивишкина (Сивишкина, 2013) и др.).

Интерактивные (диалогические) методы были предложены одними из первых для изучения эго-идентичности личности, к данной группе методов будут относиться такие методики, как «Стандартизированное интервью Эриксона»; «Методика по изучению эго-идентичности в рамках статусной модели Дж. Марсиа» в адаптации В.Р. Орестовой и О.А. Карабановой (Орестова, 2005). Наиболее многочисленной группой методов для исследования эго-идентичности личности являются стандартизированные самоотчеты, в качестве примера можно привести следующие: «Шкала сформированности идентичности» (Identity Achieved Scale); СЭИ-тест Е.Л. Солдатовой (Солдатова, 2007); «Опросник кризисной идентичности» (Дмитриева, Самойлик и др. 2011); методика объективного измерения статуса эго-идентичности Дж. Р. Адамса; и др.).

Таким образом, методики, направленные на исследование эго-идентичности личности, присутствуют практически во всех группах психодиагностических методов. Достоинством проективных методов является то, что они позволяют

быстро установить психологический контакт с участником исследования. Однако и проведение, и анализ результатов проективных методик трудоемки, а полученные данные не всегда достоверны. В связи с этим наиболее подходящими для исследования эго-идентичности методами, на наш взгляд, будут являться диалогические техники и стандартизированные самоотчеты. Вышеперечисленные методики ориентированы на подростков и людей зрелого возраста и не подходят для пожилых людей, в связи с этим перед нами встала задача разработки адекватного выборке исследования психодиагностического инструментария.

При подборе методов исследования эго-идентичности личности важно учитывать следующие особенности испытуемых позднего возраста: отвлекаемость; предпочтение устных методик письменным; сложности в обращении к настоящему и будущему (ориентация на прошлое). Из-за страха пожилых испытуемых утратить контроль над ситуацией важно перед началом любой диагностики расположить к себе испытуемого, объяснить цели, задачи и используемые методы исследования, разрушить нереалистичные стереотипы пожилых людей о работе психолога.

С учетом особенностей испытуемых поздней взрослости было разработано полуструктурированное интервью, теоретическим основанием к которому послужила концепция Е.Л. Солдатовой. Суть данного интервью сводится к выявлению отношения испытуемого к задачам развития, на основании чего экспертами делается вывод о фазе нормативного кризиса развития личности и статусе эго-идентичности. Однако использование данного интервью требует длительной подготовки эксперта, его глубинного понимания концепции нормативных кризисов взрослости и задач развития в период поздней взрослости, что затрудняет массовое использование данной методики в исследовательских целях, но делает ее актуальной для использования в индивидуальных консультациях.

Массовой психодиагностике в большей степени соответствует метод стандартизированного самоотчета. Оставаясь в русле концепции Е.Л. Солдатовой, данный самоотчет было решено разработать, модифицировав «Тест структуры

эго-идентичности», предложенный ею. В модификации было решено сократить количество вопросов, оставив при этом предложенные в изначальном варианте психодиагностические шкалы, отражающие эмпирически выявленную структуру эго-идентичности. При этом из методики были удалены сложные для понимания испытуемых вопросы (выявляемые эмпирически), вопросы, связанные с актуальной трудовой деятельностью испытуемых, в некоторых вопросах было подчеркнуто различие между предлагаемыми альтернативами. Рассмотрим разработку указанных методик более подробно.

### **Разработка полуструктурированного интервью для определения статуса эго-идентичности**

Эго-идентичность личности – процесс самоотождествления личности, который отражает отношения третьего рода и измеряет отношение к себе личности, измененной в результате динамических преобразований социальной ситуации развития в период нормативных кризисов (Солдатова, 2007). Для каждой фазы нормативного кризиса характерен определенный статус идентичности: в дебюте кризиса – предрешенная (заданная новой социальной ситуацией, внешними образцами и идеальной формой). Этот статус идентичности личности чаще всего связан с идеализацией «Я-будущего», отказом от «Я-прошлого», эгоцентризмом и некоторой эйфорией по поводу собственных изменений. В апогее кризиса – размытая или диффузная идентичность личности, здесь в полной мере проявляются сомнения, неверие в собственные ресурсы, но вместе с тем человек ищет, «примеряет» различные образцы для идентичности. В завершении кризиса – автономная идентичность, достижение которой является обязательным условием перехода в стабильный этап развития – фазу новых количественных изменений (Солдатова, 2007).

На предварительном этапе исследования путем теоретического анализа современной геронтопсихологической литературы были выявлены задачи развития для нормативных кризисов поздних возрастов, подробная информация о которых представлена в параграфе 1.1. Полезно начать интервью с обсуждения желания пожилых людей быть полезными для своей семьи и общества,



необходимости дальнейшего развития и значения опыта пожилого человека для решения современных задач и проблем. Вопросы об актуальности задач развития формулируются с точки зрения двух векторов, определяющих статус эго-идентичности (Marcia, 2002): «сомнения» (пережит ли кризис) и «выбор» (принято ли решение).

Формулировка вопросов о принятии решения может быть следующей:

- «насколько активно Вы...»;
- «согласны ли Вы с тем, что...»;
- «в чем Вы видите смысл...»;
- «как Вы относитесь...»;
- «задумывались ли Вы о...».

Формулировка вопросов о переживании кризиса и сомнений может быть следующей:

- «в чем конкретно это выражается?»;
- «принимают ли окружающие...»;
- «как повлияло на Вашу жизнь...»;
- «когда Вы осознали значение...».

Интервью завершается вопросом о том, какие еще задачи развития видит перед собой испытуемый, для того чтобы уточнить индивидуальное содержание образа возраста. Названные задачи фиксируются в таблице под пунктами 11 – 13. Названные задачи также анализируются с точки зрения параметров «сомнения» и «выбор». Эксперты принимают решение о фазе нормативного кризиса на основании взаимосвязи отношения к задачам развития и статусов эго-идентичности.

В первой фазе кризиса, которой соответствует предрешенная эго-идентичность (решение принято без переживания кризиса), человек лишь внешне принимает задачи развития, не понимая сущности возрастной задачи и реально не реализуя её на практике или же делая это формально и неэффективно. Пример высказывания: «Для меня быть бабушкой значит заниматься внуками, играть,

гулять с ними, баловать. Правда, со своими я нянчиться не успеваю, то в ЖЭК нужно сходить, то на собрание домоуправления, то к подругам заскочить». В этом примере женщина декларирует возрастную задачу «освоения новых социальных ролей», но принимает её лишь формально.

Во второй фазе кризиса происходит диффузия эго-идентичности (личность переживает кризис, но решение пока не принято), поиск и сомнения в собственных целях. Задачи развития размыты, человек не может определиться с тем, насколько ему подходит каждая из задач развития, однако он примеряет их на себя и пытается им соответствовать, идет активный поиск смысла каждой возрастной задачи. Пример высказывания: «Я пока еще не чувствую себя бабушкой в полной мере, внуки у меня уже давно появились, я еще работала. А теперь вроде как вышла на пенсию, чувствую, что что-то изменилось. Но пока я не знаю, что именно». В этом примере видны сомнения респондента в отношении возрастной задачи, пересмотр её смысла.

Третьей фазе нормативного кризиса соответствует достигнутая эго-идентичность (решение принято после переживания кризиса), завершается переструктурирование личности, интериоризируются задачи развития. Человек своеобразно и глубоко понимает свою возрастную идентичность, легко выделяет задачи развития и способен их объяснить. Пример высказывания: «Сейчас я действительно чувствую себя бабушкой, с внуками у меня совсем другие отношения, не такие, как со своими детьми. В молодости я этого не понимала, с мамой ругалась, а теперь сама стала такой». В этом примере показано принятие новой роли, её интеграция в свой жизненный путь и свою личность.

В стабильном периоде развития личности (кризис не пережит, решение не принято) ожидается, что испытуемый будет относиться к задачам развития как к не имеющим большого значения, очевидным, но неважным в данный момент. Пример высказывания: «... то, о чем вы говорите, действительно есть в моей жизни, так и живем...». В случае такого ответа, информация в таблице не фиксируется, так как предположительно человек проживает стабильный период своего развития. Эксперты анализируют ответы испытуемого исходя из

предоставленной информации и делают вывод о фазе кризиса развития личности, фиксируя информацию в таблице. Таблица фиксации результатов может заполняться в ходе беседы или при прослушивании записи интервью. Таблица фиксации результатов представлена в приложении 5.

После окончания интервью подсчитывается балл по каждому из пунктов, при значительном перевесе одной из категорий в отношении респондента к задачам развития эксперт принимает решение о статусе эго-идентичности и фазе нормативного кризиса. Многочисленные отсутствия отметок говорят о проживании стабильного периода и отсутствии кризиса идентичности. Большее значение при обработке результатов интервью имеет не количественный, а качественный анализ высказываний респондентов. Часто необходимо задать несколько вопросов для определения параметров «сомнения» и «выбор» в отношении возрастной задачи развития. Кроме того, анализ задач развития, самостоятельно называемых респондентом, более показателен в связи с неоднозначностью культурального образа поздней взрослости.

Для проверки валидности данной методики мы использовали сравнение результатов модификации СЭИ-теста с результатами разработанного нами на основании теоретических исследований интервью для определения статусов эго-идентичности личности в период нормативных кризисов поздних возрастов. Выборка исследования включала 34 испытуемых, включая 23 женщин и 11 мужчин в возрасте от 55 до 79 лет. Сравнение результатов тестовой методики и интервью показало наличие связи между результатами методик. Коэффициент взаимной сопряженности Пирсона равен 0,78, что подтверждает достаточный уровень валидности методики.

Обсуждение задач развития позволяет пожилым людям по-новому взглянуть на свою жизнь, обозначив активную позицию в выборе своего жизненного пути, что позволяет говорить о коррекционно-развивающем значении данной методики. Биографические методы традиционно считаются важной частью геронтопсихологического консультирования, и данное интервью может быть полезно при работе с такими проблемами, как: трудности в адаптации к своему

новому социальному и возрастному статусу; проблемы в принятии прародительской роли; кризис выхода на пенсию.

Таким образом, разработанное полуструктурированное интервью позволяет определить фазу нормативного кризиса у пожилых людей с учётом специфических особенностей этой возрастной группы. Описанная методика может быть использована в исследовательских целях и для прикладных нужд при изучении нормативных кризисов поздних возрастов.

### **Разработка модификации теста статусов эго-идентичности**

На проблему достоверности данных, получаемых с использованием самооценочных личностных опросников, неоднократно указывают исследователи (Л.Ф. Бурлачук, К.М. Гуревич, Г.Л. Логинова и др.). Наиболее распространены следующие эффекты, влияющие на достоверность результатов: эффект социальной желательности; установка на согласие; установка на неопределённые ответы (ответы средней категории); установка на «крайние» ответы (Бурлачук, 2006).

Указанные установки могут значительно искажать нормативные методики исследования абстрактных личностных структур. Альтернативной формой опросников является ипсативный формат диагностики, который предполагает измерение, основанное на интраиндивидуальных сравнениях, когда результаты диагностики каждого испытуемого служат измерительным эталоном для самих себя (Батурин, 2013). В ипсативных опросниках при анализе результатов тестирования применяется система субъективных сравнений и выборов конкретного испытуемого, что позволяет преодолеть эффекты «стиля ответа».

Сама структура эго-идентичности личности предполагает возможность лишь субъективной самооценки данного феномена. При этом нормативные показатели, такие как медиана, среднее отклонение, область высоких, средних и низких значений, отражают лишь субъективное видение человека, в том числе обусловленное спецификой его когнитивного стиля, самооценкой, индивидуальной системой координат. Каждый из статусов идентичности, с одной стороны, обладает уникальной спецификой, с другой стороны, возможно

совмещение различной выраженности признаков статусов идентичности в различных сферах жизни. С этой точки зрения индивидуальный профиль идентичности личности более информативен, чем условно нормативная выраженность каждого из признаков. В диагностическом плане наиболее действенным будет использование ипсативного опросника с осознанным выбором соответствующего самоощущению варианта. Специфика интерпретации ипсативных опросников по сравнению с нормативными определяется отсутствием выделяемых уровней и типов испытуемых, что делает интерпретацию полученных данных более трудоемкой, творческой, но в то же время более информативной для испытуемых, учитывающей индивидуальный когнитивный стиль, с меньшим влиянием эффекта социальной желательности и других установок.

Еще одной специфической особенностью ипсативных опросников является формат вынужденного выбора, когда испытуемый выбирает наиболее подходящий для него вариант (Иванов, 2014). В тесте структуры эго-идентичности испытуемым предлагается в каждом пункте шкалы выбирать одно из трех утверждений, описывающих реальность представлений о себе с позиции предрешенной, диффузной или автономной идентичности. По результатам диагностики испытуемый получает индивидуальный профиль выраженности каждого из трех статусов идентичности с учетом представленности каждого из статусов в 7 шкалах, что позволяет не только указать на специфический для испытуемого статус идентичности, в отличие от указания преобладающего типа, но и выделить ресурсные и проблемные структуры в его идентичности, указать на возможные ориентиры выхода из кризиса.

В пилотажном исследовании (N=20) респонденты в период поздней взрослости (65–79 лет) отвечали на вопросы Теста структуры эго-идентичности (СЭИ-теста), комментируя и обсуждая возникающие трудности. Диагностика проводилась индивидуально в присутствии наблюдателя. Пилотажное исследование позволило выявить ряд проблем в использовании данного опросника для респондентов старше трудоспособного возраста.

1. Вопросы под номерами 20, 21, 22, 23, 24, 25 касаются работы и трудовой деятельности, что затрудняет актуальную оценку отношения испытуемых по данным пунктам.

2. Вопросы 32, 44, 47 включают абстрактные понятия, в связи с чем сложны для понимания испытуемых и требуют дополнительных пояснений со стороны экспериментатора.

3. На ответы в некоторых вопросах значительно влияют возрастные особенности испытуемых. Так, при ответе на 11 вопрос о предопределенности жизненного пути детей родителями пожилые люди рассуждают о своих детях (и иногда внуках), а не о себе и своих родителях. А при ответе на вопрос 6 о значении прошлого в жизни испытуемого пожилые люди в силу характерной для возраста концентрации на прошлом преувеличивают его значение вне зависимости от статуса эго-идентичности.

4. Ипсативный формат методики предполагает значительные когнитивные усилия со стороны испытуемых, продолжительное по времени заполнение опросника снижает мотивацию участия в тестировании пожилых людей, для которых характерна быстрая утомляемость и отвлекаемость.

Таким образом, актуальность модификации методики для пожилых людей определяется, с одной стороны, результатами пилотажного исследования, с другой – отсутствием специализированного инструментария для исследования эго-идентичности пожилых людей. Для того чтобы сохранить представленную в 7 шкалах изначального варианта опросника структуру эго-идентичности, в модифицированной версии было решено оставить по 3 вопроса из каждой шкалы (в каждом из вопросов по три пункта в соответствии со шкалами автономной, предрешенной и диффузной идентичности), что позволило обеспечить достаточную валидность результатов методики. При этом из-за относительно низкой представленности в методике сами шкалы в сокращенном варианте не учитываются.

По результатам пилотажного исследования были удалены вопросы, связанные с актуальным состоянием профессиональной сферы (№ 20, 21, 22, 23, 24, 25),

вопросы, вызывающие трудности при ответе (№ 6, 11, 32, 44, 47), а также вопросы, касающиеся одновременно нескольких структур эго-идентичности личности (№ 3; 33; 34). Отбор пунктов модификации теста осуществлялся с учетом максимальной представленности проявлений эго-идентичности и анализа «веса» вопросов в общем значении согласованности по шкале с использованием коэффициента Альфа Кронбаха. Так как ответы на вопросы в ипсативных методиках носят номинативный характер, была разработана процедура оцифровки данных. Общий массив данных был преобразован в три отдельных массива для каждой из шкал, в том случае если испытуемым был осуществлён выбор пункта по шкале, в новом массиве данному вопросу присваивалось значение «1», иначе (если был выбран пункт по другой шкале) – «0». Выборка исследования составила 157 испытуемых.

Результаты анализа внутренней непротиворечивости СЭИ-теста по статусам эго-идентичности (коэффициент Альфа Кронбаха) для автономного составил 0,725; для диффузного – 0,796; для предрешенного – 0,557. Опросник внутренне согласован по всем шкалам, полученные результаты могут показаться относительно низкими по сравнению с результатами нормативных опросников, однако это общая тенденция для ипсативных методик. Наименьшая надежность выявлена по шкале «Предрешенность», поэтому повышение надежности по данной шкале было для нас приоритетным. Для того чтобы определить влияние отдельных пунктов на согласованность теста, была рассчитана согласованность шкалы при удалении пункта (по коэффициенту Альфа Кронбаха), в том случае, если она становилась ниже рассчитанного показателя внутренней непротиворечивости по шкале, это повышало вероятность включения данного пункта в модификацию методики, результаты представлены в таблице 7.

По итогам пилотажного исследования и анализа согласованности пунктов теста была составлена краткая модификация СЭИ-теста. На каждую шкалу приходится 21 утверждение (Автономия, Предрешенность, Диффузия), всего методика включает 63 утверждения, сгруппированные по 3 в один вопрос.

## Согласованность шкал теста при удалении пункта

		1. «Ответственность за выбор»											
Обозначение вопроса		3 В	12 Б	19 Б	20 Д	25 Д	27 Ц	32 Ц	33 Ц	41 А	43 А	45 А	48 А
Испытательные шкалы	Ав	0,71	0,72	0,71	0,72	0,72	0,71	0,72	0,72	0,72	0,71	0,72	0,73
	Пр	0,79	0,79	<u>0,8</u>	<u>0,8</u>	0,79	<u>0,8</u>	0,79	0,79	<u>0,8</u>	0,78	<u>0,8</u>	<u>0,8</u>
	Диф	0,55	0,55	<u>0,56</u>	<u>0,56</u>	<u>0,56</u>	0,54	0,55	0,55	<u>0,6</u>	0,54	<u>0,6</u>	<u>0,6</u>
		2. «Самодостаточность»											
Обозначение вопроса		8 В	9 Б	10 Б	14 Б	22 Д	23 Д	24 Д	33 Ц	34 А	40 А		
Испытательные шкалы	Ав	0,71	0,71	0,72	0,72	0,72	0,72	0,72	0,72	0,72	<u>0,73</u>		
	Пр	0,79	0,79	<u>0,8</u>	0,79	0,79	0,79	0,79	0,79	0,79	<u>0,8</u>		
	Диф	0,55	0,54	<u>0,56</u>	<u>0,56</u>	<u>0,56</u>	0,55	0,55	0,55	0,55	0,55		
		3. «Осознанность жизненного пути»											
Обозначение вопроса		5 В	7 В	11 Б	21 Д	38 А	46 А	47 А					
Испытательные шкалы	Ав	0,72	0,72	0,72	0,72	0,72	0,72	0,72					
	Пр	0,78	0,79	<u>0,8</u>	0,78	0,79	<u>0,8</u>	<u>0,8</u>					
	Диф	0,53	<u>0,57</u>	<u>0,56</u>	<u>0,56</u>	0,54	0,55	<u>0,56</u>					
		4. «Эмоциональная зрелость»											
Обозначение вопроса		2 В	16 Б	17 Б	18 Б	34 А	35 А	36 А	49А				
Испытательные шкалы	Ав	0,72	<u>0,73</u>	<u>0,74</u>	0,72	0,72	<u>0,73</u>	0,72	0,72				
	Пр	<u>0,8</u>	0,79	<u>0,8</u>	0,79	0,79	0,78	0,79	<u>0,8</u>				
	Диф	0,54	0,55	0,54	<u>0,56</u>	0,55	0,54	0,53	<u>0,57</u>				
		5. «Принятие настоящего»											
Обозначение вопроса		1 В	3 В	15 Б	39 А								
Испытательные шкалы	Ав	0,72	0,71	0,72	0,71								
	Пр	0,79	0,79	0,79	0,79								
	Диф	0,55	0,55	<u>0,56</u>	0,54								
		6. «Осознанность ценностей»											
Обозначение вопроса		6 В	13 Б	26 Ц	28 Ц	44 А							
Испытательные шкалы	Ав	0,72	<u>0,73</u>	0,71	0,72	0,72							
	Пр	0,79	0,79	0,79	0,78	<u>0,8</u>							
	Диф	0,55	0,55	0,54	<u>0,56</u>	<u>0,56</u>							
		7. «Соответствие себе»											
Обозначение вопроса		4 В	29 Ц	30 Ц	31 Ц	37 А	42 А	50 А					
Испытательные шкалы	Ав	<u>0,73</u>	<u>0,73</u>	0,72	0,72	0,72	<u>0,73</u>	0,72					
	Пр	<u>0,8</u>	0,79	0,79	0,79	<u>0,8</u>	0,79	0,79					
	Диф	0,55	0,55	0,55	0,53	<u>0,56</u>	<u>0,57</u>	0,54					

Условные обозначения: Серым цветом выделены вопросы, исключенные по итогам пилотажного исследования. Буквами обозначена сфера проявления эго-идентичности: «В» – отношение к временной перспективе, «Б» – отношение к близким людям, «Д» – отношение к делу жизни, «Ц» – отношение к ценностям, «А» – отношение к другим людям в рамках дихотомии автономия – поддержка. Жирным шрифтом с подчеркиванием выделены значения повышения согласованности теста при удалении пункта. Обозначения испативных шкал: «Ав» – автономия; «Пр» – предрешенность; «Диф» – диффузия. Пункты теста, отобранные в модификацию в результате анализа, заштрихованы.



Исследование ретестовой надежности методики проводилось на выборке из 69 человек, которые проходили тестирование по методике дважды, с трехнедельным перерывом между процедурами диагностики. Результаты представлены в таблице 8.

Таблица 8

Тест-ретестовая надежность модификации СЭИ-теста

Коэффициент корреляции Пирсона		
автономия	диффузия	предрешенность
0,998***	0,997***	0,995***

Условные обозначения: \*\*\*  $p < 0,001$ ; \*\*  $p < 0,01$ ; \*  $p < 0,05$ .

Как видно из таблицы 8, тест-ретестовая надежность модификации статистически значима на уровне  $p = 0,001$ , что говорит о высокой надежности методики.

Несмотря на ипсативный характер методики, нормы по шкалам могут служить хорошим ориентиром для исследователя. Однако при этом важно помнить, что высокие показатели по одной из шкал могут быть набраны испытуемым лишь при низких значениях другой или других шкал, в связи с этим правомерным будет лишь анализ целого профиля испытуемого. Выборка исследования для анализа норм составила 93 человека. Показатели по шкалам представлены в таблице 9.

Таблица 9

Нормы по шкалам модификации СЭИ-теста

Статус	Среднее	Ст.отклонение	Выше нормы	Высокие
Автономия	9,8	2,4	12–13	14 и выше
Предрешенность	6,4	2,2	8-9	10 и выше
Диффузия	4,7	2,1	6-7	8 и выше

Таким образом, модификация методики «Тест структуры эго-идентичности для пожилых людей» является надежным и валидным психодиагностическим инструментарием. Так как методика позволяет оперативно исследовать особенности эго-идентичности испытуемых поздней взрослости, она может быть

рекомендована к использованию как в консультационных, так и в исследовательских целях.

Итак, специфика респондентов поздней взрослости предполагает адаптацию диагностического инструментария. Психометрическая проверка модификации ипсативной методики СЭИ-тест показала достаточную внутреннюю непротиворечивость, высокую ретестовую надежность. Психометрическая проверка полуструктурированного интервью для определения статуса эго-идентичности показала достаточную валидность методики. Полученные результаты позволяют использовать их для выявления статусов эго-идентичности в нормативном кризисе перехода к поздней взрослости.

### **3.1.3 Отношение респондентов в период поздней взрослости к задачам развития**

Психологическое содержание возрастного периода отражается через задачи развития в социальных ожиданиях в отношении возраста. Личностная зрелость предполагает успешную интериоризацию социальных ожиданий, что выражается в отношении к задачам развития актуального возрастного этапа. В связи с этим исследование содержания эго-интеграции как личностной зрелости предполагает анализ отношения пожилых людей, позитивно воспринимающих свой возраст, к теоретически выявленным задачам развития:

- обретение способности к отстраненному, созерцательному восприятию происходящего;
- перенос энергии на другие формы активности и на новые социальные роли: бабушка/дедушка, наставник;
- переживание мирового порядка и духовного смысла прожитой жизни;
- осознание необходимости дальнейшего развития;
- приязненное отношение к принципам прошлых времен и иных культур;
- осознание ценностей имеющих сверхличностное значение;
- позитивное отношение к прожитой жизни, принятие своего жизненного пути как единственно должного;

– принятие несовершенства, как самого себя, так и окружающего мира, осознание границ возможного;

– перенос энергии на работу внутреннего плана и, следовательно, адаптация к физическим изменениям;

– осознание и решение экзистенциальной проблемы конечности бытия.

Так как социальные экспектации в отношении любого из возрастов исторически очень подвижны и изменчивы, именно отношение самих респондентов в период поздней взрослости может выявить современные тенденции в содержании образа возраста.

В ходе проведения полуструктурированного интервью для определения статуса эго-идентичности, было выявлено, что пожилые люди, считающие своё старение благополучным, могут быть дифференцированы на 2 относительно самостоятельные группы: ориентированные на саморазвитие (участвуют в многочисленных мероприятиях для пенсионеров, посещают кружки по интересам, занимаются саморазвитием) и ориентированные на овладение новыми социальными ролями: наставника, хранителя традиций и ценностей (занимаются воспитанием внуков и правнуков, помогают младшим членам семьи по хозяйству). И ту, и другую направленность личности можно считать «благополучной», в то же время очевидна разница в понимании социальных экспектаций относительно позднего периода онтогенеза.

Интервьюирование ориентированных на освоение новых социальных ролей пожилых людей показало достаточно высокий уровень социально-психологической адаптации респондентов так же, как и у пожилых людей, в большей степени ориентированных на саморазвитие, что подтверждает гипотезу о возможности достижения благополучного старения как в том, так и другом случае.

*«Я бабушка. Надо с уважением относиться к своему возрасту» (68 лет).*

*«Мы такие же, как все! Единственное, что у нас уже тело не слушается, а так все так же. Все то же, так же все хочется: и танцевать, и жить, и общаться» (72 года).*

В то же время для ориентированных на освоение новых социальных ролей пожилых людей любая тема сводится к обсуждению их влияния на жизнь

младшего поколения. Цели своей жизни, их планы и надежды они рассматривают как бы через призму служения своим внукам и детям.

*«Прожить подольше! Чтобы болезнь не застала врасплох. Мы уже не молодые – самое главное прожить бы ещё немножко, чтобы помочь внукам. Не знаю, как у кого, но у меня такая цель» (72 года).*

Даже в отношении к работе и саморазвитию они прежде всего видят возможность оставить «наследство» для будущего поколения.

