

УДК 37.015.4:316

## ЖИЗНЕННЫЙ ПУТЬ И ЖИЗНЕННЫЙ СЦЕНАРИЙ: ПОНЯТИЯ И ПОДХОДЫ

Асет Лейла Ерсултанкызы

[asseteila@gmail.com](mailto:asseteila@gmail.com)

Магистр ЕНУ им. Л.Н.Гумилева, Астана, Казахстан

Научный руководитель – Г.Т.Урузбаева

Особое место той поры в жизни человека, которое уже обозначено в философии и науке как свободный выбор и осуществление жизненного пути часто относят к переходу от юности к молодости и зрелости. И это пора называется порой свободного выбора и порой осуществления жизненного пути. Жизнь каждого человека может отличаться полнотой и интенсивностью ее проживания, а также последствиями свободного выбора в контексте смысложизненных ориентиров (Мухина В.С., 2011г.).

Понятия, введенные в психологию и в социальную работу в том аспекте, когда мы рассматриваем человека-нуждающегося, человека-страдающего связано с такими же понятиями как:

- время жизни;
- жизненный путь;
- смысложизненные ориентиры;
- смысл жизни;
- образ жизни.

Данные вышеперечисленные понятия являются смыслообразующими понятиями, при этом особое значение для человека должно иметь психологически значимое слово **пора**, понятие, определяющее внутреннюю позицию самого человека.

Понятие «пора» для взрослеющего человека должно быть указанием на то, что настает время неукоснительного самоопределения в жизни –

- выбора жизненного пути,
- выбора образа жизни
- определения для себя смысла жизни.

Понятие «пора» для взрослеющего человека должно быть указанием на то, что настает время неукоснительного самоопределения в жизни - выбора жизненного пути, выбора образа жизни и определения для себя смысла жизни.

Системообразующим значением для организации выбора жизненного пути и самосознания выступает понятие «пора» - по Мухиной В.С., которое играет важную роль и значимость в жизни у человека. В ту пору, когда социальные ожидания повелевают

индивиду сделать выбор и утвердиться в жизни в такие сферах, как профессия, семья и внутренних достижениях притязание на признание оказывает влияние на характер выбора жизненного пути и на соотнесение себя с традиционными ожиданиями[1].

Притязание на признание как основная категория личности показывает человеку следующее:

1. Суждение о типе личности;
2. Позиция занимаемая человеком по отношению к месту среди людей,
3. Позиция по отношению к пониманию им ожиданий от самого себя в мире,
4. Позиция по отношению к избранному жизненному пути, когда социальное "пора" станет стимулирующим самого человека по отношению к своим амбициям и пониманию необходимости разумного контроля над ним»
5. Пора- это творческие замыслы, погружение в значимые для личности цели[2]

Самосознание личности определяет характер выбора осуществления жизненного пути, образа жизни и смысла самой жизни. Этот перечень смыслообразующих понятий, значимых для понимания феномена человека, чрезвычайно значимым для самосознания и самосозидания смыслообразующим концептом «пора», считали многие мыслители.

Чтобы лучше понять себя, взрослый человек должен дать честный, взыскательный ответ самому себе для своего самосозидания и самостояния, а не миру. Пробуждение самосознания человека будет содействовать пониманию того, что настала «пора» созидания своего жизненного пути и самого себя как личности.

Проблема жизненного пути личности, его биографических ступеней и возрастных стадий, эволюции личности в реальном пространстве хронополя (или, как это обозначили математики, в пространственно-временном континууме), ее индивидуального развития и становления нашла широкое отражение в трудах многих философов и исследователей.

Проблема жизненного пути личности, его биографических ступеней и возрастных стадий, эволюции личности в реальном пространстве хронополя (пространственно-временного континуума), ее индивидуального развития и становления нашла широкое отражение в трудах многих философов и исследователей[3].

Таблица 1. Проблема жизненного пути личности: теории и подходы различных авторов.

№	Авторы	Проблема жизненного пути личности: теории и подходы
1	Г. В.Гегеля	Суждения Г. В.Гегеля вошли в Великое идеополе общественного сознания и оказывают влияние на умы последующих философов и ученых, занятых движением к истине о сущности самой жизни, жизненного пути и смысла жизни.
2	П. Жане	Обсуждая психологическую эволюцию личности, П. Жане выделил ее телесную, социальную и личностную сущности. При этом специальное внимание он уделял личности во времени, которое определяет функционирование памяти и психические состояния. Все факторы, выделяемые ученым, складываются в ансамбль, который мы называем личностью.
3	Ш. Бюллер	Проведя аналогию между процессами жизни и процессами истории, определила жизнь личности как индивидуальную историю. Личная, индивидуальная жизнь в ее динамике была названа жизненным путем личности. Она считала главной движущей силой развития потребность личности в самоосуществлении, которая по-разному проявляется в различные периоды жизни.

