

Як основний принцип оптимізації функціонування цього комплексу визначено мінімізацію затрат необхідних ресурсів для забезпечення ефективної трансформації асоціальних практик проблемної молоді в просоціальні практики її нового способу життя. Виділено такі критерії оптимальності цього процесу: системність, цілісність, гармонійність. Також з'ясовано показники оптимальності функціонування даного комплексу, такі як завершеність трансформації асоціальних практик у просоціальні; успішність вирішення нагальних життєвих завдань; сформованість нового просоціального способу життя молоді людини та її відповідальності за себе і свій життєвий світ.

2.2. Керування ризиками як фактор життєтворення особистості

2.2.1. Проблема керування ризиками: реалії соціального простору

Стрімкий розвиток технологій та активне їх використання для задоволення потреб людини ставлять сучасну особистість у досить складну когнітивну ситуацію, коли ухвалення будь-якого, навіть буденного, рішення стає для людини ризиковою справою. А коли йдеться про вибудовування життєвої траєкторії, постановку та реалізацію життєвих завдань, то здатність ризикувати, успішно оминати життєві негаразди та вміти полювати за удачею сприймається як необхідна умова життєтворення особистості.

Коли ризик стає однією з форм раціональності, взаємодія людини із середовищем ризику фіксується в системі настановлень у вигляді поведінкової готовності діяти відповідно до умов, що склались. Отже, формується культура ризику, належність до якої вимагає постійної готовності до ймовірнісних змін та калькуляції можливостей, відкритості до різних дій та подій, позитивних чи негативних [Бек, 2000]. За висловом Е. Гідденса, відбувається актуалізація потреби “вчитися жити в умовах ризику, аналізуючи різний досвід, що дає змогу робити власне життя більш-менш стабільним” [Гидденс, 1994, с. 5].

Необхідність включати ризик у своє життя передбачає, за С. О. Кравченком, інноваційну діяльність, тобто пошук та розроблення принципово нових форм життєдіяльності [Кравченко, 2008]. Так, стаючи суб'єктом ризику, особистість усе частіше схиляється до ухвалення рішень в умовах неповного знання ситуації, без точного розрахунку, сподіваючись на удачу. Включеність людини у взаємодію з ризиком актуалізує природні захисні механізми. Соціальна значущість захисту, як зазначає М. В. Ручкіна, відображає соціальну мотивацію та настановленість суб'єктів ризику на подолання невизначеності, толерантності до невизначеності та безпечне співіснування. Отже, суб'єкт ризику долає ризик та невизначеність, вибудовуючи ймовірнісні моделі поведінки, протиставляючи невизначеності та ризику ймовірнісне реагування та ймовірнісне прогнозування [Ручкіна, 2009]. Практикуючи ймовірнісні моделі поведінки в повсякденному житті, особистість тим самим інтегрує соціальні ризики (у вигляді інновацій та нових технологій), беручи їх під власний контроль.

Таким чином, сучасне культурне середовище, в якому ризик є формою раціональності, породжує настановлення на ризик-рефлексію, що стає повсякденною практикою. У процесі постійного перетворення соціальних ризиків, за необхідності інтегрування їх у власне життя ризик-рефлексія стає одним із значущих елементів життєдіяльності людей, що позначається на особливостях життєтворення особистості.

У світі, де одні випадковості постійно змінюються іншими, у людини розвивається здатність оцінювати ризик. Аналізуючи повсякденні ризики та намагаючись ухвалювати розсудливі рішення в умовах невизначеності, людина вибудовує власні моделі досягнення життєвого благополуччя та бажаної якості життя, знаходячи безпечні для себе способи реалізації життєвих цілей. Здійснюючи аналіз та оцінку ризиків, людина керується як соціокультурними нормами та стереотипами поведінки, так і власним досвідом.

Культура оновлює успадковані з минулого цінності та норми з урахуванням тих змін, що відбуваються в суспільстві, транслює їх нинішнім поколінням, озброює людей певними стереотипами поведінки. Соціальна пам'ять лежить в основі цінностей, поглядів та норм поведінки, що проявляється в діяльності людей, переконаний російський соціолог С. О. Кравченко Так, розглядаючи ризик як

соціокультурне явище, дослідник наголошує, що в традиційному суспільстві ще не було внутрішніх, рукотворних небезпек, які породжуються якісним рухом соціуму до відкритості та використаням новітніх технологій. Отже, на зовнішні небезпеки треба було якось реагувати. Потрібно було вдаватися до колективних дій, що вимагали рішучості, сміливості. Такі катастрофи перевіряли суспільство на здатність до самозахисту. Але, як зауважує С. О. Кравченко, досі ризик не був фактором змін і не містив у собі потенційний момент вибору напрямку цих змін – ризик пов'язувався перш за все з незахищеністю людини перед природними лихами, а проблема впливу на ризики, тим паче керування ними, узагалі не поставала [Кравченко, 2006].

У традиційній культурі людина практично не стикалася безпосередньо з факторами невизначеності. Ризик не мав самостійної культурної значущості, а був побічним продуктом небезпеки. Як відмічає англійський соціолог Е. Гідденс, давніші культури, у тому числі такі, як Рим або Стародавній Китай, жили в основному минулим. Для тих ситуацій, які ми пов'язуємо з ризиком, у них існувало поняття долі, удачі або волі богів. У деяких культурах ідея раптовості як така взагалі не означувалася [Гідденс, 1994].

Отже, керування ризиками в ході життєтворення особистості є відображенням динамічних нелінійних процесів соціального розвитку, які позначаються на специфіці конфігурування соціального простору. Компонентами такого соціального простору стають “старі” і “нові” ризики. Сучасна соціальна реальність характеризується тим, що ризик, поступово набуваючи самостійної культурної значущості, більшою мірою пов'язується не зі страхом і небезпекою, а з невизначеністю та раптовістю. Якщо “старі” ризики стосуються передусім тієї частини соціуму, де домінують лінійні тенденції розвитку і відносно стійкі цінності та авторитети й ефективно функціонують традиції, то “нові”, приховані, ризики впливають на життєдіяльність усіх без винятку.

Унаслідок насиченості нашого життя великою кількістю ризиків, на кшталт результатів досягнень науково-технічного прогресу, ризики поступово перестають бути атрибутом небезпеки. Коли лінійні зв'язки між ризиками і небезпеками не усвідомлюються, це суттєво впливає на розуміння природи самого явища ризику. Російська дослідниця А. В. Мозгова запропонувала таке визначення ри-

зику: “Ризик – це явище, сутністю якого є рішення, яке суб’єктивне за своєю природою і яке не може бути інакшим. Ризик – один з проявів рішення... Небезпека не є ризиком доти, доки немає рішення діяти, незважаючи на небезпеку” [Мозговая, 2006, с. 11].

