

СТРАТЕГИИ ДОСТИЖЕНИЯ ЖИЗНЕННОГО УСПЕХА В АВТОБИОГРАФИЧЕСКИХ ВОСПОМИНАНИЯХ МУЖЧИН И ЖЕНЩИН

.....

Ю. Б. Шлыкова, Е. М. Шахова¹

В статье представлены результаты исследования стратегий достижения и переживания ситуаций успеха в жизни, отраженных в автобиографических воспоминаниях мужчин и женщин. Выделены конкретные стратегии достижения успеха; проанализированы гендерные особенности отношения к ситуации успеха в жизни; определены основные жизненные сферы, в которых описываются ситуации успеха; представлены некоторые возрастные особенности переживания успеха.

Ключевые слова: жизненный успех, субъективная оценка успешности, стратегии достижения успеха, автобиографические воспоминания.

The article presents empirical research of strategies of achievement and experiencing of situations of success in personal life history, which presents in men and women autobiographical memories. Allocated some strategies of achievement of success; analyzed gender specific of relation to situations of success; defined main life spheres in which life success describes; shown age features of experiencing of success.

Key words: life success, subjective value of successfulness, strategies of achievement of success, autobiographical memories.

На современном этапе развития в психологии растет интерес к изучению человека как субъекта, активность которого позволяет ему самостоятельно созидать свою жизнь. В свете этих научных проблем актуальным становится исследование субъективного восприятия человеком жизненного пути, своего прошлого.

В психологической науке проблемой жизненного пути и автобиографическими воспоминаниями занимались многие ученые — представители различных школ и направлений: А. Адлер, Ш. Бюлер, У. Наиссер, С. Л. Рубинштейн,

¹ Шлыкова Юлия Борисовна – кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии личности и общей психологии КубГУ. Эл. почта: magnoly@mail.ru

Шахова Елизавета Михайловна – аспирантка кафедры психологии личности и общей психологии КубГУ. Эл. почта: alshakhova@yandex.ru

Б.Г. Ананьев, К.А. Альбуханова-Славская, А.А. Кроник, Н.А. Логинова, Е.Е. Сапогова, В.В. Нуркова и др.

Автобиографическая память включает в себя (и в определенном смысле регулирует) генерализированное самоотношение личности [5]. Одним из ведущих компонентов самоотношения человека является его представление о себе как личности, которое обязательно содержит представление о собственной успешности в жизни [1]. При этом понятие успешности относится не только к профессиональной сфере, но и ко всем психологическим пространствам бытия [2; 3]. Жизненная и личностная успешность — сложные феномены, исследованию которых посвящено мало работ.

Для взрослого человека основным критерием позитивной динамики в жизни становится ощущение собственного успеха. Успех может пониматься объективно и субъективно, может относиться к разным сферам самоактуализации человека [3].

Прежде всего, успешность — объективно-субъективная характеристика, включающая в себя как показатели внешней оценки со стороны общества, так и внутреннее переживание гармоничности, самоактуализации человека [1; 4]. Данный комплекс оценок создает в самосознании человека общую оценку себя как успешного или неуспешного. Одним из механизмов построения этого образа служит обобщение жизненного опыта человека в субъективной картине жизненного пути. Представления о собственном жизненном пути включают в себя систему автобиографических воспоминаний, которые поддерживают имеющуюся оценку себя как успешного/неуспешного человека [6].

Мы обратились к изучению образа себя как успешного человека, представленного в автобиографических воспоминаниях личности.

Целью исследования стало изучение стратегий достижения и переживания успеха в жизни в автобиографических воспоминаниях мужчин и женщин.

Для достижения поставленной цели нами использовались контент-анализ автобиографических воспоминаний и беседа. В исследовании приняли участие 14 мужчин и 17 женщин в возрасте 35-45 лет. Возраст респондентов избран в связи с тем, что этот период относительно стабилен в жизни человека, но связан с переосмыслением продуктивности собственной жизни. Мы предположили, что для данной возрастной группы актуально переживание успешности собственной жизни. Респонденты имели разные профессиональные сферы занятости, семейное положение, материальную обеспеченность. Мы специально не учитывали эти значимые факторы, чтобы усилить гендерный аспект переживания жизненного успеха в автобиографических воспоминаниях.

Респондентам предлагалось описать несколько значимых воспоминаний о себе, связанных с ситуацией успеха или неудачи.

– первое воспоминание об успехе, которое приходит в голову;

- самый первый успех в жизни;
- воспоминание об успехе в дошкольном возрасте;
- воспоминание об успехе в школьный период;
- воспоминание об успехе во взрослой жизни;
- воспоминание об успехе за последний год;
- воспоминание об успехе в профессиональной сфере;
- воспоминание об успехе в других сферах;
- самый большой неуспех в жизни;
- достижение, ситуация успеха, к которым стремитесь.

