



- Psikhologiya obucheniya* (Educational Psychology), 2014, no. 11, pp. 95-108 (in Russian).
8. Shamionov R. M. *Grupповые ценности и установки как предикторы психологического благополучия русских и казахов* (Group values and attitudes as predictors of Russians' and Kazakhs' psychological well-being). *Psikhologicheskie issledovaniya* (Psikhologicheskie Issledovaniya), 2014, vol. 7, no. 35, p. 12. Available at: <http://psystudy.ru> (accessed: 15 January 2015) (in Russian).
 9. Gritsenko V. V. *Issledovanie sub'ektivnogo благополучия русских и хакасов в условиях обшчественно-экономических перемен* (Investigation of Russians' and Khakas' subjective well-being in conditions of social and economical changes). *Problemy sotsial'noy psikhologii lichnosti: mezhvuzovskiy sb. st.* (Issues of personality social psychology: the inter-universities collection of papers). Saratov, 2004. Iss. 1. 260 p. (in Russian).
 10. Churilo N. V. *Sub'ektivnoe благополучие юношей и девушек в контексте реализации индивидуальной жизненной стратегии* (Boys' and girls' subjective well-being in context of realizing individual life strategy). *Psikhologicheskij zhurnal* (Psychological Journal), 2009, no. 2, pp. 63-69 (in Russian).
 11. Klenova M. A. *Vzaimosvyaz' kharakteristik sub'ektivnogo благополучия и представлений о риске у представителей этнических групп* (Interrelation of subjective well-being characteristics and risk representations by representatives of ethnic groups). *Izv. Saratov Univ. (N. S.), Ser. Educational Acmeology. Developmental Psychology*. 2013. Vol. 2, iss. 3, pp. 257-261 (in Russian).
 12. Argayl M. *Psikhologiya schast'ya* (Happiness psychology). St.-Petersburg, 2003. 271 p. (in Russian).
 13. Shamionov R. M. *Sub'ektivnoe благополучие личности: психологическая картина и факторы* (Personality's subjective well-being: psychological pattern and factors). Saratov, 2008. 296 pp. (in Russian).
 14. Dzhidar'yan I. A. *Schast'e v predstavleniyakh obydenного soznaniya* (Happiness in commonplace sense representations). *Psikhologicheskij zhurnal* (Psychological Journal), 2000, vol. 21, no. 2, pp. 40-48 (in Russian).
 15. Vagapova A. R. *Etnogrupповые представления о благополучии и эмоционально-отснoчноe отношение к другим*. (Ethno-group representations about well-being and emotional valuation attitude towards others). *Psikhologiya obucheniya* (Educational psychology), 2014, no. 12, pp. 143-150 (in Russian).
 16. Usova N. V. *Razvitie identichnosti i vnutrennikh usloviy samoaktualizatsii kak napravleniya formirovaniya sub'ektivnogo благополучия личности в условиях миграции* (Development of identity and internal conditions of self-actualization as directions of forming personality's subjective well-being in migration conditions). *Psikhologiya, sotsiologiya i pedagogika* (Psychology, sociology and pedagogy). 2013, no. 8. Available at: <http://psychology.snauka.ru/2013/08/2374> (accessed: 15 January 2015) (in Russian).
 17. Usova N. V. *Faktory sub'ektivnogo благополучия российских мигрантов*. (Factors of Russian migrants' subjective well-being). *Psikhologiya sotsial'nogo vzaimodeystviya v izmenyayushchimsya mire: materialy Vseros. nauch.-prakt. konf. s mezhdunar. uchastiem* (Psychology of social interaction in changing world: materials of All-Russian scientific and practical conference with international part). Saratov, 2010, pp. 111-119 (in Russian).
 18. Usova N. V. *Struktura i sostavlyayushchie sub'ektivnogo благополучия российских мигрантов* (Structure and components of Russian migrants' subjective well-being), *Psikhologiya XXI veka: sb. materialov V mezhdunarodnoy nauchno-prakticheskoy konferentsii molodykh uchenykh*. (Psychology of XXI century: the collection of materials of the 5th international scientific and practical conference of young researchers). St.-Petersburg, 2009, vol. 2, pp. 92-97 (in Russian).
 19. Regush L. A. *Podrostok v epokhu peremen (zhiznennye problemy podrostkov St.-Peterburga)* (Adolescent in changes epoch {St.-Petersburg adolescents' life problems}) *Psikhologiya sovremennogo podrostka* (Psychology of modern adolescent). Ed. by L. A. Regush. St.-Petersburg, 2005, pp. 7-27 (in Russian).

