

УДК 159.923

**З. О. Кіреєва**

д-р психол. наук

Одеський національний університет імені І. І. Мечникова,  
кафедра загальної психології і психології розвитку особистості

### ПРОЯВЛЕННЯ ФЕНОМЕНУ «НЕРЕАЛІСТИЧНОГО ОПТИМІЗМУ» В СТУДЕНТСЬКИХ РЕПРЕЗЕНТАЦІЯХ-ПРОЕКТУВАННЯХ ЖИТТЄВОГО ШЛЯХУ

У статті показано, що феномен «нереалістичного оптимізму» проявляється в репрезентаціях-проектіваннях життєвого шляху й впливає на образ бажаного майбутнього.

**Ключові слова:** життєвий шлях, оптимізм, репрезентації-проектівання, образ бажаного майбутнього.

У сучасній вітчизняній психології відсутнє чітке трактування поняття «оптимізм». В психологічному словнику відзначається, що оптимізм (від лат. — «optimus» — найкращий) — це властивість особистості, яка відображає пропорційний розвиток всіх психічних процесів і характеризує позитивну систему поглядів людини на світ, на поточні і очікувані події тощо. К. К. Платонов включив оптимізм в динамічну функціональну структуру особистості як стійку характеристику, тісно пов'язану зі спрямованістю і настановами людини. Категорія «оптимізму» також входить до структури особистісної стресостійкості. Одним з поширених є погляд на оптимізм як на систему відношень особистості до теперішнього і майбутнього, до самого себе та до інших людей. В гуманістичній психології оптимізм розуміють як віру в безумовно позитивну природу людини, її конструктивну сутність, закладену як потенціал, що розкривається у відповідних умовах. В соціальній психології оптимізм більшою мірою розглядається як результат перших етапів соціалізації особистості. В такому контексті соціальним умовам надається особливо важливе значення. Взагалі в якості базисної категорії для дефініції оптимізму в психології використовуються наступні поняття: соціальна установка, диспозиція, атитюд (Г. М. Андрєєва, Д. Гоулман, У. Джеймс, К. Муздибаєв, В. О. Ядов), конструкт (Д. Келлі), атрибутивний стиль пояснення (Л. Абрамсон, Б. Вайнер, Д. Вейлант, К. Петерсон, В. М. Русалов, М. Селігман), детермінанта пошукової активності (В. С. Ротенберг, С. М. Бондаренко).

Останніми роками в зарубіжній та вітчизняній психології з'явилася певна кількість робіт, в яких оптимізму приділено певну увагу. Так, на думку М. Аргайла, оптимізм — це частина суб'єктивного благополуччя, яка суттєво впливає на стан фізичного і психічного здоров'я [1, 183]. Вченим в експерименті було доведено, що студенти з оптимістичним настроєм мали більш високу активність імунної системи та більшу толерантність в умовах стресу. З точки зору Д. Гоулмана, «оптимізм — це установка, яка

запобігає апатії, безнадійності або депресії перед складними життєвими обставинами..., установка песиміста веде до відчаю, установка оптиміста породжує надію» [2, 148]. Він вважає, що люди від народження схильні до позитивного або негативного образу дій. М. Селігман наголошує на необхідності вчитися оптимізму, тому що «...це інструмент, який допомагає особистості досягти мети, яку вона поставила перед собою. Оптимістична людина вважає невдачі тимчасовим явищем, а успіх закономірністю та постійним у часі. Оптимісти спроможні знаходити конструктивні стратегії подолання перешкод (прийняття відповідальності, планування рішень, самоконтроль, пошук соціальної підтримки) [5]. Конструктивні копінг-механізми дають можливість підтримати сталість оптимістичної установки, передбачити її вплив на особистісне зростання.

Аналіз літературних джерел дає нам підстави розглядати оптимізм як соціальну установку, котра проявляється в здатності людини переживати симпатію до себе, надію на успіх і власну ефективність у життєдіяльності.

