

Мир науки. Педагогика и психология / World of Science. Pedagogy and psychology <https://mir-nauki.com>

2021, №4, Том 9 / 2021, No 4, Vol 9 <https://mir-nauki.com/issue-4-2021.html>

URL статьи: <https://mir-nauki.com/PDF/37PSMN421.pdf>

Ссылка для цитирования этой статьи:

Дудаль Н.Н. Особенности переживания событий жизни на разных возрастных этапах // Мир науки. Педагогика и психология, 2021 №4, <https://mir-nauki.com/PDF/37PSMN421.pdf> (доступ свободный). Загл. с экрана. Яз. рус., англ.

For citation:

Dudal N.N. (2021). Features of experiencing life events at different age stages. *World of Science. Pedagogy and psychology*, [online] 4(9). Available at: <https://mir-nauki.com/PDF/37PSMN421.pdf> (in Russian)

Дудаль Наталья Николаевна

УО «Гомельский государственный университет имени Франциска Скорины», Гомель, Республика Беларусь
Старший преподаватель кафедры «Психологии»
E-mail: ndudal@inbox.ru

Особенности переживания событий жизни на разных возрастных этапах

Аннотация. В статье профессиональная переподготовка рассматривается, как ситуация вынужденной смены профессии. Данное жизненное событие, безусловно, является ненормативным кризисом профессионального становления, и успешное его переживание зависит в первую очередь от особенностей личности.

Целью нашего исследования было определение особенностей переживания жизненной ситуации профессиональной переподготовки на разных возрастных этапах.

В исследовании мы применили следующие методы: опросник «Смыслжизненный кризис» К.В. Карпинского, тест «Смыслжизненных ориентаций» (СЖО) Д.А. Леонтьева, «Индикатор копинг-стратегий» Д. Амирхана, адаптированный Н.А. Сиротой и В.М. Ялтонским, «Шкала общей самооффективности», методику «Жизненное предназначение», разработанную О.И. Мотковым, Тест «Индекс жизненного стиля», который адаптирован Л.И. Вассерманом. Методы статистической обработки данных: U-критерий Манна-Уитни и многофункциональный статистический критерий U-угловое преобразование Фишера.

На основе полученных данных мы пришли к выводу, что переживание ситуации переподготовки в период молодости и взрослости имеет свои отличительные особенности. В период молодости эти переживания проявляются в повышении самооффективности, осознании целей жизни, удовлетворенности в самореализации, уверенности в своих силах, достаточно положительном эмоциональном отношении к переподготовке, применении более продуктивных копинг-стратегий, приводящих к позитивному выходу из кризиса.

В период взрослости переживание профессиональной переподготовки протекает с большими сложностями и менее конструктивно, что проявляется в низком уровне осмысленности жизни, ее результативности и эмоциональной насыщенности. Жизненные цели слабо осознаются и реализуются, наблюдается переключение активности с профессиональной сферы на другие, применяются малоэффективные копинг-стратегии поведения в сложных жизненных ситуациях.

Результаты и выводы проведенного исследования могут быть использованы при организации процесса обучения специалистов в системе переподготовки кадров и повышения квалификации, а также для консультативной работы с данной категорией слушателей.

Ключевые слова: жизненный путь; событие жизни; переживание; профессиональная переподготовка; осмысленность жизни; копинг-стратегия; защитный механизм

Введение

Жизненный путь каждого человека представляет собой череду самых разнообразных явлений, которые могут быть положительными и отрицательными, иметь стабильный и кризисный характер. Новые, порой внезапные изменения обстоятельств, происшествя, которые приводят к повороту течения жизни, перестраивают ее уклад и субъективные состояния личности, называются событиями [1, с. 46]. Далеко не каждый факт биографии человека можно назвать событием жизни.

Н.А. Логинова характеризует событие как «дискретное явление жизненного пути подобно фигуре на фоне рутинных обстоятельств. Оно ярко переживается, запоминается и легче привлекает внимание субъекта жизни и биографистов-исследователей в области психологии жизненного пути» [2].

С.Л. Рубинштейн обуславливает их формирование с активной позицией личности. Он описывает событие как «поворотный этап жизненного пути человека, связанный с принятием им на длительный период его жизни важных решений» [3, с. 684].