Представленные события предполагают различную смысловую нагрузку, которая позволит выявить как отдельные особенности отношения к успеху в жизни, так и общий субъективный уровень жизненной успешности личности [6].

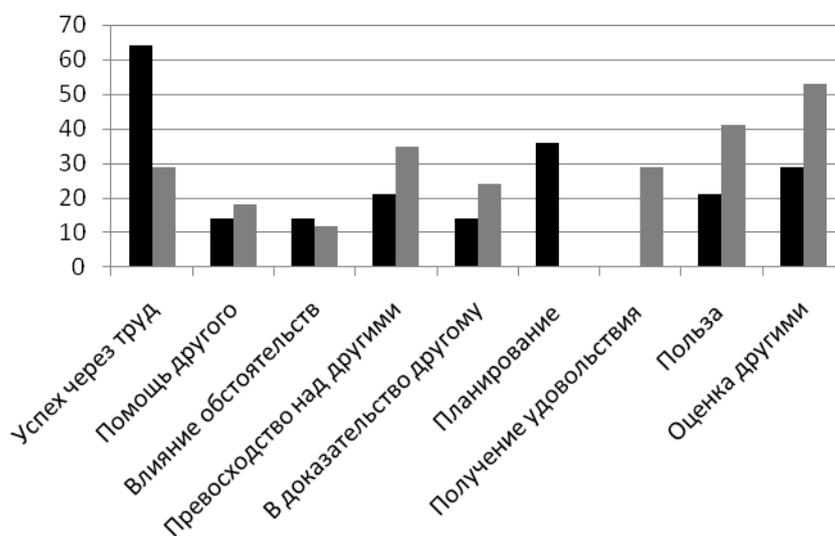
В целом все воспоминания направлены на определение ведущей сферы жизненных достижений и основной стратегии достижения жизненного успеха.

Каждое воспоминание анализировалось отдельно и включало сравнительный анализ групп мужчин и женщин. Значимость различий между группами определялась с помощью Q-критерия Розенбаума.

Первым параметром анализа воспоминаний о ситуации успеха стали стратегии, определяющие поведение в описываемых событиях. Стратегии выделены эмпирически из анализа воспоминаний, в текстах стратегии определялись субъективно исследователем и уточнялись в беседе с респондентами.

Нами были выделены следующие поведенческие стратегии:

- 1 — достижение успеха через труд. Успех представлен как результат собственных усилий.
- 2 — успех при помощи другого человека. Описание ситуации, в которой другой человек сыграл главную роль в достижении успеха.
- 3 — успех как стечение обстоятельств.
- 4 — успех для демонстрации превосходства над другими. Описание, при котором респондент демонстрирует, что он значительно лучше других людей и более достоин достигнутого результата.
- 5 — достижение успеха в доказательство другому. Предполагает описание ситуации успеха с целью продемонстрировать свои способности конкретному человеку в доказательство его ошибочного представления о респонденте в прошлом.
- 6 — планирование достижения успеха. Ситуация, при которой описывается, как респондент планировал получить желаемый результат и поэтапно достигал поставленной цели.



Распределение стратегий достижения успеха в группах мужчин и женщин (%)

7 — получение удовольствия от успеха. Описываются эмоциональные переживания респондента в ситуации успеха. Успех ради удовольствия, а не результата.

8 — успех как польза для других людей.

9 — успех через оценку другими. Ситуация успеха описывается с точки зрения другого, включает мнение и оценку другого.

Обобщенные результаты представлены на рисунке.

Анализ текстов показал, что у мужчин и женщин имеются различия в предпочитаемых стратегиях поведения. В группе мужчин преобладает стратегия достижения успеха через труд («Мне всегда так приходится выкладываться, чтобы получить результат. Это только жена думает, что я ничего там не делаю...»), «Я тренировался иногда по 5-7 часов, чтобы снова набрать форму...»). Данная стратегия представлена у 64% мужчин. Для мужчин главным в достижении успеха будущего или в описании прошлых достижений является собственное усилие. Успех для них — результат труда, целенаправленной деятельности.

Также в группе мужчин выражена стратегия достижения успеха через планирование собственного поведения. Мужчинам свойственно ставить перед собой цель и двигаться к ней, рассчитывая собственные силы и способности.

В группе женщин ведущей стратегией оказалось достижение успеха для позитивной оценки со стороны значимого другого. 53% женщин описывают успех

как ситуацию, в которой другой человек позитивно отзывается об их достижении («Мне было так приятно, что мои стихи оценили и меня выбрали на этот конкурс...»), «Помню, маме он тогда очень понравился, что не могло меня не радовать...»).

Отметим, что у женщин стратегии выражены более равномерно, чем у мужчин. В воспоминаниях женщин успех связан с пользой для других людей и ощущением превосходства над другими. В равной степени представлены стратегии достижения успеха для доказательства чего-либо другому человеку, для получения удовольствия от переживания успеха и достижения успеха через труд.