Розглядаючи ризик як явище, що має суб’єктивну природу, хотіли б звернути увагу на актуальність проблеми розмежування понять ризику і невизначеності. На думку американського економіста Ф. Найта, практична відмінність між категоріями ризику і невизначеності в тому, що в першому випадку розподіл результатів є відомим (на основі вивчення статистики попереднього досвіду), а в другому – ні. Невизначеність пов’язана із судженням або формуванням власної думки щодо майбутнього розвитку подій, і саме ці судження, на переконання Ф. Найта, а не наукові знання справляють вплив на нашу поведінку [Найт, 1994]. Ми хотіли б наголосити на цій думці. Тобто на рівні поведінки окремої людини не можна розрізнити, які саме судження (чіткі уявлення і прагматичний розрахунок можливих втрат та прибутків чи інтуїтивне відчуття удачі або небезпеки) зумовлюють ухвалення рішення діяти, незважаючи на небезпеку. Власне, відмінність між категоріями ризику і невизначеності, за Найтом, у тому, що в першому випадку розподіл результатів є відомим (на основі вивчення статистики попереднього досвіду), а в другому – ні. Так, дослідник наголошує, що ми говоримо про “ризик” втрати і “невизначеність” виграшу [там само]. Унікальність випадку не має жодного значення, якщо ми чітко знаємо, скільки можемо отримати за певної кількості спроб. Отже, обчислити ймовірність для одиничного випадку не завжди можливо. Однак, зазначає Найт, єдиним винятком може бути рішення, від якого залежить доля (або життя) людини. На ставлення до ситуації, на його думку, може впливати важливість і частота повторювань схожих ситуацій протягом життя. Говорячи про формування людиною свого судження щодо ситуації, Найт визначає тотожність цього процесу визначеністю ймовірності. Характерним для обох процесів є наявність як відомих факторів (здатність індивіда виносити точні судження, яка є більш-менш незмінною), так і справді випадкових факторів, що варіюють від одного випадку до іншого [там само].

Як бачимо, постійно стикаючись із ризиками в ході побудови життєвих планів та постановки життєвих завдань, сучасна людина

змушена, з одного боку, долати невизначеність, аналізуючи актуальні ситуації та події, а з другого – передбачати та враховувати раптові події, включаючи їх у модель бажаного майбутнього. Отже, в середовищі суцільної невизначеності і нестабільності, де панує дефіцит функцій цілепокладання, планування та програмування життєвого шляху, людина намагається відшукувати інші способи самоорганізації та життєтворення.

Нарешті, якщо за відправне поняття в нашому дослідженні взяти розуміння ризику як суто суб'єктивного рішення діяти, незважаючи на небезпеку, то у людини, яка звикла вважати себе автором власного життя, практично немає вибору – ризикувати чи ні. Виникає подвійний зв'язок, з одного боку, між чистою суб'єктивністю, яка начебто повинна виявлятися у свободі вибору, і жорсткою заданістю дискурсом ризику – з другого.

Спираючись на вищезазначені характерологічні особливості такого явища, як ризик, зауважимо, що феномен керування ризиками не можна описати, апелюючи тільки до суто психологічних теорій. Звідси логічно випливає, що ризик слід вивчати релевантними науковими методами, тобто спираючись на принципи постнекласичної методології, яка дає змогу досить вільно використовувати різні контексти та різні парадигмальні конфігурації.

Дотримуючись обраної нами логіки проведення дослідження феномена керування ризиками як фактору життєконструювання особистості, зосередимося спочатку на таких питаннях: чи справді ризик і невизначеність є настільки нестерпними для людини?; чи є в сучасній соціально-психологічній науці дієві способи роботи з такими явищами, як ризик і невизначеність?

На переконання П. Бурдьє, суб'єкт реалізує свідому, цілеспрямовану практику, підпорядковуючись певному правилу. Описуючи логіку здійснення стратегії, тобто своєрідної системи практик, дослідник говорить про такі феномени, як практичне почуття, габітус, стратегії поведінки [Бурдьє, 1995].

Габітус (*habitus*) – базове поняття соціологічної концепції П. Бурдьє – визначається ним як система диспозицій, що породжує та структурує практику агента і його уявлення. Габітус є продуктом історії, що виробляє індивідуальні та колективні практики. Він зумовлює активну присутність минулого досвіду, який існує в кожному організмі у вигляді схем сприймання, мислення і дій та гаран-

тує “правильність” практик, їхню надійність з погляду формальних правил та усталених норм. Така система диспозицій, переконаний дослідник, відображає принцип наслідування та регулярності, який дає змогу спонтанно орієнтуватись у соціальному просторі та реагувати більш-менш адекватно на події та ситуації. Як продукт певного типу об’єктивної регулярності, габітус здатен породжувати “загальноприйнятні” манери поведінки (і тільки їх), які з найбільшою імовірністю будуть позитивно прийнятими, тому що вони об’єктивно пристосовані до логіки певного поля діяльності [там само].

Габітус, за Бурдьє, є “продуктом характерологічних структур певного класу умов існування, тобто економічної та соціальної необхідності і родинних зв’язків або, точніше, суто родинних проявів цієї зовнішньої необхідності (у формі розподілу праці між людьми різної статі, навколишніх предметів, типів споживання, відносин між батьками, заборон, турбот, моральних уроків, конфліктів та ін.)” [там само]. Отже, габітус здатен продукувати певний вид практики, класифікувати навколишні предмети і факти, оцінювати різні практики та їх продукти (те, що зазвичай називається уподобанням), що знаходить прояв у стилях життя.

Звісно, під час вибудовування власного майбутнього в соціальному просторі ризиків на особистість покладається все більше відповідальності за ухвалення рішень, які мають мінімально припустимий ризик. Успішність та продуктивність людини в умовах ризику безпосередньо пов’язані з її здатністю ухвалювати розсудливі рішення, порівнювати різні варіанти дій та обирати ті, що найбільш повно відповідають її цілям, оцінкам та системі цінностей.

Узагалі, вироблення рішень виконує структуроутворювальну роль у керуванні ризиками. Функція контролю за ризиками реалізується як на рівні соціальних інститутів, об’єднань, так і на рівні окремої особистості. Беручи на себе відповідальність наглядати за ризиками, кожна людина тим самим проявляє індивідуальне творче начало, мистецтво керівника. Значущими стають такі якості, як уміння знаходити і розставляти пріоритети, проявляти гнучкість у пошуках компромісів, бути твердим і наполегливим. Отже, процес керування ризиками є особливою формою мистецтва як вільної творчої діяльності, що поєднує прийоми ремесла та професійні навички [Патракова, 2010, с. 84].

Зіткнення з ризиком завжди дає людині альтернативу вибору – як кажуть, “пан або пропав”. Але людина не завжди готова прийняти цю альтернативу, наважитися зробити крок уперед, “піти на удачу”. І хоча більшість людей не схильні до ризику і кращим для себе вважають міцно тримати синицю в руках, аніж полювати за журавлем у небі, останнім часом усе більше людей демонструють ризиковані, небезпечні форми діяльності та взаємодії.

Спробуємо спочатку описати ризик і невизначеність за допомогою психологічної термінології. Сподіваємося, що це дасть нам змогу віднайти природні взаємозв'язки між потягом, настановленням, готовністю до ризику і процесом керування ризиками. Л. Шмідт виділяє три складові готовності до ризику [Schmidt, 1985]:

1) психологічну, пов'язану з готовністю протистояти загрози власної тілесної недоторканності;

2) соціальну, пов'язану з готовністю діяти незвичним чином, не оглядаючись на штампи чи схвалення інших;

3) фінансову як готовність до результатів ризику, які неможливо підрахувати, або недбале ставлення до грошей.