Жизненные события, как правило, связаны с самоопределением личности, с изменениями в структуре «Я», с ротацией в ценностно-смысловой сфере, в перестройке мотивов поведения. Значимость жизненных событий А.А. Кроник и Е.И. Головаха предложили оценивать через количество их причинно-следственных связей с другими событиями биографии [4].

Дж. Келли писал о субъективности событий, сами по себе события не имеют модальности. Только сам человек определяет его значимость и характер эмоциональной окраски, исходя из его актуальных мотивов, ценностей, установок и потребностей [5].

Близкую мысль высказал А. Шопенгауэр: «Ни при каком событии не следует слишком ликовать или горько плакаться, — отчасти вследствие изменчивости всех вещей, могущих каждую минуту изменить свое положение, отчасти вследствие возможности ошибки в наших суждениях о том, что вредно и что полезно: почти каждому случалось горевать о том, что оказывалось в последствии его истинным счастьем, и радоваться тому, что становилось для него источником величайших страданий» [6, с. 58].

Обобщая основные теоретические подходы, к основным критериям значимости события в жизни человека мы относим: события связаны с обретением нового качества, статуса; события очень значимые и происходящие с человеком впервые; события, которые качественно изменяют жизнь человека.

Разделять события жизни человека на события среды и события поведения предложил Б.Г. Ананьев [1]. Н.А. Логинова в эту классификацию добавила понятие «события внутренней жизни» [2].

На наш взгляд исследование особенностей профессиональной переподготовки как сложной жизненной ситуации слушателей из разных возрастных групп очень важно. Для взрослого, образованного человека невозможность профессиональной деятельности или вынужденная смена профессиональной деятельности является одной из самых сложных

жизненных ситуаций. Данная ситуация, под воздействием ряда неблагоприятных факторов, может привести к плачевным изменениям в состоянии человека и даже к вероятности попадания его в группу риска. Но общество стоит на защите данной категории специалистов, предоставляя им уникальную возможность переквалификации, используя разветвленную систему институтов повышения квалификации и переподготовки кадров.

Опыт других стран, которые столкнулись с данной реальностью значительно раньше, показывает, что профессиональный переход из одной профессиональной сферы в другую в зрелом возрасте сопряжен с рядом отличий от первичного профессионального самоопределения. С одной стороны, взрослый человек, подготовленный в своей области, уже обладает рядом знаний, опыта и профессиональных навыков; у него сформирована внутренняя мотивация к профессиональной деятельности, он имеет непосредственное представление о трудовой дисциплине. С другой стороны, с возрастом снижаются объективные возможности формирования новых знаний и навыков. Негативно проявляются, сформировавшиеся в прошлой деятельности, личностные качества и профессиональные деформации, возникают сложнейшие переживания, стрессовые и кризисные состояния. Данное жизненное событие можно рассматривать как проявление ненормативного профессионального и личностного кризиса.

Проблема кризисов в профессиональной деятельности личности тесно связана с изучением жизненного пути человека. В отечественной и зарубежной психологии это направление активно разрабатывалось в исследованиях С.Л. Рубинштейна, Б.Г. Ананьева, Л.И. Анциферовой, К.А. Абульхановой-Славской, Е.И. Головахи, А.А. Кроника, А.В. Брушлинского, В.М. Розина, В.А. Лабунской, В.И. Слободчикова. Вопросы психологических факторов кризисов профессионального становления личности поднимали в своих трудах Э.Ф. Зеер, Е.А. Климов, А.К. Маркова, Н.С. Пряжников, Е.Ю. Пряжникова. Проблемам переживания «индивидуального кризиса занятости» и безработицы посвятили свои исследования А.Н. Демин, Е.Ю. Кожевникова, Э.К. Хижный.

Рассматривая понятие переживания, следует отметить, что на данный момент в психологии представлено множество точек зрения на этот феномен. Несмотря на различие взглядов, указанной проблемой занимались такие известные ученые как В. Дильтей, В. Вундт, Ж.-П. Сартр, У. Джемс, Ф. Крюгер, С.Л. Рубинштейн, А.Н. Леонтьев, К.Г. Юнг, В. Франкл, А. Маслоу, Л.С. Выготский, Л.И. Божович, М.Г. Ярошевский, Г.С. Абрамова, Ф.Е. Василюк, М.М. Бахтин, Б.М. Теплов и др.