Відомо, що N. D. Weinstein [7] в 1982 році виділив феномен «нереалістичного оптимізму» або «ілюзорного оптимізму», який властивий молодим людям. Згідно з цим феноменом у Рутджерському університеті майже кожен студент вважає, що в порівнянні зі своїми однокурсниками в нього набагато більше шансів одержати гарну роботу, мати високий зарібок і власний будинок й у той же час менша ймовірність пережити такі лиха, як розвиток алкоголізму, інфаркт в 40 років або пожежу. Таким чином, юнаки здатні більш високо оцінювати свої особистісні шанси щодо позитивних життєвих подій і значно нижче — щодо негативних [7]. На думку Л. Перлоф [8], ілюзорний оптимізм робить людей більше уразливими і впевненими. Так, Baker & Emery опитали 137 пар і встановили, що молодятam прекрасно відомо, що половина шлюбів закінчуються розлученням, і все-таки вони упираються у думці, що їм нізащо не потрапляти у ці 50 %. Goodhart, Norem & Cantor, Showers & Ruben дослідили, що надто впевнені в собі студенти схильні легковажно ставитися до підготовки до іспиту, а їх менш здатні однокурсники, стурбовані можливістю провалу на іспиті, ретельно готуються й у результаті одержують більш високі бали.

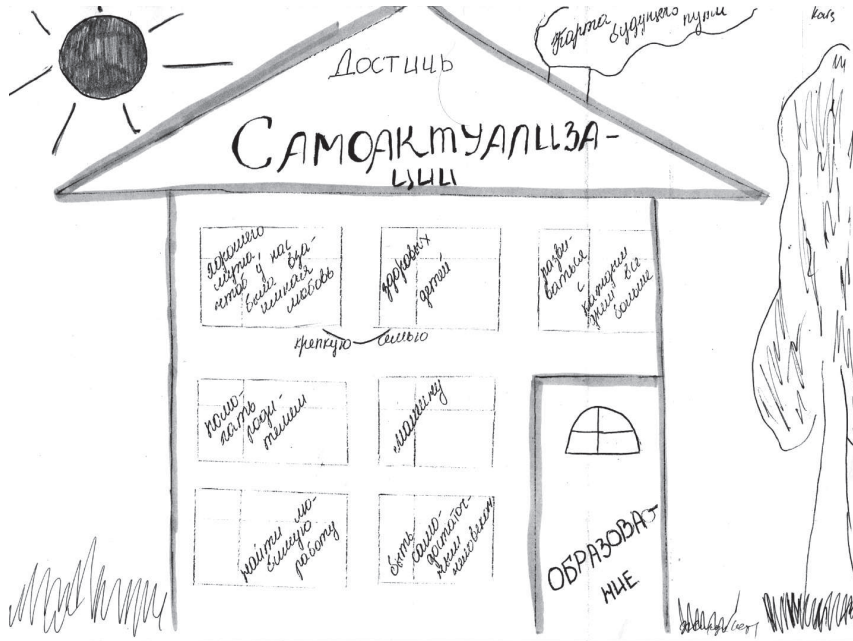
Проектування і усвідомлення життєвого шляху активно відбувається у юнацькому віці як періоду відповідального життєвого самовизначення особистості, як зазначено у працях Л. І. Божович, Н. Є. Бондар, М. Й. Борисевського, І. С. Булаха, Л. С. Виготського, М. Р. Гінзбурга, Є. І. Головахи, Е. Еріксона, І. С. Кона, Г. С. Костюка, О. М. Леонтєва, С. Д. Максименко, В. О. Татенко, Т. М. Титаренко та ін. В існуючих концепціях життєвого шляху в більшій мірі представлені: прояви самоздійснення особистості (Ш. Бюлер), побудови стратегії особистого життя (К. О. Абульханова-Славська), кризові стани (Р. Ассаджиолі), вияв творчих стартів, піків, кульмінацій (Lehman H., Szewszuk W.), поворотні пункти та вузлові точки (Н. Перна, С. Л. Рубінштейн), але в них не враховується феномен «нереалістичного оптимізму», який, на наш погляд, впливає на конструювання образу бажаного майбутнього.