Готовність до ризику, з одного боку, розглядається в контексті ризикованості як особистісної властивості, що обумовлює ризиковану поведінку. Так, наприклад, у психології підприємництва схильність до ризику є професійно значущою особистісною рисою [Солнцева, 2007]. Готовність до ризику, за Г. Айзенком, – це схильність до пошуку сильних відчуттів, але вона відрізняється від імпульсивності, яка є темпераментною характеристикою.

У психологічних моделях ухвалення рішення про ризик говорять у контексті ситуацій, де невизначеність результату більшою мірою залежить від суб'єктивної невизначеності, ніж від зміни зовнішніх обставин. Психологічний фактор ризику вбачається в недосягненні мети або неможливості суб'єкта контролювати наслідки здійсненого вибору. Отже, ризиковані рішення є необережними на противагу обережним і раціональним [там само].

Існують певні психологічні закономірності ризикової поведінки залежно від мотивації досягнення успіху або уникнення невдачі. Люди докладають більше зусиль та усвідомлюваної обережності в детерміністських ситуаціях порівняно з тими, що пов'язані із шансом або можливим успіхом. Отже, люди, спрямовані на досяг-

нення успіху, надають перевагу середньому рівню ризику, а ті, що мають мотивацію уникнення невдачі, навпаки, обирають завдання з низьким або високим рівнем ризику.

Отож чому одні люди приймають ризик, активно включаючись у ситуації, пов'язані з ризиком, а інші – ні?

У межах моделі ризику В. А. Петровського причину “ризикованості” суб'єкта слід шукати в особливостях особистісної активності. Готовність до ризику є динамічним утворенням, що визначається активністю самого суб'єкта, а не його раціональністю або ірраціональністю. Тракуючи поведінку людини як феноменологію непрагматичної активності назустріч небезпеці, дослідник розглядає психологічні механізми ризику не в контексті ухвалення раціональних рішень, а перш за все в мотивації людини, що піддає себе небезпеці, іде на ризик. Центральною ідеєю цієї концепції є ідея неадаптивності [Петровский, 1992]. Автор концепції зауважує, що при програванні уявних наслідків небезпечної або забороненої дії виникає страх (неспокій, тривога та ін.). За таких умов мисленнєвий образ ризикованої дії перетворюється на реальну причину руху назустріч небезпеці. При цьому здатність суб'єкта оберігати себе від “ірраціональних” імпульсів прагнення до небезпеки нібито блокується. Отже, дослідник стверджує, що в ситуації небезпеки адаптивному імпульсу до втечі на кожному рівні протистоїть неадаптивний “порив” до небезпеки. Перемога адаптивного над неадаптивним імпульсом веде до відмови від ризику. Домінування захисної реакції над орієнтувальною, цінностей ризику над цінностями здорового глузду зумовлює відмову від ризику. Так, баланс між захисними та орієнтувальними реакціями індивіда на певну загрозу є фактором “вмикання” більш високого рівня регуляції поведінки, який відповідає індивідуальному досвіду суб'єкта, коли актуалізується ціннісний рівень регуляції.

Цінності ризику в європейській культурі, на думку Петровського, завжди поєднуються з ціннісно зумовленою можливістю обережної поведінки. Інакше кажучи, цінності ризику не функціонують у вигляді загальноприйнятих норм, як і цінності розсудливості та обережності. Завжди є можливість урівноважування ціннісного стимулювання як обережної, так і ризикованої поведінки. Таким чином, у своїй концепції ризику дослідник розглядає непрагматичну активність як готовність виходити за межі ситуаційних обме-

жень, а іноді як готовність ставити цілі, що передбачають перевірку особистісних властивостей та можливостей, або займати позицію усвідомленого контролю над можливостями перетворення ситуації власними рішеннями та діями.

На нашу думку, теорія непрагматичної активності В. А. Петровського найбільшою мірою наближає нас до розуміння процесу керування ризиками під час вибудовування особистістю орієнтирів власного життя. Тож вважаємо, що однією з функцій керування ризиками є усвідомлений контроль над перетворенням актуальної життєвої ситуації, виходячи з власної активної життєвої позиції та моральних принципів людини.

У наш час, із наближенням до реальності постмодерну, можна говорити про досить високу ймовірність появи цивілізаційних ризиків, наслідками яких можуть бути різного роду технологічні, екологічні та соціальні катастрофи, що фактично створюють реальну загрозу життю людства. Також можна говорити про те, що людина стає загрозою для самої себе, оскільки перетворюється на безжалісного знищувача всього живого і, врешті-решт, самої себе.

Отже, ризомна особистість постмодерну, яка відкрита до споживання всього цікавого, нового та яскравого і яка легко використовує усі новітні духовні та психологічні технології для розширення і переконструювання власного життєвого світу, демонструє підвищену ризиковість. Таку ризиковість суб'єкта, спираючись на науковий доробок В. А. Петровського, ми будемо вважати особливим проявом індивідуальної життєвої активності людини.

Перебираючи на себе відповідальність за перетворення ситуацій невизначеності, особистість виходить на новий рівень саморегуляції в процесі ухвалення рішень і демонструє готовність “підстерігати” удачу раціонально, тобто йти на виправданий ризик. Виправданий (обґрунтований, раціональний) ризик є проактивним регулятором і стоїть на одному рівні з процесами цілепокладання та ціледосягнення як найбільш усвідомлюваними рівнями саморегуляції в процесі ухвалення рішень [Солнцева, 1999]. Під виправданим ризиком розуміють вибір, коли реалізація мети не перевищує прийняттого рівня негативних наслідків для морального, психологічного, фізичного стану людей та їхнього здоров'я. Невиправданий ризик – це ризик, рівень якого не є виправданим під кутом зору економічних та соціально-психологічних факторів. Ризик не є

виправданим, якщо він може призводити до загрози життю багатьох людей. Важливим аспектом у прийнятті виправданого ризику слід вважати сприйняття та усвідомлення небезпеки.

Особистість, що безупинно інтерпретує власну історію життя, вишукуючи нових слухачів, як реальних, так і віртуальних, іноді створює власноруч свій паралельний світ, ту ідеальну мережеву реальність, де можна мати абсолютно відданих друзів та реалізовувати всі свої потаємні і глибинні бажання. Така особистість непомітно для самої себе потрапляє в полон власних бажань і пристрастей та, прагнучи спокійного і безтурботного життя, згодна грати в усі ігри, які пропонує простір постмодерну. Підкоряючись цьому новому дискурсу бажань та пристрастей, особистість конструює власне життя поза межами будь-якої раціональності. У світі ризиків не існує раціональних рішень, тут працюють, умовно кажучи, тільки мотиви і потяги, які й провокують людину все частіше довіряти ризику, ухвалювати незвичні, нестандартні рішення, зважуватися на нерозсудливі вчинки.

Отже навіщо людина, що має адекватний інстинкт самозбереження, свідомо наражається на небезпеку, сама накликає на себе лихо? Якщо такі її дії й справді є виправданими, то чи не ведуть вони до неадаптивної поведінки? Щоб відповісти на ці запитання, передусім треба визначитися, з чим саме ми маємо справу. Тобто чому, коли людина свідомо та цілком аргументовано (звичайно мається на увазі знов-таки суб'єктивна аргументація, де очікування та оціночні судження значущого оточення до уваги не беруться) потрапляє в якусь пригоду, ми говоримо про неадаптивну поведінку, а саме: "з ним, чи з нею, щось не те!".