В основу нашего исследования мы положили концепцию Ф.Е. Василюка, в которой переживание трактуется как особого рода деятельность, направленная на перестройку мироощущения человека, с целью повышения осмысленности жизни. Переживания возникают в критических ситуациях жизнедеятельности человека, когда возникает критическое состояние невозможности привычной реализации его потребностей. «Переживание как деятельность реализуется и внешними, и внутренними действиями» [4, с. 10]. Деятельность воплощается в процессе преодоления или псевдопреодоления и реализуется в совладающих стратегиях или защитных механизмах.

Также мы придерживаемся взглядов субъектного подхода на процесс профессиогенеза, который наряду с профессиональной деятельностью включает в себя обучение профессии и профессиональную переподготовку.

Вместе с тем, до настоящего времени остаются практически неисследованными проблемы переживания личностью переподготовки на различных возрастных этапах. Учитывая все вышесказанное, изучение особенностей переживания жизненных ситуаций в процессе

переподготовки кадров у разных возрастных групп является, на наш взгляд, актуальной проблемой.

Наше исследование проходило на базе Института повышения квалификации и переподготовки кадров «Гомельского государственного университета имени Ф. Скорины» [7]. В нем приняло участие 39 педагогов, которые проходили профессиональную переподготовку по специальности «Психология» дневной формы. Все испытуемые с высшим педагогическим образованием и стажем работы по специальности от нескольких месяцев до 20 лет. Возраст респондентов от 23 до 43 лет, все участники исследования — женщины. Особенность жизненной ситуации наших респондентов такова, что они оказались перед необходимостью профессиональной переподготовки и смены профессии, т. к. оказались без работы в своих школах. Таким образом, жизненную ситуацию наших респондентов можно рассматривать как сложную и характеризовать как ненормативный профессиональный кризис, который в свою очередь приводит к возникновению внутрличностного кризиса.

Цель нашего исследования — определение возрастных особенностей переживания жизненной ситуации профессиональной переподготовки.

Методы

В своем исследовании мы применили следующие диагностические средства. «Опросник смысложизненного кризиса» К.В. Карпинского, который «является специализированным инструментом для анализа феноменологии кризиса бессмысленности» [8, с. 95]. Предназначен для выявления негативных аспектов субъективных переживаний в поведении человека, который переживает сложности с определением и реализацией смысла жизни, включая осмысленность прошлого, настоящего и будущего. Опросник обладает высокой валидностью в работе со всеми возрастными категориями респондентов.

Для изучения общей самооффективности нами применялась шкала Шварцера-Ерусалема-Ромека, базирующаяся на теории А. Бандуры, согласно которой самооффективность проявляется в том, как люди чувствуют, думают, действуют. В данной методике испытуемые сами оценивают свою эффективность в деятельности, эмоциональной и когнитивной сфере, которые являются рефлексивной основой переживаний. Опросник состоит из десяти высказываний, каждое из которых нужно оценить по четырехбалльной шкале, результат распределяется по трем уровням [9].

Методика «Смысложизненных ориентаций» (СЖО), разработанная коллективом под руководством Д.А. Леонтьева [10]. Это адаптированная версия теста «Цель в жизни» Дж. Камбо и Л. Махолика, которая опирается на теоретические положения логотерапии В. Франкла о стремлении к смыслу жизни [11]. Данная методика представляет собой качественное изучение состава осмысленности жизни, включающее одни из самых важных отношений человека с миром. Тест состоит из следующих субшкал: цели в жизни (наличие или отсутствие в жизни испытуемого целей в будущем, которые придают жизни осмысленность, направленность); процесс жизни или интерес и эмоциональная насыщенность жизни; результативность жизни или удовлетворенность самореализацией и два аспекта локуса контроля — Я (я хозяин жизни) и локус контроля — жизнь или управляемость жизни [12].