*«Вроде бы нам с дедом ничего не надо, а мы с ним закатили стройку. И спрашиваем у себя: зачем? А я говорю, что девочкам, внучкам. И нам нужно все больше и больше, того, что не успели мы в молодости сделать. Чтобы сейчас не только у нас это было, но и у девочек наших» (68 лет).*

*«Ведь надо что-то детям оставить, чтобы потом им легче жилось, коли не потянут - так хоть продадут, на что-то истратят» (74 года).*

Пожилые люди, в меньшей степени ориентированные на семью, много времени посвящают саморазвитию или же находят возможность частичной занятости, выбирая себе занятие, соответствующее их желаниям и стремлениям, отказываясь, даже несмотря на существующие материальные проблемы, от заработка, связанного с нелюбимой или неприятной для них работой.

*«Труд – важная составляющая жизни. Очень важная. Труд – это главное. Когда люди работают – это интересно. Потому что наше поколение к работе привыкло. Как тут дома сидеть? Мы бы с удовольствием проработали и еще 10 лет!» (71 год).*

*«На самом-то деле жизнь прекрасна! В последнее время я занимаюсь мастер-классами. Психология в этом мне помогает, потому что, если я провожу мастер-классы, то при обучении мы решаем различные психологические задачи через куклу. В любом случае в нее душа вкладывается, потому что когда кукла делается самим участником, - она играет большую роль, потому что человек вкладывает в нее часть себя» (56 лет).*

*«Это больше общественная работа. Я принимаю участие в разных организационно-массовых мероприятиях, в центре реабилитации инвалидов, в областном центре народного творчества» (59 лет).*

При этом для пожилых людей, несмотря на идентификацию со своим возрастом, важно подчеркнуть несоответствие своего образа существующим негативным социальным стереотипам.

*«В основном это всё-таки внуки. Для себя – хочется как-то одеться красиво, чтобы одежда красивая была. Не хочется быть неряхой. А то бывает так, что некоторые выходят – даже смотреть страшно» (68 лет).*

Активность и возможность быть востребованным и занятым актуальны для всех пожилых людей.

*«Я считаю, что не надо сидеть дома с болячками своими – у нас же у всех в нашем возрасте они есть. У нас всё по-старому, как у всех пенсионеров. Жизнь потихонечку течёт, стараемся выплывать, не тонуть!» (68 лет).*

*«У меня нет свободного времени. Я бегу, бегу всё время. Муж у меня болеет, утром я его кормлю, потом бегу в музей, потом прибегаю домой. Сейчас начался сад, в саду мы в этом году решили ничего не садить, кроме цветов. Что-то там, конечно, растёт, но в основном это цветы. Я уже решила, что буду отдыхать этот год – моя нога ещё не готова к работе. Свободного времени у меня нет никакого и никогда. И даже если я дома, то всё равно у меня есть дела» (61 год).*

*«Цель у меня бесконечная. Я создала музей, который победил в конкурсе спортивных музеев. Моя задача сейчас - сделать уголок, посвященный голландским конькобежцам. Я ставлю бесконечные задачи, потому что совершенно не могу находиться дома» (79 лет).*

*«Должны развиваться. Во все стороны, надо искать пути, чтобы быть в обществе» (58 лет).*

В то же время многие говорят о значении прошлого в их жизни.

*«Мой возраст больше нацелен на воспоминания. Вспоминаем, сравниваем. Сядем с мужем и начинаем: как мы сами жили, как дети живут, как внуки, как к школе относятся, ко всему. Все идет, конечно, в сравнении» (72 года).*

Но для ориентированных на освоение новых социальных ролей пожилых людей их опыт важен с точки зрения возможностей передачи его будущим поколениям.

*«Я, по крайней мере, могу совет дать. Две дочери же, одной 49 лет, другой 45; у каждой семья, свои проблемы, - даю советы обязательно. Потому что свой опыт большой, мы с мужем прожили 54 года, на следующий год будет юбилей» (74 года).*

*«Считаю, я вполне хорошая бабушка. Я закончила радиотехникум, и закончила хорошо его. И школу хорошо закончила. Особенно хорошо я знала математику, своего внука я тянула по ней. Учителя спрашивали: «Кто тебе помогает по математике? Ты так хорошо разбираешься!». Он отвечает: «Бабушка!», - и в ответ слышит: «Бабушка? По математике?! Помогает?!»» (74 года).*

*«Я перебираю какие-то фотографии, своей внучке на 14-летие я сделала большущий альбом, на каждом листе по 6 фотографий, всего 29 листов. И вот у меня теперь задача – перебрать все свои залежи с фотографиями» (79 лет).*

Многие пожилые люди указывают на кризис в их жизни, который был успешно пройден за счет переоценки ценностей и установок.

*«Я очень интересно танцую, пусть даже это не балет, но это современный и очень красивый танец. Я научилась этому, и моя душа открылась. Я начала рисовать. У меня были шикарные авторские выставки. В общем, в итоге я поняла: чего я жалуюсь?!» (56 лет).*

*«Поняла, что надо просто принять то, что дано мне. Сгладить, сгармонизировать ситуацию, которая у меня сейчас. Это абстрактно конечно, но с другой стороны так оно и есть. Сейчас как раз время для семьи, дома, уюта, для радостей» (59 лет).*

Отношения с молодым поколением многие рассматривают как сложные, проявления эйджизма преодолеваются при осознании собственной самооценности. В то же время, пожилые люди тянутся к молодежи, и готовы к общению с ними.

*«Мой сын говорит: «Трудно с вашим возрастом разговаривать». Я ему всегда отвечаю: «Если тебе повезет, ты тоже доживешь до этого возраста». Я могу сейчас так сказать, – мне нравится стареть, потому что не всем это удастся». (71 год).*

*«Я вот нашла университет, потому что там все равно есть такие же люди, как я, такого же возраста, это все-таки какое-то общение, и потом очень много интересного. А вообще, повзаимодействовать бы с молодыми, мне бы хотелось. Но я не знаю где. Я хожу на конкурс молодых ораторов, всегда. Мне очень нравится». (64 года).*

*«Но вообще я вижу, что пренебрежение к пожилым есть. Такое отношение к нам часто можно увидеть в магазине или в поликлинике. Я научилась с этим жить, я знаю, чего я хочу, кто я такая, и сейчас меня это уже не сбивает. Однако бывали моменты, когда было обидно...» (68 лет).*

Результаты интервью позволяют наглядно проиллюстрировать специфику отношения к возрастным задачам развития пожилых людей, ориентированных на саморазвитие и освоение новых социальных ролей. Пожилые люди, ориентированные на освоение новых социальных ролей, видят своё счастье в служении своей семье, общении с молодым поколением, передаче накопленного опыта. Так как в процессе интервью любые темы в конечном счете сводились к теме семьи, мы предполагаем, что в результате нормативного кризиса эти люди освоили новые ценности, цели и смыслы: семьи, заботы о других, контакта с последующими поколениями и передачей опыта.

Пожилые люди, ориентированные на саморазвитие, видят свое счастье в занятиях любимым делом, многие находят себе новые увлечения или даже участвуют в реализации крупных проектов (создание музея, организация помощи инвалидам и т.д.). Этих людей объединяет осознание необходимости активной жизненной позиции в пожилом возрасте, стремление к труду и творческой самореализации. Помощь семье, детям и внукам – важная часть их жизни, но не цель существования. Такие люди во многом пытаются удержаться за свои

прошлые социальные роли, продолжая активно насыщать свою жизнь событиями, отвлекаясь от необходимых внутриличностных изменений.

Для уточнения вышеописанных особенностей были выявлены статистически значимые различия по показателям статусов эго-идентичности у респондентов с разной направленностью (на освоение новых социальных ролей и на саморазвитие) с использованием U-критерия Манна-Уитни. Сравнение статусов эго-идентичности проводилось за счет анализа результатов модификации СЭИ-теста в указанных группах. Результаты представлены на рисунке 3.

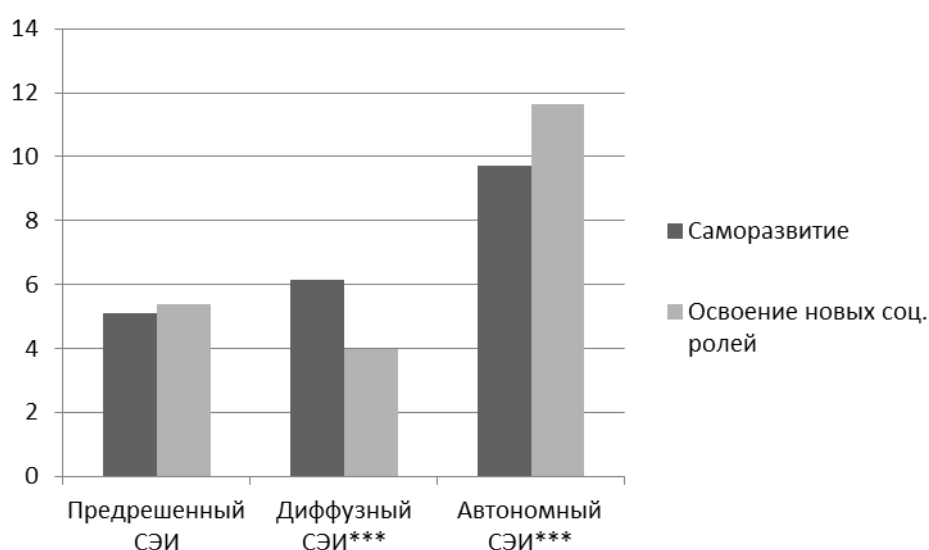


Рис. 3. Сравнение показателей статусов эго-идентичности в группах пожилых людей, ориентированных на саморазвитие и освоение новых социальных ролей

Условные обозначения: \*\*\*  $p < 0,001$ ; СЭИ – статус эго-идентичности.

Как видно из рисунка 3, статистически значимых различий в показателях предрешенного статуса эго-идентичности выявлено не было ( $p = 0,195$ ), в то время как показатели автономного и диффузного статусов эго-идентичности в группах, ориентированных на саморазвитие и на освоение новых социальных ролей, статистически значимо различаются ( $p < 0,000$ ). Среди респондентов с автономной идентичностью больше тех, кто ориентирован на семью, на передачу опыта, заботу (основные задачи поздней взрослости). Достижение автономного статуса свидетельствует о завершении кризиса и принятии основных задач развития. Среди тех, кто находится в апогее кризиса (о чем свидетельствует диффузный

статус эго-идентичности) большинство направлено на саморазвитие. Несмотря на то, что, как правило, люди ориентированные на саморазвитие интересные, увлеченные любимым делом, творческие и во многом состоявшиеся личности, результаты сравнения характерных статусов эго-идентичности подтверждают наше предположение о недостаточных внутриличностных изменениях в процессе проживания нормативного кризиса перехода к поздней взрослости.

В том же случае, если, подходя к поздней взрослости, человек начинает осваивать новые социальные роли, отказываясь от привычных моделей поведения, достижение автономного статуса эго-идентичности личности становится более вероятным, что свидетельствует о более зрелом варианте проживания нормативного кризиса пожилыми людьми, ориентированными на освоение новых социальных ролей.

Таким образом, образ поздней взрослости у респондентов, ориентированных на саморазвитие, в большей мере определяется сохранением прежнего уровня активности, жадой новых впечатлений и участия в различных проектах. При этом характерный для таких людей диффузный статус эго-идентичности подтверждает наше предположение о недостаточной интериоризации задач развития нового возрастного периода. Ориентированные на освоение новых социальных ролей пожилые люди первостепенное значение придают передаче опыта, при этом исчезает эгоистическая позиция в отношении собственного Я, снижается потребность в саморазвитии, наряду с увеличением желания интеграции собственного жизненного опыта с опытом младших поколений, реализуемого в социальных отношениях с другими людьми, прежде всего близкими. Автономный статус эго-идентичности характерный для данной группы подтверждает предположение об успешной интериоризации культурального образа поздней взрослости.

Итак, специфика взаимосвязи жизненных ориентаций личности и особенностей проживания нормативного кризиса перехода к поздней взрослости выражается в следующем. Среди пожилых людей находящихся в апогее нормативного кризиса (о чем свидетельствует диффузный статус эго-



идентичности), большинство направлено на саморазвитие. Среди тех, кто достиг автономного статуса эго-идентичности, большинство ориентируется на освоение новых социальных ролей, прежде всего связанных с передачей жизненного опыта следующим поколениям.

### **3.1.4 Анализ взаимосвязи статусов эго-идентичности, личностной зрелости и рефлексии**

В период нормативного кризиса происходит изменение иерархии личностных ценностей, целей, смыслов в соответствии со специфическими для каждого возраста задачами развития. По мере проживания нормативного кризиса изменяется статус эго-идентичности личности от предрешенного через диффузный к автономному. Каждой фазе нормативного кризиса соответствуют определенные показатели личностной зрелости и рефлексии.

Для проверки гипотезы о взаимосвязи статусов эго-идентичности личности с показателями личностной зрелости и уровнем выраженности различных видов рефлексии был проведен корреляционный анализ с использованием коэффициента Спирмена. Значимые результаты корреляционного анализа статусов эго-идентичности с рефлексией представлены в таблице 10.

Таблица 10

#### **Взаимосвязь статусов эго-идентичности и различных видов рефлексии**

Диагностический критерий	А	С	Ф
Общий уровень рефлексии	—	0,303**	-0,143*
Ретроспективная рефлексия деятельности	—	0,359**	-0,156**
Рефлексия настоящей деятельности	—	0,272**	-0,15**
Рефлексия будущей деятельности	-0,14*	0,267**	-0,153**
Рефлексия общения	—	—	—
Ретроспективная рефлексия	—	0,323**	-0,158**
Актуальная рефлексия	—	0,119*	—
Перспективная рефлексия	—	0,201**	—
Интерпсихическая рефлексия	—	0,175**	—
Ауторефлексия	—	0,346**	-0,145*
Тупиковая рефлексия	-0,253**	0,364**	-0,137*

Условные обозначения: «А» автономный статус эго-идентичности, «С» диффузный статус эго-идентичности, «Ф» предрешенный статус эго-идентичности. Статистическая значимость результатов: \*\*\*  $p < 0,001$ ; \*\*  $p < 0,01$ ; \*  $p < 0,05$ .

Как видно из таблицы 10, предрешенный статус идентичности обратно коррелирует с общим уровнем рефлексии ( $-0,143^*$ ), рефлексией будущей деятельности ( $-0,153^{**}$ ), ретроспективной рефлексией ( $-0,158^{**}$ ), ауторефлексией ( $-0,145^*$ ) и тупиковой рефлексией ( $-0,137^*$ ), что подтверждает наши представления о предкритической фазе, как о периоде нерефлексивного, поверхностного принятия задач развития (Солдатова, 2007). Предположение о взаимосвязи предрешенного статуса эго-идентичности с относительно низкими показателями рефлексивной готовности (за исключением перспективной рефлексии, ориентированной на анализ будущей деятельности) и высокими показателями социальной желательности подтвердилось частично. Так, результаты показали значимое снижение рефлексивной активности в данный период, включая, в том числе, и рефлексии будущей деятельности, что может быть связано с характерной для пожилых людей ориентацией на прошлое и незаинтересованностью в своем будущем.

Были обнаружены прямые корреляции диффузного статуса эго-идентичности с рефлексией будущей деятельности ( $0,267^{**}$ ), ауторефлексией ( $0,346^{**}$ ), тупиковой рефлексией ( $0,364^{**}$ ), ретроспективной рефлексией ( $0,323^{**}$ ), в том числе деятельности ( $0,359^{**}$ ). Полученные данные подтверждают представления о второй фазе кризиса, как о периоде острых эмоциональных переживаний и размышлений о собственной идентичности и дальнейшем жизненном пути. Обнаруженные значимые корреляции диффузного статуса эго-идентичности с рефлексией будущей деятельности и ауторефлексией могут быть объяснены с исследованием нами именно готовности к рефлексивной активности, без учета её качества. Действительно, в период острого кризиса человек готов рефлексировать и о своем будущем и о себе самом, однако это не всегда эффективно. Рефлексивная активность поддерживает сомнения, метания, отсутствие принятия нового статуса и задач развития.

Значимые корреляции автономного статуса эго-идентичности со склонностью к рефлексивной активности практически отсутствуют, за исключением корреляции с рефлексией будущей деятельности ( $-0,14^*$ ) и тупиковой рефлексией

(-0,253\*\*), что подтверждает гипотезу об относительном снижении уровня рефлексивной активности в завершающей фазе нормативного кризиса.

Статусы эго-идентичности являются маркерами фаз проживания нормативного кризиса развития личности. Как уже указывалось выше, дебюту кризиса соответствует предрешенный статус эго-идентичности, апогею – диффузный, а завершению – автономный статус эго-идентичности. Таким образом, проведенный корреляционный анализ позволил выявить следующие особенности рефлексии в период кризиса перехода к поздней взрослости. В первой фазе нормативного кризиса рефлексивная деятельность снижена, включая перспективную рефлексия. Во второй фазе актуализируется рефлексия, в том числе и тупиковая, наибольшее значение при этом имеют ауторефлексия и ретроспективная рефлексия. В третьей фазе рефлексивная активность несколько снижается по сравнению с предыдущей фазой. Значимые результаты корреляционного анализа статусов эго-идентичности с показателями личностной зрелости представлены в таблице 11.

Таблица 11

Взаимосвязь статусов эго-идентичности и показателей личностной зрелости

Диагностический критерий	Ф	С	А
Интегральный показатель адаптации	—	—	0,239**
Адаптивность	—	—	—
Дезадаптивность	—	0,188**	-0,268**
Интегральный показатель самопринятия	—	-0,181**	0,193**
Принятие себя	—	-0,173**	—
Непринятие себя	—	0,155**	-0,195**
Интегральный показатель принятия других	—	-0,157**	0,247**
Других принятие	—	—	—
Других непринятие	—	0,161**	-0,187**
Эмоциональной комфортности	—	-0,228**	0,222**
Эмоциональный комфорт	—	-0,209**	0,158**
Эмоциональный дискомфорт	—	0,172**	-0,138*
Интегральный показатель интернальности	—	—	—
Внутренний контроль	—	—	-0,141*
Внешний контроль	—	—	—
Интегральный показатель доминирования	—	—	—
Доминирование	0,126*	—	—
Ведомость	—	0,151**	-0,215**
Эскапизм	—	—	-0,173**

Условные обозначения: «А» автономный статус эго-идентичности, «С» диффузный статус эго-идентичности, «Ф» предрешенный статус эго-идентичности. Статистическая значимость результатов: \*\*\*  $p < 0,001$ ; \*\*  $p < 0,01$ ; \*  $p < 0,05$ .

Как видно из таблицы 11, среди показателей личностной зрелости предрешенный статус эго-идентичности коррелирует лишь с доминированием (0,126\*), что подтверждает вывод предыдущего параграфа о желании активного саморазвития и поддержании чувства контроля над собственной жизнью в первой и второй фазах нормативного кризиса перехода к поздней взрослости.

Диффузный статус эго-идентичности обратно коррелирует с показателями адаптации (-0,206\*\*), самопринятия (-0,181\*\*), принятия других (-0,157\*\*), эмоциональной комфортности (-0,228\*\*). Позитивная корреляция диффузного статуса эго-идентичности обнаружена лишь с показателем ведомости (0,151\*\*), что подтверждает открытость воздействию и возможность максимально эффективного влияния в апогее нормативного кризиса.

Автономная идентичность личности коррелирует с такими показателями личностной зрелости, как адаптация (0,239\*\*), принятие себя (0,193\*\*), принятие других (0,247\*\*), эмоциональная комфортность (0,222\*\*). Отрицательные корреляции с показателями внутреннего контроля (-0,141\*), ведомости (-0,215\*\*), эскапизма (-0,173\*\*), что подтверждает наши предположения о взаимосвязи личностной зрелости и автономного статуса эго-идентичности. Отсутствие статистически значимых корреляционных связей с показателями интернальности, самопринятия, стремления к доминированию и низкими показателями эскапизма, что может быть обусловлено особенностями структуры личностной зрелости пожилых людей, обсуждаемой выше.

Для выявления значения эго-идентичности в структуре эго-интеграции как личностной зрелости был проведён дискриминантный анализ основных показателей эго-интеграции как личностной зрелости и различных видов рефлексии. В качестве переменной – критерия дискриминантного анализа был выбран статус эго-идентичности. В группы были отобраны данные респондентов с показателями выше среднего и высокими по одному из статусов согласно модификации СЭИ-теста. В соответствии с результатами была сформирована номинативная переменная со следующими значениями.

1 – группа с автономным статусом эго-идентичности (30 человек).

2 – группа с диффузным статусом эго-идентичности (30 человек).

3 – группа с предрешенным статусом эго-идентичности (30 человек).

Переменные-предикторы представлены показателями эго-интеграции как личностной зрелости и уровнем различных видов рефлексии. Толерантность показывает меру линейной зависимости между одним предиктором и всеми остальными. Так как уровень толерантности всех отобранных переменных выше 0,1, все они могут быть включены в анализ.

Для нас наибольший интерес представляет значение различных показателей эго-интеграции как личностной зрелости и рефлексии для дифференцировки статусов эго-идентичности. Графическое представление всех объектов и центроидов классов статусов эго-идентичности на осях канонических функций представлено на рисунке 4.

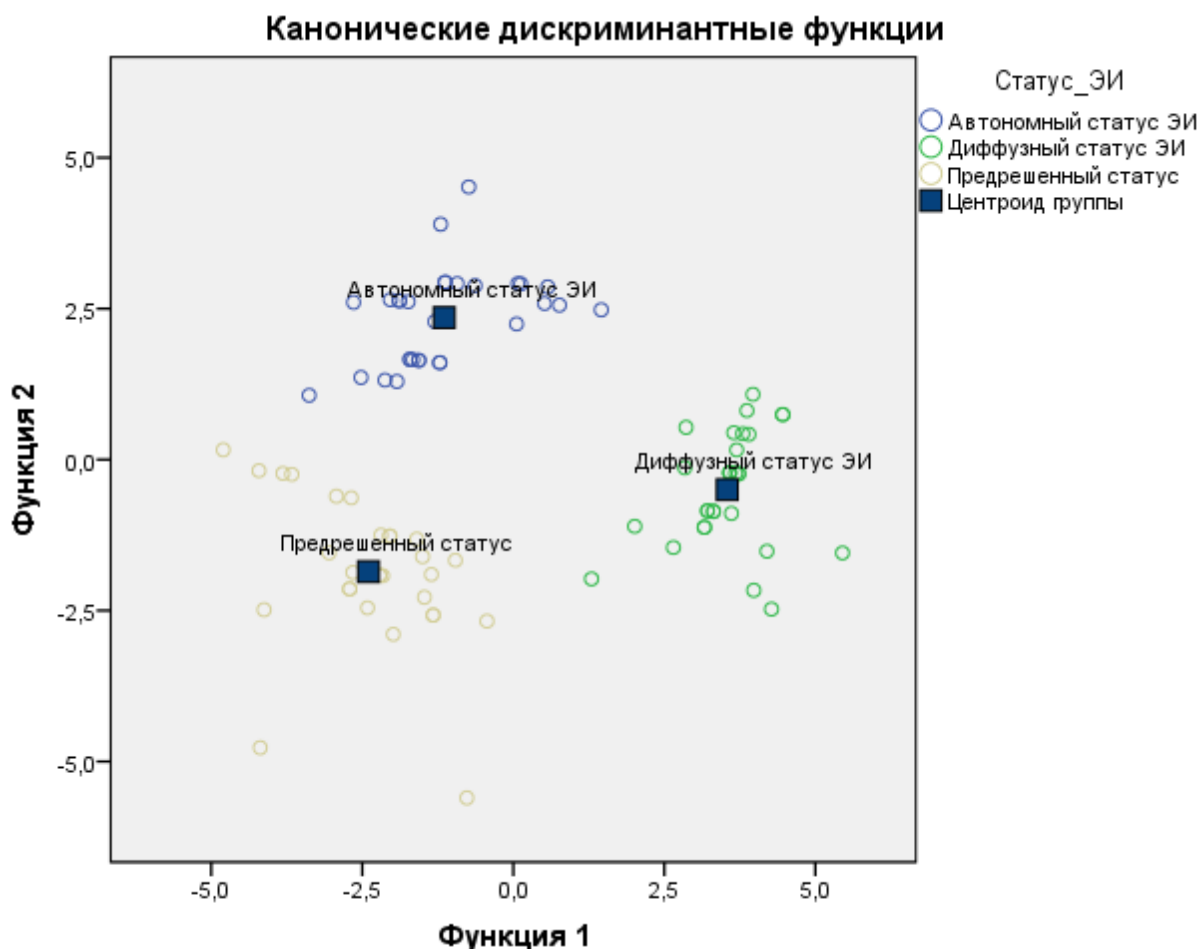


Рис. 4. Графическое выражение канонических дискриминантных функций

Условные обозначения: ЭИ – эго-идентичность.

Как видно из рисунка 4, функция 1 отражает наиболее существенные различия между диффузным статусом эго-идентичности и двумя остальными, функция 2 дифференцирует автономный и предрешенный статусы эго-идентичности. Анализ факторов, представленных в данных функциях, позволит уточнить характер взаимосвязей статусов эго-идентичности, показателей личностной зрелости и уровня готовности к рефлексии. Результаты структурной матрицы дифференциальных функций статусов эго-идентичности представлены в таблице 12.

Таблица 12

Структурная матрица дифференциальных функций статусов эго-идентичности

Максимальные корреляции с функцией 1			Максимальные корреляции с функцией 2		
Переменные-предикторы	Коэффициент нагрузки функций		Переменные-предикторы	Коэффициент нагрузки функций	
	Ф. 1	Ф. 2		Ф. 1	Ф. 2
Ретроспективная рефлексия	0,267	-0,052	Непринятие других	0,102	-0,349
Тупиковая рефлексия	0,264	0,012	Дезадаптивность	0,103	-0,322
Рефлексия будущей деятельности	0,264	0,165	Интегральный показатель принятия других	-0,130	0,317
Ретроспективная рефлексия деятельности	0,245	-0,018	Интегральный показатель адаптации	-0,080	0,306
Ауторефлексия	0,213	0,000	Эскапизм	0,209	-0,301
Общий уровень рефлексии	0,201	0,034	Эмоциональный дискомфорт	0,052	-0,280
Интерпсихическая рефлексия	0,196	0,098	Ведомость	0,174	-0,266
Искренность	-0,187	0,178	Непринятие себя	0,117	-0,243
Интегральный показатель интернальности	0,183	0,165	Интегральный показатель эмоциональной комфортности	-0,060	0,236
Внутренний контроль	0,137	0,035	Интегральный показатель самопринятия	-0,119	0,230
Рефлексия настоящей деятельности	0,126	0,034	Внешний контроль	-0,165	-0,194
Доминирование	0,077	-0,058	Перспективная рефлексия	0,168	0,179
Принятие себя	-0,076	0,053	Принятие других	-0,101	0,142
Эмоциональный комфорт	-0,073	0,013	Интегральный показатель стремления к доминированию	-0,063	0,076
Актуальная рефлексия	0,065	0,002	Адаптивность	0,011	0,074
Рефлексия общения	0,063	-0,028			

Как следует из таблицы 12, наиболее существенное значение для функции 1 представляет: ретроспективная рефлексия, тупиковая рефлексия, рефлексия будущей деятельности, ретроспективная рефлексия деятельности, ауторефлексия, общий уровень рефлексии. Условно функция 1 может быть названа «Склонность к рефлексивной активности», что согласуется с представлением о 2 фазе нормативного кризиса как о времени переосмысления своей жизни, самоанализа, пересмотра образа Я (Солдатова, 2007). На графическом выражении канонических дискриминантных функций (рисунок 4) мы видим, что наиболее высокие значения по функции 1. характерны для диффузного статуса эго-идентичности.