УДК 316.6:159

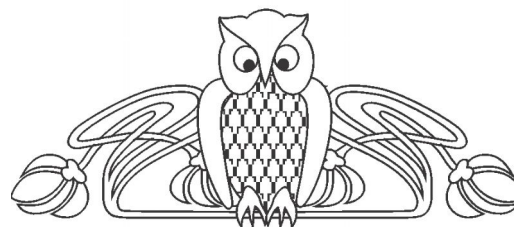
ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ ГОСУДАРСТВЕННЫХ СЛУЖАЩИХ В УСЛОВИЯХ КРИЗИСА СЕРЕДИНЫ ЖИЗНИ

Д. М. Зиновьева

Зиновьева Дина Муратовна - кандидат психологических наук, доцент, заведующий кафедрой психологии, Российская академия народного хозяйства и государственной службы (Волгоградский филиал)

E-mail: zinoviyeva.dina@yandex.ru

В статье описаны особенности проживания кризиса среднего возраста государственными служащими. Приведены результаты, опроса государственных служащих в возрасте от 30 до 50 лет, всего 40 человек, из них 22 женщины, 18 мужчин. Сопоставляются воз-



растные группы 30-40 (переходная) и 41-50 лет (кризисная). Используются методики: авторская техника ассоциативной беседы, «Рисуночный тест» Э. Вартега, модифицированная техника «Незаконченные предложения» Дж. Сакса и С. Леви, методика «Дом, дерево, человек» Дж. Бака. С помощью психолого-символического опосредования выявлены признаки психологического неблагополучия на стадии продуктивности, выраженное чувство социальной несостоятельности у переходной и кризисной групп.

Ключевые слова: кризис середины жизни, психологическое благополучие.



Введение

Поиск детерминант психологического благополучия является значимым направлением в психологии. Возрастные кризисы могут быть рассмотрены как динамические хронотопические детерминанты психологического благополучия человека. Если ранее жизнь человека была «мерзкой, зверской и недолгой» (Т. Гоббс), то экзистенциальные вопросы не успевали стать актуальными ни для науки, ни для конкретного человека, проживающего свою (или не свою) жизнь. Традиционные социальные роли и довольно короткая жизнь позволяли просуществовать большинству людей в ложных адаптивных идентичностях, не достигая кризисов, либо не осознавая их. Широко известны исследования Д. Левинсона, Б. Ливехуда, Г. Шихи [1, 2], но отечественных работ о кризисе среднего возраста очень мало [3].

Программа эмпирического исследования

Выборка респондентов была определена местом работы автора и спецификой деятельности государственных служащих, формализованностью, иерархичностью корпоративной культуры, т. е. условиями, отдаляющими человека от осознанного выбора быть собой. Хронологические границы - от 30 до 50 лет, сопоставляются возрастные группы - 30-40 лет (переходная) и 41-50 (кризисная), всего 40 человек, из них 22 женщины, 18 мужчин. Разделение на группы опирается на идею Г. Крайг о модели перехода (действия) и модели кризиса (осмысления) [4].

Символично-вербальная экспликация переживаний была избрана как адекватная проблематике: использовались авторская техника ассоциативной беседы (архетипически ориентированные стимулы), рисуночный тест Э. Вартегга [5], модифицированная техника незавершенных предложений, Сакса, Леви - методика «Дом, дерево, человек» Дж. Бака.

Результаты исследования и их обсуждение

Рассмотрим результаты ассоциативной беседы с помощью архетипически ориентированного материала (метафорические карты «Персона», «Сага» и «Миф»). В переходной группе у женщин переживания отражались в символично-вербальном проявлении утраты любви, отношений; мужчины боятся нереализованности, испытывают смыслжизненный кризис, истории полны экзистенциальных вопросов, поиска пути. В кризисной группе (40-50 лет) мужчины сожалеют о прошлых ошибках, нереализованности, испытывают ощущение, будто бы не сделали что-то важное, акцентирован страх болезни, одиночества и смерти. У женщин также переживание кризиса ассоциируется с одиночеством, потерянностью,

ненужностью, нелюбовью. В возрастной группе 30-40 лет у 70% испытуемых фиксируются признаки кризиса, в группе 40-50 лет - у 100%.