С целью выявления доминирующих копинг-стратегий личности мы применили методику «Индикатор копинг-стратегий» Д. Амирхана, адаптированную Н.А. Сиротой и В.М. Ялтонским. Используя факторный анализ, Дж. Амирхан определил 3 группы копинг-стратегий: разрешение проблем, поиск социальной поддержки и избегание.

Методика «Жизненное предназначение», разработанная О.И. Мотковым с целью выявления жизненных ориентаций и особенностей их реализации в процессе жизнедеятельности. Методика исследует содержание жизненных предназначений. Автор трактует их как изначально заданные природные ориентации человека, которые выражаются через предрасположенность к определенному типу функционирования, стилю деятельности, типу отношений к себе, людям и миру в целом. А также определяют показатель включенности опрашиваемого в их осуществление [13].

Тест «Индекс жизненного стиля», который адаптирован группой психологов под научным руководством Л.И. Вассермана, применялся нами для определения механизмов психологической защиты [14].

Результаты исследования

На первом этапе исследования группу респондентов мы разделили по возрастному критерию на две: группа учителей в возрасте от 20 до 30 лет, и группа учителей в возрасте от 31 года до 43 лет. Далее в процессе индивидуальных бесед, а также используя методику «Смысложизненный кризис», мы выявили педагогов, которые факт профессиональной переподготовки субъективно воспринимают как кризис. Эти данные позволили нам внутри каждой возрастной группы определить педагогов, находящихся в кризисе и нет. Таким образом, мы создали четыре группы. В первую группу вошли слушатели в возрасте от 23 до 30 лет не находящиеся в состоянии кризиса (17 человек). Во вторую группу — слушатели от 23 до 30 лет находящиеся в состоянии кризиса (4 человека), третья группа состояла из слушателей в возрасте от 31 до 43 лет не находящихся в состоянии кризиса (10 человек), четвертая включала в себя респондентов от 31 до 43 лет находящихся в состоянии кризиса (8 человек). Мы видим, что доля лиц в четвертой группе статистически значимо выше, чем доля лиц во второй группе, это доказано многофункциональным статистическим угловым преобразованием Фишера с уверенностью 95 %. Данные практически всех респондентов по данной методике находятся в диапазоне «средние — высокие». Такое напряжение, по нашему мнению, объясняется негативным восприятием сложившейся жизненной ситуации и оценкой её как профессиональный кризис. Высокие баллы указывают на низкий уровень осмысленности и наличие специфических затруднений в смысловой регуляции и смыслообразовании жизненного пути.

С целью определения уровня рефлексии сложившейся ситуации мы использовали опросник «Шкала общей самоэффективности» Р. Шварцера и М. Ерусалема. Анализ полученных данных показал, что респонденты из четвертой группы демонстрируют низкий уровень рефлексии, который проявляется в беспокойстве, эмоциональной напряженности, депрессии и чувстве беспомощности. Отсутствие работы по специальности этими учителями не рассматривается в качестве закономерного и положительного итога их деятельности, а педагоги из остальных групп, в основном, воспринимают эту ситуацию как новый этап жизни. Полученные нами данные согласуются с результатами, А.Н. Демина по исследованию кризисов занятости студентов и безработных [15].

Результаты применения методики «Смысложизненных ориентаций» свидетельствуют, что для участников из второй и третьей групп (находящихся в состоянии кризиса) присущи слабое осознание жизненных целей и преимущественное «нахождение в прошлом». У учителей из второй и третьей групп цели осознаются на среднем уровне и находятся преимущественно в настоящем.

Эти данные коррелируют с результатами исследований Л.В. Бороздиной, И.А. Спиридоновой, О.С. Гуровой и др. об изменениях направленности и временной отнесенности в состоянии стрессогенных жизненных событиях [16].

По шкале «Процесс жизни или интерес и эмоциональная насыщенность жизни» слушатели второй, третьей и четвертой групп набрали низкие баллы, что свидетельствует о неудовлетворенности своей жизнью в настоящем. Это приводит к переоценке прежних поступков и тенденции смены образа жизни.