Спробуймо відшукати аргументи на захист класичної психології та прихильників здорового глузду. Отже, адаптація із психологічного погляду – це процес пристосування, налаштування, включення в актуальну життєву ситуацію в широкому розумінні цього слова. На жаль, побачити наочно процес адаптації людини неможливо. Можна тільки говорити про загальні закономірності міжособової взаємодії в тих чи інших групах, певних ситуаціях, а також про стадії цієї взаємодії, тобто прояви когнітивного спілкування (термін В. П. Казміренка) окремої людини або спільноти. Виходячи з такого розуміння соціально-психологічної адаптації особистості, зрозумілим стає, чому в поле зору науковців усе час-

тіше потрапляє проблема здатності людини утримувати оптимальний баланс між досягненням психологічного комфорту, збереженням психологічного здоров'я, підтриманням власної життєстійкості і реалізацією авторського життєвого задуму.

Звідси випливає, що всі взаємодії суб'єкта, його спрямованість та характер його спілкування мають на меті тільки одне – уникнути дискомфорту, усунути невизначеність. І все це заради досягнення бажаної мети! Таким чином, ми поступово відходимо від буквального прочитання концепції неадаптивності В. А. Петровського, окреслюючи відтак як провідне завдання нашого дослідження вивчення механізму проактивної регуляції в процесі життєтворення.

Виходячи з концепції проактивної регуляції діяльності, *керування ризиками можна вважати процесом перетворення невизначеності*. Характер і глибина цих перетворень залежить від таких індивідуально-якісних характеристик особистості, як здатність сприймати та усвідомлювати небезпеку. Тому цілком зрозуміло видається наша увага до тих концептуальних положень, які використовують у вивченні процесу ухвалення ризикованих рішень – таких, що зазвичай приймаються в нестандартних, іноді екстремальних життєвих ситуаціях. Так, О. В. Вдовіченко визначає характеристики ризику як процесу прийняття ризику:

1. Ризик є когнітивним явищем, “програвання” кожного його етапу відбувається “внутрішньо”, але оцінюють його за конкретними діями. Важливу роль відіграють при цьому механізми ідентифікації, збереження та вивільнення, що лежать в основі укорієних звичок. Отже, певний ризик стає для людей звичним, як, наприклад, керування автомобілем на високій швидкості.

2. Ризик – це процес, під час якого в когнітивній системі відбувається певне маніпулювання знаннями. Мається на увазі, що люди ризикують свідомо і добровільно. Однак у багатьох ситуаціях ці рішення вибудовуються практично автоматично, на основі звичок та власного досвіду. Однак коли трапляється нова ситуація або відбуваються зміни в рутинних завданнях, ухвалення рішення стає більш складним.

3. Ризик має певну спрямованість, а його результати проявляються в діях, які прояснюють деякі питання або сприяють їх усвідомленню [Вдовіченко, 2009].

Наведені характеристики ризику дають підстави говорити про певну відносність ризику для конкретного суб'єкта. У соціумі завжди існують небезпечні ситуації, загально визнані для суспільства, але не завжди саме ці ризики приймає та усвідомлює суб'єкт, тому одні ризикують, а інші – ні. Тобто ризик є індивідуально-якісною характеристикою, яку треба розглядати під кутом зору усвідомлення небезпечних умов суб'єктом і як наслідок прийняття чи неприйняття цих умов. У такому розумінні можна говорити лише про ризиковану поведінку суб'єкта, хоча сам суб'єкт, можливо, і не усвідомив свій вибір. Суб'єкт, який потрапив у небезпечну ситуацію та прийняв її, тим самим погодився на ризик, прагнучи не тимчасового або часткового покращення умов, а повного перетворення ситуації. Наступний стан суб'єкта не завершує ризик, а лише перериває його. Подальший розвиток подій веде до нових проблем, і черговий ризик стає неминучим. Ризик розглядається як спосіб здійснення перетворень [там само].

Отже, у життєтворенні особистості ризик має процесуальний характер і представлений у таких фазах:

- наявність усвідомлюваної чи неусвідомлюваної небезпечної ситуації;
- ухвалення рішення діяти в даній ситуації;
- вибір стратегії і тактики операції;
- реалізація рішень задля досягнення мети за наявності ризику (операції можуть бути реалізовані частково, у повному обсязі, призупинятися в дії).

Іноді, як слушно зазначає О. В. Вдовіченко, і справді потрібно йти на виправданий ризик, свідомо залишаючи власну зону комфорту для того, щоб певним чином оздоровити себе і своє життя, щоб побачити нові обрії [там само].

Говорячи про роль ризикованих рішень у процесі життєтворення, доречно також згадати тифоаналітичну теорію потягів Ю. В. Вагіна. Дослідник розглядає біотермодинаміку, закономірності змін в онтогенезі та феномен активності, так звану авітальну активність, спрямовану на згортання або припинення життя [Вагин, 2004]. Виходячи з цієї концепції, у людини протягом життя працює певна “система хроніфікації життя”, яка не має самостійної спонукальної сили (потягу). Вагін висновує, що ця система слу-

життя не самозбереженню особи, а обмеженню, пригальмовуванню активності, спрямованій на прискорення процесу проживання життя (вмирання). Час життя і його проживання ми тлумачимо тут виключно у психологічному розумінні. Відповідно, говорячи про хроніфікацію життя, ми не маємо на увазі якісь конкретні числові значення і вікову періодизацію та структурування ключових життєвих подій.

Отже, життєтворення сучасної технологічно обізнаної людини вибудовується в тривимірній системі координат, структурними одиницями якої є: активна життєва позиція людини (здатність швидко ухвалювати оригінальні та дієві рішення); рівень та якість її життєстійкості; природна хроніфікація особистого життя людини (швидкість проживання власного життя). Нарешті, оптимальним для особистості буде життєконструювання, організоване за *принципом керування ризиками*. Таким принципом є неадаптивна активність, тобто самомотивована активність, мета якої – збереження особистісного хронотопу життєконструювання, узгодження часу життя та соціального простору можливостей та ризиків.

З огляду на те, що сучасна соціальна реальність зумовлює актуалізацію проактивної регуляції, керування ризиками можна розглядати як одну з провідних функцій життєтворення. Керування ризиками як процес перетворення невизначеності має певні особливості. По-перше, ризик інтегрується в життєвий простір людини і постає як виправданий та усвідомлюваний; по-друге, від реалізації функції мінімізації ризиків залежить успішність самопізнання особистості та її самопобудови в процесі життєконструювання.

2.2.2. Мінімізація ризиків, соціально-психологічна безпека та стабільність особистості

Якщо ризикування стає сьогодні звичною соціально-психологічною практикою конструювання життя, то як підтримується оптимальна для особистості швидкість життєконфігурування? І, продовжуючи думку Т. М. Титаренко, можна поставити запитання: як у хаосі життєпобудови підтримується потреба особистості в стабільності, яка тимчасово поглинається стрімкістю руху? [Титаренко, 2013а].