Автобиографические заметки, дневники, размышления представляют собой ценнейший материал рефлексий философа, ученого или писателя на свой жизненный путь. Эти материалы бесценны для психологии личности. Реально в нашей общечеловеческой культуре существует множество дневников, в страницах которых содержится бесценный материал, высвечивающий планы, их реализации и их неосуществления в процессе жизненного пути человека. Ниже приведена таблица «Арсенала великого идеополя»[4].

Таблица 2. Арсенал Великого идеополя

№	Авторы	Виды материалов
1	Аврелий Августин	Исповедь
2	Жан Жак Руссо	исповедь-дневник
3	Иоганн Вольфганг Гете	автобиография
4	Александр Сергеевич Пушкин	лицейские дневники
5	Сергей Тимофеевич Аксаков	воспоминания
6	Николай Александрович Добролюбов	Дневник
7	Мария Башкирцева	Дневники

Рассмотрим взгляды В.Франкла и К.Ясперса и других исследователей. Данные ученые выделили категории смысл и ценность человека, человеческая ответственность, жизнь как бытие в собственном мире, бытия самости с общими характеристиками содержания вышеперечисленных категорий. *(Ясперс К. Общая психопатология, с.57).*

Таблица №3 Категории смысла и ценности человека по В.Франклу и К.Ясперсу.

<b>Ученый В.Франкл</b>	
<b>Категории: смысл и ценность человека</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>смысл и ценность человека</b> всегда связаны с обществом, в котором личность существует;</li> <li>• личность трансцендирует собственные границы в направлении к сообществу: именно направленность к сообществу позволяет смыслу индивидуальности превзойти собственные пределы;</li> <li>• ценность человека зависит от сообщества;</li> <li>• жизнь человека должна быть наполнена смыслом; человек обладает свободой и ответственностью: «Бегство «в толпу» – это способ скинуть с себя бремя собственной ответственности»;</li> <li>• человек реализует смысл жизни независимо от объективных обстоятельств, предоставляющих или ограничивающих свободу. При этом человек берет на себя ответственность за свободный выбор.</li> </ul>	
В.Франкл	
<b>Категории: человеческая ответственность</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• «это ответственность, происходящая из неповторимости и своеобразия существования каждого индивида»;</li> <li>• бытие человека представляет собой ответственность, вытекающую из конечности его жизни. Эта конечность жизни, ограниченный отрезок времени, отведенный человеку здесь, на земле, не лишает его существование смысла.</li> </ul>	
К.Ясперс	
<b>«жизнь как бытие в собственном мире»</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• называя бытие в собственном мире одним из первофеноменов жизни. наличное бытие в собственном мире человека определяет то, что «жизнь преодолевает самое себя, трансцендирует в иные возможные миры и поднимается даже над самим бытием в мире»;</li> </ul>	

<ul style="list-style-type: none"> <li>• помимо объективного мира -общего для всех каждый человек имеет «собственный (приватный) мир и это фундаментальная взаимосвязь между внутренним миром и окружающим миром.</li> </ul>
К.Ясперс
«бытия самости».
<ul style="list-style-type: none"> <li>• человеку, наделенном духовностью и свободой, присутствуют признаки незаменимого бытия самости;</li> <li>• анализируя вопрос о сущности человека необходимо понимание и обсуждение проблемы незавершенности человека;</li> <li>• Сущность человека в бесконечной потенциальности: «Потенциально человек может все; поэтому человеческая природа неопределима»;</li> <li>• Феномен человека состоит в том, что он планирует свое будущее, создает себя, осуществляет решающий выбор, осознает конечность своей природы и, следовательно, «принципиальную незавершенность своего бытия и всех своих проявлений».</li> </ul>

Основы теории сценариев разработал Эрик Берн в середине 60-х годов 20 века. Весомый вклад в разработку концепции внес также коллега и друг Берна К. Стайнер. Сценарный анализ и анализ личностных моделей, строящиеся на концепции Я-состояний – столпы теории транзактного анализа (ТА).

Согласно Эрику Берну сценарий, это : «... План жизни, который составляется в детстве, подкрепляется родителями, оправдывается последующими событиями и завершается так, как было предопределено с самого начала». Ясно, что ни о каком осмысленном и сознательном выборе в возрасте 2-3 лет речь идти не может. Имеется ввиду тот выбор, который совершает ребенок под влиянием чувств, на основании первого опыта общения с окружением и внешней реальностью до того момента, как он начал говорить.

Согласно ТА наши детские впечатления не просто *вливают* на весь ход нашей взрослой жизни, они *определяют* события, которые в ней происходят – «В первые годы жизни каждый решает для себя как он проживет свою жизнь и как умрет... Такой план, всегда присутствует в сознании человека и называется жизненным сценарием»[4].

Еще одно краеугольное утверждение ТА, отличающееся от трактовки в любом другом направлении теоретической психологии – неотвратимость «сценарной расплаты».