Функция 2 в большей мере отражает показатели личностной зрелости, при этом максимальное значение для дифференциации предрешенного и автономного статуса эго-идентичности имеют такие показатели, как непринятие других, дезадаптивность, интегральный показатель принятия других, интегральный показатель адаптации, эскапизм, эмоциональный дискомфорт, ведомость, непринятие себя, интегральный показатель эмоциональной комфортности, интегральный показатель самопринятия, негативные характеристики при этом входят в фактор в отрицательном значении. На графическом выражении канонических дискриминантных функций (рисунок 4) мы видим, что наиболее высокие значения по функции 2. характерны для автономного статуса эго-идентичности.

Таким образом, показатели рефлексии в большей мере определяют дифференциацию диффузного статуса эго-идентичности, по склонности к рефлексивной активности мы можем судить о наличии острой фазы проживания нормативного кризиса перехода к поздней взрослости. При этом особое значение имеют перспективная рефлексия, ретроспективная рефлексия, в том числе деятельности, ауторефлексия, рефлексия будущей деятельности, в то время как в дифференциации предрешённого и автономного статусов эго-идентичности ключевым моментом является формирование признаков личностной зрелости, наибольшее значение среди которых имеют осознание и принятие себя, авторство

своей жизни, успешные отношения с другими людьми, социально-психологическую адаптацию, эмоциональный комфорт. Дальнейший анализ предполагает эмпирическую проверку модели эго-интеграции как личностной зрелости на этапе эго-интеграции.

Итак, динамика эго-идентичности в период нормативного кризиса перехода к поздней взрослости может быть определена через соотношение выраженности функций: личностной зрелости и рефлексии. Для предрешенного статуса эго-идентичности характерна наиболее низкая рефлексивная активность и представленность показателей личностной зрелости. Для диффузного статуса эго-идентичности характерна максимальная рефлексивная активность и относительно низкие показатели по функции личностной зрелости. Для автономного статуса эго-идентичности характерна максимальная выраженность показателей личностной зрелости, и низкая выраженность рефлексии.

### **3.1.5 Модель эго-интеграции как личностной зрелости**

Современный подход к изучению абстрактных психологических понятий связан с применением метода моделирования. За счет выделения в субъекте наиболее значимых качеств и условий, поддающихся конкретно-научному изучению, происходит его операционализация, что позволяет, с одной стороны, преодолеть исчезновение сути изучаемого феномена в его излишней детализации и, с другой стороны, оперировать конкретными, поддающимися практическому изучению компонентами модели, избежав абстрактности наиболее общих категорий.

Ведущие принципы построения эмпирических моделей в психологии:

- принцип необходимости и достаточности;
- принцип одноуровневости включаемых в модель показателей;
- принцип системности организации всех психических качеств;
- принцип прогностической ценности создаваемых моделей.

Для построения модели эго-интеграции как личностной зрелости использовалось моделирование структурными уравнениями – это техника



многомерного анализа данных. Кратко можно сказать, что структурное моделирование представляет собой развитие многих методов многомерного анализа, а именно: множественная линейная регрессия, дисперсионный анализ, факторный анализ, которые получили здесь естественное развитие и объединение. Структурное моделирование позволяет осуществлять проверку соответствия теоретической модели эмпирическим данным. При составлении графической схемы используются следующие блоки (Митина, 2008).

1. Наблюдаемые переменные обозначаются на схеме прямоугольником, их значения определяются непосредственно в результате опроса, отчета или самоотчета, наблюдений и так далее.

2. Латентные переменные, обозначаемые овалом, это гипотетические конструкты, которые нельзя измерить непосредственно. Исследователь, строя свою психологическую теорию, предполагает их существование и проявление через измеряемые переменные. Значение этой латентной переменной определяется исходя из заданных в теории структурных уравнений на основании значений измеряемых переменных.

3. Остаточные переменные, обозначаемые кругом, представляют собой скрытые, не вычисляемые влияния на зависимые переменные, по правилам структурного моделирования задаются для каждой зависимой переменной. Как правило, остаточные компоненты не включаются в интерпретацию и выносятся за рамки анализируемой модели.

4. Ковариационные связи обозначаются двухсторонними стрелками.

5. Причинно-следственная пара соединяется односторонней стрелкой, исходящей из независимой и оканчивающейся на зависимой переменной.

Одним из условий структурного моделирования является нормальность распределения данных для каждой из используемых переменных, в данном исследовании проверка нормальности распределения осуществлялась с помощью критерия Колмогорова-Смирнова (Приложение 6). Наиболее согласованная модель эго-интеграции как личностной зрелости представлена на рисунке 5.

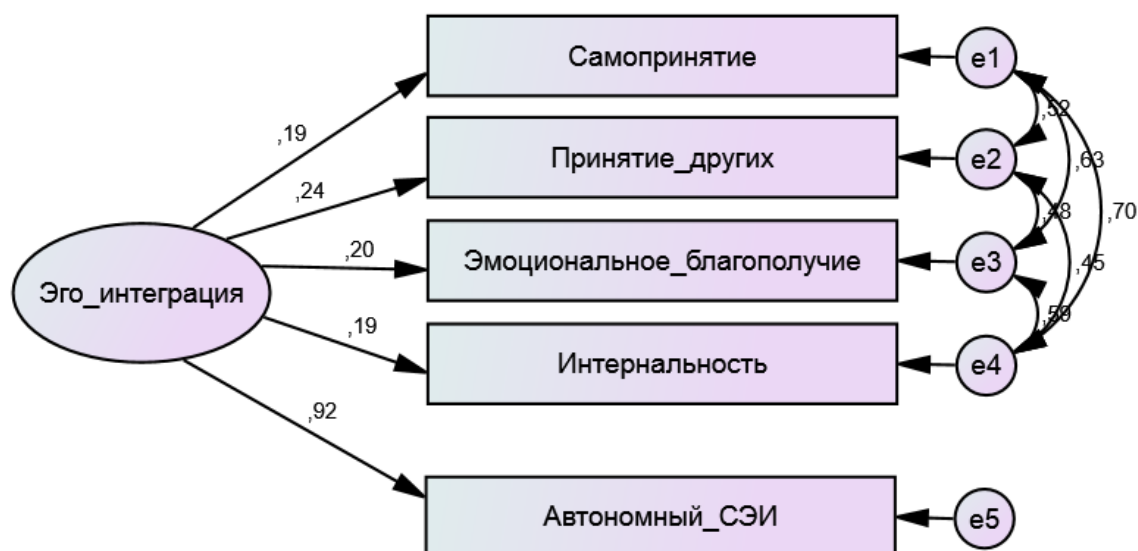


Рис. 5. Модель эго-интеграции как личностной зрелости

Условные обозначения: e1, e2, e3, e4, e5 – остаточные переменные; цифрами обозначены – путевые коэффициенты (для однонаправленных стрелок) и коэффициенты корреляции (для двусторонних стрелок).

Как видно из рисунка 5, в целом эмпирическая модель эго-интеграции как личностной зрелости подтверждает теоретическую модель и гипотезу о значении автономной идентичности в структуре личностной зрелости. В модель включены интегральные показатели самопринятия, принятия других, эмоционального комфорта и интернальности по Методике диагностики социально-психологической адаптации К. Роджерса – Р. Даймонд, данные показатели интегрируют позитивные и негативные значения в отношении шкалы по эмпирически рассчитанной формуле, предложенной авторами. Включение в модель других компонентов (уровня рефлексии, эскапизма, стремления к доминированию) значительно снижает её согласованность, при этом указанные элементы получают минимальные нагрузки, что позволяет исключить их из модели. В модели подтверждены значимые связи между эго-интеграцией и самопринятием ( $r=0,19$ ;  $p<0,001$ ), эго-интеграцией и принятием других ( $r=0,24$ ;  $p<0,001$ ), эго-интеграцией и эмоциональным благополучием ( $r=0,2$ ;  $p<0,001$ ), эго-интеграцией и интернальностью ( $r=0,19$ ;  $p<0,001$ ), эго-интеграцией и автономным статусом эго-идентичности ( $r=0,92$ ;  $p<0,001$ ).

Проверка согласованности модели осуществляется с использованием многочисленных индексов соответствия, которые оценивают величину расхождения между исходными данными и предсказываемыми моделью. При этом для больших выборок (более 300) для принятия решения о согласии модели с данными могут применяться менее строгие пределы их значений. Основные критерии согласия модели с эмпирическими данными представлены в таблице 13 (Наследов, 2013).

Таблица 13.

Основные критерии согласия модели с данными

Критерий	Название	Интерпретация
CMIN	Критерий хи-квадрат, проверяет $H_0$ на предмет того, что разность между эмпирической и воспроизведенной по модели матрицами ковариаций равна 0	$P$ более 0,05 – хорошее согласие, более 0,01 – приемлемое согласие данных.
GFI;	Критерий согласия	Не менее 0,9 (хорошее согласие). Обычно $AGFI < GFI$ .
AGFI	Исправленный критерий согласия	Не менее 0,9 (хорошее согласие). Обычно $AGFI < GFI$ .
RMSEA	Квадратный корень среднеквадратической ошибки аппроксимации	Не более 0,05 – хорошее согласие, не более 0,08 – приемлемое, 0,08...0,1 – слабое. Верхняя граница доверительного интервала не должна существенно превышать 0,1.
PCLOSE	Оценка точности доверительного интервала	Около 0,5 и выше – хорошее согласие, ниже 0,1 – приемлемое.

Наибольшее значение имеют: критерий правдоподобия  $\chi^2$ , сравнительный индекс согласия CFI и ошибка аппроксимации RMSEA. Для нашей модели:  $\chi^2 = 9,260$  ( $p < 0,026$ );  $GFI = 0,986$ ;  $AGFI = 0,930$ ;  $RMSEA = 0,08$  (90-процентный доверительный интервал от 0,025 до 0,146);  $PCLOSE = 0,145$ . Уровень значимости 0,026 для критерия правдоподобия  $\chi^2$  больше 0,01, что говорит о достаточном согласии данных с моделью. CFI и  $AGFI > 0,9$ , что также указывает на хорошее согласие.  $RMSEA < 0,08$ , что указывает на приемлемое согласие модели.

Следовательно, исходя из полученных индексов, мы можем сделать вывод об удовлетворительном согласии исходных данных с предложенной моделью.

Из модели эго-интеграции как личностной зрелости следует, что она проявляется в сочетании качеств, объединенных в комплекс, которые можно интерпретировать как особенности личности (самопринятие, принятие других, эмоциональная комфортность, интернальность) и автономия как особый статус эго-идентичности. Стремление к доминированию не является критерием эго-интеграции, что объясняется специфическими возрастными задачами поздней взрослости и снижением значения собственного Я в жизни пожилого человека. Важнейшей составляющей эго-интеграции является автономная эго-идентичность личности. Из рисунка 5 видно, что именно у нее наиболее существенная связь с фактором, условно называемым эго-интеграция. Очевидные взаимосвязи между проявлениями личностной зрелости связаны с их измерением одной методикой и включением в проявления социально-психологической адаптации.

Таким образом, выявлена структура эго-интеграции, где автономная эго-идентичность является базовым компонентом, другие составляющие: самопринятие, принятие других, эмоциональная комфортность, интернальность являются личностными ценностями и соответствуют культуральному образу периода поздней взрослости, включающему возрастные экспектации или задачи развития.

### **3.2 Экспериментальная проверка влияния рефлексии на достижение эго-интеграции в период нормативного кризиса перехода к поздней взрослости**

Вопросы о влиянии свойств психики могут быть решены лишь с использованием стратегии формирования психических процессов за счёт активного вмешательства, построения формирующего эксперимента с заданными свойствами. Критерием для выделения причины развития служит успешность формирующего эксперимента. В связи с этим для подтверждения гипотезы о влиянии уровня рефлексии на проживание нормативного кризиса перехода к

поздней зрелости и достижения эго-интеграции как личностной зрелости необходимо разработать программу психологической поддержки, направленную на актуализацию навыков рефлексии, и доказать её эффективность в изменении показателей личностной зрелости и динамики эго-идентичности.

Для разработки основных принципов и подходов к психологическому сопровождению нормативного кризиса перехода к поздней зрелости необходимо выделить универсальные и специфические принципы оказания психологической помощи пожилым людям, обозначить основные принципы групповой работы с пожилыми людьми, разработать цели и задачи программы психологической поддержки, подобрав и разработав соответствующие им упражнения. Апробация программы должна быть проведена в соответствии со схемой формирующего эксперимента, при участии контрольной группы, не участвующей в программе, но предоставляющей диагностические данные, аналогичные данным респондентов экспериментальной группы. Соблюдение принципов организации формирующего эксперимента, с одной стороны, позволит доказать эффективность разработанной программы, с другой – позволит оценить влияние актуализации навыков рефлексии на проживание нормативного кризиса перехода к поздней зрелости и достижение эго-интеграции как личностной зрелости.

### **3.2.1 Базовые принципы психологической поддержки пожилых людей в период нормативного кризиса перехода к поздней зрелости**

Современные геронтопсихологические исследования в качестве ведущей задачи ставят перед собой разработку концепций активного долголетия и социально-психологической адаптации пожилых людей. Во многом это отвечает потребности государства в реализации программ социально-психологической поддержки пожилых людей и интеграции в общество этой многочисленной возрастной группы. Констатация регрессивных возрастных изменений и анализ путей их компенсации на сегодняшний день признается недостаточным для развития геронтопсихологических знаний, все большую популярность

приобретает исследование индивидуальных случаев благополучного старения и факторов, влияющих на успешность социально-психологической адаптации пожилых людей, при этом наибольшее внимание уделяется внутренним возможностям развития и ресурсам самих пожилых людей. Признание активной роли пожилых людей в формировании собственного благополучия позволяет по-новому взглянуть на традиционные методы психологического сопровождения данной возрастной группы.

В. Wadensten перевел теорию эго-интеграции как личностной зрелости в систему принципов работы с пожилыми людьми. Суть этих руководящих принципов в том, что человек, работающий с пожилыми людьми, должен принять признаки эго-интеграции как личностной зрелости как признаки нормального процесса старения, что будет выражаться в следующих принципах (Wadensten, 2005):

1. Понимание и уважение иного восприятия времени. Так, для пожилых людей границы между прошлым, настоящим и будущим проницаемы и подвижны.
2. Поощрение переработки прошлого опыта, помощь и поощрение пожилого человека вспоминать и говорить о детстве, юности и зрелости, течении своей жизни.
3. Признание права на уединение и участие в деятельности за пожилыми людьми.
4. Смещение акцента со здоровья и актуального состояния на мечты и планы о будущем.

Рассматривая достижение эго-интеграции как личностной зрелости в качестве итога успешного проживания нормативного кризиса перехода к поздней взрослости, мы предполагаем, что именно рефлексия происходящих возрастных изменений является условием достижения эго-интеграции как личностной зрелости. Эта гипотеза подтверждается ведущим значением рефлексии в пере структурировании идентичности личности (Дмитриева Н.В., 2010). Разработаны специальные программы, в основе которых лежит создание условий для актуализации всех уровней функционирования рефлексии. Задания, применяемые

в программе, основаны на использовании операций рефлексии: планировании, организованности, стратегичности, самопроверки, осмысленности. Однако данные разработки направлены на работу с подростками и людьми зрелого возраста и не учитывают специфику работы с клиентами старше трудоспособного возраста.

**Общие принципы оказания психологической поддержки в период нормативных кризисов развития личности:**

- ориентация на активизацию процессов рефлексии личностных изменений и формирование достигнутой эго-идентичности;
- содействие переструктурированию ценностно-смысловой сферы личности;
- восстановление непрерывности восприятия времени жизни;
- признание уникальности опыта клиента с учетом нормативности происходящих изменений;
- признание достаточности ресурсов клиента для успешного проживания нормативного кризиса;
- оказание помощи с учетом потребностей, ресурсов и ограничений возможностей клиента на каждой фазе нормативного кризиса.

**Частные принципы оказания психологической поддержки в период кризиса перехода к поздней взрослости:**

- мониторинг динамики нормативного кризиса. Количественная и качественная оценка изменений в процессе работы с клиентом;
- признание активной роли пожилых людей в формировании собственного благополучия;
- признание возможности вариативного достижения зрелости личности на этапе эго-интеграции;
- учет возрастных и событийных границ поздних возрастов, содержания задач развития и социальных экспектаций в отношении возраста;
- актуализация ресурсов личности и минимизация утраты возможностей развития.

### **3.2.2 Разработка программы психологической поддержки в период нормативного кризиса перехода к поздней взрослости**

В структурном плане модели адаптивного старения учитывают следующие компоненты.

1. Физический: здоровье, наличие физических упражнений, правильное питание и активная деятельность.
2. Психологический: положительные эмоции, поддержание независимости, готовность к изменению, внутриличностные копинг-стратегии.
3. Социальный: взаимодействие с обществом, социальная поддержка, наличие «социальной сети», социальные роли.
4. Когнитивный: продолжение образования в сфере личных интересов, активное использование умственных способностей.
5. Духовный: богатый внутренний мир, вера, альтруистическое поведение, принятие конечности своей жизни.

С точки зрения разработки программы адаптивного старения, для нас наибольшее значение имеет его психологический компонент, при этом важно не только выделить объективные критерии адаптивного старения, но и учесть процессы, способствующие его достижению и поддержанию. Мы полагаем, что адаптивное старение представляет собой процесс достижения высокого уровня социально-психологической адаптации и его поддержания за счет успешной интериоризации задач развития в периоды нормативных кризисов поздних возрастов.

Основными элементами, влияющими на успешность проживания нормативных кризисов, будут являться:

- интериоризация задач развития;
- достаточный уровень рефлексии;
- временной акцент на настоящем;
- позитивное отношение к происходящим возрастным изменениям.

Динамика достижения адаптивного старения соответствует динамике проживания нормативных кризисов поздних возрастов. Базовым критерием



адаптивного старения при этом будет являться общий уровень социально-психологической адаптации личности, в качестве элементов которого можно выделить: принятие себя и других, эмоциональное благополучие, интернальный локус контроля, не ведомость (авторство своей жизни), умение ставить цели в жизни и достигать их.

Разделяя кризис выхода на пенсию и кризис перехода к поздней взрослости, мы полагаем, что первый прежде всего определяется сменой трудового статуса, в качестве ведущей проблемы которого можно выделить востребованность и занятость. Второй, собственно возрастной кризис, может не совпадать по времени с первым и определяется прежде всего необходимостью пересмотра своей идентичности личности в связи с объективными возрастными изменениями.

Программы психологического сопровождения кризиса выхода на пенсию ориентированы на переживание утраты своего профессионального статуса (М. Соловейчик, 2014), формирование навыков тайм-менеджмента и компенсации негативных когнитивных и эмоциональных изменений личности.

В качестве основных факторов благополучного старения при этом называют:

- частые социальные контакты, поддержку со стороны семьи и друзей, количество социально-ролевых систем, в которые включен пожилой человек (Л.Н. Молчанова, (6)),
- конфликтность в ценностной сфере (Ю.Б. Дубовик, 2011),
- включение адекватных психологических защитных механизмов (И.И. Ворошилова, В.Н. Ефанов, 2009);
- альтруистические отношения с другими людьми (Stephen G. Post, 2005);
- чувство востребованности (Е.В. Харитонова, 2008),
- проактивность (Kahana, Kelley-Moore, 2012),
- отказ от своих обязанностей на предыдущих этапах жизни (Ramamurti & Jamuna, 2010).

Психологическая поддержка в период нормативного кризиса перехода к поздней взрослости в большей степени ориентирована на развитие личности,

глубинную перестройку идентичности человека. Программы психологического сопровождения собственно нормативного кризиса могут быть ориентированы на:

- реализацию механизма социального сравнения и корректировку своих целей (И.Г. Малкина-Пых (5));
- принятие своего настоящего положения здоровья, социального статуса и внешнего вида (А.В. Рыбинская, 2013);
- интеграцию жизненного опыта в контексте продуктивной деятельности (Т.В. Рюмина, И.В. Самойлов);
- формирование установки на духовное развитие личности за счет групповых эффектов взаимодействия друг с другом групп пожилых людей (Yun-Hsuan, Lin, 2008; Pevik-Fasth, 2009);
- рефрейминг жизненного опыта и осознание возможности достижения эго-интеграции как личностной зрелости (Wadensten, 2005).

В то же время существующие разработки в недостаточной мере учитывают значение навыков рефлексии для осознания новых задач развития, анализа изменений, происходящих в период нормативных возрастных кризисов, формирования новой возрастной и эго-идентичности личности.

В качестве основных препятствий для реструктурирования идентичности личности во время кризиса перехода к поздней взрослости выделяют:

- отсутствие критичности в отношении той или иной стороны своей личности;
- резкие, неравномерно происходящие изменения всех аспектов жизни (физических, психических, социальных);
- ригидность;
- игнорирование ресурсов других сторон жизни;
- заикленность на задачах и возможностях прошлых возрастных периодов;
- излишняя ориентация на прошлое.

Для преодоления этих проблем важнейшее значение приобретает готовность к личностному росту, изменениям, рефлексии. Ориентируясь на теоретически и

эмпирически выявленные закономерности проживания нормативного кризиса перехода к поздней взрослости, мы разработали программу психологической поддержки пожилых людей. Так как максимально эффективная психологическая поддержка будет осуществляться именно в период нормативных кризисов, в это время даже кратковременная психологическая помощь может существенно изменить дальнейшую жизнь пожилого человека и способствовать адаптивному, благополучному старению.

**Целью** разработанной нами программы является достижение более адаптивного старения и успешной социализации пожилых людей в современном мире. Программа ориентирована на принятие пожилыми людьми своего возраста, повышение уровня рефлексии, социализации пожилых людей, формирование навыков эмоциональной регуляции и сети социальных контактов.

**Задачи** коррекционно-развивающей программы исходят из теоретически выявленной и эмпирически подтвержденной модели адаптивного старения:

1. Интериоризация задач развития.
2. Развитие достаточного уровня рефлексии как условия благоприятного проживания нормативных кризисов и, следовательно, достижения адаптивного старения.
3. Перемещение временного акцента на настоящее и будущее.
4. Выработка позитивной установки к происходящим изменениям.

**Противопоказаниями** для участия в программе являются декомпенсированные хронические заболевания, острые психические расстройства, выраженные расстройства личности и поведения, аффективные нарушения, деменция.

**Рекомендуемыми основаниями** для участия в программе являются: возраст от 50 лет, предрешенная или диффузная эго-идентичность, желание улучшить свою жизнь, достигнуть адаптивного старения. Учет особенностей проживания нормативного кризиса перехода к поздней взрослости позволяет за минимальные сроки сформировать готовность к позитивным изменениям, задать направление и выявить ресурсы достижения адаптивного старения.

Число участников программы: в одной группе не более 15 человек, оптимальным является количество в 10–12 человек.

**Структура** программы психологической поддержки пожилых людей в период нормативных возрастных кризисов

Программа предполагает 3 встречи по 3,5 – 4 часа, с выполнением домашних заданий в перерывах. Перерывы между встречами не более 1 дня. Перед началом программы каждый участник группы проходит индивидуальное собеседование, в ходе которого проводится первичная диагностика, уточняются цели и задачи программы, выясняется отсутствие противопоказаний и наличие показаний для участия в группе. Подробное описание программы психологической поддержки представлено в приложении 7.

Первый день занятий посвящен знакомству группы, установлению доверительных отношений между участниками группы и ведущим, разъяснению целей программы и личных целей участников, уточнению психологического запроса, происходит выработка позитивной установки к происходящим изменениям.

Цель первого дня программы: адаптация участников группы к новой форме работы, формирование индивидуальных целей участия в программе.

Задачи:

- адаптировать участников к условиям нового пространства, целенаправленной творческой деятельности и взаимодействию с ведущим и членами группы;
- организовать безопасное пространство для всех участников группы;
- установить доверительные отношения между участниками группы и ведущим;
- отладить механизмы обратной связи в группе;
- уточнить психологический запрос участников группы, выявить индивидуальное видение адаптивного старения, создать условия для

формулировки индивидуальных целей участия в программе психологической поддержки;

- выработать позитивную установку к происходящим изменениям;
- активизировать процессы рефлексии внутри и вне работы группы.

Второй день программы посвящен проработке задач развития, погружению в свою эго-идентичность, повышению навыков рефлексии.

Цель второго дня программы: осознание и интериоризация задач развития.

Задачи:

- создать условия для интериоризации задач развития, работы на их осознание;
- актуализировать процессы рефлексии жизненной перспективы, построения новых целей;
- создать условия для осознания себя вне зависимости от своих ролей, поиска собственной эго-идентичности личности;
- переместить временной акцент на настоящее и будущее;
- способствовать осознанию значения своей личной истории.

На третий день происходит рефлексия участниками полученного опыта, проектирование дальнейших возможностей и целей для участников группы, обмен впечатлениями.

Цель третьего дня программы: рефлексия участниками полученного опыта, проектирование дальнейших возможностей и целей для участников группы.

Задачи:

- создать условия интериоризации задач развития;
- оценка участниками реальных возможностей и перспектив развития;
- создание условий для формирования чувства целостности и гармоничности своего настоящего и будущего.

Программа адаптивного старения прошла апробацию на базе психологического центра ЮУрГУ. Результаты анкет обратной связи подтверждают позитивное отношение пожилых людей к участию в программе,

рефлексию происходящих изменений, намерение изменить свою жизнь в лучшую сторону. Объективная оценка эффективности программы осуществлена за счет сравнения результатов сравнения первичной и повторной диагностики контрольной и экспериментальной групп по следующим методикам.

1. Модифицированный Тест структуры эго-идентичности Е.Л. Солдатовой.
2. Методика диагностики уровня развития рефлексивности А.В. Карпова.
3. Методика диагностики социально-психологической адаптации К. Роджерса и Р. Даймонд (в адаптации А.К. Осницкого).

Данная программа позволит людям поздней взрослости дольше оставаться трудоспособными, востребованными обществом, независимыми, активными, развивающимися, что позволит в перспективе решить на государственном уровне проблемы интеграции пенсионеров в современное общество, стимулирования трудовой деятельности после выхода на пенсию, сохранения патриотических и семейных ценностей и духовного наследия культуры.

### **3.2.3 Влияние уровня рефлексии на достижение эго-интеграции**

Анализ эффективности программы психологического сопровождения нормативного кризиса перехода к поздней взрослости, направленной на развитие навыков рефлексии, позволяет проверить гипотезу о влиянии актуализации навыков рефлексии на показатели эго-интеграции как личностной зрелости. По итогам проведения программы оценивались объективные и субъективные показатели эффективности. В завершение программы пожилым людям было предложено дать обратную связь автору и организатору программы в форме анкеты с вопросами открытого и закрытого типа. Объективная оценка эффективности программы осуществлялась за счет сравнения результатов первичной и повторной диагностики контрольной и экспериментальной групп по вышеперечисленным методикам.