Более детально переживания исследовались с помощью теста Э. Вартегга. По параметрам, отражающим Я-концепцию, мировоззрение, поиск себя, самость человека, у мужчин в возрасте 30-40 лет прослеживается тенденция ограничить, защитить, установить четкие границы собственного я. Уместно говорить о стремлении «состояться» (геометрические фигуры, квадраты). Мужчины за 40 лет собственную идентичность выражают разнообразными и завершенными способами (глаз, животное, игральная кость). Стратегии взаимодействия с окружающим миром у мужчин в возрасте 30-40 лет хаотичны, не оформлены, окружающий мир вызывает тревогу и необходимость действия. Несколько человек продемонстрировали потребительское отношение к миру, изобразив поглощение, стремление к сопричастности человеческому обществу (люди, линии плеча, как поддержки, опоры). В отношении к окружающему миру мужчины старше 40 лет демонстрируют приспособленность (овощи, фрукты, живые существа, часто в движении: луковица, ворона, лампа, лицо, яблоко).

Мотивационная сфера: 80% мужчин в возрасте 30-40 лет изобразили лестницу (карьерная лестница, ступеньки), 10% - график роста, стремление к восхождению, т. е. происходит «ловля журавля»; мужчины после 40 лет - полосу препятствий, человека, съезжающего вниз, чашу (80%), лишь 20% нарисовали график позитивного развития. Мужчины до 40 лет бессознательные аспекты страха и вины связывают с действием и неопределенностью (игры, шахматы, домино, кубик Рубика, сторона игровой кости), старше 40 демонстрируют отчетливый страх смерти, одиночества и потери мужской силы.

У 70% мужчин моложе 40 лет область активности связана с трудовой сферой (лопата, веник, совок, автоприцеп и т. п.), 20% изобразили абстрактные узоры, вектор движения. Для второй группы мужчин типично изображение предметов, позволяющих совершать некие полезные действия, но не столь прямо относящихся к трудовой сфере (фонарь, машина, малярная кисть - 70%), эмоциональный фон более спокойный (но есть рисунки на тему «бес в ребро»), в целом же это свидетельствует об освобождении от социальных ролей.

Стремление к интеграции присуще мужчинам всех возрастов, однако если до 40 лет это не оформленное стремление, то после - ориентация на друзей, семью, досуг.

Выявлены затруднения в выражении эмоций, низкая восприимчивость к внешним раздражителям у мужчин младше 40 лет; мужчины старшего возраста более экспрессивны в проявлении своих эмоций и переживаний. Мужчины до 40 лет испытывают комфорт и чувство защищенности, мужчины после 40 - незащищенность и страх смерти.

Самоощущение, Я-концепция женщин до 40 лет уподоблена цветку и имеет любовную символику, после 40 лет - космос и ощущение бескрайности, бесконечности (спираль, звездное небо, вселенная). Отношения с социальной сферой отражают высокую склонность женщин обеих возрастных групп к социальным контактам, эмоциональную зависимость.

В мотивационной сфере женщин до 40 лет наблюдаются карьерные устремления и достижения, женщины после 40 лет все достижения связывают преимущественно с семьей и домом. Страхи женщин всех возрастов лежат в сфере семьи и дома (тревога, страх одиночества, потери близких и т. п.). В плане активности и мотивации достижений женская выборка до 40 лет продемонстрировала предельную активность и целеустремленность, попытку преодолеть трудности любой ценой (ракета, стрела, меч - 60%). Для второй группы женщин характерно вдумчивое отношение к препятствиям (противоударные приспособления, перекресток, инструменты), т. е. данная выборка демонстрирует более зрелые, гибкие стратегии.

Высокое стремление к близости, интеграция с семьей есть у обеих групп женщин. Все они демонстрируют высокие показатели эмоциональности и чувственности, однако у женщин старшего возраста акцентирована сфера зрелой женственности.

Женщины до 40 лет обретают защищенность, вероятнее всего, благодаря присутствию в их жизни мужского начала (отец, партнер, бог). Для женщин старшего возраста свойственны чувство незащищенности и страх смерти.