Отже, коли природний пристрій, що регулює швидкість руху особистості життєвим шляхом, не працює, – і в даному випадку не

важливо, з яких саме причин, – життєконструювання особистості відбувається вільно і спонтанно. Людина потрапляє в потік, який її несе. І доводиться сподіватися тільки на удачу, щоб потрапити у “гольфстрім”. Перебуваючи в цьому потоці, де немає природної життєво необхідної хроніфікації життя, людина відчуває, що час ніби розчиняється, і в неї з’являється відчуття зависання, випадіння з реальності. Якщо не увімкнути так звану систему навігації і не вивести людину з цього “мертвого” простору, вона так і буде мандрувати створеними нею ж самою життєвими світами, поступово “вбиваючи”, власноруч скорочуючи психологічний час свого життя.

Така невтішна перспектива навряд чи когось може задовольнити. Але для особистості, що вибудовує власне життя в просторі соціальних ризиків, досягнення абсолютної безпеки і захищеності є практично невіршуваним завданням. Адже якщо ставити на перший план цінності безпеки та комфортабельного існування, то в людини поступово укорінюється споживацьке ставлення до життя. Така людина і справді цінує власний комфорт як продовження самої себе, як свою “другу шкіру” [Патракова, 2010].

Раніше безпека розглядалася перш за все як безпечність здоров’я (що й становило пріоритетну турботу держави), а сьогодні людина турбується насамперед про власну економічну безпеку. Страх втрати звичних умов існування стає страхом втрати себе, створюючи суттєву загрозу для ідентичності, оскільки економічна безпека може ставати часом навіть важливішою, ніж втрата життя, громадянських прав та свобод [там само]. Отож феномен мінімізації ризиків більше представлений в економічних теоріях керування ризиками, ніж у соціально-психологічних. Економічне розуміння керування ризиками базується на таких поняттях, як корисність, регресія та диверсифікація. Головними методами ризик-менеджменту є відмова від ризику, його зниження, передавання та прийняття ризику.

Методи мінімізації ризиків представлені також у здоров’язберігальних технологіях, що реалізуються в соціальному та психологічному напрямках. Наведений опис найбільш поширених способів та методів мінімізації ризиків безпосередньо підводить нас до розуміння феномена керування ризиками.

Термін керування має кілька значень. Відповідно до Вікіпедії керування є сукупністю цілеспрямованих дій, що полягають в оці-

нюванні ситуації та стану об'єкта керування, вибиранні керівних дій та їх реалізації [див.: <https://uk.wikipedia.org/wiki>]. Виходячи з цього визначення, процес керування охоплює три підпроцеси: оцінювання, вибір, реалізацію.

Отже, у процесі життєтворення загрозою є не сам ризик, тобто раптові несподіванки як позитивного, так і негативного характеру, а хаотичність та безконтрольність життєвих виборів. Зрештою, можна говорити про певну теоретичну модель мінімізації ризиків у процесі життєконструювання. Можна припустити, що процес мінімізації ризиків є певним способом взаємодії, контактування з раптовою ситуацією, різновидом такого процесу життєконструювання, як діалогівання. Спробуймо дати визначення цього життєво необхідного процесу.

З огляду на все вищесказане мінімізація ризиків – це процес, який обумовлюється виключно мотивацією до самотрансформування. Природа самотрансформацій закладена як у звичках ризикування, так і в можливостях реалізації оперативних життєвих рішень. Отже, мінімізація ризиків можлива завдяки здатності особистості змінювати й трансформувати інтерпретативні схеми оцінювання раптової ситуації.

До основних способів трансформації інтерпретативних схем, зменшення частки помилкових суджень під час аналізу ризиків ми б віднесли впевненість у можливості особистісного зростання. Ця впевненість перш за все зумовлена таким соціально-психологічним явищем, як довіра. За Е. Гідденсом, довіра в соціологічних теоріях є дієвим способом зниження або мінімізації ризику: “Там, де є довіра, хоча б потенційно існують альтернативи дій. Якщо альтернативи дії не беруться до уваги, індивід перебуває в ситуації впевненості, коли він реагує на звинувачення інших, на відміну від ситуації довіри, де відбувається взяття частки провини на себе” [Гідденс, 1994]. Дослідник вважає, що довіру слід розглядати в поєднанні з ризиком, де ризик є результатом рішень та діяльності індивіда. На його думку, соціальна дія виникає в результаті ухвалення рішення, що ґрунтується на довірі до соціальної системи, а брак довіри може призвести до деструктивних наслідків для цієї соціальної системи. Отже, сьогодні довіра до соціальної системи – це довіра до ризику, а розвиток толерантності в усіх сферах суспільного життя відкриває нові можливості для впливу та керування ризиками [там само].

На наше глибоке переконання, в умовах соціально-політичної трансформації українського суспільства саме довіра стає соціально-психологічним ресурсом мінімізації та зниження ризиків.

Розглядаючи довіру як соціально-психологічне явище, Т. П. Скрипкина зауважує, що вона передує самій взаємодії, тобто безпосередньо активності. Активність людини так само передбачає наявність довіри не тільки до світу, а й до себе. Дослідниця вважає, що завдяки такій властивості довіри, як апіорність, вона, з одного боку, пов'язана із ризиком, а з другого – потребує дослідної перевірки (чого не потребує справжня віра). Отож, виникаючи в суб'єктивному, внутрішньому світі особистості, довіра може проявлятися і коректуватися тільки завдяки активності людини. Тому довіра існує як певне відношення, а проявляється, так би мовити, між людиною та об'єктом у момент взаємодії [Скрипкина, 2000].

У соціально-психологічному значенні довіра є самостійним видом настановлення-ставлення, а її відображенням – співвіднесення міри довіри до світу і до себе. Довіра до світу, до себе та інших людей або проявів буття – єдиний соціально-психологічний феномен, що має схожі умови виникнення, характеристики прояву та закономірності функціонування. Основними умовами виникнення настановлення довіри є ситуативна значущість тієї частини світу, з якою індивід має намір вступити у взаємодію, та її оцінка як безпечної (надійної) [там само].

У різних сферах життя людина проявляє різну ступінь довіри до себе, що залежить від співвідношення значущості настановлень щодо власної суб'єктності і конкретних умов, які транслює світ. Отже, говорячи про довіру до себе, слід враховувати такі формально-динамічні характеристики: міру, вибірковість та парціальність. Умовами, що викликають довіру до себе, є значущість власної суб'єктності для особистості та прогнозування певного рівня безпечності, особистісного статусу, репутації, тобто ступінь усвідомленого ризику виявляється у спланованому вчинку. Масштаб, або радіус, “виходу за межі себе”, що передбачає певну міру довіри до себе, пов'язаний з ризиком. Ризик може бути зумовлений внутрішніми (людина ризикує зайти в суперечність із самою собою) або зовнішніми (зміна ставлення з боку оточення) причинами [там само].

Людина завжди прагне гармонії зі світом, відповідності йому, а тому в разі порушення цієї відповідності вона робить вибір: збіль-

шити міру довіри або до світу, або до себе. Саме цим вибором і визначається та чи та стратегія її поведінки. Переважання довіри до світу є основою адаптивних форм активності, а переважання довіри до себе – основою неадаптивної поведінки. Сутність довіри до себе полягає у ставленні до власної суб'єктності як до значущої. Довіра до себе як суб'єктний феномен особистості має відносно самостійний статут, тому що завжди поєднується з довірою до світу. Саме тому абсолютизація довіри (недовіри) до себе призводить до аномального функціонування особистості [там само].