До реализации программы психологической поддержки между всеми психодиагностическими показателями в контрольной и экспериментальной группах испытуемых не было выявлено статистически значимых различий (по Т

критерию Стьюдента для независимых выборок). О значимом влиянии программы психологической поддержки на уровень рефлексии, особенности социально-психологической адаптации и представленности статусов идентичности в структуре личности можно говорить в том случае, если при сравнении результатов диагностики в экспериментальной группе есть значимые положительные изменения, в контрольной группе нет значимых различий.

### **Субъективные показатели эффективности программы**

Контент-анализ анкет обратной связи показал следующие результаты.

1. 78,5 % участников рады, что участвовали в программе,  
21,5 % – не жалеют о посещении.
2. 71,5 % участников считают программу эффективной,  
28,5 % – очень эффективной;
3. 64 % участников считают приобретенные ими навыки полезными,  
36 % – очень полезными.
4. 93 % участников хотели бы применить полученные знания на практике, из них 57 % участников указали максимальный балл в данной шкале.
5. Все участники признали нормальными темп обучения, продолжительность занятий и самой программы, обстановку обучения.
6. 50% участников согласились с тем, что цели и задачи программы соответствовали их ожиданиям в полной мере,  
50% – указали на частичное соответствие.
7. Уровень профессиональной компетентности психолога был оценен как высокий в 71,5 % случаев и очень высокий в 28,5 % случаев.
8. Все участники программы, согласно анкете, рекомендовали бы знакомым участие в программе психологической поддержки.

Среди отзывов можно выделить следующие:

*«Очень рада, что всплыл вопрос о психологии людей, умение владеть своими эмоциями, что может помочь в семье в наше непростое время»;*

*«Хотелось бы продолжить встречи»;*

*«Тренинг интересный, увлекательный»;*

*«Хотелось бы участвовать в других подобных мероприятиях»;*

*«Благодарна за общение с «коллегами» по возрасту, ведущей за психологическое заключение»;*

*«В «тесном» кругу больше знаний»;*

*«Хочется узнать по больше и больше практических занятий»;*

*«Есть желание продолжить тренинг, но желательно с другими членами тренинга, узнать как можно больше людей и их успехи в жизни»;*

*«Появилось желание почитать больше книг по психологии»;*

*«Хотелось бы больше теории, психологических особенностей возраста, у нас жажда знаний».*

Субъективные показатели эффективности программы позволяют исключить вероятность некачественной реализации программы, искажающей ход эксперимента. Результаты обработки анкет указывают на позитивное отношение пожилых людей к участию в программе, рефлексию происходящих изменений, намерение изменить свою жизнь в лучшую сторону.

### **Объективные показатели эффективности программы**

Сравнение результатов первичной диагностики показало отсутствие статистически значимых различий между контрольной и экспериментальной группами по всем диагностическим критериям (приложение 8). Соотношение людей с разными статусами эго-идентичности, уровнем рефлексии и показателями личностной зрелости выравнено в экспериментальной и контрольной группах.

Для оценки сдвига диагностических показателей после проведения программы психологической поддержки с участниками экспериментальной группы и для анализа изменений произошедших в контрольной группе использовался Т Критерий Стьюдента для парных выборок. Повторная диагностика осуществлялась через 3-4 месяца, при этом в контрольной группе статистически значимых различий выявлено не было (приложение 9).

Программа психологической поддержки была направлена на развитие навыков рефлексии пожилых людей, динамика изменений показателей уровня рефлексии в экспериментальной группе представлена на рисунке 6.



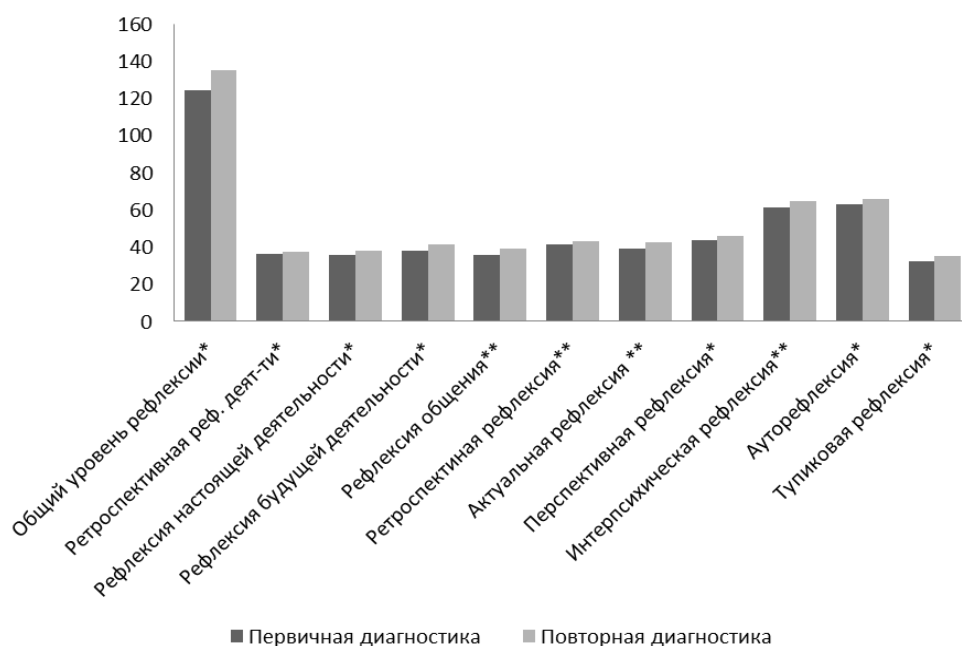


Рис. 6 Динамика изменений показателей уровня рефлексии в экспериментальной группе.

Условные обозначения: \*\*\*  $p < 0,001$ ; \*\*  $p < 0,01$ ; \*  $p < 0,05$ .

У участников программы на уровне тенденции повысился общий уровень рефлексии ( $p \leq 0,05$ ), что указывает на её эффективность. Несмотря на то, что в среднем показатели уровня ретроспективной рефлексии деятельности увеличились, данные изменения статистически не значимы, что можно объяснить высокой ориентацией пожилых людей на прошлое вне зависимости от участия в программе. В то же время общий показатель ретроспективной рефлексии статистически значимо возрос, что связано с продуктивной рефлексией прошлого опыта организованной в рамках программы. Изменение остальных показателей рефлексивности также статистически значимо на уровне тенденций ( $p \leq 0,05$ ); пожилые люди в большей мере стали задумываться о своем прошлом, социальных контактах, им стало легче анализировать свое внутреннее состояние, планировать свое будущее, ставить новые цели. В то же время статистически значимо повысился уровень тупиковой рефлексии ( $p \leq 0,05$ ), что скорее всего связано с такими возрастными особенностями пожилых людей как ригидность, склонность к погружению в воспоминания, трудности в переключении внимания.

Мы предполагаем, что актуализация рефлексии благотворно влияет на проживание нормативного кризиса перехода к поздней взрослости, что выражается в увеличении показателей автономного статуса в структуре эго-идентичности, представленном на рисунке 7.

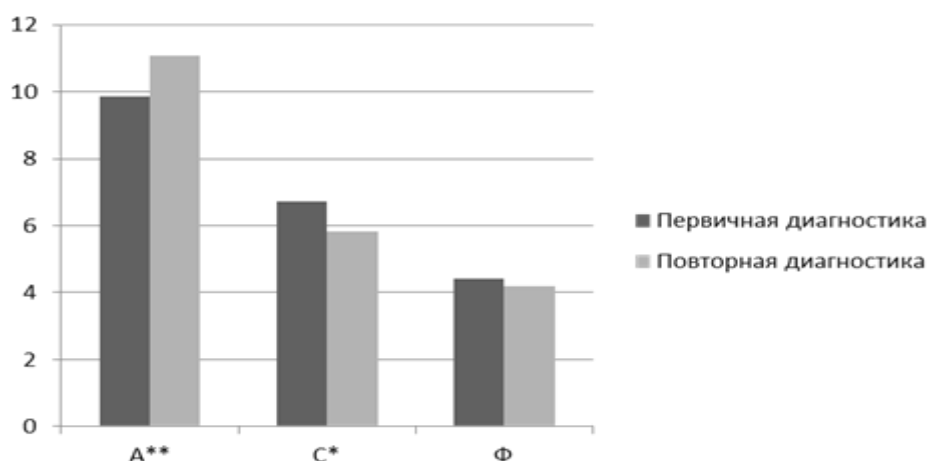


Рис. 7. Динамика изменений показателей статусов идентичности в структуре личности в экспериментальной группе

Условные обозначения: \*\*\*  $p < 0,001$ ; \*\*  $p < 0,01$ ; \*  $p < 0,05$ . А – автономный статус эго-идентичности, С – диффузный статус эго-идентичности, Ф – предрешенный

Показатели автономной идентичности личности у участников экспериментальной группы возросли после участия в программе ( $p \leq 0,01$ ), пожилые люди стали более целостно, адекватно, осознанно определять свою идентичность. Сомнения, связанные с трудностью принятия своего возраста и осознания собственной идентичности, значительно уменьшились ( $p \leq 0,05$ ), участники программы стали меньше переживать по поводу возрастных изменений, более четко определять свой возрастной статус. Статистически значимых изменений в показателях предрешенного статуса эго-идентичности личности не произошло, что может быть связано с тем, что люди находясь в первой фазе кризиса перехода к поздней взрослости, еще не готовы к реалистичному, и зачастую тяжелому в эмоциональном плане процессу пересмотра своей идентичности характерному для второй фазы кризиса. Проживание нормативных кризисов происходит на протяжении достаточно

длительного периода, поэтому программа не ставит своей целью ускоренное проживание нормативного кризиса, а скорее, за счет активизации рефлексии, позволяет способствовать более осознанному его проживанию. В связи с этим, наиболее эффективна, точки зрения смены статусов эго-идентичности, данная программа, с будет для людей в данный момент проживающих вторую фазу нормативного кризиса.

Статистически значимые различия выявлены для интегральных показателей (ИП) социально-психологической адаптации, что подтверждает нашу гипотезу о влиянии уровня рефлексии на показатели эго-интеграции. Результаты представлены на рисунке 8.

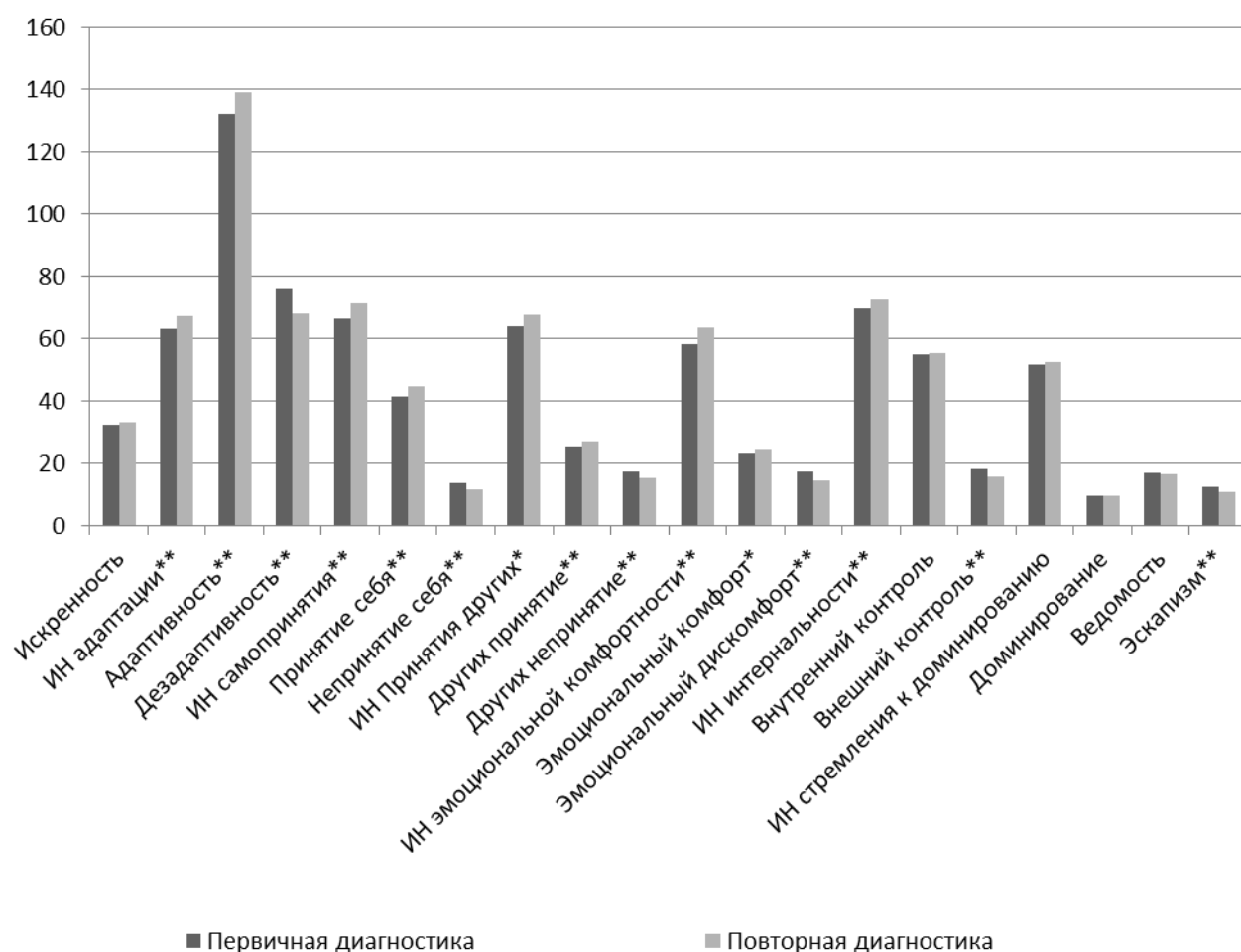


Рис. 8 Динамика изменений показателей структуры социально-психологической адаптации в экспериментальной группе

Условные обозначения: \*\*\*  $p < 0,001$ ; \*\*  $p < 0,01$ ; \*  $p < 0,05$ .

По результатам повторной диагностики в экспериментальной группе показатели адаптированности статистически значимо увеличились ( $p \leq 0,01$ ), при этом, наряду с увеличением показателей адаптации ( $p \leq 0,01$ ), снизился на уровне тенденции показатель дезадаптации личности ( $p \leq 0,05$ ). Увеличились показатели благоприятного отношения к себе ( $p \leq 0,01$ ), что может говорить об интеграции образа пожилого человека в свою эго-идентичность. Также показатели отношения пожилых людей к другим людям статистически значимо стали более благоприятными ( $p \leq 0,01$ ), что может говорить о более терпимом отношении к другим людям, открытости для новых социальных контактов.

Увеличились показатели эмоциональной комфортности ( $p \leq 0,01$ ), в жизни участников программы появилось больше поводов для радости, которые они научились находить и создавать сами. Показатели внутреннего локуса контроля статистически значимо не изменились, что может быть связано с объективными жизненными ситуациями в жизни пожилых людей (тяжелое материальное положение, отношения в семье, переживания утраты супруга), на которые участие в программе не повлияло. В то же время снизились показатели внешнего контроля ( $p \leq 0,01$ ), что говорит о готовности пожилых людей после участия в программе в большей мере брать на себя ответственность за свою жизнь, снижение показателей ведомости ( $p \leq 0,05$ ) это подтверждает. Уровень эскапизма снизился ( $p \leq 0,01$ ), пожилые люди с большей уверенностью могут смотреть в будущее, готовы признавать и решать существующие проблемы. Таким образом, программа психологического сопровождения нормативных кризисов поздних возрастов, ориентированная на развитие навыков рефлексии, действительно способствует достижению эго-интеграции, что проявляется в позитивном изменении основных критериев, заложенных в модели.

Для анализа наиболее существенных изменений, произошедших по итогам реализации программы, было проведено сравнение результатов повторной диагностики в контрольной и экспериментальной группах, результаты представлены в таблице 14.

Сравнение результатов повторной диагностики в контрольной и  
экспериментальной группах

Критерий	T	$\sigma$ (э./гр.)	$\sigma$ (к./гр.)
Общий уровень рефлексии	2,826**	16,77937	17,78539
Общий уровень рефлексии в стэнах	2,588*	1,96754	2,02728
Ретроспективная рефлексия деятельности	1,323	7,12683	6,04387
Рефлексия настоящей деятельности	2,066*	6,07388	6,20041
Рефлексия будущей деятельности	1,100	6,61409	8,08911
Рефлексия общения	2,005*	6,41288	5,45974
Ретроспективная рефлексия	1,698	7,81037	7,40329
Актуальная рефлексия	1,946	6,65691	5,42633
Перспективная рефлексия	1,650	6,32830	8,04391
Интерпсихическая рефлексия	2,174*	9,67287	9,00358
Ауторефлексия	1,141	11,12362	9,05978
Тупиковая рефлексия	1,607	5,91047	6,91890
Искренность	,819	5,96009	5,76776
Интегральный показатель адаптации	1,721	9,70512	12,82827
Адаптивность	1,980	16,98919	31,08840
Дезадаптивность	-1,361	27,61793	32,77110
Интегральный показатель самопринятия	1,787	13,40582	14,93724
Принятие себя	1,835	6,66117	8,99821
Непринятие себя	-1,529	7,05833	7,10687
Интегральный показатель принятия других	1,302	12,88902	14,65790
Других принятие	1,186	4,66876	6,40327
Непринятие других	-1,030	7,35465	7,21753
Интегральный показатель эмоциональной комфортности	1,727	13,37895	12,70118
Эмоциональный комфорт	1,605	4,03981	4,67727
Эмоциональный дискомфорт	-1,425	7,33583	7,52282
Интегральный показатель интернальности	1,294	11,05693	15,90472
Внутренний контроль	0,133	7,09326	12,49091
Внешний контроль	-1,115	8,32075	9,93883
Интегральный показатель стремления к доминированию	0,125	16,03323	19,21016
Доминирование	-0,057	3,78344	4,86348
Ведомость	0,303	5,16654	6,17838
Эскапизм	-1,316	4,55542	4,79761
Автономия	2,096*	3,38138	2,81837
Сомнения	-0,791	3,28305	2,58529
Фиксация	-1,914	1,92767	2,18119

Условные обозначения: T – критерий Стьюдента;  $\sigma$  – стандартное отклонение; (э./гр.) экспериментальная группа; (к./гр.) – контрольная группа, \*- уровень значимости различий: \*\*\*  $p < 0,001$ ; \*\*  $p < 0,01$ ; \*  $p < 0,05$ .

Как видно из таблицы 14 наибольшие изменения у участников программы, в сравнении с контрольной группой произошли в показателях общего уровня рефлексии, в том числе в стэнах ( $p \leq 0,01$ ), рефлексии настоящей деятельности ( $p \leq 0,05$ ), рефлексии общения ( $p \leq 0,05$ ), интерпсихической рефлексии ( $p \leq 0,05$ ), автономного статуса эго-идентичности ( $p \leq 0,05$ ), что подтверждает эффективность программы психологической поддержки в период нормативного кризиса перехода к поздней взрослости и нашу гипотезу об определяющем значении склонности к рефлексивной активности для успешного проживания нормативного кризиса перехода к поздней взрослости и достижения эго-интеграции как личностной зрелости.

Таким образом, результаты экспериментального исследования доказывают возможность использования разработанной программы психологической поддержки в период нормативного кризиса перехода к поздней взрослости с целью создания условий для более адаптивного старения и успешной социализации пожилых людей в современном мире. Программа психологической поддержки направлена на развитие навыков рефлексии у испытуемых, она способствует тому, чтобы пожилые люди осознали свое место в изменившейся системе социальных отношений, и создает условия для принятия своей возрастной идентичности, своего возраста. Результаты эксперимента подтверждают влияние уровня развития рефлексии на условия проживания нормативного кризиса перехода к поздней взрослости и показатели эго-интеграции как личностной зрелости.

Итак, актуализация рефлексии определяет особенности проживания нормативного кризиса перехода к поздней взрослости, влияя на возможность достижения эго-интеграции как личностной зрелости, что проявляется в значимом росте показателей автономной эго-идентичности, благоприятном отношении к себе и другим, благоприятном эмоциональном фоне, снижении показателей внешнего локуса контроля, ведомости, уровня эскапизма.

## **ВЫВОДЫ**

1. Эго-интеграция представляет собой особый уровень личностной зрелости, формирование которого возможно лишь на поздних этапах онтогенеза при достижении автономного статуса эго-идентичности в нормативном кризисе перехода к поздней взрослости.

2. Основные характеристики культурального образа мудрости как проявления эго-интеграции (достижение благоприятного эмоционального фона, принятие себя, интернальность, рефлексия жизненного пути, созерцательная жизненная позиция и принятие возможности скорой смерти) соответствуют теоретически выявленным задачам развития данного возрастного периода поздней взрослости.

3. Специфика респондентов поздней взрослости предполагает адаптацию диагностического инструментария. Психометрическая проверка модификации ипсативной методики СЭИ-тест показала достаточную внутреннюю непротиворечивость, высокую ретестовую надежность. Психометрическая проверка полуструктурированного интервью для определения статуса эго-идентичности показала достаточную валидность методики. Полученные результаты позволяют использовать их для выявления статусов эго-идентичности в нормативном кризисе перехода к поздней взрослости.

4. Специфика взаимосвязи жизненных ориентаций личности и особенностей проживания нормативного кризиса перехода к поздней взрослости выражается в следующем. Среди респондентов находящихся в апогее нормативного кризиса (о чем свидетельствует диффузный статус эго-идентичности), большинство направлено на саморазвитие. Среди тех, кто достиг автономного статуса эго-идентичности, большинство ориентируется на освоение новых социальных ролей, прежде всего связанных с передачей жизненного опыта следующим поколениям.

5. Динамика эго-идентичности в период нормативного кризиса перехода к поздней взрослости может быть определена через соотношение выраженности функций: личностной зрелости и рефлексии. Для предрешенного статуса эго-идентичности характерна наиболее низкая рефлексивная активность и представленность показателей личностной зрелости. Для диффузного статуса эго-

идентичности характерна максимальная рефлексивная активность и относительно низкие показатели по функции личностной зрелости. Для автономного статуса эго-идентичности характерна максимальная выраженность показателей личностной зрелости, и низкая выраженность рефлексии.

6. Выявлена структура эго-интеграции, где автономный статус эго-идентичности является основополагающим компонентом, другие составляющие это такие особенности личности как: самопринятие, принятие других, эмоциональная комфортность, интернальность.

7. Актуализация рефлексии определяет особенности проживания нормативного кризиса перехода к поздней взрослости, влияя на возможность достижения эго-интеграции как личностной зрелости, что проявляется в значимом росте показателей автономного статуса эго-идентичности, благоприятном отношении к себе и другим, благоприятном эмоциональном фоне, снижении показателей внешнего локуса контроля, ведомости, уровня эскапизма.



## **Заключение**

Современная социокультурная ситуация актуализирует психологические исследования, посвященные проблемам идентичности, подлинности и соответствия самому себе. Под идентичностью понимается психологическая структура самосознания, отражающая принадлежность личности к определенным социально-личностным позициям и определяющая систему внутриличностных и межличностных отношений. В зависимости от глубины уровня идентификации выделяют: социальную идентичность (включающую в себя чувство межгрупповой дифференциации и ингруппового подобия), личностную идентичность (как чувство соответствия себе, отличия от других, целостности) и эго-идентичность (как чувство самости, неизменности, постоянства себя вне зависимости от внешних и внутренних изменений).

Нормативные кризисы развития личности трансформируют социальную ситуацию развития на объективном (социальная идентичность), субъективном (личностная идентичность) и рефлексивном (эго-идентичность) уровнях. Наиболее глубинной характеристикой самоидентификации является эго-идентичность личности, которая закономерно изменяется на протяжении кризиса, характеризуясь определенным статусом: предрешенным в дебюте кризиса, диффузным в апогее и автономным в завершающей фазе нормативного кризиса.

Осознание и интериоризация происходящих в нормативном кризисе изменений реализуется при помощи навыков рефлексии. Феномен рефлексии должен рассматриваться в системе, интегрируя представления о рефлексии как о процессе репрезентации психике своего собственного содержания, присущем лишь человеку свойстве и состоянии осознания чего-либо. Такой подход, предложенный А.В. Карповым, позволяет перейти к объективным измерениям, анализу и развитию рефлексии. Актуализация рефлексии может выступать значительным ресурсом проживания нормативного кризиса развития личности, обеспечивая координацию различных видов идентичности личности и осознание целостного образа Я.

Рассматривая личностную зрелость как итог проживания нормативного кризиса, мы полагаем, что она проявляется через способность к самоорганизации (функциональный компонент), возникающей в результате интеграции личностных психологических новообразований (личностный компонент) посредством рефлексии и достижения эго-идентичности (рефлексивный компонент).

Именно изменение статуса эго-идентичности приводит к изменению психологического содержания личностной зрелости. При этом достижение личностной зрелости представляется динамическим, цикличным процессом, неоднократно повторяющимся на протяжении жизни. Кризисные и возрастные психологические новообразования предыдущих жизненных этапов выступают ресурсами для успешного проживания следующего нормативного кризиса.

На завершающих этапах жизни личность подходит к апогею своего развития и может реализовать наиболее сложные задачи. Одной из таких экзистенциальных задач выступает достижение эго-интеграции, которая характеризуется выходом на максимально обобщенный исторический уровень осознанности жизненного пути, что позволяет преодолеть детерминирующую силу собственного Эго, выйдя за границы развития личности.

В нашем понимании эго-интеграция – это определенный уровень личностной зрелости, достигаемый человеком в апогее своего личностного развития, соответствующий задачам развития поздней взрослости, поскольку именно в геронтогенезе личность способна выйти в своём развитии за рамки собственного эго, приобщившись к социальному и историческому опыту. В качестве критериев достижения личностной зрелости мы выделяем: принятие себя и других; эмоциональный комфорт; интернальный локус контроля; не ведомость (авторство своей жизни); умение ставить цели в жизни и достигать их; включенность и вовлеченность в события своей жизни. Данные характеристики соответствуют современным представлениям о благополучной, социально-психологически адаптированной, здоровой и жизнестойкой личности.

Анализ афоризмов как артефактов культуры позволяет уточнить культуральный образ психологических структур, для благополучного старения

выражающийся в феномене мудрости. Проведенный контент-анализ позволил выделить следующие единицы мудрости как итога личностно зрелого старения: достижение благоприятного эмоционального фона, принятие себя, интернальность, рефлексия жизненного пути, созерцательная жизненная позиция и принятие возможности скорой смерти. Все они соответствуют теоретически выявленным задачам развития данного возрастного периода.