Используя U-критерий Манна-Уитни, мы доказали со статистической достоверностью, что молодые респонденты высоко и с большей удовлетворенностью оценивают процесс своей жизни, ее эмоциональную насыщенность, чем слушатели более взрослого поколения.

Применяя U-критерий Манна-Уитни, мы доказали со статистической достоверностью, что первая группа респондентов превосходит третью по уровню признака удовлетворенность самореализацией, результативность жизни.

Наши респонденты набрали низкие баллы по шкале «Локус контроля», это проявляется в неверии в свои возможности управлять жизнью и контролировать ее, в несостоятельности строить планы на будущее.

В процессе анализа данных по методике О.И. Моткова, мы определили различия показателей по шкале «Поддержка других — поддержка себя». У педагогов третьей группы показатели выражены на высоком уровне, а у представителей четвертой группы на псевдовысоком, т. е. это говорит о нереалистично завышенной самооценке и амбициях, что приводит к неустойчивости в стрессогенных ситуациях. Это можно связать с нахождением испытуемых третьей группы в том возрасте, когда возникает необходимость удовлетворять потребность в поддержке других, так и с большим стажем педагогической деятельности, что способствует выработке данной стратегии поведения. Педагоги из четвертой группы не могут достаточно адекватно реализовывать эту поведенческую стратегию, т. к. они находятся в состоянии кризиса.

По шкале «Вера в осуществимость жизненных планов — действенность в осуществлении жизненных планов» вера в осуществимость жизненных планов преобладает над активностью в их осуществлении у всех респондентов, кроме представителей третьей группы, с нашей точки зрения, это согласуется с низкими показателями по шкале локус контроля.

Анализируя результаты по методике «Индикатор копинг-стратегий» мы выявили значительные различия в применении стратегии «Поиск социальной поддержки». Она высоко выражена у представительниц 1 и 2 групп, у членов 3 группы эта стратегия выражена как «средняя» и в четвертой — как низкая.

Исследуя педагогов, Калинина Н.В. отмечает, что значительно выражена стратегия, в которой отражается отношение к людям [17].

Стратегия «Избегание проблем» практически у всех респондентов представлена на низком уровне, что свидетельствует в некоторой активности при поведении в сложных ситуациях. Однако в процессе формирования дезадаптивного, псевдосовладающего поведения данная стратегия является ведущей.

Данные респондентов по использованию защитных механизмов существенно не отличаются. Наиболее употребляемыми стратегиями являются: регресс, реактивные образования, отрицание и компенсация. Реже используются: подавление, интеллектуализация, проекция. Однако в количественном выражении наблюдаются различия, так у представителей 3 группы числовые показатели защит несколько ниже остальных. Мы можем объяснить это более зрелым уровнем развития личности [18].

Общая тенденция применения защит свидетельствует о незрелости в их использовании, что приводит к неконструктивному проживанию кризисных жизненных ситуаций. Это вытекает из того факта, что дефензивные механизмы защиты (интеллектуализация, подавление, проекция) представлены у наших испытуемых чрезвычайно редко, а проективные, т. е. более примитивные, (реактивные образования, регресс, компенсация и отрицание) проявляются значительно чаще.

Выводы

Ситуация вынужденной профессиональной переподготовки переживается как кризисная, ее успешное прохождение зависит в большей мере от индивидуальных особенностей личности. Этот процесс вызывает перестройку всей психологической структуры личности, приводит к повышению осмысленности жизни личности, изменяет социально-профессиональную направленность.

Для участников первой группы характерно проявление смысложизненного кризиса на низком и среднем уровнях с преобладанием направления смыслов жизни на будущее, средний уровень самоэффективности достаточно яркие и положительные эмоциональные переживания и оптимистичные смысложизненные ориентации. У них преобладает внутренний локус контроля, достаточно высоко выражена осознанность жизненных предназначений. Разнонаправленность и оптимистичность жизненных планов высокая.