При сопоставлении результатов методики «Дом, дерево, человек» (хи-квадрат Пирсона) выявлено, что между возрастными группами существуют значимые различия по показателям незащищенность, тревожность, депрессивность: они выше в группе старше 40 лет.

Для мужчин обеих групп характерно схематичное изображение фигуры человека, для выборки старше 40 лет - чрезвычайно уменьшенное изображение, что может свидетельствовать о заниженной самооценке, страхе одиночества, ненужности. Женщины обеих групп украшали рисунки за счет количества деталей, наличия множества посторонних предметов, что может свидетельствовать не только о богатом воображении и демонстративности, но и о повышенной тревожности испытуемых.

Адаптированная методика «незаконченные предложения» анализировалась по параметрам: отношение к прошлому, будущему, семейному окружению. У мужчин 30-40 лет позитивное отношение к прошлому, а те, кому больше 40, выражают сожаления о несделанном и хотят что-то изменить в прошлом (50%).

У мужчин до 40 лет напряженные партнерские отношения, они «считают, что могут обвинить

в своих проблемах того или иного партнера» [2, с. 158]. Мужчины после 40 лет воспринимают семью как высшую ценность, стабильные семейные отношения для них важны, т. е. формируется способность к сознательной преданности другому человеку.

Страхи мужчин до 40 лет касаются сферы достижений - страх не состояться, не достичь чего-то в жизни присущ большинству опрошенных мужчин данной возрастной категории (70%). Тревожность части испытуемых настолько высока, что они отказались дать ответ на вопрос «Многие не знают, что я боюсь, и вы не узнаете» либо проигнорировали данные предложения, не завершив. В ответах мужчин возрастной категории после 40 лет явно читается страх одиночества, заброшенности, смерти (80%).

У женщин младше 40 лет в отношении к прошлому присутствуют сожаления об ошибках, желание их исправить (80%); у женщин после 40 сожаления о прошлом конкретизируются: уехала бы (30%), выбрала бы другого партнера, занялась творчеством (40%). Ярким воспоминанием для всех женщин является рождение детей. В отношении к будущему у женщин до 40 лет много надежд, стремлений, жажда активности в области семьи (30%), желание рождения детей (20%), мечты о карьерном росте (30%). Женщины после 40 лет воспринимают будущее как светлое, закономерное продолжение настоящего, наполненное событиями (70%), порой тревожное - 30%.

Актуальные отношения с семейным окружением - благоприятные, они являются основным смыслообразующим компонентом у всех женщин. Женщины до 40 лет говорили о страхе болезней и неких высших либо магических (?) сил, у женщин после 40 лет есть страх одиночества и смерти.

Выводы

Итак, у подавляющего большинства участников исследования были диагностированы признаки кризиса среднего возраста.

В *переходной группе* наблюдается стремление социально реализоваться, но при этом очень высокий страх несостоятельности, хаотичность стратегий приспособления к внешнему миру - нет внутренних и внешних условий для решения задач полноценной жизни в мире, и это напоминает кризис подросткового возраста.

В *кризисной группе* наблюдаются переоценка прошлого, страх одиночества и смерти - признаки вхождения в кризис, отсутствует тенденция к единству со своим внутренним «я».

Половые различия по группам: стратегии социальной активности у мужчин переходной группы не оформлены, а у женщин их можно назвать «бурей и натиском». Страх социальной несостоятельности сохраняется у мужчин кризисной группы, нет временной перспективы, фиксируются неопределенность, депрессивность; слабо



выражен признак «начинать жить своей жизнью, как хочется»; обостряется чувство ценности семьи, демонстрируется общая эмоциональность у мужчин кризисной группы.

В старшей группе женщин трудовая сфера теряет значимость, ориентация на семью, тревога за детей проявляется в обеих группах женщин, У женщин старшей группы отмечаются наличие ресурсов для выхода из кризиса, временная перспектива, признаки стабилизации. Вероятно, это подтверждение того, что женщины раньше входят в кризис, соответственно, раньше выходят из него.