По итогам пилотажного исследования было принято решение о необходимости адаптации методик исследования статусов эго-идентичности в силу возрастных особенностей респондентов. Адаптированный специализированный психодиагностический инструментарий (полуструктурированное интервью для определения статуса эго-идентичности и модификация существующей ипсативной методики диагностики статусов эго-идентичности для исследования специфики проживания нормативного кризиса перехода к поздней взрослости) прошли необходимую психометрическую проверку и могут быть использованы как в научно-исследовательской, так и в практической работе психолога.

Анализ специфики отношения респондентов в период поздней взрослости к возрастным задачам развития позволил уточнить образ поздней взрослости у респондентов, ориентированных на саморазвитие и ориентированных на освоение новых социальных ролей. Так для первых он, в большей мере определяется сохранением прежнего уровня активности, жадой новых впечатлений и участия в различных проектах. При этом характерный для таких людей диффузный статус эго-идентичности подтверждает наше предположение о недостаточной интериоризации задач развития нового возрастного периода. Ориентированные на освоение новых социальных ролей пожилые люди первостепенное значение придают передаче опыта, при этом исчезает эгоистическая позиция в отношении собственного Я, снижается потребность в саморазвитии, наряду с увеличением желания интеграции собственного жизненного опыта с опытом младших поколений, реализуемого в социальных отношениях с другими людьми, прежде всего близкими. Автономный статус эго-идентичности, характерный для данной

группы, подтверждает предположение об успешной интериоризации культурального образа поздней зрелости.

Анализ взаимосвязи личностной зрелости, статусов эго-идентичности и рефлексии осуществлялся путем корреляционного и дискриминантного анализа, по итогам которых был сформулирован следующий вывод: показатели рефлексии в большей мере определяют дифференциацию диффузного статуса эго-идентичности, по склонности к рефлексивной активности мы можем судить о наличии острой фазы проживания нормативного кризиса перехода к поздней зрелости. При этом особое значение имеют перспективная рефлексия, ретроспективная рефлексия, в том числе деятельности, ауторефлексия, рефлексия будущей деятельности. В дифференциации предрешённого и автономного статусов эго-идентичности ключевым моментом является формирование признаков личностной зрелости, наибольшее значение среди которых имеют осознание и принятие себя, авторство своей жизни, успешные отношения с другими людьми, социально-психологическую адаптацию, эмоциональное благополучие.

Так как эго-интеграция относится к абстрактным понятиям, мы провели моделирование структурными уравнениями (SEM) с целью получения эмпирической модели данного феномена за счет выделения наиболее значимых качеств и условий, поддающихся конкретно-научному изучению, в результате была выявлена структура эго-интеграции, где автономная эго-идентичность является центральным компонентом, другие составляющие: самопринятие, принятие других, эмоциональная комфортность, интернальность.

Эго-интеграция, являясь новообразованием нормативного кризиса перехода к поздней зрелости, предполагает выход на максимально высокий уровень личностного развития (прежде всего духовный). Проблема уязвимости и восприимчивости к различным неблагоприятным социально-психологическим факторам, свойственная людям в период поздней зрелости, актуализировала проведение исследования возможностей и путей достижения эго-интеграции как личностной зрелости и разработку на основе полученных данных программы

психологического сопровождения нормативного кризиса перехода к поздней взрослости. Работая в рамках программы на изменение отношения к процессу старения, интеграцию адекватного культурального образа поздней взрослости в идентичность личности, анализируя изменения, происходящие в ядре личности пожилого человека в связи с нормативным кризисом, и актуализируя навыки рефлексии, мы преодолеваем решающее влияние объективных стрессогенных условий (снижение социального статуса, материального благополучия и др.). Проведенное исследование процессов проживания нормативного кризиса перехода к поздней взрослости с учетом представлений об эго-интеграции как личностной зрелости, механизмов, условий и критериев её достижения позволило расширить понимание психологии старения человека.

Дальнейшие исследования могут быть посвящены изучению кросс-культурных особенностей проживания нормативного кризиса перехода к поздней взрослости и достижению личностной зрелости в этот период, адаптации разработанной программы психологической поддержки для людей с ограниченными возможностями здоровья, исследованию феномена долгожительства в русле концепции нормативных кризисов развития личности.

## Библиографический список

1. Абульханова-Славская, К.А. Стратегия жизни / К.А. Абульханова-Славская. – М.: Мысль, 1991. – 299 с.
2. Александрова, М.Д. Проблемы социальной и психологической геронтологии / М.Д. Александрова. – Л.: ЛГУ, 1974. – 135 с.
3. Алексеев Н.Г. Проектный подход к формированию рефлексивного мышления в образовании и управлении / Н.Г. Алексеев // Рефлексивно-организационные проблемы формирования мышления и личности в управлении и образовании. – М.: ИРПТиГО, 2003. – С. 50-64.
4. Алексеев, Н.Г. Когнитивизм как общепсихологическая концепция познавательных процессов и научения / Н.Г. Алексеев, В.К. Зарецкий, И.Н. Семенов // Вопросы психологии. – 1979. – № 2. – С. 164–169.
5. Амон, Г. Психосоматическая терапия / Г. Амон. – СПб.: Речь, 2000. – 507 с.
6. Ананьев, Б.Г. Человек как предмет познания / Б.Г. Ананьев – СПб.: Питер, 2010. – 288 с.
7. Анцыферова, Л.И. Эпигенетическая концепция личности Эрика Г. Эриксона / Л.И. Анцыферова // Принцип развития в психологии. – М.: Наука, 1978. – С. 212–242.
8. Антонова, Н.В. Проблема личностной идентичности в интерпретации современного психоанализа, интеракционизма и когнитивной психологии / Н.В. Антонова // Вопросы психологии, 1996. - № 1. - С.131-143
9. Антонова, Н.В. Самоопределение как механизм развития идентичности / Н.В. Антонова, В.В. Белоусова // Вестник МГГУ. Педагогика и психология. – 2011. – № 2. – С. 79–92.
10. Аплетаев, М.Н. Образовательная рефлексия как форма нравственной деятельности / М.Н. Аплетаев // Педагог : Наука, технология, практика. - Барнаул : Изд-во БГПУ, 1997. – № 2. – С. 35–42.
11. Асмолов, А.Г. Трансформация идентичности в виртуальном мире / А.Г. Асмолов // Вопросы психологии. – Москва. – 2009. – № 3. – С. 3–15.

12. Ассаджиоли, Р. Психосинтез. Принципы и техники / Р. Ассаджиоли. – М.: 2002. – С. 35.
13. Асмолов, А.Г. О предмете психологии личности / А.Г. Асмолов // Вопросы психологии. – 1983. – № 3. – С. 118–125.
14. Батурин, Н.А. Ипсативные личностные тесты вынужденного выбора: анализ зарубежного опыта / Н.А. Батурин, А.Е. Иванов // Вестник ЮУрГУ. Серия «Психология». – 2013. Вып. 6. – № 3. С. 17 – 25.
15. Безгина, Ю.Б. Современные подходы к пониманию термина «рефлексия» / Ю.Б. Безгина // Альманах современной науки и образования. – Тамбов: Грамота, 2007. – № 1 (1). – С. 37–41.
16. Белинская, Е.П. Социальная психология личности: Учеб. пособие для вузов / Е.П. Белинская, О.А. Тихомандрицкая. – М.: Аспект Пресс, 2001. – 301 с.
17. Бергер, П. Социальное конструирование реальности. Трактат по социологии знания / П. Бергер, Т. Лукман. – М.: “Медиум”, 1995. – 323 с.
18. Блауберг, И.В. Становление и сущность системного подхода / И.В. Блауберг, Э.Г. Юдин. – М., Наука, 1973 – 69 с.
19. Бодалев А.А. Общая психодиагностика / А.А. Бодалев, В.В. Столин. – М.: Изд-во МГУ, 1988. С. 10–13.
20. Бодрийяр, Ж. Символический обмен и смерть / Ж. Бодрийяр. М.: «Добросвет», 2000. – С. 157–158.
21. Бодров, В.А. Проблема преодоления стресса. Ч. 2. Процессы и ресурсы преодоления стресса / В.А. Бодров // Психологический журнал. – 2006. – Т. 27. – № 2. С. 113-122.
22. Брубейкер Р., Купер Ф. За пределами «идентичности» / Р. Брубейкер, Ф. Купер // Ab Imperio. – 2002. – № 3. С. 61–115;
23. Брушлинский, А.В. Субъект: мышление, учение, воображение / А.В. Брушлинский. – М.: Издательство «Институт практической психологии», 1996. – 392с.

24. Бурлакова, Н.С. Идентичность и проблема субъекта в современной психологии / Н.С. Бурлакова, В.И. Олешкевич // Методология и история психологии. – 2010. – Т.5. – №1. – С. 156 – 183.
25. Бурлакова Н.С. О новых возможностях и перспективах развития проективного исследования // Вестник МГУ. Сер. 14. Психология. – 2008. – № 4. С. 3–19.
26. Бурлачук Л.Ф. Психодиагностика: Учебник для вузов / Л.Ф. Бурлачук. – СПб.: Питер, 2006. – 351 с.
27. Буякас Т.М. Проблема и психотехника самоопределения личности // Вопросы психологии. – 2002. – № 2. – С. 28–40.
28. Васильев, И.А. Личностный потенциал: структура и диагностика / И.А. Васильев, О.В. Митина, С.А. Шапкин // Контроль за действием как составляющая личностного потенциала. – М.: Смысл. – 2011. – С. 330-359.
29. Вахромов, Е.Е. Вершины жизни и пути их достижения: Самоактуализация. акме и жизненный путь человека / Е.Е. Вахромов // Прикладная психология и психоанализ. – 2001. – №4. – С. 18–23.
30. Войтик, И.М. Оценка и развитие рефлексивного мышления: Учеб. пособ. / И.М. Войтик, И.Н. Семенов. – Новосибирск: СибАГС, 2001. – 144 с.
31. Волынская, Л.Б. Престижность возраста / Л.Б. Волынская // Социс. – 2007. – № 7. – с. 120–124.
32. Ворошилова, И.И. Возможные направления психологической адаптации лиц поздней взрослости / И.И. Ворошилова, В.Н. Ефанов // Успехи современного естествознания. – 2009. – №3. – С. 33 – 35.
33. Выготский, Л.С. Детская психология / Л.С. Выготский. – М.: Педагогика, 1984. – Т. 4. – 432 с.
34. Выготский, Л.С. Собрание сочинений / Л.С. Выготский. – М.: Педагогика, 1982. – 488 с.
35. Выготский, Л. С. Собрание сочинений: Проблемы развития психики / Л.С. Выготский. – М.: Педагогика, 1983. – 368 с.



36. Гаврилова, Т.А. Психометрическое исследование Шкалы интерперсональной идентичности методики объективного измерения статуса эго-идентичности Дж. Р. Адамса / Т.А. Гаврилова, Е.В. Глушак // Психологическая диагностика. – 2011. – № 3. – С. 3 – 18.
37. Гальперин, П.Я. Введение в психологию (Текст) : учеб. пособие для студ. вузов / П. Я. Гальперин. – 6-е изд. – М. : Университет, 2006. – 328 с.
38. Гершкович, Т.Б. Поздний возраст и стратегии его освоения / Т.Б. Гершкович, Н.С. Глуханюк. – М.: Московский психолого-социальный институт, 2003. – 112 с.
39. Головин, А.А. Структурные компоненты профессиональной рефлексии студента-психолога / А.А. Головин // Акмеология. – 2014. – №1-2. – С. 66–68.
40. Головина, М.О. Рефлексивно-ценностная детерминация идентичности личности: автореф. дис. ... канд. психол. наук. – Новосибирск, 2005. – 23 с.
41. Голубева, Н.М. Современные научные подходы к пониманию феномена рефлексии / Н.М. Голубева // Современные проблемы науки и образования. – 2014. – №5; url: <http://www.science-education.ru/119-14345> (дата обращения: 13.08.2016).
42. Гончарова, Н.В. Рефлексия как объект психологических исследований // Психология и педагогика: методика и проблемы практического применения - №49-1 – 2016. – С. 35 – 40.
43. Горелова Г. Г. Кризисы личности и педагогическая профессия / Г.Г. Горелова. – М.: Московский психолого-социальный институт – 2004. – 278 с.
44. Горелова, Г. Г. Профессионально-личностная реадаптация в условиях кризиса : дис. ... д-ра психол. наук : 19.00.03 / Горелова Галина Газимовна. – Челябинск, 2002. – 398 с.
45. Гоффман, И. Представление себя другим в повседневной жизни / И. Гоффман. – М.: Канон-Пресс-Ц, 2000 – 128 с.

46. Григорьева, Е.В. Идентичность личности как детерминанта смысло-ценностных ориентаций и проблемной сферы Текст. / Е.В. Григорьева // Вестник интегративной психологии. Журнал для психологов. - Выпуск 5. 2007. - С. 80-81.
47. Григорьева, Е.В. Трансляция и трансформация смыслов: механизмы идентичности с точки зрения интегративного подхода // Седьмая волна психологии. Вып. 4. – Ярославль, Минск: МАПН, ЯрГУ, 2008. // <http://www.zikozlov.ru/collection/7wave/4-2008> (дата обращения: 03.10.2015).
48. Гришина, Н.В. Экзистенциальная психология в поисках своего вектора развития // Психологические исследования. – 2015. – Т.8, № 42. – С. 2.
49. Грязева-Добшинская, В.Г. «Типология личностного выбора жизненного пути»: описание методики и результаты психометрической проверки / В.Г. Грязева-Добшинская, А.С. Мальцева // Вестник ЮУрГУ. Серия «Психология». – 2016. – Т.9, № 2. С. 14–21.
50. Гурин, С.П. Философия идентичности электронный ресурс. / С.П. Гурин // Топос: литературно-философский журнал: сайт. URL: <http://www.topos.ru/article/6727> (дата обращения 06.05.2016).
51. Давыдов, В.В. Виды обобщения в обучении / В.В. Давыдов. М.: Педагогическое общество России, 2000. – 688с.
52. Данилин, К.Е. Формирование внутригрупповых установок и рефлексивной структуры группы // Межличностное восприятие в группе. М., 1981. С. 124–152.
53. Деева, Н.А. Рефлексивные механизмы переживания кризиса и изменение ценностно-смысловой сферы: дис. ... канд. психол. наук. - Омск, 2005. - С. 112
54. Дементий, Л.И., Жизненная стратегия личностей с различным типом ответственности / Л.И. Дементий, В.Е. Купченко // Вестник ОмГУ. 2011. – №4. С. 317-324.
55. Дерюгин, А.А. Особенности нормоидентичности слабовидящих подростков / А.А. Дерюгин, О.С. Алексеева А.С. Карбалеви // Новый университет.

Серия «Актуальные проблемы гуманитарных и общественных наук. – 2015, №5(50). – Йошкар-Ола: Коллоквиум, 2012. – С. 74 -78.

56. Джеймс, У. Психология / У. Джеймс. – М.: Педагогика, 1991. – 368 с.

57. Дмитриева, Н.В. Разработка и психометрический анализ методики «Опросник кризисной идентичности» (ОКИ) / Н.В. Дмитриева, С.Б. Перевозкин, Ю.М. Перевозкина, Н.А. Самойлик // Мир науки, культуры, образования. – Барнаул: АРТИКА, 2011. – № 4 (29). – часть 1. – С. 228-237

58. Дмитриева, Н.В. Влияние рефлексии на становление идентичности личности / Н.В. Дмитриева, С.А. Дроздова // Мир науки, культуры, образования. - № 2 (21), 2010. – С. 71– 75.

59. Дмитриева Ю.А. Метод моделирования в социальной психологии / Ю.А. Дмитриева, В.Г. Грязева-Добшинская // Вестник ЮУрГУ. Серия: Психология. – 2013. №1 С.18-26

60. Дорофеева, Н.В. Онтогенетические особенности рефлексивного развития // Вестник Санкт-Петербургского университета. Серия 12. Социология. – № 2. – 2008. - С. 228 – 238.

61. Дорфман Л.Я. Наблюдаемые и теоретические объекты в психологических измерениях // Вестник ЮУрГУ. Серия: Психология. 2008. №32 (132) С.45-50.

62. Дорфман Л.Я. Каузальный плюрализм и холизм в концепции метаиндивидуального мира // Психология. Журнал ВШЭ. – 2016. – №1. С.115-153.

63. Дорфман Л. Я. Каузальный плюрализм и холизм в концепции метаиндивидуального мира // Психология. Журнал ВШЭ. – 2016. – Т.13. – № 1. С. 115–153.

64. Дорохина, Н А. Взаимодействие старшего поколения семьи с детьми дошкольного возраста : диссертация ... кандидата педагогических наук. – Москва, 2009. – 310 с.

65. Дроздова, С.А. Взаимосвязь содержательных характеристик рефлексии со структурными компонентами идентичности личности должностных лиц таможенных органов // Таможенные чтения - 2011. Инновационная Россия:

вызовы образованию и науке. Том I Инновационная Россия. Проблемы и перспективы. – СПб.: Санкт-Петербургский имени В. Б. Бобкова филиала РТА, 2011. – 315 с. – С. 40– 75.

66. Дроздова, С.А. Влияние рефлексии на развитие структурных компонентов идентичности личности // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. №1. – 2012. - С.8 – 24.

67. Дубровина, И.В. Практическая психология образования: учеб. пособие. – СПб.: Питер, 2004. – 592 с.

68. Дубовик, Ю.Б. Исследование психологического благополучия в пожилом и старческом возрасте. // Журнал «Психологические исследования». – №1(15), 2011. URL: <http://psystudy.ru> (дата обращения: 05.04.2016).

69. Дударева, В.Ю. Феноменология рефлексии и направления ее изучения в современной зарубежной психологии / В.Ю. Дударева, И.Н. Семенов // Психология. Журнал Высшей школы экономики, 2008. – Т. 5, № 1. – С. 101–120.

70. Дьяков, Д.Г. К проблеме построения психологом нарратива «нормальность личности» в ходе профессионально-психологического образования / Д.Г. Дьяков, А.С. Мартысевич // Журнал практического психолога. – 2010. – № 5. – С. 43–58.

71. Елисеев, В.К. Феномен рефлексии в зарубежных исследованиях / В.К. Елисеев, Е.Л. Ушакова // Проблемы современной науки. – №2, 2011. – С. 112–118.

72. Елютина, М.Э. Геронтологическая составляющая кадровой работы современного руководителя / М.Э. Елютина, Т.В. Смирнова // Социс. – № 3, 2010. – С. 40-47.

73. Емелин, В.А. Информационные технологии в структуре идентичности человека: возможности и ограничения рисуночной методики / В.А. Емелин, Е.И. Рассказова, А.Ш. Тхостов // Психологические исследования. – 2016. – Т.9, №45. – С.3. URL: <http://psystudy.ru> (дата обращения: 18.06.2016). Адрес статьи: <http://psystudy.ru/index.php/num/2016v9n45/1233-emelin45.html>

74. Еремеев, Б.А. Основные понятия психологии (из опыта профессиональной рефлексии) // Методология и история психологии. – №1, 2006. – С. 41–54.
75. Ермолаева, М.В. Практическая психология старости / М.В. Ермолаева. – М.: Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2002. – 320 с.
76. Знаков, В.В. Самосознание, самопонимание и понимающее себя бытие // Методология и история психологии. – Вып. 3, 2007. – С. 65–74.
77. Заковоротная, М.В. Идентичность человека. Социально-философские аспекты. – Ростов-на-Дону, 1999. – 300 с.
78. Зеер, Э.Ф. Кризисы профессионального становления личности / Э.Ф. Зеер, Э.Э. Сыманюк // Психологический журнал. – 1997. – № 6. – С.35–44.
79. Злобин, Ю.Д. Символика развития личности пожилого человека в народных волшебных сказках // Вестник Южно-Уральского государственного университета. Серия: Психология. – № 42 (175). 2009. – С. 52 – 58.
80. Иванов, А.Е. Новые подходы к разработке ипсативных психодиагностических методик / А.Е. Иванов // Вестник ЮУрГУ. Серия «Психология». – 2014. – Вып. 4. – №7. С. 89 –96
81. Иванова, Н.Л. Социальная идентичность и профессиональный опыт личности / Н.Л. Иванова, Е.В. Конева. – Ярославль: МАПН, 2003. – 132 с.
82. Исаев, Е.И. Психология развития человека / Е.И. Исаев, В.И. Слободчиков. – М.: Школьная пресса, 2000. – 323 с.
83. Калинина, О.В. Активность личности как смысловое назначение // Мир науки, культуры, образования. – № 2 (51), 2015. – С. 290 – 292.
84. Карнаухов, В.А. «Культура» в психологии: от объяснительного понятия к предмету исследования // Научные ведомости Белгородского государственного университета. Серия: Гуманитарные науки. – № 2. Т.15, 2008. // <http://cyberleninka.ru/article/n/kultura-v-psihologii-ot-obyasnitelnogo-ponyatiya-k-predmetu-issledovaniya#ixzz4689ePlIj> (Дата обращения: 14.05.2014).

85. Карбалевиц, А.С. Проблема определения понятия «идентичность» в социогуманитарных науках // Междисциплинарные исследования в науке и образовании. – 2012. – №1; URL: [mino.esrae.ru/158-1016](http://mino.esrae.ru/158-1016) (дата обращения: 05.06.2016).
86. Карпов, А.В. Рефлексивность как психическое свойство и методика ее диагностики // Психологический журнал. – Т. 24. – № 5, 2003. – С. 45-57.
87. Карпов, А.В. Психология рефлексивных механизмов деятельности. М.: Изд-во ИП РАН, 2004. – 424 с.
88. Карпов А.В. Психология рефлексии / А.В. Карпов, И.М. Скитяева. – Ярославль: Аверс Пресс, 2004. – 304 с.
89. Кисляковская, В.В. Подходы к идентичности в русскоязычной психологии // Научное сообщество студентов XXI столетия. Гуманитарные науки. – № 11. URL: [sibac.info/archive/humanities/11.pdf](http://sibac.info/archive/humanities/11.pdf) (дата обращения: 05.05.2016)
90. Кернберг, О.Ф. Тяжёлые личностные расстройства: стратегии психотерапии / О.Ф. Кернберг. – М. : Класс, 2001. – 464 с.
91. Клементьева М.В. Исследование биографической рефлексии в ситуации жизненного кризиса // Известия ТулГУ. Гуманитарные науки. Вып. 4. Тула: Изд-во ТулГУ, 2014 С. 62 – 72.
92. Клементьева М.В. Исследование взаимосвязи смысло-жизненных ориентаций и биографической рефлексии // Известия Тульского государственного университета. Гуманитарные науки. - № 2. – 2013. – С. 276 – 284.
93. Климов, Е.А. Введение в психологию труда / Е.А. Климов. – М.: Культура и спорт, ЮНИТИ, 1998. - 350 с.
94. Коваль Н.А. Социально-психологические основы духовности // Вестник Тамбовского университета. Серия Гуманитарные науки Тамбов, 2011. Вып. 8 (100). С. 23-28.
95. Ковалева Е.А. Трансформации личности в пенсионном возрасте как психологическая проблема / Россия на рубеже тысячелетий: Общество, наука, образование. Межв. сб. науч. трудов. Вып. 8. - Минеральные Воды: МВФ МОСА - МФ АПУ, 2009. - С. 85-91.

96. Кожевникова, О.А. Рефлексия и идентичность как психологические условия адаптации детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, в социуме / О. А. Кожевникова // Сибирский педагогический журнал. – №1. – Новосибирск, 2007. – С. 184 - 192
97. Козлов В. В. Гендерная психология: учебник для вузов / В. В. Козлов, Н.А. Шухова. – Санкт-Петербург: Речь, 2010. – 270 с.
98. Кон, И.С. Открытие Я / И.С. Кон. – М.: Политиздат, 1978. – 367 с.
99. Кон, И.С. Социальная психология / И.С. Кон. М.: Воронеж, 1999. – С. 177.
100. Коржова Е.Ю. Взаимодействие с жизненными ситуациями в конце жизненного пути / Е.Ю. Коржова, В.В. Лемиш // Научное мнение. – 2013. – № 4. – С. 197-205.
101. Краснова, О.В. Социальная психология старения как основная составляющая социальной геронтологии / О.В. Краснова // Мир психологии. – 1999. – №2. – С. 96–106.
102. Крысько, В.Г. Словарь-справочник по социальной психологии / В.Г. Крысько. - СПб. и др. : ПИТЕР, 2003. - 416 с.
103. Кузнецова, Е.В. Идентичность субъекта: типология видов / Е.В. Кузнецова // Омск. науч. вест. Сер.: О-во. История. Современность. - Омск, 2012. - № 4(111). - С. 123-127
104. Куликов, Л.В. Психогигиена личности: Основные понятия и проблемы: Учебное пособие / Л.В. Куликов. – СПб.: Изд-во СПбГУ, 2000. – 420с.
105. Кутковая, Е.С. Нарратив в исследовании идентичности // Национальный психологический журнал. - №4(16), 2014. - С. 23–33
106. Латышева, Ж.В. Феномен трансцендирования (историко-философский и социальный аспекты) : монография. – Владимир: Изд-во ВлГУ, 2012. – 148 с.
107. Лемиш, В.В. Геронтокультура как социально-психологический феномен // Известия Российского государственного педагогического университета им. А.И. Герцена. - 2012. - №148. - С. 34-44.

108. Лемиш, В.В. Геронтокультура: опыт рефлексивного анализа / В.В. Лемиш // Вестник Бурятского государственного университета. - 2014. - Вып.5: Психология, социальная работа. - С. 55-59.
109. Леонтьев А.Н. Избранные психологические произведения: В 2-х т. – М.: Педагогика, 1983. – Т. 2. – 320 с.
110. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. – М.: Смысл, Академия, 2005. – 352 с.
111. Леонтьев, Д.А. Тест жизнестойкости // Д.А. Леонтьев, Е.И. Рассказова. - М.: Смысл, 2006. - 63 с.
112. Леонтьев, Д.А. Я – последняя инстанция в личности // Психология личности в трудах отечественных психологов / Составитель Л.В. Куликов. – СПб.: Питер, 2000. – С. 377–379.
113. Леонтьев, Д.А. Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой реальности / Д.А. Леонтьев – М.: Смысл, 2003. - 487 с.
114. Леонтьев Д.А. Аверина А.Ж. Феномен рефлексии в контексте проблемы саморегуляции (Электронный ресурс) // Психологические исследования: электрон. науч. журн. 2011. N 2(16). URL: <http://psystudy.ru> (дата обращения: 13.02.1016).
115. Леонтьев Д.А. Личностное в личности: личностный потенциал как основа самодетерминации / Под ред. Б.С. Братуся, Д.А. Леонтьева // Ученые записки кафедры общей психологии МГУ им. М.В. Ломоносова. Вып. 1. – М.: Смысл, 2002. – С. 56 – 65.
116. Леонтьев Д.А. Тест смысложизненных ориентаций (СЖО) / Д.А. Леонтьев. – М.: Смысл, 2000. 18 с.
117. Леонтьев, Д. А. Рефлексия «хорошая» и «дурная»: от объяснительной модели к дифференциальной диагностике / Д.А. Леонтьев, Е.Н. Осин // Психология. Журнал Высшей школы экономики. - 2014. - Т. 11, № 4. – С. 110-135.
118. Лефевр, В.А. Рефлексия / В.А. Лефевр. М.: Когито-Центр, 2003. 118 с.
119. Ле Шан Э. Когда ваш возраст сводит вас с ума. Книга-лекарство для человека любого возраста. – СПб.: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2009. – 288 с.