У слушателей, входящих во вторую группу, смысложизненный кризис находится на высоком уровне, самоэффективность на среднем уровне. Осмысленность настоящего у них очень низкая, они в основном находятся в будущем, реже в прошлом времени. Они не удовлетворены преобладающими эмоциями, в трудных жизненных ситуациях в основном прибегают к социальной поддержке и очень редко прибегают к стратегии решения проблем. На низком уровне у данной категории респондентов находится ориентация на конкретные жизненные ситуации, они практически не верят в свои силы и в возможность что-либо самостоятельно изменить в своей жизни. Жизненные планы их имеют самую разную направленность и хаотичную структуру, при реализации планов они малоактивны, скорее ожидают, что они реализуются самостоятельно, без их участия.

Третью группу респондентов можно охарактеризовать как ориентированных на настоящее со средним уровнем выраженности самоэффективности, смысложизненный кризис у них проявлен на среднем уровне. В сложных жизненных ситуациях они склонны применять стратегию разрешения проблем и поиска социальной поддержки. Они, в основном, удовлетворены жизнью и ее эмоциональной насыщенностью.

У них преобладает внутренний локус контроля. Они проявляют высокую активность в поддержке других, их активность направлена на решение конкретных жизненных ситуаций, они четко осознают свое жизненное предназначение. Интересы жизни у них разнонаправлены, проявляют высокую активность в осуществлении жизненных планов.

Респонденты из четвертой группы отличаются высоким уровнем смысложизненного кризиса, их жизненные смыслы в основном направлены на прошлое. Они демонстрируют низкий уровень оценки самоэффективности с преобладанием стратегии подчинения и направленностью на решение проблем. У них диагностируется высокая осознанность и разнонаправленность жизненных предназначений. У них преобладает вера в осуществление жизненных планов над активностью в их реализации, они демонстрируют очень низкий уровень уверенности в своих силах и возможности самостоятельно оказывать влияние на течение своей жизни.

Практически все участники нашего исследования демонстрируют «незрелые» защитные механизмы.

Следовательно, мы констатируем тот факт, что жизненная ситуация вынужденной смены профессии и профессиональной переподготовки в разные периоды жизни имеет свои на разных возрастных этапах отличается.

В период молодости эти переживания проявляются в повышении самооценки, осознании целей жизни, удовлетворенности в самореализации, уверенности в своих силах, достаточно положительном эмоциональном отношении к переподготовке, применении более продуктивных копинг-стратегий, приводящих к позитивному выходу из кризиса.

В период взрослости переживание профессиональной переподготовки протекает с большими сложностями и менее конструктивно, что проявляется в низком уровне осмысленности жизни, ее результативности и эмоциональной насыщенности. Жизненных целей слабо осознаются и реализуются, наблюдается переключение активности с профессиональной сферы на другие, применяются малоэффективные копинг-стратегии поведения в сложных жизненных ситуациях.

ЛИТЕРАТУРА

1. Ананьев Б.Г. Очерки психологии / Б.Г. Ананьев // Избранные труды о психологии. СПб.: Изд-во С.-Петерб. ун-та, 2007. Т. 1. С. 42–179.
2. Логинова Н.А. События, обстоятельства жизненного пути и развитие личности / Н.А. Логинова // Психология жизненного пути: методологические, теоретические, методические и прикладные проблемы. Гродно: ГрГУ, 2012. С. 12–29.
3. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии / С.Л. Рубинштейн. — Москва: Учпедгиз, 1946. 777 с.
4. Головаха Е.И. Психологическое время личности / Е.И. Головаха, А.А. Кроник. — Москва: Смысл, 2008. 267 с.
5. Kelly G. The psychology of personal constructs / G. Kelly. Vol. 1. N-Y.: Norton, 1955. 686 p.
6. Шопенгауэр А. Афоризмы житейской мудрости / А. Шопенгауэр. — Москва: Интербук, 1990. 152 с.
7. Дудаль Н.Н. События жизненного пути личности / Н.Н. Дудаль // Наука и образование: актуальные вопросы теории и практики: междунауч.-методич. конф. 23 марта 2021 г. Самара-Оренбург-Нижний Новгород / редкол.: А.Н. Попов [и др.]. — Самара-Оренбург-Нижний Новгород: СамГУПС, ОрИПС, Филиал СамГУПС в Нижнем Новгороде, 2021. — С. 227–231.
8. Карпинский К.В. Опросник смыслового кризиса: монография / К.В. Карпинский. — Гродно: ГрГУ, 2008. — 108 с.
9. Шварцер Р. Русская версия шкалы общей самооценки Р. Шварца и М. Ерусалема / Р. Шварцер, М. Ерусалем, В. Ромек // Иностранная психология. — 1996. — № 7. — С. 71–77.
10. Леонтьев Д.А. Тест смыслового ориентации / Д.А. Леонтьев. 2-е изд. — Москва: Смысл, 2000. — 18 с.