Основными различиями в стратегиях достижения успеха и отношении к успеху мужчин и женщин мы считаем:

- более высокие показатели достижения успеха через труд и планирование достижений у мужчин;
- более высокие показатели успеха в доказательство другому, в зависимости от оценки другого, удовольствия от достижения успеха и пользы для другого у женщин.

Для мужчин успех — это скорее инструментальная характеристика, связанная с их достижениями, а для женщин успех — в большей степени психологическая составляющая личного благополучия.

Мужчины в достижении успеха больше ориентированы на собственные планы, а женщины — на оценку окружающих.

Далее мы рассматривали представленность различных жизненных сфер в описанных ситуациях успеха у мужчин и женщин. Данный параметр избран нами для уточнения ведущего пространства самоактуализации личности в ситуации успеха. Так как задание не предполагало ориентации на одну жизненную сферу, мы решили уточнить, как много пространств включает личность в описание ситуации жизненного успеха.

Результаты представлены в табл. 1. Отметим, что данный критерий не анализировался по 7-му воспоминанию, так как оно по инструкции предполагало отнесенность к профессиональной сфере. Жизненные сферы определялись эмпирически из воспоминаний респондентов.

Первое воспоминание, которое вспомнили респонденты, у мужчин в большей степени относится к профессиональной сфере. Также имеются события, связанные со спортивными достижениями и учебой. Мужчины успех рассматривают как конкретное, реальное достижение. В группе женщин нет одного ярко выраженного направления воспоминания. Представлены профессия, учеба, семья, творчество, спорт и межличностные отношения. Представления женщин об успехе более разнообразные, индивидуальные по сравнению с мужчинами.

Таблица 1

Представленность сфер в воспоминаниях мужчин и женщин, %

Содержание воспоминания	Первое вспомнившееся		Первый успех в жизни		Успех, не связанный с профессией		Самый большой неуспех в жизни		Успех, к которому стремитесь	
	м	ж	м	ж	м	ж	м	ж	м	ж
Сфера ситуации успеха										
Профессия	43	12**	0	0	0	0	21	18	21	12
Учеба	21	24	57	29**	7	0	36	18*	0	0
Семья	0	24*	0	18*	7	35**	0	0	7	41**
Хобби, творчество	7	12	14	29	29	12*	7	6	7	12
Общение	0	0	0	0	14	6	0	6	7	0
Здоровье	7	6	0	6	0	12*	7	12	29	12*
Внутренний мир	0	0	0	0	0	12*	0	0	0	6
Общественная деятельность	0	0	0	0	7	0	0	0	0	0
Материальное положение	0	0	0	0	7	0	7	0	29	6**
Спорт	21	12	29	0**	29	6**	21	6**	0	0
Межличностные отношения	0	12	0	18*	0	18*	0	35**	0	12

* — значимость различий при $p < 0,05$; ** — значимость различий при $p < 0,01$.

Второе воспоминание — самое раннее по хронологии — относится у мужчин к ситуации учебной деятельности. Менее выражены спортивные достижения и хобби, творчество. У женщин в меньшей степени представлена учебная сфера, но больше других сфер — творчество, межличностные отношения, семья.

Среди воспоминаний из произвольно выбранной сферы (№ 8) у женщин превалирует семейная сфера (39%) и множество отдельных воспоминаний из других сфер. В группе мужчин преобладает успех в спортивной деятельности и в реализации хобби («Я наконец купил себе гитару, давно хотел, но не решался...»).

Неуспех в жизни мужчины связывают прежде всего с учебой, профессией или спортом. Для женщин ситуация неуспеха больше связана с межличностными отношениями («Мне было неприятно узнать, что он меня обманывал все это время, но такова жизнь...»). Также имеются воспоминания о неудачах в профессии и в учебе.

Идеальный успех, к которому стремятся мужчины, представлен тремя сферами — профессией, здоровьем и материальным положением. Для женщины идеальная ситуация успеха описывается в сфере семейных отношений.

Таблица 2

Представленность жизненных сфер в воспоминаниях мужчин и женщин
в зависимости от возраста, %

Сфера ситуации успеха	Описываемый период							
	Дошкольный возраст		Школьный период		Во взрослой жизни		За последний год	
	м	ж	м	ж	м	ж	м	ж
Профессия	0	0	0	0	43	18**	57	18**
Учеба	0	12	36	18*	0	0	0	0
Семья	14	18	0	0	7	29**	7	47**
Хобби, творчество	36	29	7	24**	43	12**	14	12
Общение	7	0	7	12	0	6	14	0
Здоровье	7	24*	0	6	0	24**	7	6
Внутренний мир	0	0	0	12	0	12	0	12
Общественная деятельность	0	0	0	0	0	0	0	0
Материальное положение	0	0	0	0	7	0	0	0
Спорт	36	6**	50	6**	0	0	0	0
Межличностные отношения	0	12	0	24**	0	6	0	6

* — значимость различий при $p < 0,05$; ** — значимость различий при $p < 0,01$.