Довіра як соціально-психологічне явище виконує фундаментальні функції, будучи умовою всеохопної взаємодії людини зі світом, що пов'язує людину зі світом у єдину систему, забезпечуючи цілісне сприйняття минулого, теперішнього і майбутнього. Довіра створює ефект цілісності буття людини, цілісності особистості. Завдяки довірі встановлюється міра відповідності власної поведінки, ухваленого рішення, цілей, поставлених завдань як світові, так і собі [там само].

Отже, мінімізація ризику як розгортання *соціально-психологічного механізму довіри* дає змогу підтримувати діалогічність життєтворення, зберігаючи комфорт та психологічне благополуччя, “екологію” власного життя, його безпечність і стабільність.

Соціокультурні процеси переходу від традиційності та відносно стабільності суспільства до плинної реальності, для якої характерним є збільшення невизначеності, на думку Н. В. Гришиної, позначаються на зниженні ролі зовнішніх детермінант поведінки та підсиленні самодетермінації і відповідальності за власне існування. Життєві ситуації, пов'язані з можливістю втрати комфорту та психологічного благополуччя, мають ризикогенний характер. Відповідальність за власне життя проявляється не тільки в пошуку оптимальних способів самореалізації, а й у спрямованості на самостійне розв'язання психологічних проблем, що постають на шляху досягнення власних мрій та бажань. Зазвичай під психологічною проблемою розуміють дискомфорт, який переживає людина, ускладнення, які при цьому виникають, тобто все те, що заважає у відносинах, діяльності, взагалі у повсякденному житті та розв'язанні буденних проблем [Гришина, 2011].

У парадигмі класичної психології найбільша увага приділялася внутрішнім проблемам, труднощам у поведінці та відносинах

з оточенням, а головним завданням психологічної роботи було позбавлення від цих проблем. Отже, робота психоаналітиків була спрямована на досягнення внутрішньої гармонії та рівноваги, а вдалим вважалося життя, у якому вдалося знайти компроміс між вимогами соціуму і власними бажаннями. Однак зміни, що відбуваються в соціальній реальності, породжують нові проблеми, насамперед екзистенційні. За І. Яломом, є чотири життєвих факти, конфронтація з якими має принципове значення для існування людини: перший – *смерть* як найбільш імовірна, найбільш легка для усвідомлення даність; другий – *свобода* як відсутність зовнішньої структури, коли індивід несе повну відповідальність за свій світ – інакше кажучи, сам є його творцем; третій – *екзистенційна ізоляція* як фундаментальний факт існування людини, оскільки кожен з нас у самотності приходять у цей світ і так само в самотності повинен його покинути; четвертий – *безсенсовість* як необхідність вирішення людиною завдання пошуку смислу індивідуального існування [там само].

Екзистенційні проблеми, безперечно, мають універсальний характер. Вони, на відміну від звичайних психологічних труднощів, виникають унаслідок зіткнення, “конфронтації” людини з проблемами буття. Універсальний характер екзистенційних проблем виявляється в тому, що вони постійно наявні в житті людини незалежно від того, переживає вона їх у цю мить чи ні. Окрім того, універсальність виявляється в тому, що ці проблеми однакові для всіх людей, хоча й розв’язуються та переживаються індивідуально. Усі люди відкриті до цих проблем і в якийсь момент постають перед необхідністю їх розв’язувати. Екзистенційні проблеми торкаються сутнісних питань людського буття, тому повсякчас впливають на психологічне благополуччя та здоров’я людини. Базовий характер цих проблем виявляється і в тому, що вони лежать в основі інших проблем, конкретизуються в різних життєвих ситуаціях [там само].

Неможливо раз і назавжди подолати всі серйозні життєві проблеми. На кожному життєвому етапі людина повинна знаходити відповідні до свого рівня зрілості відповіді. На думку К. Юнга, значення та мета проблеми полягає не в її розв’язанні, а в постійній роботі над нею. Однак це не означає, що екзистенційні проблеми є предметом постійних роздумів і переживань людини. Вони загострюються та потребують уваги в певні періоди життя, пов’язані з

віком (наприклад, підлітковим), суттєвими змінами в ситуації (наприклад, розлучення, втрата роботи, втрата близької людини) або зростаючою потребою в перемінах, яка виникає внаслідок внутрішніх змін – життєвих пріоритетів, цінностей, планів, цілей та ін.

У цьому і полягає функція екзистенційних проблем – вони існують у нашому житті, щоб бути викликом, тривожити, змушувати переосмислювати життєві пріоритети і стосунки. Наприклад, М. Гайдеггер вважав, що саме кризові життєві ситуації є засобом вивільнення людини від повсякденності й рутинності існування та долучення до автентичності і справжності. Отже, включення людини в соціальний простір ризиків передбачає повсякденне ризикування, що актуалізує опрацювання екзистенційних проблем. Інтенсивність конфронтації з проблемами буття змушує її використовувати всі психологічні ресурси для опанування складних, часто екстремальних ситуацій.

Ресурси подолання екстремальних ситуацій, за Ф. Ю. Василюком, співвідносяться з чотирма категоріальними полями – вітальності, діяльності, свідомості, волі. Використання цих психологічних ресурсів є ключовим моментом як у саморегуляції, так і при реабілітації в екстремальних умовах [Василюк, 1984]. Так чи інакше, усі люди відчувають на собі тиск соціального простору ризиків. Отже, щоб впливати на них і не стати пасивним споживачем “інформаційного фаст-фуду”, людина завжди має займати активну, життєтворчу позицію.

Здатність утримувати контроль над ситуацією є дієвою властивістю особистості в періоди подолання нею життєвих труднощів та стабілізації життя після її перебування в екстремальній ситуації. Якщо людина впевнена у власних силах щодо здатності контролювати те, що відбувається, готова активно діяти та долати труднощі, вона, потрапляючи в екстремальну ситуацію, уже має певний психологічний ресурс життєстійкості для збереження впевненості та самовладнання. Але якщо таких резервів немає, необхідно шукати психологічні ресурси, що допоможуть відновити внутрішню рівновагу. Тобто існує ще один спосіб саморегуляції не завдяки психологічним ресурсам подолання екстремальних ситуацій, а завдяки власній екзистенції. Особистість бере на себе відповідальність за те, що відбувається “тут і тепер”, і за те, що трапиться, активізуючи таким чином свою мотиваційно-сміслову сферу. Коли

людина діє в екстремальних умовах всупереч власним переживанням, вона змінює, формує власні переконання та диспозиції [Гришина, 2011].

Отже, мінімізація ризиків забезпечує діалогічність життєтворення, зберігаючи комфорт та психологічне благополуччя особистості, екологію її власного життя, його безпечність та стабільність. Соціально-психологічним механізмом зниження ризиків можна вважати розгортання такого настановлення-ставлення особистості, як довіра. Зниження ризикогенності життєтворення відбувається завдяки стабілізації життя, утримуванню контролю над ситуацією при подоланні життєвих труднощів.

2.2.3. Соціально-психологічні практики стабілізації життєвого простору особистості

Розглядаючи таку специфічну форму діалогування, як соціально-психологічна практика керування ризиками та їх мінімізація, можемо означити *головні вектори* особистісних трансформацій і перетворень:

- власна ідентичність;
- міжособові взаємини;
- простір повсякденності (значущі життєві сфери – робота, навчання, дозвілля та ін.).