11. Франкл В. Человек в поисках смысла / В. Франкл. — Москва: Прогресс, 1990. — 368 с.
12. Леонтьев Д.А. Факторная структура теста смысложизненных ориентаций / Д.А. Леонтьев, М.О. Калашников, О.Э. Калашникова // Психологический журнал. — 1993. — Т. 14. — № 1. — С. 150–155.
13. Мотков О.И. Методика «Жизненное предназначение» / О.И. Мотков // Школьный психолог. — 1998. — № 36. — С. 8–9.
14. Психологическая диагностика индекса жизненного стиля // Л.И. Вассермана. — СПб.: Изд. центр СПбНИПНИ, 2005. — 50 с.
15. Демин А.Н. Особенности переживания личностью кризисов своей занятости / А.Н. Демин // Вопросы психологии. — 2006. — № 3. — С. 87–96.
16. Бороздина Л.В. Возрастные изменения временной транспективы субъекта. Сообщение 1: Формальные параметры / Л.В. Бороздина, И.А. Спиридонова // Психологический журнал. — 1998. — Т. 19. — № 2. — С. 5–19.
17. Калинина Н.В. Гендерные особенности стратегий поведения педагогов при переживании возрастного кризиса 30 лет / Н.В. Калинина // Известия Самарского научного центра Российской академии наук. — 2009. — Т. 4. — С. 926–931.
18. Дудаль Н.Н. Особенности применения копинг-стратегий слушателями курсов профессиональной переподготовки / Н.Н. Дудаль // Современные технологии образования взрослых. — 2014. URL: https://ebooks.grsu.by/obraz_vzros/n-n-dudal-osobennosti-primeneniya-koping-strategij-slushateljami-kursov-professionalnoj-perepodgotovki.htm (дата обращения: 04.08.2021).

Dudal Natalia Nikolaevna

Gomel State University named after Frantsysk Skaryna, Gomel, Republic of Belarus
E-mail: ndudal@inbox.ru

Features of experiencing life events at different age stages

Abstract. The article considers professional retraining as a situation of forced change of profession. This life event is undoubtedly a non-normative crisis of professional development, and its successful living through depends, first of all, on the personality characteristics.

The purpose of our study is to determine the peculiarities of the experiencing of life situation of professional retraining at different age stages.

In the study we use the following methods: questionnaire "Meaning-Life Crisis" by K.V. Karpinsky, test "Meaning-Life Orientations" by D.A. Leontiev. "Coping Strategies Indicator" by D. Amirkhan adapted by N.A. Sirota and V.M. Yaltonsky, "General Self-efficacy Scale", "Life Purpose" method developed by O.I. Motkov, "Life Style Index" test adapted by L.I. Wasserman. Methods of statistical data processing: Mann-Whitney U-test and multifunctional statistical criterion of Fisher's U-angle transformation.

On the basis of the data obtained we come to the conclusion that the experiencing of the retraining situation in the youth period and adulthood has its own distinctive features. In the youth period this experience appears in increased self-efficacy, awareness of life goals, satisfaction in self-realization, self-confidence, quite positive emotional attitude to retraining, application of more productive coping-strategies leading to a positive way out of the crisis.

During the adulthood, the professional retraining experiencing is more difficult and less constructive, which appears in a low level of meaningfulness of life, its effectiveness and emotional richness. Life goals are poorly aware and realized, activity is switched from professional to other spheres, ineffective coping-strategies are used in difficult life situations.

The results and conclusions of the study can be used in the organization of the specialists training process in the system of retraining and professional development, as well as for advisory work with this category of students.

Keywords: life path; life event; experiencing; professional retraining; life meaningfulness; coping-strategy; defense mechanism