В нашому дослідженні ми застосували проективну методику «Мій життєвий шлях», яка є комплексним способом психологічної діагностики. Відомо, що проективний метод орієнтований на вивчення безсвідомих (або не цілком усвідомлюваних) форм мотивації. Його перевагою в цій своїй якості є те, що він — один із психологічних методів проникнення в саму глибинну область людської психіки, але у нього є і недоліки, наприклад, він не піддатливий адекватній кількісній оцінці. Методику «Мій життєвий шлях» ми використовували для з'ясування видів та засобів репрезентацій-проектвань життєвого шляху юнаками. Відомо, що І. Л. Соломін розподіляв результати виконання методики на дві категорії. До першої категорії відніс показники, що характеризують формальні, графічні особливості малюнка, та що описують не тільки те, що зображено на малюнку, скільки те, як воно зображено. Показники поведження випробуваного наближаються до формального. До другої категорії — показники, що характеризують зміст зображення. Змістовні характеристики вказують на особливості уявлень і відносин людини, конкретний зміст його проблем. До змістовних показників відносяться: вид на життєвий шлях, точка зору спостерігача, ракурс; наявність й особливості дороги (довжина, перехрестя, повороти й т. п.); напрямок руху; перешкоди (ями, стіни, підйоми й спуски й т. д.); місцеві предмети (будови, двері, мости, техніка й т. д.); орієнтири, покажчики, таблички; явища природи (рослини, тварини, атмосферні явища й т. д.); наявність і характеристика подорожанина; наявність й особливості інших людей; зміст тексту, символів і т. д. Мета та завдання нашого дослідження реалізувалися за допомогою другої категорії показників.

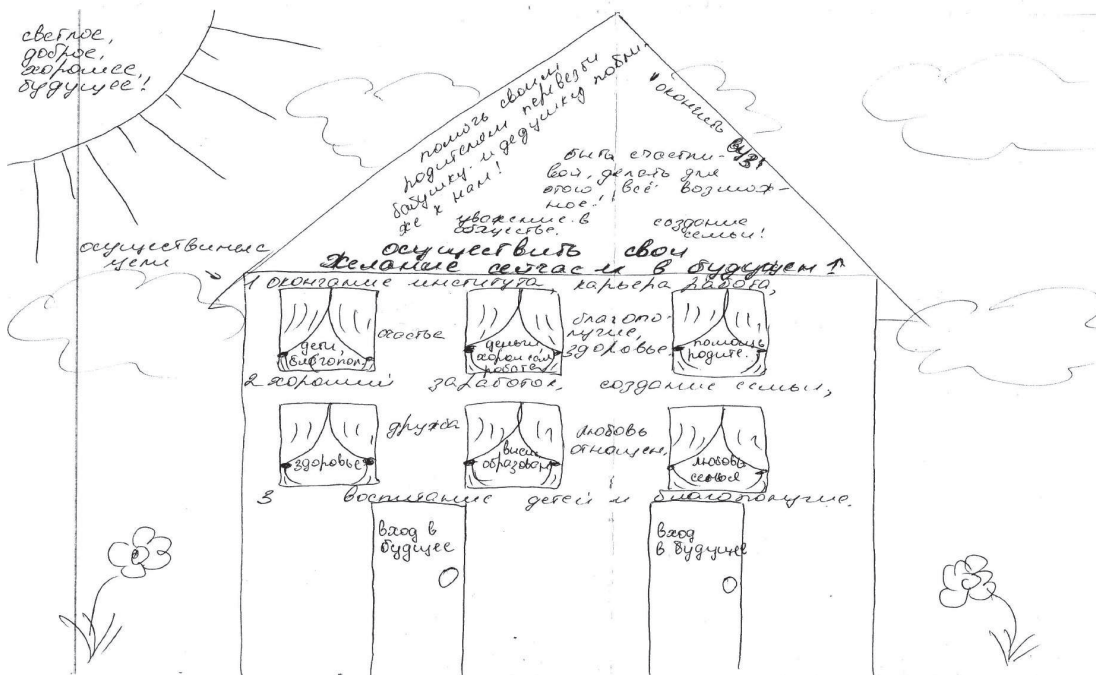
В результаті проведеного дослідження ми отримали репрезентації-проектування життєвого шляху юнаками. Малюнки — проектування життєвого шляху юнаків ми розподілили на 3 групи: 1) репрезентація-проектування у вигляді будинку, 2) репрезентація-проектування у вигляді рослини, 3) репрезентація-проектування у вигляді карти. Далі на малюнках зображені найбільш характерні приклади.