120. Лидерс, А.Г. Кризис перехода к поздней взрослости: гипотеза о его психологическом содержании / А.Г. Лидерс // Психология зрелости и старения. – 2000. – № 2. – С. 6–11.
121. Липовецки Ж. Эра пустоты. - СПб.: издательство «Владимир Даль». – 2001. - С. 92 – 93.
122. Логунцова, М.А. Динамика самоуважения пожилого человека, проживающего в доме-интернате, в связи с повествованием его жизненного пути молодыми людьми / М.А. Логунцова, Ю.И. Фролов // Психологический журнал Международного университета природы, общества и человека «Дубна». – 2011. – № 1. <http://www.psyanima.ru>.
123. Лукьянов О.В. Психологическая системность практик веры. Градиенты становления человеческого в человеке // Вестн. Том. гос. ун-та. 2009. – №325. С 152 – 156.
124. Лысенкова Е. С. Основные теоретические подходы к определению понятия «личностная зрелость» // <http://esa-conference.ru/wp-content/uploads/files/pdf/Lysenkova-Ekaterina-Sergeevna.pdf> Дата обращения 05.07.2016
125. Мадди, С.Р. Смыслообразование в процессе принятия решений // Психологический журнал. – 2005. Т. 1. № 6. – С. 87-101.
126. Мазур, Е.Ю. Идентичность: Я-концепция, Образ Я / Е.Ю. Мазур // Седьмая волна психологии. Вып. 9. Сб. материалов XI междунар. науч.-практ. конф. «Интегративная психология: теория и метод» / под ред. В.В. Козлова. – Ярославль: МАПН, 2012. – С. 125-127.
127. Малейчук, Г.И. Идентичность как интегративный критерий психического здоровья личности / Г.И. Малейчук // Веснік Брэсцкага ўніверсітэта. Серыя 3, Філалогія, педагогіка, псіхалогія. - 2010. - N 2. - С. 114-122
128. Майерс, Д. Социальная психология / Майерс Д. – 7-е издание, перераб. и доп. – С-Петербург: Питер, 2007. – 794 с.

129. Макарова, Н.Г. Изучение методик самоотношения, саморефлексии, самопознания личности // Психология и педагогика: методика и проблемы практического применения. – № 32, 2013 – С. 25 – 30.
130. Малахов, В.С. Неудобства с идентичностью // Вопросы философии. – 1998. – № 2. – С. 43–54.
131. Мамардашвили, М.К. Как я понимаю философию. - М.: Издательская группа «Прогресс», «Культура». – 1992. – 409 с.
132. Мамардашвили, М.К. К пространственно-временной феноменологии событий знания // Вопросы философии. – 1994. № 1. – С. 73-84.
133. Манаев, О.Т. Контент-анализ. Описание метода (Электронный ресурс). – Режим доступа к ресурсу: <http://psyfactor.org/lib/kontent.htm> Дата обращения: 02.05.1016
134. Маркова, А.К. Психология профессионализма / А.К. Маркова. – Москва: Знание, 1996 . – 308 с.
135. Мартынова, А.В. Развитие потребности в рефлексии как условие формирования профессионального самосознания будущего учителя начальной школы /А.В. Мартынова // Вестник Бурятского государственного университета. №1.2, 2012. – С. 150 -153.
136. Марцинковская, Т.Д. Психология развития: учебник для студ. высш. психол. учеб. Заведений / Т.Д. Марцинковская, Т.М. Марютина, Т.Г. Стефаненко. – М.: Издательский центр «Академия». – 2007. – 528 с.
137. Марцинковская, Т.Д. Переживание как механизм социализации и формирования идентичности в современном меняющемся мире // Психологические исследования, 2009, 3(5), 1. <http://psystudy.ru> Дата обращения: 12.02.1016.
138. Маслоу, А. Мотивация и личность. – СПб.: Питер, 2012. – 352 с.
139. Мерлин, В.С. Проблемы экспериментальной психологии личности // Учен. зап. Пермск.пед. ин-та. – Пермь, 1970. – Т. 77. – 295 с.

140. Мерлин, В.С. Психология индивидуальности: избранные психологические труды / В. С. Мерлин; под ред. Е. А. Климова. – М.: Изд-во Моск. Психолого-социального ин-та. – 2005. – 544 с.
141. Мещеряков, Б.Г. Л.С. Выготский и современная культурно-историческая психология (критический анализ книги М. Коула) / Б.Г. Мещеряков, В.П. Зинченко // Вопросы психологии, 2000, № 2, с. 102-116.
142. Мид, Д.Г. От жеста к символу // Американская социологическая мысль. – М., 1994. – С. 217–218.
143. Микляева, А.В. Социальная идентичность личности: содержание, структура, механизмы формирования / А.В. Микляева, П.В. Румянцева. – СПб., 2008. – 118 с.
144. Микляева, А.В. Возрастная дискриминация как социально-психологический феномен. Монография. - СПб.: Речь, 2009. - 160 с.
145. Моник, Е. Признаки патологических паттернов // [http://www.elenamonic.ru/publ/jungianskoe\\_mirovozzrenie/2/priznaki\\_patologicheskikh\\_patternov/3-1-0-26](http://www.elenamonic.ru/publ/jungianskoe_mirovozzrenie/2/priznaki_patologicheskikh_patternov/3-1-0-26) Дата обращения: 09.08.2016
146. Митина, О.В. Моделирование латентных изменений с помощью структурных уравнений // Экспериментальная психология.- Том 1. № 1, 2008. - С. 131–148.
147. Морогин, В.Г. Психологическая концепция идентичности // Сибирский педагогический журнал. – № 11, 2011. – С. 233 – 253.
148. Мухина, В.С. Возрастная психология. Феноменология развития: учебник для студ. высш. учеб. заведений. – М.: Изд. Центр «Академия», 2006. – 608 с.
149. Наследов А. IBM SPSS Statistics 20 и AMOS. Профессиональный статистический анализ данных. – СПб: Питер, 2013. - 416 с.
150. Непомнящая, Н.И. Целостность или диссоциация личности и рефлексивные уровни самосознания / Н.И. Непомнящая // Мир психологии. – 2003. – № 2. – С. 145–155.

151. Нестеренко, О.П. Формирование этнокультурного компонента профессиональной компетенции учителя в системе повышения квалификации: автореф. дисс. ... канд.пед.наук. - М., 2010. - С.13.
152. Носко, И.В. Психология развития и возрастная психология / И.В. Носко. - М.: Гардарики, 2007. – 612с.
153. Ожигова, Л.Н. Гендерная идентичность личности и смысловые механизмы ее реализации: диссертация ... доктора психологических наук / Л.Н. Ожигова. - Краснодар, 2006. - 431 с.
154. Олешкевич, В.И. Истоки и пути формирования психологии А. Адлера // Методология и история психологии. 2009. Вып. 2. С. 104–123.
155. Олешкевич, В.И. Некоторые подходы к методологии психологии // Методология и история психологии. 2007. Том 2. Вып. 1. С. 20-36.
156. Олпорт, Г. Становление личности: Избранные труды. / Пер. с англ. Л.В.Трубициной и Д.А. Леонтьева. - М., 2002.
157. Орестова, В.Р. Методы исследования идентичности в концепции статусов эго-идентичности Дж. Марсиа / В.Р. Орестова, О.А. Карабанова // Психология и школа. - 2005. № 1. - С. 39–50.
158. Орлова, Э.А. Концепции идентичности/идентификации в социально-научном знании / Э.А. Орлова // Вопросы социальной теории. - 2010. - Том IV. - С. 87 – 111. <http://iph.ras.ru/uplfile/root/biblio/vst/2010/05.pdf>
159. Осницкий, А.К. Определение характеристик социальной адаптации / А.К. Осницкий // Журнал практического психолога. – 1998. – №1. – С.54–64.
160. Павленко, В.Н. Представления о соотношении социальной и личностной идентичности в современной западной психологии /В.Н. Павленко// Вопросы психологии : издается с января 1955 года / Ред.Е.В. Щедрин. – 2000. – №1 январь-февраль 2000. – с. 135-142.
161. Пантеев, С.Р. Самоотношение как эмоционально-оценочная система. – М.: МГУ, 1991. – 110 с.
162. Патырбаева, К.В. Идентичность: социально-психологические и социально-философские аспекты: коллективная монография / К.В. Патырбаева,

В.В. Козлов, Е.Ю. Мазур, Г.М. Конобеев, Д.В. Мазур, К. Марицас, М.И. Патырбаева. Пермь: Перм. гос. нац. иссл. ун-т. – 2012. – 250 с.

163. Петровская, М.В. Рефлексия как механизм развития психологической культуры личности / М.В. Петровская, С.В. Щербаков // Казанский педагогический журнал. - № 4-1, 2015. // <http://cyberleninka.ru/article/n/refleksiya-kak-mehanizm-razvitiya-psihologicheskoy-kultury-lichnosti#ixzz4H66FX4Cm> Дата обращения: 14.02.2016.

164. Перевалова, О.В. Рефлексивные способности личности как полинаучная категория. // Вестник Красноярского государственного педагогического университета им. В.Т. Астафьева, Красноярск, №2, 2012. - С.237-244.

165. Перлз Ф. Теория гештальт-терапии / Ф. Перлз, П. Гудмен. - М.: Институт общегуманитарных исследований, 2001. – 384 с.

166. Пигров К.С. Экзистенциальный смысл настоящей старости // Серия «Symposium», Философия старости: геронтология, Выпуск 24 / Сборник материалов конференции. – СПб.: Санкт-Петербургское философское общество, 2002. С.3-6.

167. Пламмер, К. Идентичность // Контексты современности – I: Актуальные проблемы общества и культуры в западной социальной теории – Казань, 2000. – С. 121–123.

168. Поливанова, К.Н. Психология возрастных кризисов: Учеб. пособие для студ. высш. пед. заведений. - М.: Издат. центр, 2000. - 184 с.

169. Поварёнков, Ю.П. Психологическая характеристика профессиональной идентичности. // Вестник Костромского государственного университета им. Н.А. Некрасова. Серия Гуманитарные науки: Педагогика. Психология. Социальная работа. Акмеология. Ювенология. Социокинетика № 3 Т.20. – 2014 // <http://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskaya-harakteristika-professionalnoy-identichnosti-subekta-truda#ixzz4B0A4erMT>

170. Погребняк, А.А. Старость как ресурс // Серия «Symposium», Философия старости: геронтология. Выпуск 24 / Сборник материалов конференции – СПб.: Санкт-Петербургское философское общество, 2002. С.21-23.
171. Пономарев, Я.А. Рефлексия в развитии творческого мышления / Я.А. Пономарев, И.Н. Семенов, С.Ю. Степанов // Психологический журнал. 1986. № 6. С. 158–159.
172. Портнова, А.Г. Личностная зрелость: подходы к определению А.Г. Портнова // Сибирский психологический журнал. – 2008. – №27. – С. 37 – 41.
173. Прохоров, М.М. Зрелость человека в трактовках философии и ее многомерность / М.М. Прохоров, О.П. Кашина // Научные ведомости Белгородского государственного университета. Серия: Философия. Социология. Право. – 2013. – №16 (159). – С.280 – 289.
174. Пряжников, Н.С. Личностное самоопределение в преклонном возрасте / Н.С. Пряжников // Мир психологии. – 1999. – №2. – С. 111–123.
175. Прямикова, Е.В. Социальная компетентность взросления / Е.В. Прямикова, Н.В. Веселкова. – Екатеринбург: Урал. ун-т. – 2005. – 290 с.
176. Рассказова, Е.И. Идентичность как самотождественность: индивидуальные вариации ценности завершенности, развития и социального признания идентичности. Сообщение 1 / Е.И. Рассказова, А.Ш. Тхостов, В.А. Емелин // Вестник Южно-Уральского государственного университета. Серия: Психология. – 2014. – № 4, Т.7. – С.13 – 18.
177. Рикер, П. Повествовательная идентичность / П. Рикер // Герменевтика. Этика. Политика: Московские лекции и интервью. М.: ACADEMIA, 1995. С. 19 – 37.
178. Роджерс, К. Взгляд на психотерапию. Становление человека. – М.: Издательская группа «Прогресс», - 1994. – 160 с.
179. Рубинштейн, С.Л. Основы общей психологии. – СПб.: Питер, 2011. – 713 с.
180. Рубинштейн, С.Л. Бытие и сознание. — М.: Издательство Академии наук СССР, 1957. – 328 с.

181. Рубинштейн, С.Л. Проблемы общей психологии. – М.:Педагогика,. 1973. – 424 с.
182. Рубинштейн, С.Л. Человек и мир. М.: Наука, 1997. 190с.
183. Русалов, В.М. Психологическая зрелость: единая и множественная характеристика? // Психологический журнал. - 2006. Т. 27, № 5. - С. 83-97.
184. Рыбинская, А.В. Психологические характеристики кризиса перехода к поздней взрослости / А.В. Рыбинская // Журнал Вестник Тамбовского университета. Серия: Гуманитарные науки. - 2013. - № 7 (123). – С.128 – 132.
185. Рыльская Е.А. Жизнеспособность человека: критерии, факторы, генезис // Теория и практика общественного развития. – 2013. – №12. Т. 1. – С. 170–174.
186. Салливан, Г.С. Интерперсональная теория в психиатрии. - М.: «КСП+», 1999. – 347с.
187. Сапогова Е.Е. Автобиографирование как процесс самодетерминации // Культурно-историческая психология. – 2011. – № 2. С. 37–51.
188. Сарджвеладзе, Н.И. Личность и ее взаимодействие с социальной средой. – Тбилиси: Мецниереба, 1989. – 204 с.
189. Семенов, И.Н. Рефлексивность самонаблюдения и персонология интроспекции: к онтологии и методологии рефлексивной психологии индивидуальности //Вестник московского университета. Серия 14 Психология.- 2015.- №4 -С.98-113
190. Семенов, М.Ю. Отношение личностно зрелых людей к деньгам / М.Ю. Семенов // Психологический журнал / Ред. А.Л.Журавлев. – 2012. – Том 33, №1. январь-февраль 2012. – с.66-72.
191. Семенов, И.Н. Этимология рефлексии // Рефлексивные процессы и управление. 2004. Т. 4. № 2. С. 72–77.
192. Сивишкина, М.Е. Особенности гендерных стереотипов студентов // [http://lomonosov-msu.ru/archive/Lomonosov\\_2013/2241/52683\\_b7cd.pdf](http://lomonosov-msu.ru/archive/Lomonosov_2013/2241/52683_b7cd.pdf)
193. Симонова, О.А. К формированию социологии идентичности // Социологический журнал. – 2008. – №3. С. 45-61.

194. Слободчиков, В.И. Развитие субъективной реальности в онтогенезе / В.И. Слободчиков // Автореф. дис. ...д-ра. психол. наук. – М., 1994. – 77 с.
195. Слободчиков, В.И. Основы психологической антропологии. Психология человека. Введение в психологию субъективности: Учебное пособие для вузов / В.И. Слободчиков, Е.И. Исаев. - М.: Школа-Пресс, – 1995. – 384 с.
196. Собкин, В.С. К формированию представлений о механизмах процесса идентификации в обществе // Теоретические и прикладные проблемы друг друга (Тезисы докладов). – Краснодар, 1975. – С. 34–39.
197. Соболев, Т.В. Проблема формирования социальной идентичности в условиях глобальных общественных изменений // Философия и космология / Philosophy & Cosmology. – №1 (10), – 2012. – С. 211 – 219.
198. Соколова, Е.Т. Связь диффузной гендерной идентичности и когнитивного стиля личности / Е.Т. Соколова, Н.С. Бурлакова, Ф. Лэонтиу // Вопросы психологии, 2002. – № 3. – С. 41–51.
199. Соколова, Е.Т. К обоснованию клинико-психологического изучения расстройства гендерной идентичности / Е.Т. Соколова, Н.С. Бурлакова, Ф. Лэонтиу // Вопросы психологии. 2001. № 6. С. 100 – 115.
200. Солдатова, Е.Л. Эго-идентичность как системообразующий фактор формирования личностной зрелости / Е.Л. Солдатова, И.А. Шляпникова // Вестник Южно-Уральского государственного университета. Серия: Психология. - 2010. № 27 (203). - С. 66-74.
201. Солдатова Е.Л. Исследование социальной ситуации развития в кризисе перехода к взрослости // Вестник Южно-Уральского государственного университета. Серия: Социально-гуманитарные науки. 2005. № 7 (47). С. 169-175.
202. Солдатова, Е.Л. Психологическое содержание нормативных кризисов развития личности взрослого человека Вестник Южно-Уральского государственного университета. Серия: Психология. - 2008. № 31 (131). С. 39-47.
203. Солдатова, Е.Л. Исследование социальной ситуации развития в кризисе перехода к взрослости / Е.Л. Солдатова // Вестник Южно-Уральского



государственного университета. Серия: Социально-гуманитарные науки. - 2005. - №7 (47). - С. 169-175.

204. Солдатова, Е.Л. Психологическое содержание нормативных кризисов развития личности взрослого человека / Е.Л. Солдатова // Вестник Южно-Уральского государственного университета. Серия: Психология. - 2008. - №31 (131). - С. 39-47.

205. Солдатова, Е.Л. Структура и динамика нормативного кризиса перехода к взрослости: монография / Е.Л. Солдатова. – Челябинск: Изд-во ЮУрГУ, 2007. – 267 с.

206. Солдатова, Е.Л. Связь эго-идентичности и личностной зрелости / Е.Л. Солдатова, И.А. Шляпникова // Вестник Южно-Уральского государственного университета. Серия: Психология. – 2015. – №1(8). С. 29 – 33.

207. Соловейчик, М. Жизнь после работы / М. Соловейчик – СПб: Реноме, 2014. - 108 с.

208. Соловьёв В. Философские начала цельного знания. - М.: Академический проект. – 2011. – 384 с.

209. Соловьева С.Л. Ресурсы личности. (Электронный ресурс) // Медицинская психология в России: электрон. науч. журн. 2010. N 2. URL: <http://medpsy.ru> (дата обращения: 30.06.2010).

210. Соколова Е.Т. Нарциссизм как клинический и социокультурный феномен // Вопросы психологии. – 2009. – № 1. – С. 67–80.

211. Соколова, Е.Т. Изучение личностных особенностей и самосознания при пограничных личностных расстройствах / Е.Т. Соколова, В.В. Николаева. – М.: Аргус, 1995. – С. 27–206.

212. Социально-демографический портрет России: По итогам Всероссийской переписи населения 2010 года / Федеральная служба гос. статистики. – М.: ИИЦ «Статистика России», 2012. – 183 С.

213. Спиркин, А.Г. Сознание и самосознание / А.Г. Спиркин – М.: Политиздат, 1972. – 303с.

214. Старовойтенко, Е.Б. Возможности Я в отношении к Другому: герменевтика и рефлексия / Е.Б. Старовойтенко // Психология. Журнал Высшей школы экономики. – 2013. – Т.10. – № 4. – С. 121–142.
215. Старовойтенко, Е.Б. Психология личности в парадигме жизненных отношений / Е.Б. Старовойтенко. М.: Трикта, 2004. – 253 с.
216. Степанов, С.Ю. Психология творчества и рефлексии в современных социальных практиках // Психология творчества: Школа Я.А. Пономарева. – М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2006. – С. 482 – 511.
217. . Сыманюк, Э.Э. Теоретико-прикладные основания прогнозирования профессионального будущего человека / Э. Э. Сыманюк, Э. Ф. Зеер // Фундаментальные исследования. – 2014. – № 9. – С. 1863–1869.
218. Титкова, М.С. Рефлексивная активность в структуре адаптационного потенциала личности : диссертация ... кандидата психологических наук : 19.00.01 / Титкова Мария Сергеевна. Санкт-Петербург, 2008. - 223 с.
219. Трунов, Д.Г. Тропологический анализ рефлексии // Вестник Челябинского государственного университета. – 2009. – № 42 (180). – С. 108-111.
220. Тхостов, А.Ш. Психодиагностика субъективного восприятия своих идентификаций: применение модифицированной методики «Кто Я?» / А.Ш. Тхостов, Е.И. Рассказова, В.А. Емелин // Национальный психологический журнал. – 2014. – №2(14). – С. 60–71.
221. Тхостов, А.Ш. Идентичность как психологический конструкт: возможности и ограничения междисциплинарного подхода / А.Ш. Тхостов, Е.И. Рассказова // Психологические исследования. – 2012. – Т.5, №26. – С.2. URL: <http://psystudy.ru> (дата обращения: 06.11.2015).
222. Тульчинский, Г.Л. Постчеловеческая персонология: Новые перспективы свободы и рациональности / Г.Л. Тульчинский. – СПб.: Алетейя, 2002. – 677 с.
223. Уилбер, К. Один вкус: Дневники К. Уилбера / К. Уилбер. – М.: ООО «Издательство АСТ». – 2004. – 427 с.

224. Ушакова, Е.Л. Педагогические условия формирования рефлексивной компетенции будущих учителей как средства разрешения профессионально педагогических ситуаций: автореф. дис. канд. пед. наук. Владикавказ, 2013. – С.7.
225. Фадеева, Т.Ю. Анализ характеристик надежды в артефактах культуры // Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия Акмеология образования. Психология развития – 2015. – № 2 (14). – Т.4. – С. 179 – 183.
226. Филиппова Е.И. Территории идентичности в современной Франции / Филиппова Е.И. - Москва: ФГНУ «Росинформагротех», 2010. - 300 с.
227. Философский энциклопедический словарь.- М.: Сов. Энциклопедия, 1983. – С. 292
228. Фомина, А.Н. Жизнестойкость личности / А.Н. Фомина. - М: МПГУ, Прометей; 2012. – 280 с.
229. Фрейд, З. Психология масс и анализ человеческого «Я» / З. Фрейд. – М.: Азбука-Аттикус, 2013. 192 с.
230. Фрейджер, Р. Теории личности и личностный рост ./ Р. Фрейджер, Дж. Фейдимен - М.: ОЛМА ПРЕСС, 2004. – 657 с.
231. Хабермас, Ю. Демократия. Разум. Нравственность / Ю. Хабермас. – М.: Academia, 1995. – С. 150.
232. Харитонова, Е.В. Востребованность, жизненные ресурсы и адаптационные способности пожилых людей // Человек. Сообщество. Управление. – 2008. - №3. – 85 – 91.
233. Хартман, Х. Эго-психология и проблема адаптации / Х. Хартман. - М.: Институт общегуманитарных исследований, 2002. - 160с.
234. Хамитова Э.А. Особенности ресоциализации пожилых людей в современном российском обществе // Электронный научный журнал Apriori. Серия: Гуманитарные науки № 2 2014 // <http://www.apriori-journal.ru/serial1/2-2014/Hamitova.pdf> Дата обращения: 20.03.2015.
235. Худоян, С.С. К проблеме кризиса развития в позднем возрасте. – <http://www.all-psy.com/stati/detail/158/1/> Дата обращения 2016.

236. Хухлаева, О. В. Психология развития: молодость, зрелость, старость / О.В. Хухлаева. - М.: Академия, 2002. – 208 с.
237. Хьелл Л., Зиглер Д. Теории личности – СПб.: Питер, 2003. – 608
238. Чеснокова, И.И. Проблема самосознания в психологии.– М.: Наука, 1977. – 146 с.
239. Чумаков М.В. Эмоциональные аспекты волевого усилия / М.В. Чумаков // Вестник ЮУрГУ. Серия: Психология. – 2009. – №5 (138) – С.77–86.
240. Чумакова Д.М. Взаимосвязь религиозности личности и социального взаимодействия в семье // Автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата психологических наук, по специальности: 19.00.05 – социальная психология. Ярославль 2014. – 26 с.
241. Шабельников В.К. Предметность и субъектность детерминирующего мира в концепциях психологии // Методология и история психологии. – 2006. Вып. 1. – С. 23–40.
242. Шадриков, В.Д. Ментальное развитие человека / В.Д. Шадриков. – М.: Аспект-пресс, 2007. – 284с.
243. Шадриков, В. Д. Роль рефлексии и рефлексивности в развитии способностей учащихся / В. Д. Шадриков // Психология: Журнал высшей школы экономики. – 2012. – Т. 9, № 4. – С. 133–144.
244. Шадриков, В.Д. Динамика связей показателей интеллекта и рефлексии в процессе обучения / В.Д. Шадриков, М.Д. Кузнецова // Акмеология. – 2013. №1(45). – С.31-42.
245. Шамионов, Р.М. Личностная зрелость и профессиональное самоопределение в подростковом и юношеском возрасте: Автореф. дис. ... канд. психол. наук. – СПб., 1997. – 19 с.
246. Шахматов, Н. Ф. Психическое старение: счастливое и болезненное / Н. Ф. Шахматов. – М.: Медицина, 1996. – 304 с.
247. Шнейдер, Л.Б. Профессиональная идентичность: теория, эксперимент, тренинг : учебное пособие / Л.Б. Шнейдер. – Москва: МПСИ. – 2004. – 600 с.

248. Шигабетдинова, Г.М. Феномен рефлексии границы понятия // Социология. Психология. Философия Вестник Нижегородского университета им. Н.И. Лобачевского. – 2014. – № 2 (1) – С. 415-422.
249. Штепа, О. С. Диспозиционная модель личностной зрелости : дис.. кандидата психол. наук: 19.00.05 / Штепа Елена Станиславовна. – Львов, 2003. – 146 с.
250. Щедровицкий, Г.П. Рефлексия / Избранные труды. М.: Шк. Культ. Полит., 1995. 800 с.
251. Щедровицкий, Г.П. На досках. Публичные лекции по философии / Г.П. Щедровицкий. – М. : Изд-во Шк. культ. полит, 2004. – 196 с.
252. Щедровицкий Г.П. Мышление. Понимание. Рефлексия. М.: Наследие ММК, 2006. – 800 с.
253. Эльконин, Б.Д. Психология развития /Б.Д. Эльконин - М.: Издательский центр «Академия», 2001. - 144 с.
254. Эриксон, Э. Детство и общество / Э. Эриксон. - СПб.: Лет. сад, 2000. – 415 с.
255. Эриксон, Э. Идентичность: юность и кризис / Э. Эриксон. – М.: Флинта, 2006 – 342 с.
256. Юнг, К.Г. «Тэвистокские лекции» / К.Г. Юнг. – Киев: «Синто». – 1995. – 236 с.
257. Ясперс, К. Собрание сочинений по психопатологии : в 2-х т. / К. Ясперс. – Москва: Академия, 1996. – Т. 2. – 350 с.
258. Akhtar S. Identity diffusion syndrome // Am. J. Psychiatry. 1984. V. 141 (11). P. 1381 - 1384
259. Allen J.R., Bennett S., Kearns L. Psychological mindedness: A neglected develop mental line in permissions to think // Transactional Analysis Journal. - 2004. - №34 (1). P. 3–9.
260. Astington J.W. Theory of mind, Humpty Dumpty, and the icebox // Human Development. 1998. 41. 30–39.