Результаты релевантны известным исследованиям кризиса среднего возраста, но существенно отличаются выраженным страхом социальной несостоятельности у мужчин от 30 до 50 лет. Индивидуальные беседы о возможности «совершить путешествие через неопределенность» вызвали у испытуемых сопротивление, построение «второй карьеры» представлялось невозможным. На наш взгляд, это свидетельствует не только об особенностях системы государственной службы, но и о кризисе социально-экономической сферы нашей страны. Предложение присоединиться к психотерапевтической группе также было отвергнуто, очевидно, мужчинам еще неизвестно, что работа, направленная на развитие личности, происходит внутри человека. Надеемся, что после 50 лет респонденты приблизятся к себе, осознают ресурсы, в том числе одиночества как духовной данности, что позволит создать новые смыслы для продуктивной жизни.

Библиографический список

1. Ливехуд Б. Кризисы жизни - шансы жизни. Калуга, 1994. 224 с.
2. Шихи Г. Возрастные кризисы. Ступени личностного роста. СПб., 1999. 436 с.
3. Алферова М. О. Психологический анализ проживания личностью кризиса середины жизни : автореф. дис. ... канд. психол. наук. М., 2010. 24 с.
4. Крайг Г. Психология развития. СПб., 2000. 992 с.

УДК 316.6

ИНДИВИДУАЛЬНО-ТИПИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ СУБЪЕКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ

Е.Ю. Чеботарева

Чеботарева Елена Юрьевна - кандидат психологических наук, доцент, кафедра социальной и дифференциальной психологии, Российский университет дружбы народов, Москва, Россия
E-mail: chebotarevy@yandex.ru

Представлены результаты эмпирического исследования 104 человек с различными социально-демографическими характери-

5. Рисуночный тест Вартегга / под ред. В. К. Калиненко. М., 2011. 240 с.

Psychological well-Being of Civil servants under Conditions of Midlife Crisis

Dina M. Zinovyeva

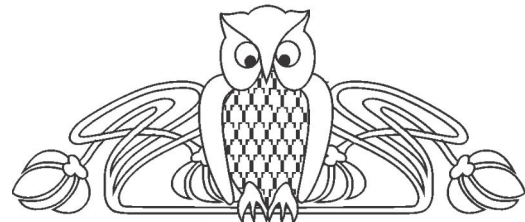
Russian Presidential Academy of National Economy and Public Administration (Volgograd branch)
8, Gagarin str., Volgograd, 400131, Russia
E-mail: zinovyeva.dina@yandex.ru

Peculiarities of state officials' mid-life crisis process are described. The questionnaire results of state officials are described (overall number is 40 people at the age of 30-50, 22 of them are female, 18 are male). Age groups are associated (30-40 years old (transitional) and 41-50 years old (recessionary)). The following methodology is used: author's technique of associational conversation, technique «Wartegg Drawing Test» by E. Wartegg, modified technique «Sentence completion test» by J. M. Sachs, S. Levy, «House - Tree - Person» drawing technique by J. Buck. Features of transition groups' and crisis groups' psychological ill-being on the stage of efficiency, expressed feeling of social failure are depicted with the help of psycho-symbolic mediation. It is noted that professional conditions worsen the level of crisis affection for males.

Key words: midlife crisis, psychological well-being.

References

1. Livekhud B. *Krizisy zhizni - shansy zhizni* (Life crises - life chances). Kaluga, 1994. 224 p. (in Russian).
2. Shikhi G. *Vozrastnye krizisy. Stupeni lichnostnogo rosta* (Age crises. Scales of personal growth). St.-Petersburg, 1999. 436 pp. (in Russian).
3. Alferova M. O. *Psikhologicheskiy analiz prozhivaniya lichnost'yu krizisa serediny zhizni: avtoref. dis. ... kand. psikhol. nauk* (Psychological analysis of personality's experience of middle-life crisis: autoref. dis. ... cand. of psychology. Moscow, 2010. 24 p. (in Russian).
4. Kraigh G. *Psikhologiya razvitiya* (Developmental psychology). St.-Petersburg, 2000. 992 p. (in Russian).
5. *Risunochnyy test Vartegga* (Pictorial test by Wartegg). Ed. by V. K. Kalinenko. Moscow, 2011. 240 p. (in Russian).



стикам, опрошенных с помощью девяти методик, оценивающих удовлетворенность жизнью, приспособленность к жизни, субъективное благополучие, а также ряд личностных фактов благополучия, таких как ценностные ориентации, мотивация, жизнестойкость, защитные механизмы. на основе результатов кластерного анализа выделены и описаны четыре типа субъективного благополучия, условно обозначенные как «враждебный», «пассив-