Однією з перетворювальних екстремальних практик життєконструювання є актуалізація трансформаційного потенціалу самоперетворень (див. перший розділ монографії). Т. М. Титаренко зазначає, що трансформації та перетворення мають не тільки власний простір, а й відповідну динаміку. Перебудова, перетворення, зміна меж та кордонів, наприклад, простору ідентичності неодмінно позначається на характері близьких взаємин та способах вирішення повсякденних завдань.

Відтак звернімося знову до аналізу ролі ризику в житті людини, проведеному Е. Гідденсом. Дослідник підкреслює, що в сучасному суспільстві ризик безпосередньо пов'язаний із самоідентичністю. У житті кожної людини трапляються фатальні моменти особливо значущі для її повсякденної діяльності та долі. Описуючи характеристики фатальних життєвих епізодів, Е. Гідденс зазначає, що більша частина значущої діяльності є повсякденною і рутин-

ною. Повсякденна активність у різних сферах життя зазвичай не створює проблем, однак іноді виникають особливі ситуації або епізоди, які можуть бути одночасно і значущими, і проблемними. Саме вони і відображають фатальні моменти життя [Гидденс, 1994].

Зрозуміло, фатальні моменти є наслідком плинності життя, хоч часто вони створюються і самою людиною. Це періоди, коли все змінюється під впливом декількох ключових подій. Великий ризик фатальних моментів полягає в тому, що вони загрожують онтологічній безпеці (коли, приймаючи рішення, людина усвідомлює, що наслідки будуть мати для неї або її способу життя незворотний характер). За Гідденсом, саме у фатальні моменти актуалізуються екзистенційні проблеми.

У фатальні, кризові моменти життя, які звичайно настають несподівано та раптово, часто зовсім неочікувано, людина потрапляє в ситуацію невизначеності. Способи опанування невизначеності, на нашу думку, утворюють окремий вид перетворювальних практик, спрямованих перш за все на вирішення адаптаційних життєвих завдань. Такі практики ми будемо називати *стабілізаційними*. Конструктивний і перетворювальний вплив цих практик забезпечується індивідуальними контекстами, психологічними особливостями захисту та самозахисту і виявляється саме в ситуації ризику.

Формами існування практик, за визначенням Т. М. Титаренко, є наративи і ментативи. Наративні форми представлено в текстах-оповіданнях, а ментативні – у текстах-роздумах. У наративі відтворюється подієвий спосіб інтерпретації буття, а в ментативі – процесуальний. Отже, перетворювальні практики використовуються особистістю в ментативній формі, тоді як фонові практики – у наративній [Титаренко, 2013а; 2013б; 2013в].

Виходячи з того, що керування ризиками вимагає перш за все *ефективної оцінки, аналізу ризиків та рефлексивного управління* (термін Г. В. Патракової), стабілізаційні практики доречно розглядати як наративні і ментативні форми.

Емпіричне дослідження соціально-психологічних практик стабілізації життєвого простору особистості здійснювалося за такими напрямками:

1. Попереднє збирання індикаторів для аналізу особистісних історій. (Використовувався метод незакінчених речень на тему: “Я йду на ризик...”).

2. Написання досліджуваними твору за загальними правилами складання оповідання на визначену тему.

3. Діагностика рівня життєстійкості за методикою “Тест життєстійкості”.

4. Проведення первинної статистичної обробки отриманих даних для визначення найбільш поширених подій-ситуацій, які досліджувані найчастіше пов’язують із ризиком.

5. Визначення специфіки стабілізаційних практик молоді.

Для конструювання емпіричного дослідження ми використовували якісну методологію, а саме методи нарративного аналізу. Беручи до уваги те, що в структурі нарративу відображено відповідні структури життєвого досвіду, ми створили план-схему для написання автобіографічного епізоду. Цей план-схему було розроблено з урахуванням основних нарративних правил: цілісність і завершеність, згущення і деталізованість [Журавлев, 1993–1994].

Змістове наповнення плану-схеми ми визначали, спираючись на такі особливості конструювання інтерпретативних схем оцінювання “позаштатних” ситуацій:

- сканування власних інтерпретаційних шаблонів сприймання ризику;
- самооцінка рівня власної безпорадності перед актуальною подією, ситуацією;
- самооцінка готовності до взаємодії з близьким оточенням;
- здатність до рефлексії та саморефлексії;
- готовність до рішучих змін (випробування);
- самооцінка готовності до впливу на схожу ситуацію або подію.

Отже, досліджуваним було запропоновано описати автобіографічний епізод, пов’язаний з необхідністю ризикнути заради досягнення бажаного та очікуваного результату. Обираючи теми для автобіографічних описів, ми виходили з припущення, що коли людина стикається з ризиком і коли під загрозою опиняються її бажання, мрії та надії, її екзистенційні очікування, то їй потрібно якось контролювати посталі ризики. Способи розв’язання цієї проблеми і представлено в стабілізаційних практиках життєконструювання. Аналіз автобіографічних епізодів, які описують події з високим ступенем ризику, коли під загрозою опиняються екзистенційні

очікування особистості, дає змогу визначити особливості розгортання персональних форм стабілізації життєвого простору. Від того, як буде вирішено ризиковану ситуацію, залежать подальша життєва траєкторія та стратегія саморозгортання особистості.

Екзистенційні очікування, за О. Є. Сапоговою, є формами ідеального проектування можливого для даної людини типу бажаної події, очікування саме її в контексті життєвих подій, що вже відбулися. Утім, постали ризики актуалізують не тільки екзистенційні очікування, а й екзистенційні проблеми. Виходить, створюючи ризик-нарратив, людина усвідомлює небажані ризики, увиразнює власні мрії та бажання, знаходить способи оздоровлення себе і свого життя. Сама раптова ситуація або значуща життєва подія окреслюють горизонти бажаного майбутнього, так би мовити, виводять мрії та бажання із загального життєвого контексту, із фону повсякденності в конкретні життєві орієнтири та вектори саморозгортання, створюючи умови для набуття досвіду організації екологічного життєвого простору. Ризик-нарратив дає також змогу певним чином перевірити на міцність, надійність та відповідність актуальний життєвий проект особистості.

Групу досліджуваних утворили студенти 3-го курсу факультету психології (спеціальність – соціальна робота) Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Вік досліджуваних становив 18–20 років. Зауважимо, що перевагою молодого віку є готовність до змін, толерантність до інновацій та мобільність в ухваленні рішень. Молодь схильна свідомо надавати ризикованим діям ситуативної значущості та безпечності, завдяки чому здатна вдало опанувати прогресивні, технологічні способи взаємодії із соціальним оточенням. Так, у ситуації соціально-економічних перетворень сучасна молодь зазвичай демонструє активність та винахідливість, розв’язуючи складні життєві проблеми.