Когда ребенок планирует сценарий, он обязательно прописывает и заключительный финальный акт. Остальную сюжетную линию, включая пролог, вводную часть и кульминацию он строит так, чтобы привести к финальной развязке, именуемой в теории ТА сценарной расплатой. Поэтому бессознательная реакция взрослого человека на внешние раздражители также жестко встроена в его жизненный план и неотвратимо приближает к уже выбранному в детстве финалу.

Берн подчеркивает, что сценарный жизненный план это :

- результат родительского программирования;
- генетической предрасположенности;
- влияния социума;
- результат выбора, совершаемого человеком в его детстве.

Это значит, что воспитываясь в одной семье при изначально равных «стартовых» условиях дети могут составлять и далее реализовывать разные жизненные сценарии. «Ты кончишь в психушке!» – любила повторять мать своим малолетним сыновьям близнецам когда была не в духе. Спустя десятилетия один из них стал завсегдаем психиатрической лечебницы, другой – известным врачом психиатром.

Исследования современных транзактных аналитиков показали, что помимо общего сценария, жизнь человека в ее отдельных аспектах протекает в рамках дополнительных «подсценариев» – для здоровья, секса, работы, для каждой семьи. Сценарии есть у групп по интересам и организаций, есть такие сценарные планы и у стран.

Если понимание того, что свои сценарные паттерны можно и нужно корректировать отсутствует, то любые попытки менять сценарий без согласия человека бессознательно воспринимаются им не иначе как угроза личной безопасности, покушение на его свободу. И не важно, действуете ли вы искренне и ему на благо, или пытаетесь использовать в корыстных целях.

Эрик Берн различал понятия жизненных сценариев и курса жизни. Согласно Берну «Сценарий – есть конкретный жизненный план, создаваемый человеком в первые годы жизни, а жизненный курс – то, что происходит с ним в реальности». На формирование курса жизни влияет собственно сценарий, ряд внешних факторов, особенности наследственности, и автономные решения.

Любой сценарий включает в свой состав содержание и процесс. Причем содержание, заложенное в жизненном сценарии у каждого из нас уникально, как рисунок линий жизни на руке или отпечаток пальца. Иное – сценарные процессы. Их можно объединить в пределах нескольких характерных паттернов, узнаваемых в ежедневном общении.

Таблица №4 Сценарии жизни по Э.Берну

№	Сценарии пишут	Характеристика
1	Победители	Те, кто сумели достичь поставленной цели, сохранив состояние внутреннего комфорта и благополучия.
2	Побежденные	Признается человек, который не достиг своей цели или же достиг ее, но потерял по пути состояния комфорта, счастья и благополучия. Пусть человек заработал желаемый миллион, но если при этом он кроме него нажил язву желудка или проблемы с законом – он признается Победенным.
3	Не-победители	Данный сценарий часто называют банальным; -это уверенные «средняки», не стремящиеся выиграть или проиграть. Они терпеливо сносят жизненные тяготы, избегают зоны риска, никогда не становятся начальником, но и не заменимы на рутинных нудных работах, где требуются терпение, аккуратность, педантичность. Их приз за честно отработанные десятилетия – небольшая пенсия, именные часы и почетная грамота.

В теории ТА Берн демонстрирует, что сценарии могут писаться Победителями, Побежденными и Не-победителями.

Способ, который, согласно Берну позволяет отличить Проигравшего от Победителя достаточно прост: спросите человека, как он поступит, если потерпит поражение в чем то. Победитель, по мнению Берна прекрасно знает ответ, но предпочтет промолчать. Проигравший, напротив, не имеет ни малейшего представления об этом, поскольку всегда уверен, что победит. Поэтому на бегах он всегда поставит все на одну лошадь и в итоге проиграет. Победитель непременно «распределит яйца по нескольким корзинам» и ограничит риски, поэтому останется в выигрыше[5].

Жизненный сценарий может рассматриваться как совокупность жизненных тактик индивида или реализация им действий строго определенным способом и предполагает некую модель поведения. Жизненный сценарий является сложным когнитивным образованием личности, определяющим способность планирования, конструирования и структурирования

собственной жизни. Жизненный путь-индивидуальная история человека, эволюция личности как последовательность возрастных этапов ее биографии.

Рекомендации для социального работника: при работе с испытуемыми рекомендуется применять метод транзактного анализа и жизненного пути. Наличие данные методик позволит всецело изучить человека, от самого рождения до конца цикла жизни.

### **Список использованной литературы**

1. Мухина В.С. Личность: Мифы и Реальность (Альтернативный взгляд. Системный подход. Инновационные аспекты). – 2-е изд. – М., 2010. – С. 584.
2. Ясперс К. Общая психопатология. – М., 1997. – С. 37.
3. Фромм Э. Бегство от свободы. – М., 1990. – С. 50-51.
4. <https://www.psychologos.ru/articles/view/zhiznenny-scenariy>
5. <http://www.transactional-analysis.ru/script/69-scripts>