Перша група: карта життєвого шляху у вигляді будинку (мал. 1 і мал. 2). Короткий аналіз показує, що будинки зображені поблизу, що свідчить про — відкритість, доступність й (або) почуття теплоти й гостинності у юнаків. Юнаки відверті. Деякі з піддослідних прямолінійні у своєму поведженні (сильно відкриті вікна, мал. 2). Безліч вікон показує готовність до контактів, а відсутність фіранок (мал. 2) свідчить про відсутність прагнення приховувати свої почуття. Вікна, сильно закриті, (мал. 1) характерні для юнаків, які заклопотані взаємодією із середовищем (якщо це значимо для суб'єкта). Відсутність труби на мал. 1 означає, що випробуваний відчуває недостачу психологічної теплоти в своїй родині. На малюнках зображено Сонце, яке виступає символом авторитетної фігури і часто сприймається як джерело тепла й сили. Погода на малюнках сонячна і відбиває зв'язані із середовищем переживання юнака в цілому: тобто середовище не сприймається юнаками як вороже, сковуюче. Розміщення малюнка точно в центрі аркуша властиво, за

даними психологів, людині незахищеній і ригідній або прямолінійній. Щодо репрезентацій-проектунань життєвого шляху, то юнаки прагнуть у майбутньому одержати освіту, завести родину й дітей, побудувати кар'єру, забезпечити себе і родичів матеріально. На мал. 1 ми бачимо, що освіта — є як би «входом», який веде до «гарної роботи» і «матеріальної забезпеченості».