261. Atchley, R.C. Spirituality and Aging / R.C. Atchley. - Baltimore, MD: The Johns Hopkins Press, 2009. - 199 p.
262. Baird, J.R., White, R.T. Improving learning through enhanced metacognition: // A classroom study. Paper presented at the meeting of the American Educational Research Association, New Orleans. 1984
263. Baltes, P.B. Wisdom as an orchestration of mind and virtue / P.B. Baltes, - 2004. - [www.baltes-paul.de/overview.htm](http://www.baltes-paul.de/overview.htm).
264. Biggs, J. Student approaches to learning, constructivism, and student-centered learning. // Paper presented at the Twentieth International Conference, Improving University Teaching, University of Maryland University College and City University of Hong Kong, Hong Kong. 1995
265. Biggs, J.B., Moore, P.J. The process of learning. - Sydney: Prentice Hall: Prentice Hall. 1993.
266. Boroto D.R. The development of an expectancy measure of psychological mindedness // Dissertation Abstracts International. - 1972. №33 (6B). P. 2803–2804.
267. Breakwell G.M. Integrating paradigms, methodological implications // Breakwell G.M., Canter D.V. (eds). Empirical approaches to social representations. Oxford: Clarendon Press, 1993. P. 180 - 201.
268. Breakwell G.M. Identity Processes and Social Change / Breakwell G.M. // Changing European identities: Social psychological analyses of social change / G.M.Breakwell, E. Lyons. Oxford: Butterworth-Heinemann, 1996. P. 13-30.
269. Crocetti E., Schwartz S.J., Fermani A., Meeus W. The Utrecht-Management of Identity Commitments Scale (U-MICS). Italian validation and cross-national comparisons. European Journal of Psychological Assessment, 2010, 26(3), 172–186.
270. Calvo-Sotelo, P.C. Architecture for active learning and aging: towards open innovation in universities / P.C. Calvo-Sotelo // Promoting conscious and active learning and ageing, - 2013, P. 281 – 297.

271. Carter T.J., Gilovich T. I am what I do, not what I have: the differential centrality of experiential and material purchases to the self. *Journal of Personality and Social Psychology*, 2012, 102(6), 1304–1312. doi: 10.1037/a0027407.
272. Cindy M. de Frias, Erum Whyne Stress on health-related quality of life in older adults: the protective nature of mindfulness // *Aging Ment Health*. - №19(3), 2015. P. 201–206.
273. Chapling M.V., Keller M.R. Decentring and social interaction // *The j. of general psychology*. 1984. V. 4. P. 269 - 275.
274. Craib I. *Experiencing Identity*. London: Sage, 1998.
275. Cempbell D.T. *Qualitative knowing in action research*. Kurt Lewin Award address. New Orleans, 1974;
276. Cempbell D.T. Stereotypes and the perception of group differences // *American Psychologist*. 1967. Pp. 817– 829
277. Cole, M. Differences and Deficits in Psychological Research in Historical Perspective // A Commentary on the Special Section in *Developmental Psychology*. - 2013, Vol. 49, No. 1, 84-91.
278. Cooley C.H. *Social Process*. NY.1918. Pp. 19–21.
279. Deschamps J.C., Devos T. Regarding the relationship between social identity and personal identity // Worchel S., Morales J.F., Paez D., Deschamps J. (eds). *Social identity: International perspective*. N.Y.: Sage Publ., 1998. P. 112.
280. DeGrazia D. Enhancement technologies and human identity. *Journal of Medicine and Philosophy*, 2005, 30(3), 261–283.
281. Dohrenwend B.P., Link B.G., Kern R., Shrout P.E., Markowitz J. Measuring life events: The problem of variability within event categories // *Stress Medicine*. 1990. 6. 179–187.
282. Doise W. Social representations in personal identity // Worchel S., Morales J.F., Paez D., Deschamps J. (eds). *Social identity: International perspective*. N.Y.: Sage Publ., 1998. P. 1325.
283. Duval S., Wicklund R. *A theory of objective self-awareness*. N. Y., 1972.
284. Edlund BJ. Revisiting spirituality in ageing. *J Gerontol Nurs* 2014;40:4-5.

285. Erikson E.H. Life history and historical moment. New York: Norton, 1975.
286. Elliott C. Enhancement technologies and the modern self. *Journal of Medicine and Philosophy*, 2011, 36, pp. 364-374
287. Flavell J.H. Metacognition and cognitive monitoring: a new area of cognitive developmental inquiry // *American Psychologist*. 1979. 34. 906–911. Flavell J.H. Development of children's knowledge about the mental world // *International Journal of Behavioral Development*. 2000. 24 (1). 15–23.
288. Fenigstein, A. Self-consciousness and its relation to psychological mindedness. In M. McCallum & W.E. Piper (Eds.), *Psychological mindedness: A contemporary understanding* (pp. 105 – 131). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum. - 1997.
289. Fernández-Ballesteros, R. Possibilities and limitations of age / R. Fernández-Ballesteros // *Promoting conscious and active learning and ageing*, - 2013, P. 25 – 75.
290. Flavell J.H., Green F.L., Flavell E.R. The development of children's knowledge about attentional focus // *Developmental Psychology*. 1995. 31. 706–712.
291. Fogelson R.D. Person, self and identity. Some anthropological retrospect, circumspect and prospects // *Psychological theories of the self: process of a conflict on new approaches to the self*, held March. 27 – Apr. 1. 1979;
292. Freedman L. *Identity's Architect: a biography of Erik H. Erikson*. Cambridge, Massachusetts, 1999.
293. Goffman E. *Stigma: Notes on the Management of Spoiled Identity* // New York: Simon and Schuster, 2009 168 P.
294. Giddens, A. *Modernity and Self-Identity: Self and Society in the Late Modern Age* New York: John Wiley & Sons. – 2013. – 264 p.
295. Gleason Ph. Identifying Identity: A Semantic Analysis/ Gleason Ph. // *The Journal of American History*, 1983. - № 69. – P. 41–52.
296. Gómez A1, Brooks ML, Buhrmester MD, Vázquez A, Jetten J, Swann WB. On the nature of identity fusion: insights into the construct and a new measure. *J Pers Soc Psychol*. 2011 May; 100(5):918-33. doi: 10.1037/a0022642. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/21355659>



297. Goren E. America's love affair with technology: the transformation of sexuality and the self over the 20th century // *Psychoanalytic Psychology*. 2003. Vol. 20 (3).
298. Green A. «Atome de parenté et relations œdipiennes.» In : *Identité. Séminaire dirigé par Claude Lévi-Strauss*. Paris: PUF, 1977. p. 81- 108.
299. Hartmann H. *Essays on Ego Psychology* New York: International Universities Press 1964.
300. Hartmann H. *Ego Psychology and the Problem of Adaptation*. New York, NY: International Universities Press; 1958.
301. Hill TD, Burdette AM, Angel JL, Angel RJ. Religious attendance and cognitive functioning among older Mexican Americans. *J Gerontol B Psychol Sci Soc Sci* 2006;61:P3-9.
302. Hobfoll S.E., Canetti-Nisim D., Johnson R.J. Exposure to terrorism, stress-related mental health symptoms, and defensive coping among Jews and Arabs in Israel // *Journal of Consulting and Clinical Psychology*. 2006. 74. 207–218.
303. Hogg M.A., Reid S.A. Social identity, self-categorization and the communication of group norms. *Communication Theory*, 2006, 16(1), 7–30.
304. Hogg M.A., Terry D.J., White K.M. A tale of two theories: a critical comparison of identity theory with social identity theory. *Social Psychology Quarterly*, 1995, 58(4), 255–269.
305. Holmes T.H., Rahe R.H. The Social Readjustment Rating Scale // *J. Psychosom. Res.* 1967. 11. 2. 213–228.
306. Huebner D.A. Assessing psychological mindedness: The T.A.T. self-interpretation technique // *Dissertation Abstracts International*. - 1988. - №48 (11–B). – P. 3416.
307. Hua W., Beitel M., Schuman-Olivier Z., Barry D. Psychometric properties of a Chinese version of the Psychological Mindedness Scale // *Journal of the American Psychoanalytic Association*. - 2007. - №55 (1). P. 300–305.
308. Jenkins R. *Social identity*. L.: Routledge, 1996.

309. Jacobson, E. The self and the object world / E. Jacobson. – N.Y. : Inter. Univ. Press, 1964.
310. Jandy C., C.H. Cooley, his life and his social theory. NY.1942
311. Kahana E. Proactive Aging: A Longitudinal Study of Stress, Resources, Agency and Well-being in Late Life / E. Kahana, J. Kelley-Moore, B. Kahana // Aging Ment Health. -. 2012. - №16(4).
312. Kuhl, J. (1987). Action Control: The maintenance of motivational states. In F. Halisch, & J. Kuhl (Eds.), Motivation, intention, and volition (pp. 279-291). Berlin; Heidelberg: Springer-Verlag.
313. Kirkpatrick, D., Chalmers, D., & Fuller, R. (1993). Changes in students' approaches to study. In A. Herrmann & C. Latchem (Eds.), Teaching Learning Forum (pp. 251-265). Perth: Teaching Learning Group, Curtin University of Technology.
314. Kunzmann, U. Wisdom. Adult development and emotional-motivational dynamics., Gero-Psychology: European perspectives for an aging world. Gottingen: Hogrefe& Huber, - 2007.
315. Lachman M.E. Development in Midlife // Annual Review of Psychology. 2004 Vol. 55. P. 305-331.
316. Leslie A.M. Pretense and representation: The origins of «theory of mind» // Psycho logical Review. 1987. 94. 412–426.
317. Ling Yu, & Hsieh. (2008). The related factors of gerotranscendence in institutional elders (Unpublished Master's Thesis). Tainan, Department of Nursing, College of Medicine, National Cheng Kung University, Taiwan.
318. Maddi S.R., Khoshaba D.M. Hardiness and Mental Health // Journal of Personality Assessment. – 1994. – Oct. – Vol. 63. – N 2. – P. 265-274.
319. Malle B.F. Folk theory of mind: conceptual foundations of human social cognition // R.R. Hassin, J.S. Uleman, J.A. Bargh (eds.). The New Unconscious. Oxford university press, New York, 2005. P. 225–255.
320. Marsia, J.E. Identity in adolescence / J.E. Marsia. // Handbook of adolescent psychology. N.Y. : John Wiley, 1980. P. – 213–231.

321. Marcia J.E. Identity and psychosocial development in adulthood. *Identity*, 2002, 2(1), 7–28.
322. Marcia J.E. Development and validation of ego-identity status. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1966, 3(5), 551–558.
323. Mead G. (1945). *Mind, self and society from the standpoint of a social behaviorist*. Fifth Impression. Chicago: Univer.press.
324. Mills R.G. A new understanding of self: The role of affect, state of mind, self-understanding, and intrinsic motivation // *J. of experimental education*. 1991. V. 60. N 1. P.67-81.
325. Moessinger, P. *Le jeu de l'identité*. Paris: PUF, 2000. 171 p.
326. Moses L.J., Chandler M.J. Traveler's guide to children's theories of mind // *Psychological Inquiry*. 1992. 3. 3. 286–301.
327. Moskovici, S. Notes towards a description of Social Representation // *European Journal of Social Psychology*. - 1988 - V. 18. P. 211 - 250.
328. Nelson K., Plesa D., Henseler S. Children's theory of mind: an experiential interpretation // *Human Development*. 1998. 41. 7–29.
329. Nolen-Hoeksema, S., Wisco, B. E., & Lyubomirsky, S. (2008). Rethinking rumination. *Perspectives on Psychological Science*, 3(5), 400-424.
330. Oppenheimer L. The self, the self-concept, and self-understanding: A review of «Self- understanding in childhood and adolescence» by Willam Damon and Daniel Hart // *Human development*. 1991. V. 34. N 2. P.113-120.
331. Pevik-Fasth, J. (2009). “‘Shift Happens’”: Gerotranscendental change among participants in life-development groups for the elderly. Undergraduate Research Paper at the Dept. of Caring Sciences and Sociology, University of Gävle, Sweden.
332. Pincharoen S. The experience of transcendence through reflections of growing old: A literary analysis. University of Colorado Health Sciences Center. Sep. 2002. DAI-B 63/03. p. 1273. <http://www.proquest.com> 10.11.2002.
333. Pintrich, P.R., De Groot, E. V., & Garcia, T. (1992). Student motivation and self-regulated learning in different classroom contexts. Paper presented at the XXV International Congress of Psychology, Brussels, Belgium.

334. Post S.G. Altruism, Happiness, and Health: It's Good to Be Good // International Journal of Behavioral Medicine. 2005, Vol. 12, No. 2, 66–77
335. Premack D., Woodruff G. Does the chimpanzee have a theory of mind? // Behavioral and Brain Sciences. 1978. 1. 515–526.
336. Quinn D.M., Chaudoir S.R. Living with a concealable stigmatized identity: the impact of anticipated stigma, centrality, salience and cultural stigma on psychological distress and health. Journal of Personality and Social Psychology, 2009, 97(4), 634–651
337. Ramamurti P.V., Jamuna D. Psychology in India: Clinical and health psychology // Geropsychology in India. Noida, India: Dorling Kindersley. 2010. - №3 pp. 185–252.
338. Ramsden, P. (1988). Context and strategy: Situational influences on learning. In R. R. Schmeck (Ed.), Learning strategies and learning styles New York: Plenum Press.
339. Ramsden, P. (1992). Learning to teach in higher education. London: Routledge.
340. Ramsden, P., Beswick, D., & Bowden, J. (1986). Effects of learning skills interventions on first year university students' learning. Human Learning, 5(15), 151-164.
341. Rapaport, D. (1958). A historical survey of psychoanalytic ego psychology. Bulletin of the Philadelphia Association for Psychoanalysis, 8, 105–120.
342. Robinson-Whelen S, Kiecolt-Glaser JK, Glaser, R. Effects of chronic stress on immune function and health in the elderly. In: Manuck S, Jennings R, Rabin BS, Baum A, editors. Health, behaviour, and aging. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates; 2000.
343. Schwartz S.J. Convergent validity in objective measures of identity status: implications for identity status theory. Adolescence, 2002, 37(147), 609–624.
344. Sherif M. In common predicament: Social psychology of intergroup conflict and cooperation. Boston, 1996;

345. Shroff M., Fordham A. «Do you know who I am?» – exploring identity and privacy. *Informational Policy*, 2010, Vol.15, 299–307
346. Shtepa O.S. Psychological resourcefulness in the structure of subjectness of personality / O.S. Shtepa // *Problems of Modern Psychology : Collection of research papers of Kamianets-Podilskyi Ivan Ohienko National University*, G.S. Kostiuk Institute of Psychology at the National Academy of Pedagogical Science of Ukraine / scientific editing by S.D.Maksymenko, L.A.Onufriieva. – Issue 27. – Kamianets-Podilskyi : Aksioma, 2015. – P. 661–675.
347. Sneed J. & Whitbourne S. Identity Processing and Self-Consciousness in Middle and Later Adulthood // *Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences & Social Sciences*; Nov.2003. Vol. 58B. Issue 6. p. 313 - 401.
348. Soldatova, E.L. Ego-identity in the structure of personality maturity / E.L. Soldatova, I.A. Shlyapnikova // *Procedia - Social and Behavioral Sciences*. - №86, 2013. P. 283 – 288.
349. Stryker S. The Past, Present, and Future of an Identity Theory / Stryker S., Burke P.J. // *Social Psychology Quarterly*, 2000. - № 4. – P. 284-297.
350. Swann W.B., Gomez A., Seyle D.C., Morales J.F., Huici C. Identity fusion: the interplay of personal and social identities in extreme group behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 2009, 96(5), 995–1011.
351. Tajfel H. Individuals and groups in social psychology // *Brit. J. Soc. and Clin. Psychol.* 1979. V. 18.
352. Tornstam, L. Maturing into Gerotranscendence *The Journal of Transpersonal Psychology*, 2011, Vol. 43, No. 2 P. 166 – 180.
353. Tornstam, L. (2005). *Gerotranscendence – A developmental theory of positive aging*. New York, NY: Springer
354. Turner J.C. A selfcategorization theory // Turner J.C. et al. (eds). *Rediscovering the social group: A selfcategorization theory*. Oxford: Basil Blackwell, 1987. P. 4267

355. Turner, J. C. Social identity, personality, and the self-concept / Turner, J. C. & Onorato, R. S. // The psychology of the social self/ Tyler T. R., Kramer R. M., John O. P. – Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates, 1999. - P. 11-46.
356. Veenman M.V.J., Van Hout-Wolters B.H.A.M., Afflerbach P. Metacognition and learning: conceptual and methodological considerations // Metacognition and Learning. 2006. 1. 3–14. [http://www.denken-horen-bouwen.com/files/Metacognition\\_and\\_Learning.pdf](http://www.denken-horen-bouwen.com/files/Metacognition_and_Learning.pdf)
357. Volet, S.E. (1991). Modelling and coaching of relevant metacognitive strategies for enhancing university students' learning. Learning and Instruction, 1, 319-336.
358. Wadensten B. Introducing older people to the theory of gerotranscendence // Journal of Advanced Nursing, 52(4), 381–388, 2005
359. Waterman A.S. Identity development from adolescence to adulthood: An extension of theory and a review // Devel. Psychol. – 1982. – V.18. № 3. – P. 341–358.
360. Wegner D.M. Who is the controller of controlled processes? // R.R. Hassin, J.S. Uleman, J.A. Bargh (eds.). The New Unconscious. Oxford university press, New York, 2005. P. 19–36.
361. Weinstein, C.E. (1988). Assessment and training of student learning strategies. In R. R. Schmeck (Ed.), Learning strategies and learning styles (pp. 291-315). New York: Plenum Press.
362. Weinstein, C.E., & Mayer, R. E. (1986). The teaching of learning strategies. In M. C. Wittrock (Ed.), Handbook of research on teaching (pp. 315-327). New York: Macmillan Publishing Company.

## Приложение 1

### Краткое описание основных направлений исследования идентичности в психологии

Авторы	Понятие Функции	Структурные особенности	Динамика формирования и развития
<b>Психоаналитический подход</b>			
З. Фрейд Э. Эриксон А. Ватерман Дж. Марсиа Х. Хартманн Д. Рапопорт Г. Салливен Ц.П. Короленко Н.В. Дмитриева Е.Н. Загоруйко	Интегративная характеристика личности, чувство тождества и целостности, результат переживания и осознания своей принадлежности к определенной социальной группе посредством противопоставления существованию других групп (Эриксон, 2006), совокупность психических репрезентантов собственной личности (Hartmann, 1964), освоенный репертуар ролевого поведения и речевых практик (Салливен). <b>Основная функция:</b> адаптация к внутренним и внешним изменениям за счет реорганизации личности в процессе развития	Включает в себя: конституциональные задатки, базовые потребности, способности, роли, Я-концепцию, развернутую во временной перспективе (прошлое, настоящее, будущее Я), а также цели, ценности и убеждения личности (Эриксон, 2006), содержание самоопределением и ценностно-волевой сферой личности (Waterman), проявляется через паттерны «решения проблем» (Поварёнков, 2008)	Идентичность не может быть сформирована окончательно, жизненные изменения, взросление, кризисы порождают необходимость неоднократного пересмотра своей идентичности (Эриксон, 2006). Статусы идентичности определяются параметрами 1) поиск идентичности (кризис); 2) наличие личностно значимых целей, ценностей и убеждений (приверженность). Идентичность формируется в процессе «репрезентации Я» (Hartmann, 1958)
<b>Гештальт-психология</b>			
Ф. Перлз П. Гудмен	В Персоне сосредоточены все представления человека о своем Я, мире, других людях; повседневные, обычные проявления того, что и кто мы есть, символы для функции отождествления	«Мы есть то, что мы есть» – зрелость и психологическое здоровье предполагают способность подтвердить это, а не быть пойманным чувством, что мы – это то, чем должны были бы быть	Границы самости подвижны. Психологическое здоровье и зрелость: способность перехода от опоры на среду и регулирование средой к опоре на себя и саморегуляцию

Авторы	Понятие Функции	Структурные особенности	Динамика формирования и развития
Трансперсональное направление			
К.Г. Юнг С. Гроф А. Минделл	Подлинная идентичность человека определяется содержанием глубинных слоёв психики, исследование которых возможно лишь с расширением самотождественности. Самость – это архетип целостности, символ полноты человеческого потенциала и единства личности, существующий в коллективном бессознательном	Содержание идентичности определяется архетипическими образами (Юнг, 1995), перинатальным и трансперсональным уровнем психики (Гроф), вторичными процессами, формирующими различные симптомы как сигналы противоборства разных идентичностей (Минделл)	Настоящая самость должна быть открыта человеком в процессе индивидуации, когда человек способен в процессе своего самоосознания выйти за границы Эго и вступить в контакт с более глубокими структурами собственного бессознательного
Экзистенциально-гуманистический подход			
Э. Фромм А. Маслоу К. Роджерс К. Ясперс Р. Мэй	Самость – внутренняя, естественная изначальная природа, которой обладает при рождении каждый человек (Роджерс). Экзистенция – глубинное ядро человеческой личности (Ясперс), проявляется через свободу. Подлинная идентичность подразумевает свободу, спонтанность, творчество и самосовершенствование, позволяет установить связи с окружающим миром и избежать одиночества (Фромм)	В самость входят инстинктоидные основные потребности, способности, таланты, анатомия, физиологическое равновесие или уравновешенность темперамента, предродовые и натальные травмы, получаемые новорожденным. Самоактуализация 1) движение к конгруэнтности, 2) движение к реалистическому функционированию (Роджерс)	Подлинная идентичность формируется в результате личностного и духовного развития, внутреннего осознания; внешняя складывается под влиянием социума и обладает ригидностью



Авторы	Понятие Функции	Структурные особенности	Динамика формирования и развития
<b>Символический интеракционизм</b>			
А. Штраус Л. Краппман Г. Мид Ч. Кули И. Гоффман С. Страйкер С. Московичи У. Дойс	Идентичность – это своеобразное отражение обобщённых интеракций, имеющих место в ходе личностного, неформального, непосредственного общения (Cooley, 1918), «обобщённый другой в индивидууме» (Мид), интериоризированная социальная роль (Stryker, 2007)	Складывается из обобщения человеческих реакций на мнение окружающих (Jandy, 1942); совокупность социальных ролей и одновременно рефлексия на собственные социальные роли (Гоффман, 2000). Включает в себя: Я (неповторимость, индивидуальность реакций человека на социальную ситуацию) и «Мы» (усвоенные человеком социальные установки) (Мид). В определенный момент ведущая идентичность организует свою иерархию в структуре идентификационной матрицы (Moskovici, 1988)	Появляется в результате взаимодействия с другими людьми, усвоения общественных норм, ценностей, способов деятельности. В человеке происходит борьба между четырьмя видами идентичности: реальной идентичности (я сегодня); идеальной идентичности (каким я хочу быть); негативной, вызывающей страх (каким я не хочу быть) и предъявляемой идентичности (транслируемой другим людям) (Fogelson, 1979). Динамика идентичности определяется сменой ролей (Stryker, 2007)
<b>Теория личностных конструктов</b>			
Дж. Келли	Существуют альтернативные истолкования ситуации или объектов, доступные для выбора. Главная функция человеческой психики – исследование реальности, прогнозирование будущего и контроль над поведением	Человек постоянно конструирует, специфическим способом строя гипотезы, оценивая свой опыт	Интерпретируя реальность, человек формирует свое отношение к ней и себе. Поведение человека определяется преломлением реальности через процесс конструирования

Авторы	Понятие Функции	Структурные особенности	Динамика формирования и развития
<b>Бихевиоризм</b>			
Д. Доллард Н. Миллер О. Маурер Р. Сизэрс Х. Левин Э. Маккоби П. Муссен М. Шериф Д.Т. Кэмпбелл	Идентичность – следствие осознания человеком своей причастности к какой-либо группе под влиянием реальных межгрупповых действий (Шериф). Отношения конкуренции, сопровождающиеся предвосхищением реальной угрозы, основаны на реальном конфликте интересов между группами, независимо от времени его возникновения (Campbell, 1974)	Показатели отношений в группе: - враждебность; - групповая солидарность; - осознание групповой принадлежности (рост идентичности); - непроницаемость групповых границ; - значимость групповых норм и тенденции членов группы соблюдать их; - усиление директивных воздействий по отношению к нарушителям групповых норм	Идентичность формируется как следствие реальных межгрупповых отношений, в частности, межгрупповых конфликтов. На процесс возникновения и развития межгрупповых отношений влияют такие факторы, как соревнование, изменение целей, совместная деятельность и т. д. (Шериф). Конфликтность группы определяется показателями отношений в группе (Campbell, 1967)
<b>Социально-конструктивистский подход</b>			
Ф. Барт П. Бергер К. Герген Ф. Франселла Д. Баннистер Т. Лукман Т.Г. Стефаненко Н.М. Лебедева Е.П. Белинская	Идентичность понимается как своеобразный компонент процесса социализации, который позволяет установить её успешность (Бергер, Лукман, 1995). Внутренняя схема Я обеспечивает возможность интерпретации внешних событий и явлений	Идентичность – динамическая система конструкторов, в которой сосредоточены представления человека о самом себе, сопровождающаяся оценочными и смысловыми проявлениями	Идентичность конструируется, строится на основе понимания своего места в мире. Социальную реальность конструируют люди в контексте культуры, реализуя модели социальных взаимоотношений, опираясь на собственные индивидуальные свойства и свойства других социальных субъектов, которые проявляются во взаимоотношениях с ними

Авторы	Понятие Функции	Структурные особенности	Динамика формирования и развития
<b>Когнитивный подход</b>			
Г. Тэшфел Дж. Тернер Г. Брейкуелл М. Яромовиц А.Е. Жичкина Е.В. Федорова М.А. Зверева	Идентичность – когнитивная система, регулирующая поведение человека в соответствующих социальных условиях в социуме, результат самокатегоризации (Тэджфел). Социальная идентичность дает возможность человеку познавать себя как личность, отличающуюся от других (Брейкуелл). Функции: регуляция поведения для достижения максимально позитивной самооценки	Включает в себя как формы межличностного взаимодействия (актуализация личностной идентичности), так и взаимодействие людей как представителей определенных общностей (социальная идентичность) (Тэджфел). Между этими уровнями существует функциональный антагонизм	Динамика идентичности человека – это процесс непрерывного диалектического взаимодействия личностной и социальной идентичности (Брейкуелл), выбор актуализации каждой из которых зависит от оптимального пути достижения максимально позитивной самооценки. Идентичность формируется в сравнении себя с членами ингруппы и состоит из набора черт специфичных для Я (Яромовиц). Основные механизмы: категоризация и социальное сравнение
<b>Нарративный подход</b>			
П. Макадамс Г. Херманс Х. Левин А. Гидденс Р. Харре С.М. Фабрикант Е.С. Кутковая	Идентичность своего рода история, повествование, определяемое контекстом взаимодействия, характеризующее определенным сюжетом, персонажами, главной темой; это постоянно реконструируемая биография человека	Нарратив упорядочивает индивидуальный опыт в целостные смысловые структуры, идентичность конструируется вокруг «истории» или «рассказа» о своем Я (Кутковая, 2014)	Основное значение приобретает изменчивость личности в различных социальных контекстах и взаимодействиях

Авторы	Понятие Функции	Структурные особенности	Динамика формирования и развития
Интегративный подход			
К. Уилбер В.В. Козлов Е.В. Григорьева Э. Сутич Н.Л. Иванова Л.Б. Шнейдер В.В. Гриценко Г.У. Солдатова	Идентичность – процесс и результат отождествления сознания с персональными характеристиками в материальном, социальном и духовном аспектах. Сознание – стержень функционирования личности, обеспечивающий ее целостность	В Я присутствуют и личностные, и социальные, и глубинные аспекты, при этом ни один из них не может рассматриваться как доминирующий или преобладающий, а все одинаково имеют право на существование (Григорьева, 2008). Подструктуры Я: Я-материальное, Я-социальное, Я-духовное (Козлов, 2010)	Механизмы идентичности – трансляция (определяется либо прошлым, либо будущим) и трансформация смыслов (связан с реализацией свободного выбора). Трансляция укрепляет и интегрирует личность, Я получает новый способ мыслить о себе через осознание и реализацию своих смыслов (Уилбер). Адекватное транслирование – атрибут зрелой личности
Телесно ориентированный подход			
А.Ш. Тхостов Е.И. Рассказова	Границы идентичности подвижны и определяются спецификой взаимодействия между субъектом и объектом. Критерий субъектности – переживание контролируемости или принадлежности (Тхостов, 2002)	Идентичность человека – управляемая, контролируемая структура личности, объекты в составе которой задаются специфическими особенностями личности, могут быть предсказаны и целенаправленно изменены	Формирование идентичности задается в ходе взаимодействия социальных процессов и собственной активности, зависящей от потребностей человека (в принадлежности к социальным структурам, в аутентичности, самоулучшении и социальном признании)

### Словарь терминов

**Идентичность личности** (тождественность себе) - системное, культурально обусловленное глубинное представление о своих социальных ролях (социальная идентичность), психологических особенностях (личностная идентичность) и собственной уникальности, тождественности самому себе во времени и в пространстве социальных отношений (эго-идентичность).