Как видим, для мужчины успех — это конкретное достижение, что отражено и в описании неудач, и в представлениях о желаемом успехе в будущем. Для женщин успех связан с благополучием в отношениях с близкими людьми — семьей, противоположным полом. Особенно это проявилось в воспоминаниях о неудаче и представлениях об идеальном успехе.

Далее рассмотрим воспоминания, относящиеся к разным возрастным этапам (табл. 2).

В воспоминаниях дошкольного периода жизни у мужчин ведущими оказались сферы хобби, творчества и спортивных достижений. В группе женщин распределение сфер более равномерное. Имеются воспоминания, связанные с творчеством (29%), здоровьем (24%), семьей (18%), межличностными отношениями и учебой.

Воспоминание об успехе в школьный период развития у мужчин связано со спортом (50%) и учебой (36%). У женщин школьный период представлен снова большим разнообразием сфер, причем наиболее выражены межличностные отношения (24%) и творчество (24%). В отличие от мужчин, практически нет воспоминаний о спортивных достижениях, но появляются воспоминания, касающиеся внутриличностной сферы («Тогда я впервые почувствовал,

что чего-то стою в этой жизни», «Я понимал, что теперь навсегда изменю отношение к себе...»).

В воспоминаниях взрослой жизни у мужчин преобладают профессиональный успех и успех в реализации хобби. У женщин при всем разнообразии описываемых сфер ведущими оказались семья (29%) и здоровье (24%).

В воспоминаниях об успехе, произошедшем за последние полгода жизни, у мужчин однозначно лидирует профессиональная сфера (57%), у женщин — семейные достижения (47%).

Таким образом, анализ представленности различных жизненных сфер в воспоминаниях о жизненном успехе показал следующие различия между женщинами и мужчинами:

— количество сфер, затрагивающих ситуацию успеха, у женщин значительно больше, чем у мужчин; женщины переживают ситуации успеха в разных сферах собственной жизни, для мужчин существуют приоритетные сферы достижений;

— мужчина чаще реализует успех в профессиональной деятельности, в спортивных достижениях, в увлечениях, хобби; для женщин переживание успеха больше связано с межличностными отношениями и семейной жизнью;

— для мужчин успех — это достижение результата, для женщин — переживание, связанное с оценкой другими.

Подводя итог проведенного исследования, направленного на определение стратегий достижения успеха мужчинами и женщинами через анализ автобиографических воспоминаний, сформулируем ряд основных выводов.

1. Ведущая стратегия мужчин — успех через труд; также используется планирование достижений. Группа женщин представлена несколькими стратегиями, но большая часть из них связана с оценкой достижений другим человеком (польза для других; положительная оценка другого; в доказательство другим), также присутствует получение удовольствия от успеха.

2. Женщины включают в понимание жизненного успеха большее количество жизненных сфер (профессиональную, семейную, межличностную, здоровье). У мужчин одна ведущая сфера успеха — профессиональная, умереннее выражена сфера увлечений, хобби.

3. В целом для мужчин успех — это конкретный результат, объективное достижение. Для женщин успех — это скорее переживание своей значимости, чувство внутренней удовлетворенности.

Проблема восприятия человеком собственной успешности в разных сферах жизнедеятельности требует глубокого, всестороннего анализа. В том, насколько успешным ощущает себя человек, какими ресурсами он обладает и как переживает неудачи, отражены свойства его личности, условия его развития

и воспитания, отношения с социальным окружением. Но для зрелого человека образ себя как успешного или неуспешного служит регулятором жизненной активности, самоактуализации.

Библиографический список

1. *Бевзенко Л. Д.* Жизненный успех, ценности, стили жизни // Социология: теория, методы, маркетинг. 2007. № 4.
2. *Иванова Н. Л.* Индивидуальные представления об успешности. URL: http://www.elitarium.ru/2011/02/21/predstavlenija_ uspeshnosti.html
3. *Ключников С. Ю.* Фактор успеха, новая психология саморазвития. М.: Беловодье, 2002.
4. *Либин А. В.* Стратегии жизненного успеха и мотивация достижения. URL: http://www.elitarium.ru/2007/08/29/strategii_ uspekha_i_motivacija_dostizhenija.html
5. *Нуркова В. В.* Свершенное продолжается: Психология автобиографической памяти личности. М.: УРАО, 2000.
6. *Шлыкова Ю. Б.* Переживание личностью смысла бытия и тип автобиографического текста: дис. ... канд. психол. наук. Краснодар, 2006.