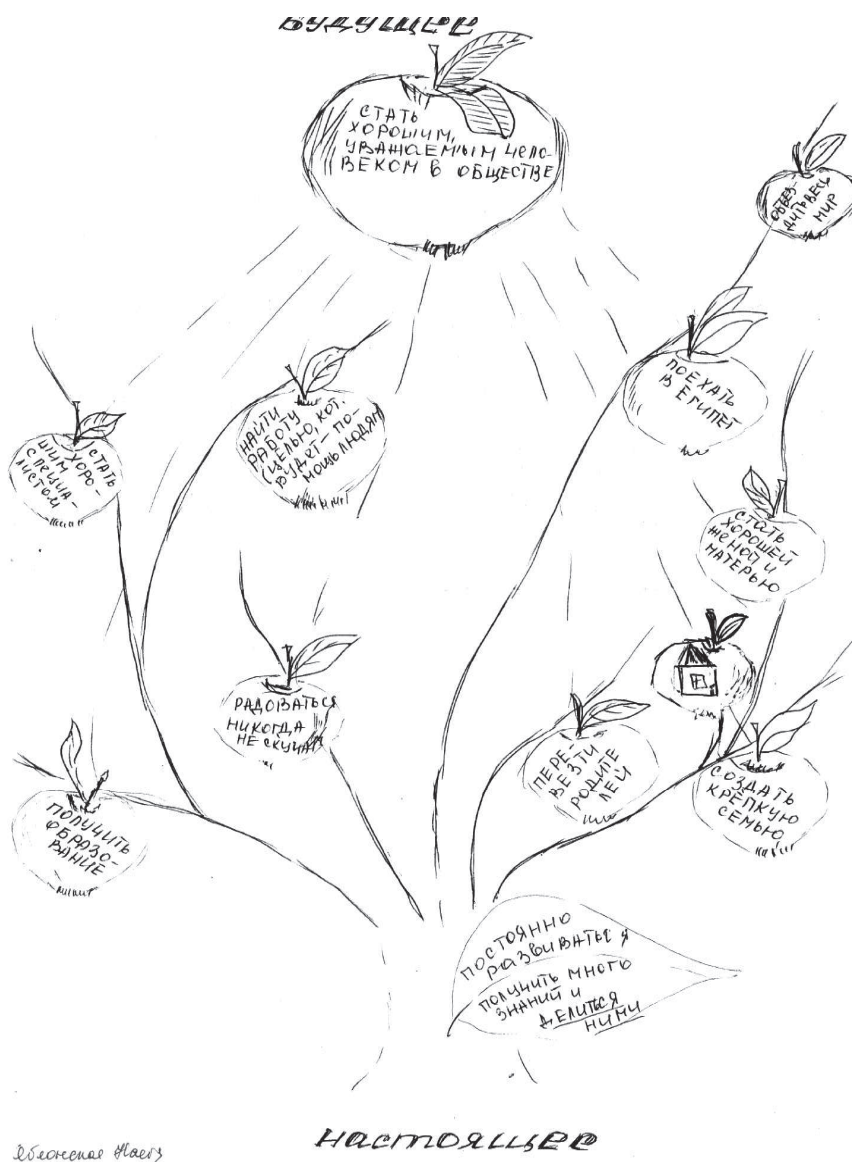


Мал. 1



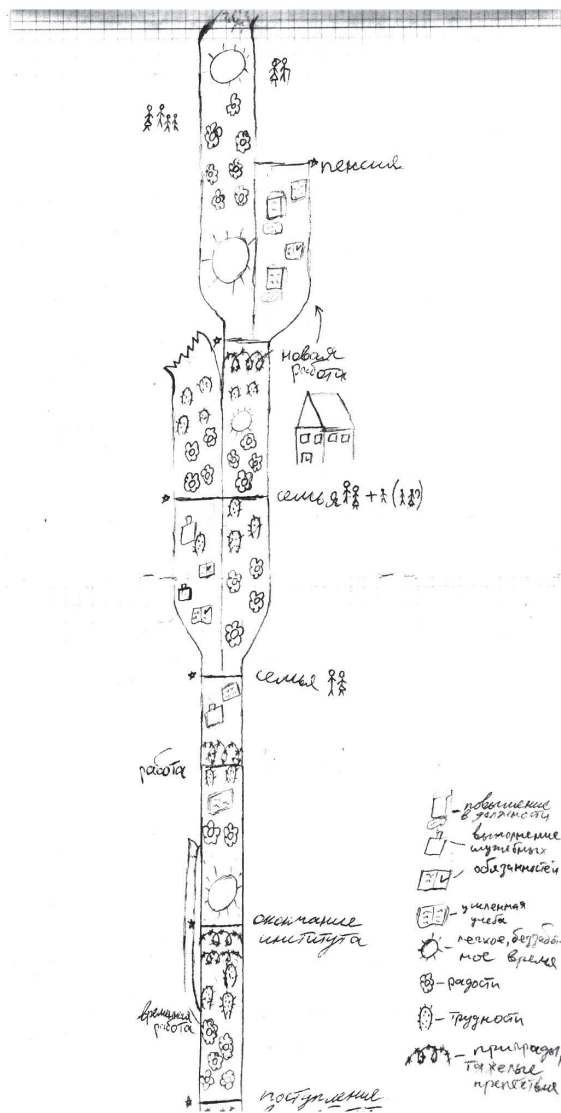
Мал. 2

Друга група — репрезентації-проектування життєвого шляху у вигляді рослини (мал. 3, а-в). У цілому характеристика представлених малюнків — рослин (кактус, троянда, дерево (кущ) із плодами) відбиває прагнення юнаків перебувати у згоді із зовнішнім миром. Юнаки орієнтовані на майбутнє, їм притаманний ентузіазм, порив, прагнення до влади. Юнаки сприйнятливі, відкриті до сприйняття навколишньої дійсності. Вони не завжди реально дивляться на речі (стовбур з одної лінії). Малюнки, де лінії стовбура прямі, свідчать про те, що юнаки не затримуються на тривожних фактах і мають гарне пристосування до середовища. Деякі репрезентації-проектування життєвого шляху мають радіальну форму, тобто кілька шляхів, ведучих з однієї крапки в різні сторони (наприклад, мал. 3.а), це може говорити про більші можливості вибору у випробуваного. Загалом, юнаки хочуть бути поміченими, самостверджуватися, при цьому розраховують на інших.