**Личностная зрелость** уровень развития личности, характеризующийся рефлексивным, глубинным, осознанным принятием соответствующих индивидуальности возрастных задач развития, представленных в социальных ожиданиях в отношении возраста. Особая иерархия личностных структур (целей, ценностей, мотивов и т.д.) соответствующая возрастным задачам, выстроенная в процессе рефлексии собственных возрастных изменений.

**Социальная мудрость** – базовое проявление личностной зрелости на поздних этапах жизни человека, характеризующееся интеграцией опыта прожитой жизни, эмоциональным благополучием, активной жизненной позицией. Проявляется в узнавании и следовании представленным в обществе социальным ожиданиям в отношении периода поздней взрослости, связанным с задачей передачи жизненного опыта последующим поколениям.

**Рефлексия** – процесс самовосприятия, самосознание личности, способность к критическому самоанализу. Рефлексия имеет решающее значение в процессе идентификации, являясь, по сути, инструментом саморазвития личности человека и достижения личностной зрелости, обеспечивая глубинное понимание происходящих в период кризиса трансформаций личности.

**Статусы эго-идентичности** – закономерно изменяющиеся в период нормативных кризисов особенности эго-идентичности личности (Е.Л. Солдатова), определяемые исходя из соотношения параметров «поиска» и «выбора» своей идентичности (Дж. Марсиа).

**Эго-интеграция** – особый уровень личностной зрелости, критерием достижения которого является автономная эго-идентичность и определенная структура личностных особенностей, соответствующих культурально-возрастным ожиданиям в отношении поздней взрослости. Условием достижения эго-интеграции, является рефлексия возрастных задач развития в период нормативного кризиса перехода к поздней взрослости.

**Эго-интеграция** (по Эриксону) – высший уровень развития эго-идентичности, характеризующийся принятием и целостным восприятием своего жизненного пути, осознанием, того, что прожитая жизнь, со всеми её ошибками, является единственно возможной для конкретного человека. Принятие своего жизненного пути как единственно возможного и должного, и восприятие смерти как естественного продолжения своего жизненного пути.

### Информационное письмо к батарее психодиагностических методик

Здравствуйте!

Меня зовут, Ирина Завьялова, я аспирант факультета психологии ЮУрГУ. В данный момент я занимаюсь исследованием благополучного, адаптивного старения.

Целью моей работы является выяснение механизмов достижения счастливой старости, в связи с этим, я прошу вас, ответить на вопросы нескольких методик. В обмен я могу предоставить вам информацию о ваших личностных особенностях (специфики проживания вами вашего возраста, адаптированности к нему), а также дать несколько психологических рекомендаций.

Я гарантирую вам полную конфиденциальность, результаты исследования будут публиковаться без ссылки на конкретные имена, и только в совокупности с другими полученными данными.

Заполнять опросники можно используя бланки ответов, если это не удобно, можно вписывать свои ответы прямо в тексте опросника, прошу при этом указать: ФИО (можно использовать псевдоним), возраст и пол.

В случае если у вас возникают вопросы, связанные с процедурой исследования, или вас заинтересовала тематика исследования, или вы хотите получить обратную связь по пройденным методикам, пожалуйста, напишите мне на почтовый ящик: [irinamai-5@mail.ru](mailto:irinamai-5@mail.ru).

В ходе исследования мной была разработана трехдневная тренинговая программа, направленная на благополучное проживание кризиса пожилого возраста, в том случае если вы хотите поучаствовать в данном трех-дневном тренинге (абсолютно бесплатно), прошу связаться со мной по телефону 89518137466, или отправить письмо на электронную почту:

[irinamai-5@mail.ru](mailto:irinamai-5@mail.ru).

Участниками программы могут быть мужчины и женщины от 50 до 80 лет.

С уважением,

Ирина Завьялова

**Фрагмент кодировальной матрицы афоризмов в отношении старости,  
мудрости и благополучного старения**

№	Афоризм	Автор	Опыт	Скромность	Смерть	Созидание	Самопринятие	Принятие других	Эм. комфорт	Интернальность	Целеустремленность	Интеграция
1.	Великое заблуждение – о мудрости стариков. Старики не мудры. Они только осторожны.	Хемингуэй Э.		1								
2.	В старости нет лучшего утешения, чем сознание того, что все силы в молодости отданы делу, которое не стареет.	Шопенгауэр А.	1			1						
3.	Для глупца старость – бремя, для невежды – зима, а для человека науки – золотая жатва.	Вольтер				1				1		
4.	Мудрость - это не морщины, а извилины.	Народная мудрость	-1									
5.	Занятия наукой питают юность и приносят усладу старости, украшают в счастье, служат убежищем и утешением в несчастье.	Цицерон				1						
6.	Кто не обучился в юности, того старость бывает скучна.	Екатерина Великая	1									
7.	Когда веселость примешивается к морщинам, она очаровательна. Какой-то ореол озаряет радостную старость.	Гюго В.						1				
8.	Молодость и средний возраст мы должны посвятить родине, старость – себе.	Плиний Младший					1					

## Приложение 5

Таблица фиксации результатов интервью

№	Возрастная задача	Отношение к возрастной задаче		
		Автономия	Диффузия (сомнения)	Предрешенность (фиксация)
1	Обретение способности к отстраненному, созерцательному восприятию происходящего			
2	Перенос энергии на другие формы активности и на новые социальные роли: бабушка/дедушка, наставник			
3	Переживание мирового порядка и духовного смысла прожитой жизни			
4	Осознание необходимости дальнейшего развития			
5	Приязненное отношение к принципам прошлых времен и иных культур			
6	Осознание ценностей имеющих сверхличностное значение			
7	Позитивное отношение к прожитой жизни, принятие своего жизненного пути как единственно должного			
8	Принятие несовершенства, как самого себя, так и окружающего мира, осознание границ возможного			
9	Перенос энергии на работу внутреннего плана и, следовательно, адаптация к физическим изменениям			
10	Осознание и решение экзистенциальной проблемы конечности бытия			
11	Место для внесения задач названных респондентом			
12				
13				

## Приложение 6

**Проверка на нормальность распределения переменных в структурном моделировании эго-интеграции как личностной зрелости**

	Самопринятие	Принятие других	Эмоциональная комфортность	Интернальность	Автономия
Статистика Z Колмогорова-Смирнова	1,339	1,283	1,072	1,283	1,283
Асимпт. знч.	0,055	0,075	0,201	0,075	0,075



## **Программа психологической поддержки пожилых людей, в период нормативного кризиса перехода к поздней взрослости**

### **1. Пояснительная записка**

Мы предполагаем, что позитивное развитие человека возможно и нормально на всех этапах онтогенеза, включая и геронтогенез. Деадаптивные изменения личности в пожилом возрасте, во многом связаны с неадекватным проживанием нормативных кризисов, а следовательно невозможностью принятия возрастных задач развития, в связи с чем, так часто в поздних возрастах возникает стагнация и упадок.

Проживание стабильных периодов развития, прежде всего, определяет качество проживания кризисных периодов, именно в это время происходит перестройка структуры личности, на первый план выходят латентно сформированные в предыдущем стабильном этапе возрастные новообразования.

В связи с этим мы полагаем, что максимально эффективной психологическая поддержка будет осуществляться именно в период нормативных кризисов, именно в это время, даже кратковременное влияние может существенно изменить дальнейшую жизнь человека и способствовать адаптивному, благополучному старению.

**Целью** нашей программы является достижение более адаптивного старения и успешной социализации пожилых людей в современном мире. Наша программа ориентирована на принятие, пожилыми людьми своего возраста, повышение уровня рефлексии, социализации пожилых людей, формирования навыков эмоциональной регуляции и сети социальных контактов.

**Задачи** коррекционно-развивающей программы, исходят из теоретически выявленной и эмпирически подтвержденной модели адаптивного старения:

- 1) Интериоризация возрастных задач развития, и в связи с этим:

- a. Эмоциональная саморегуляция, обретение способности к отстраненному, созерцательному восприятию происходящего.
- b. Организация устойчивой системы социальных связей, интериоризация новых социальных ролей.
- c. Принятие своего жизненного пути и себя в настоящем.
- d. Построение новых целей, осознание авторства своей жизни.

2) Развитие достаточного уровня рефлексии как условия благоприятного проживания нормативных возрастных кризисов и, следовательно, достижения адаптивного старения.

3) Перемещение временного акцента на настоящее и будущее.

4) Выработка позитивной установки к происходящим изменениям.

**Противопоказаниями** для участия в программе являются декомпенсированные хронические заболевания, острые психические расстройства, выраженные расстройства личности и поведения, аффективные нарушения, деменция.

**Рекомендуемыми основаниями** для участия в программе являются, возраст от 50 лет, предрешенная или диффузная эго-идентичность, желание улучшить свою жизнь, достигнуть адаптивного старения.

Число участников программы в одной группе не более 15 человек, оптимальным является количество в 10-12 человек.

**Структура и содержание** программы психологической поддержки пожилых людей в период нормативного кризиса перехода к поздней взрослости.

### **Программа - 1 день**

Цель: адаптация участников группы к новой форме работы, формирование индивидуальных целей участия в программе.

Задачи:

– адаптировать участников к условиям нового пространства, целенаправленной творческой деятельности и взаимодействию с ведущим и членами группы;

- установить доверительные отношения, между участниками группы и ведущим;

- отладить механизмы обратной связи;
- уточнить психологический запрос участников группы;
- выработать позитивную установку к происходящим изменениям.

Условия реализации (оборудование, материалы)

Оборудование: ноутбук, CD –диски для музыкального сопровождения; стулья; столы.

Материалы: бэйджи, бумага; цветной/белый картон; набор карандашей /фломастеров /мелков; ножницы, клей, фотографии и открытки, клубок ниток.

Ход занятия.

- 1) Вступление: знакомство (презентация себя и тренинга: темы, своего видения, сообщение об условиях работы).
- 2) Упражнение «Бэйджи».

Цель упражнения: знакомство с участниками группы, первое погружение в рефлексию и новые формы работы.

Ведущий предлагает каждому участнику группы оформить бэйдж со своим именем (можно использовать псевдонимы), в соответствии со своим внутренним видением себя. Затем (когда все готовы) необходимо кратко представить себя остальным членам группы, а так же рассказать о своих ожиданиях от занятий.

- 3) Принятие правил работы группы

Цель: организация безопасного пространства для участников группы, формализация отношений участников группы.

Ведущий предлагает групповую дискуссию, для уточнения представления членов группы о понятии «правила». После обозначения позиции каждого участника он отмечает, что эффективность совместной работы в группе во многом предопределяется соблюдением групповых правил взаимодействия.

При обсуждении групповых правил достигается согласие соблюдения вводимых норм поведения всеми участниками. Принимаемые правила фиксируются на бумаге.

#### 4) Упражнение «Открытки»

Цель упражнения: выявление индивидуального виденья адаптивного старения, формирование индивидуальных целей прохождения тренинговой программы, повышение навыков рефлексивности.

Ведущий предлагает выбрать из множества картинок разного формата, ту которая на взгляд пожилого человека отражает благополучную старость, то к чему они стремятся, и объяснить свои выбор.

Перерыв 10 минут.

5) Мини-лекция на тему благополучного старения, нормативных возрастных кризисов поздних возрастов.

6) Домашнее задание: «Дорогая мне вещь» - принести на следующую встречу, то что вам дорого, то, что отражает ваш жизненный путь.

Цель: активизация процессов рефлексии вне работы группы, погружение в личную историю.

#### 7) Подведение итогов. Обсуждение занятия.

Цель: получение обратной связи, завершение.

### Программа - 2 день

Цель: проработка возрастных задач развития.

Задачи:

– Интериоризация возрастных задач развития, и в связи с этим:

Для пожилых людей (55 – 75 лет):

- Эмоциональная саморегуляция, обретение способности к отстраненному, созерцательному восприятию происходящего.
- Организация устойчивой системы социальных связей, интериоризация новых социальных ролей.

- Принятие своего жизненного пути и себя в настоящем.
- Построение новых целей, осознание авторства своей жизни.

– Развитие достаточного уровня рефлексии как условия благоприятного проживания нормативных возрастных кризисов и, следовательно, достижения адаптивного старения.

– Перемещение временного акцента на настоящее и будущее.

Оборудование: ноутбук, CD –диски для музыкального сопровождения; стулья; столы.

Материалы: бэйджи, бумага; цветной/белый картон; набор карандашей /фломастеров /мелков; ножницы, клей, карточки для упражнения «Фильм».

Ход занятия.

1) Сбор ожиданий, впечатлений.

2) Дорогая мне вещь – домашнее задание.

Цель: осознание своей личной истории, её значения для настоящего.

Ведущий по очереди дает возможность участникам показать дорожную для них вещь и рассказать о её месте в жизни участника.

3) Фильм обо мне.

Цель: актуализация жизненного опыта, выявление основных задач развития, ресурсов для проживания нормативных возрастных кризисов поздних возрастов.

Ведущий раздает участникам специальные бланки и предлагает нарисовать фильм о их жизни. Представьте, что о вашей собираются снять фильм, но в него могут попасть только самые переломные, критические моменты вашей жизни. Начнем с вашего появления на свет, согласитесь, это очень важное событие, какие еще события вы бы могли выделить. (выкладывается карточка с отметкой «0»). Перед участником раскладываются кадры из фильма (каждый кадр соответствует стадии развития по Эриксону), плюс несколько дополнительных кадров с пустыми клеточками для возраста. В результате монтируется фильм, до настоящего момента (события могут фиксироваться поочередно или спонтанно).

Вопросы для обсуждения:

Как вам этот фильм, в каком он жанре, логичен ли он? Одно вытекает из другого или все кажется разрозненным, хотели бы вы добавить еще какие-то события? (если да, то позволяем это сделать)

Вернитесь в своё настоящее, какие из событий прошлого привели вас сюда, выберете наиболее значимые для вас карточки.

Чем бы вы хотели закончить свой фильм, какое событие наилучшим образом иллюстрирует ваше настоящее. (информация фиксируется на карточке настоящего)

Определяет ли ваше настоящее ваше будущее? Что вы планируете сделать?

Перерыв 10 минут.

4) Модифицированный тест Куна «Кто Я?».

Цель: анализ собственной эго-идентичности, повышение навыков рефлексии, интериоризация задач развития.

Возьмите лист бумаги и запишите на нем свои желания. Постарайтесь написать, то чем бы вам хотелось бы заниматься, чего бы вам хотелось достичь.

Посмотрите на получившийся список. Попробуйте выбрать 5 своих желаний, которые наиболее актуальны для вас сейчас. Можно объединять желания в один блок, но это не обязательно.

Еще раз обратитесь к своему списку и подумайте, как вы можете обозначить ту часть себя из которой исходит эта потребность.

Нарисуйте на листе бумаги большой круг, а внутри круг поменьше. Получилось кольцо, центральная часть это - ваше я. А в самом кольце поместите те пять частей вашего Я, которые являются выразителями ваших сегодняшних желаний, обозначив их с помощью символов.

Раскрасьте ваше Я.

Найдите партнера и поделитесь с ним тем, с чем вы встретились в этом опыте.

Упражнение завершается обсуждением в кругу.

5) Домашнее задание: написать список своих возрастных задач развития, планов на ближайшее будущее, желаний и мечтаний.

Цель: активизация процессов рефлексии вне работы группы, погружение в возрастные задачи развития, работа на их осознание.

8) Подведение итогов. Обсуждение занятия.

Цель: получение обратной связи, завершение.

### **Программа - 3 день**

Цель: рефлексия участниками полученного опыта, проектирование дальнейших возможностей и целей для участников группы.

Задачи:

- создать условия интериоризации возрастных задач развития;
- адекватно оценить реальные возможности и перспективы, позволяющие сформировать чувство целостности и гармоничности своей настоящей и будущей жизни.

Оборудование: ноутбук, CD –диски для музыкального сопровождения; стулья; столы.

Материалы: бэйджи, бумага; цветной/белый картон; набор карандашей /фломастеров /мелков; ножницы, клей, карточки для упражнения «Фильм».

Ход занятия.

Ход занятия.

1) Сбор ожиданий, впечатлений.

2) Задачи развития – домашнее задание.

Цель: погружение в возрастные задачи развития, работа на их осознание.

Ведущий по очереди дает возможность участникам о результатах их работы.

3) Медитация.

Сядьте поудобнее, опираясь на стул, осмотрите комнату. Смотрите на людей, прислушивайтесь к звукам этой комнаты и за ее пределами... Что вы слышите?...

Если вам достаточно комфортно, закройте глаза и сделайте 2–3 глубоких вдоха и выдоха.... Позвольте дыханию протекать свободно, не старайтесь управлять им... Отмечайте как воздух входит и выходит ... Мысленно представьте себя в уютном месте.... там, где вы чувствуете себя особенно комфортно... , где вы легко предаетесь воспоминаниям... Это может быть место, хорошо известное вам, место, знакомое с детства, может быть вы видите его впервые.... Что это за место? Поисследуйте его... Понаблюдайте за тем, что вокруг, рассмотрите как можно лучше... Как вы чувствуете себя здесь?... Запомните ощущения, которые вы испытываете в этом месте.... Что Вам может помочь обратиться к своим воспоминаниям? Может быть это фотоальбом... или... Ваш дневник... или Ваше домашнее видео... может быть предметы в заветной шкатулке, напоминающие о прошлом... Рассмотрите внимательно все. Что поможет Вам обратиться к событиям не очень давнего прошлого... Все еще находясь в этом безопасном месте, обратитесь мысленно к тому периоду в Вашей жизни, когда Вы, окончив школу, входили во взрослую жизнь... Может быть, это был очень приятный опыт, может быть, вам неприятно вспоминать его, тем не менее, обратитесь к этому опыту... Как вы поняли, что ваша жизнь теперь изменилась?... Как изменился круг Ваших отношений? Что происходило с вами? Как изменились Ваши цели, ценности? Что вы делали? Как вы чувствовали себя в новых условиях? Спросите у себя той (того) изменившегося какую Вашу потребность эти изменения выражали?... – что Вам, действительно, было нужно – что вы чувствовали, делали... Возможно, Вы вспомните, как наступил момент, когда вы иначе отнеслись к этим изменениям... Как, когда вы почувствовали, что эти изменения в Вашей жизни вас не совсем устраивают? В чем Вы нуждались тогда?... Как справлялись с этими переживаниями? В чем и в ком Вы нуждались? Был ли кто-то рядом с вами тогда? Чья поддержка вам помогала? Что происходило вокруг и что происходило с Вами? Как вам удалось принять себя изменившегося? Что помогло Вам почувствовать себя собой? Как это «быть сами собой»? Что вы чувствуете в связи с этим сейчас? Какие чувства вы испытываете в связи с



изменением вашего образа? Что вы чувствуете сейчас? А теперь представьте место, куда бы вы хотели поместить свои воспоминания.... это может быть место внутри или вне вас... какое-то заветное место... Поместите туда ваши воспоминания, куда вам удобно будет к ним обращаться... Вновь вернитесь в свое безопасное место, с которого вы начали свое путешествие... Вернитесь к своему дыханию.... Наблюдайте за тем, как вы дышите... Почувствуйте свое тело. Позу, в которой вы сидите.... Когда будете готовы, медленно откройте глаза и возвращайтесь в круг в удобном для вас темпе.

У вас будет возможность сделать рисунки, записи... А затем вы объединитесь в тройки для того, чтобы обсудить ваш опыт, полученный в этом упражнении. Возьмите 5 минут для того, чтобы нарисовать образ, образы, с которыми вы встретились... Вы можете нарисовать или записать что-то из этого опыта. Постарайтесь ответить на вопросы:

- С чем вам удалось встретиться в ходе этого упражнения? – Как изменялись ваши отношения в референтных группах, сферах общения? – Как изменялось отношение к себе? – Какие чувства, переживания связаны с этим упражнением?

Теперь выбрав себе партнеров, объединитесь в тройки и обсудите ваш опыт.

На листах ватмана (с линией жизни и смайликами) изобразите в виде кривой изменения вашего миро- и самоощущения. Вернитесь в круг. Обсуждение.

Перерыв 10 минут.

#### 9) Упражнение «Колаж»

Цель упражнения: подведение итогов работы группы, повышение уровня рефлексии, формирование планов на будущее.

Ведущий предлагает создать «Коллаж» на тему «Моя жизнь – мой возраст». В котором нужно будет отразить свои планы на будущее, свои возможности, свое виденье своего возраста.

После групповое обсуждение выполненных работ.

10) Упражнение «Паутинка»

Цель упражнения: завершение работы группы, подведение итогов работы группы, повышение уровня рефлексии.

Ведущий передает клубок участникам, оставляя нитку у себя желая другому человеку что-либо приятное, в результате получается паутинка из приятных пожеланий.

11) Подведение итогов. Обсуждение занятия.

Цель: получение обратной связи, завершение.

**Сравнение результатов первичной диагностики  
в контрольной и экспериментальной группах**

Критерий	Значение Т критерия	Стат. Значимость	Критерий	Значение Т критерия	Стат. Значимость
Общий уровень рефлексии	0,316	0,753	Принятие себя	0,1	0,913
Общий уровень рефлексии в стѐнах	0,570	0,570	Непринятие себя	-0,35	0,729
Ретроспективная рефлексия деятельности	0,870	0,388	Интегральный показатель принятия других	0,04	0,971
Рефлексия настоящей деятельности	0,48	0,632	Других принятие	-0,26	0,794
Рефлексия будущей деятельности	-0,56	0,576	Непринятие других	0,28	0,781
Рефлексия общения	-0,07	0,947	Интегральный показатель эмоциональной комфортности	0,09	0,931
Ретроспективная рефлексия	0,91	0,366	Эмоциональный комфорт	0,6	0,553
Актуальная рефлексия	-0,4	0,688	Эмоциональный дискомфорт	0,23	0,819
Перспективная рефлексия	0,18	0,854	Интегральный показатель интернальности	0,38	0,707
Интерпсихическая рефлексия	0,76	0,452	Внутренний контроль	-0,02	0,981
Ауторефлексия	-0,01	0,990	Внешний контроль	-0,08	0,939
Тупиковая рефлексия	0,35	0,724	Интегральный показатель стремления к доминированию	-0,04	0,970
Искренность	0,14	0,885	Доминирование	-0,17	0,869
Интегральный показатель адаптации	0,18	0,856	Ведомость	0,5	0,617
Адаптивность	0,84	0,402	Эскапизм	0,08	0,936
Дезадаптивность	-0,2	0,837	Автономия	0,5	0,610
Интегральный показатель самопринятия	0,39	0,695	Сомнения	0,5	0,583
Фиксация	-1,37	0,174			

**Сравнение результатов первичной и повторной диагностики  
в контрольной группе**

Диагностический параметр	$\sigma$	T	p
Автономный статус эго-идентичности	0,24231	1,437	0,160
Адаптивность	0,73983	1,647	0,109
Актуальная рефлексия	0,42862	-0,812	0,423
Ауторефлексия	0,55902	0,000	1,000
Общий уровень рефлексии в баллах	1,81899	0,191	0,849
Ведомость	0,17408	1,000	0,325
Внешний контроль	0,24231	-1,437	0,160
Внутренний контроль	0,38435	1,359	0,184
Дезадаптивность	0,79177	-1,759	0,088
Других неприятие	0,50752	-1,715	0,096
Других принятие	0,17408	1,000	0,325
ИН адаптация	0,63066	0,828	0,414
Ин интернальность	0,48461	1,437	0,160
ИН Принятие других	1,13652	1,685	0,102
ИН Самопринятие	0,76871	1,359	0,184
ИН Стремление к доминированию	0,34816	-1,000	0,325
ИН эмоциональная комфортность	0,55562	0,627	0,535
Интерпсихическая рефлексия	0,76994	-0,226	0,823
Искренность	0,17408	1,000	0,325
Неприятие себя	0,24231	-1,437	0,160
Перспективная рефлексия	0,41515	-1,677	0,103
Принятие себя	0,61853	1,407	0,169
Рассмотрение будущей деятельности	0,85723	-1,421	0,165
Ретроспективная рефлексия	1,01411	-1,030	0,311
Ретроспективная рефлексия деятельности	1,06867	-1,466	0,152
Рефлексия настоящей деятельности	0,81997	-1,486	0,147
Рефлексия общения	1,02062	-1,876	0,070
Сомнения	0,17408	-1,000	0,325
Общий уровень рефлексии в стэнах	0,52764	-1,979	0,056
Тупиковая рефлексия	1,02525	-2,037	0,050
Фиксация	0,17408	-1,000	0,325
Эмоциональный дискомфорт	0,34816	-1,000	0,325
Эмоциональный комфорт	0,43301	0,000	1,000

Условные обозначения: T – критерий Стьюдента;  $\sigma$  – стандартное отклонение; (э./гр.) экспериментальная группа; (к./гр.) – контрольная группа, \*- уровень значимости различий: \*\*\* p<0,001; \*\* p<0,01; \* p<0,05.