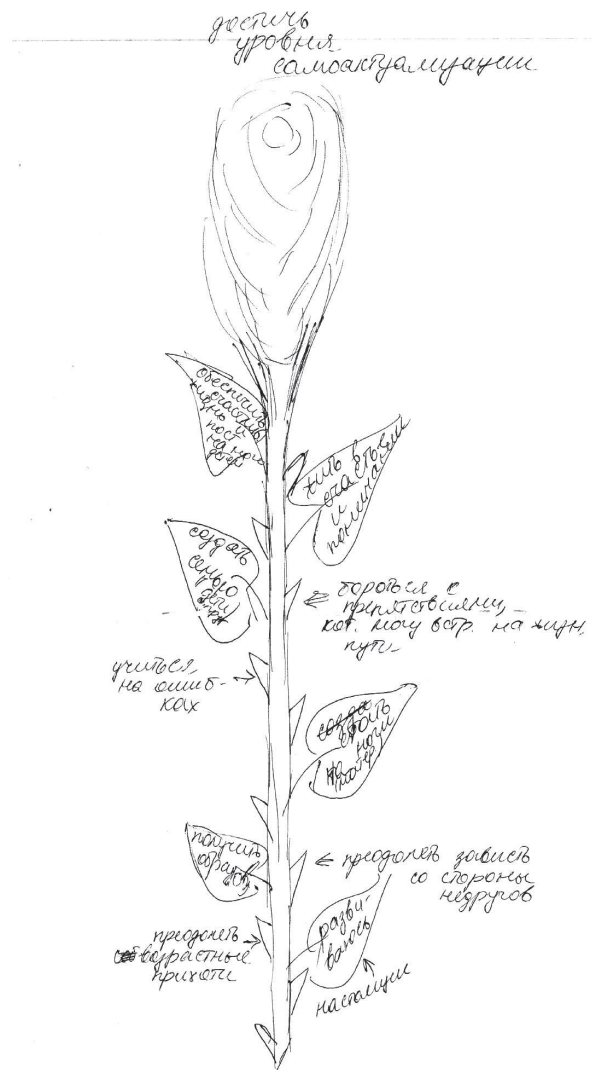


Мал. 3.а

На малюнках цієї групи випробуваних (13 %) передбачені деякі перешкоди, труднощі у вигляді означених символів (мал. 3.б), які супроводжують життєвий шлях випробуваного (в інституті, на новій роботі, в сім'ї, але їх немає на пенсії) і на мал. 3.в — у вигляді шипів, відбиваючи заздрість оточуючих, власні помилки, примхи, перешкоди. У мал. 3.в ми бачимо деяку загальмованість активності суб'єкта тривогою й думками про непереборність перешкод. Але зображення цих перешкод (розміри, кількість) говорить про здатність юнаків більш високо оцінювати свої особистісні шанси щодо позитивних життєвих подій і значно нижче — щодо негативних, що також є проявом феномену «нереалістичного оптимізму». Так, 13 % випробуваних припускають деякі труднощі і додають краплю песимізму у репрезентації-проектування життєвого шляху. Але, на нашу думку, ця крапля не перешкодить, вона вбереже юнаків від небезпек, підготовлених ілюзорним оптимізмом.



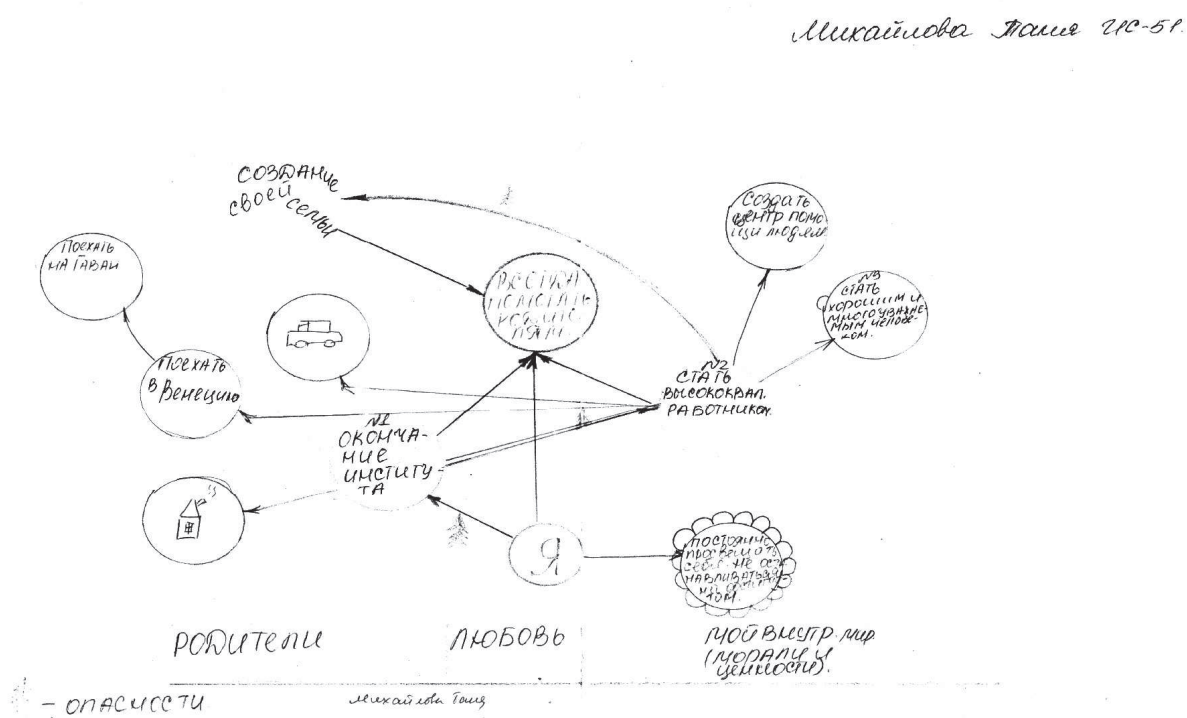
Мал. 3.б



Мал. 3.в

Взагалі ми бачимо, що юнаки другої групи застосували іншу форму, але зміст проектувань життєвого шляху у 87 % не відрізняється від юнаків першої групи, тобто проектування життєвого шляху у більшості представлених за допомогою оптимістичного образу бажаного майбутнього.

Третя група юнаків репрезентувала життєвий шлях у вигляді карти або дороги (мал. 4 і мал. 5). Ці репрезентації-проектування більше відповідають вимогам методики, але випробувані першої й другої групи виявили певну частку креативності в проектуваннях власного життєвого шляху.



Мал. 4

На малюнках присутній напрямок лінійної послідовності подій від минулого до майбутнього, що свідчить про сформованість уявлень про часову перспективу. Життєвий шлях на малюнках досить довгий, деталізований. На мал. 4 в наявності альтернативи у вигляді схем і поворотів, що може говорити про розуміння мінливості життєвого шляху. На мал. 4 зображено кілька шляхів, ведучих у різні сторони з різних точок, тобто в випробуваного є уявлення про періодично виникаючі можливості вибору, також цьому випробуваному притаманна деяка спрямованість у минуле. На мал. 5 присутні інші люди на дорозі життя, які допомагають (заважають) або яким потрібно помагати на життєвому шляху, при цьому самі люди намальовані, з одного боку, в інфантильній манері, а з іншого боку — малюнок динамічний, відбиває активність, прийняття себе й чіткий життєвий шлях випробуваного. На мал. 5 відбиті і атрибути професійної діяльності (наприклад, комп'ютер), випробуваний прагне у майбутнє.



Мал. 5

Результати цього дослідження погоджені з попереднім нашим дослідженням вивчення часової перспективи у юнаків в віці 18–23 років [4]. Згідно з яким ми встановили, що для 43 % юнаків найбільш важливим є майбутнє, яке вони характеризують наступним чином: «радісне, хвилююче», «більше мудре, веселе, добре», «праця, спілкування з дітьми, зустрічі із друзями, розміряне життя», «обов'язково повинне бути гарним», «майбутнє прекрасне, інакше бути не може», «коли всі мої надії й мрії здійсняться», «очікуваний результат моїх дій у сьогоднішні», «неясне, але світле й радісне» і ін. У пред'явлених уявленнях майбутнє неодмінно буде життєрадісним, буде мати позитивний емоційний тон і пронизано тільки оптимістичними очікуваннями [4].

Таким чином, у більшості репрезентацій-проектуювань життєвого шляху відсутні перешкоди, бар'єри, ями, ріки, моря, підйоми, спуски, гори, сходи, щаблі та ін., які тією чи іншою мірою присутні у житті людини. Ми вважаємо, що у більшості юнаків у несвідомому або частково усвідомленому не існують уявлення про скрутні обставини, що вимагають значних зусиль і часу, а також вимагають «зниження», «спуска», пов'язаних з ризиком падіння, тобто у юнаків в наявності феномен «нереалістичного оптимізму». Отже, «ілюзорний оптимізм відносно майбутнього» або феномен «нереалістичного оптимізму» проявляється на карті життєвого шляху через репрезентації-проектуювання.



## Список літератури

1. Аргайл М. Психология счастья. — СПб., 2003. — 271 с.
2. Гоулман Д. Эмоциональный интеллект. — М., 2008. — 478 с.
3. Зелигман М. Как научиться оптимизму. — Москва: а.о. «Вече», 1997.
4. Киреева З. А. Дифференциация уровней отражения времени в сознании: Монография / З. О. Киреева. — Одесса: Пальмира, 2009. — 186 с.
5. Селигман Мартин Э. П. Новая позитивная психология: Научный взгляд на счастье и смысл жизни. — М., 2006. — 368 с.
6. Титаренко Т. М. Життєвий світ особистості: у межах і за межами буденності. — К.: Либідь, 2003. — 376 с.
7. Weinstein, Neil D. (1987). «Unrealistic Optimism: About Susceptibility in Health Problems: Conclusions from a Community-Wide Sample». *Journal of Behavioral Medicine* 10 (5): 481–500.
8. Электронный ресурс: Perloff, Linda S; Barbara K. Fetzer (1986). «Self-other judgments and perceived vulnerability to victimization». *Journal of Personality and Social Psychology* 50: 502–510

**З. Д. Киреева**

### **ПРОЯВЛЕНИЕ ФЕНОМЕНА «НЕРЕАЛИСТИЧЕСКОГО ОПТИМИЗМА» В СТУДЕНЧЕСКИХ РЕПРЕЗЕНТАЦИЯХ-ПРОЕКТИРОВАНИЯХ ЖИЗНЕННОГО ПУТИ**

#### **Резюме**

В статье показано, что феномен «нереалистического оптимизма» проявляется в репрезентациях-проектированиях жизненного пути и влияет на образ желаемого будущего.

**Ключевые слова:** жизненный путь, оптимизм, репрезентации-проектирования, образ желаемого будущего.

**Z. O. Kireeva**

### **MANIFESTATION OF PHENOMENON «NONREALISTIC OPTIMISM» IN STUDENT'S REPRESENTATIONS — PROJECTIONS OF A LIFE COURSE**

#### **Summary**

The article shows that the phenomenon «nonrealistic optimism» is shown in representations — projections of a course of life and it influences an image of the desirable future.

**Key words:** life course, optimism, representation — design, an image of the desirable future.