Аналізуючи отримані тексти (28 ризик-нарративів), ми дотримувалися певного алгоритму. На першому етапі аналізу було виділено нарративні одиниці (життєві події), в яких реалізується функція керування ризиками. Адже подію, зауважує О. Є. Сапогова, можна розглядати як когнітивний конструкт, що відіграє роль посередника, “медіума” між досвідом і мовою. Водночас подія є і герменевтичним інструментом для перетворення досвіду або уявлення у вербальні структури (а також метафори), які людина використовує

для того, щоб говорити про досвід у своїх розповідях, усвідомлювати, підпорядковувати і транслювати його [Сапогова, 2007].

У результаті означилися такі життєві епізоди, що мають певний наративний потенціал для розвитку ризик-рефлексії та формування навичок рефлексивного управління власним життям:

- пригода під час відпочинку;
- туристичний похід;
- азартна гра;
- вибір місця навчання (вступ до ВНЗ);
- припинення, розрив стосунків;
- випробування під час навчання, перевірка власних здібностей (професійних, особистісних).

На основі аналізу прикладів інтерпретації означених життєвих подій ми визначили такі *інтерпретативні моделі сприймання ризику*:

- пригодницьке ставлення до ризику, коли ймовірність небезпеки при ухваленні рішень не враховується; відбувається ігнорування ризику заради емоційного задоволення;
- ігрове ставлення до ризику, коли ухвалення рішення відбувається за принципом “пощастить – не пощастить”;
- зважене ставлення до ризику, коли рішення ухвалюється на основі ретельного оцінювання та зважування всіх ресурсів;
- ставлення до ризику як до випробування, коли ризик є “вибухом”, необхідним для подолання складної ситуації.

Наступним кроком нашого аналізу стало визначення особливостей наративізації ризику. Наративізацію ми розглядаємо як специфічний тип інтелектуальної діяльності, що передбачає свідоме наповнення сенсом того, що само по собі не є її носієм [там само]. Було виділено такі категорії ризик-наративів:

- ризик як пригода;
- ризик як гра;
- ризик як реалізація життєвого вибору (реалізація оптимальної альтернативи);
- ризик як набуття досвіду (випробування себе).

Отже, у структурі ризик-наративу закладено ресурси психологічного самозахисту, відновлення та певного оживлення життєвого простору.

Проаналізуємо тепер кожний вид ризик-наративу окремо.

Сприймаючи *ризик як пригоду*, людина практично не усвідомлює небезпеку, оскільки орієнтована при цьому на отримання нового досвіду, задоволення власної цікавості. Пригодницьке ставлення до ризику є сприятливим тлом для вибудовування відкритих, довірчих стосунків із значущим оточенням. Можливо, саме тому учасниками ризикованих пригод часто стають близькі друзі. Як до прикладу, звернімося до таких фрагментів текстів: *“Відпочивала в селі у подружки, вона навчила мене плавати... ми вирішили переплисти озеро... глибина була велика, та плавала я погано, але мета мені сподобалась... до того як почали плисти, подруга запевнила, що вона знає як рятувати... але в небезпечний момент вона стала від мене відбиватися... зараз згадую це як веселу подію”*.

Здатність сприймати ризик як пригоду є особливістю дитячого віку. Маленька дитина ще не може об'єктивно оцінити ступінь небезпеки і цілком покладається на значущих інших, задовольняючи свою цікавість. У підлітковому віці, коли актуалізується потреба в отриманні екстремального досвіду, теж виникає переживання ризику як пригоди, але це переживання суттєво відрізняється від дитячого. Студентські інтерпретації серйозного ризику як простої пригоди – це, мовою транзактного аналізу, фіксація на своїй “внутрішній” дитині. Така фіксація є досить дієвим відновлюваним психоемоційним ресурсом, але зовсім не конструктивна, коли виникає потреба взяти на себе хоча б часткову відповідальність за негативні наслідки подій.

Наступна інтерпретативна модель ризику характеризуються тим, що *людина сприймає ризик як гру*, а себе ідентифікує як гравця, котрий добре орієнтується в ситуації та впевнено почувається, незважаючи на небезпеку. Усвідомлення ризику стає можливим завдяки аналізу власних шансів та ймовірності виграшу з урахуванням можливих збитків та втрат. Приклад: *“Час від часу я граю в покер-онлайн, ця гра відбувається в реальному часі, на реальні гроші... я обережний гравець... покер – гра непередбачувана... сильні карти на першому колі не означають, що в кінці ти вигратиш, але, зваживши всі ризики, я підвищила ставку і врешті виграла... я вважаю, що в житті варто ризикувати, але треба бути впевненим, що це того варте, зважаючи на власні сили та ситуацію”*.

Власне кажучи, сприйняття ризику як гри може бути сприятливим тлом для самовдосконалення та зміцнення впевненості у

власних силах. Але надмірна захопленість ризиком, певна центрованість на власній удачі загрожують відчуженням, замиканням у власному світі і врешті-решт можуть призвести до втрати зв'язку з реальністю.

Особливістю наступної моделі є те, що *ризик сприймається як вихід із складної ситуації*. Ознакою усвідомлення ризику є пошук найкращої, оптимальної альтернативи, певної форми ідеального проектування (термін О. Є. Сапогової). Людина в певному розумінні “виходить за межі” ризику, актуалізуючи власну інноваційність для залагодження складної ситуації. Сприймаючи ризик як нові можливості, людина створює сприятливе тло для реалізації власних мрій та бажань, умови для саморозкриття та самореалізації.

Для прикладу наведемо фрагмент тексту: *“Я професійно займалася спортивними бальними танцями, ...переді мною постала дилема, потрібно було ризикувати. Залишитися зі своїм партнером, з яким ми вже мали рейтинг і досягнення, але почали сваритися, чи кинути все та почати все спочатку з новим партнером, який тільки оговтався після травми... Було важко зробити вибір, було шкода кидати всю попередню роботу, не хотілося втрачати час і псувати відносини з тренерами та колишнім партнером. Але були і мрії про кращі перспективи майбутнього. Тому я ризикнула”*.

Остання в нашому переліку інтерпретативна модель ризику характеризується тим, що *ризик сприймається як особиста невдача, як помилка*. Ризикуючи, людина постійно перевіряє власні здібності та компетенції на міцність. Така особливість усвідомлення ризику як особистої поразки є сприятливим тлом для самовдосконалення та розвитку майстерності. Практикуючи ризик, людина постійно розширює зону власної компетенції шляхом проб та помилок.

Наведемо приклад ризику як помилки: *“...Я працював рятувальником людей у дитячому аквапарку.... потрібно було спостерігати за людьми, які плавають у басейні... І тут я побачив, як один з відпочивальників почав захлинатися водою. Коли він пішов під воду, мені довелося стрибати за ним. Витягнув його з води, він був непритомний. Доправивши його на берег, я з моїм помічником взялися робити йому масаж серця. Через 38 секунд масажу його легені почали звільнятися від води. У той момент я відчув себе просто неймовірно корисним і потрібним”*.

Отже, дослідивши особливості складених досліджуваними історій про ризик, ми визначили певні закономірності вибудовування автобіографічного нарративу. Виявилось, що на процес нарративізації впливає спосіб демаркації небезпеки, тобто форми перетворення ризикованої дії або випадку на життєву подію. Ризик або реалізується і перетворюється на проблему, або стає суб'єктивно привабливою метою, або так і залишається в зоні потенційної небезпеки.

Відповідно до визначених форм психологічного самозахисту, представлених у ризик-нарративах, ми виділили такі стабілізаційні практики: практики гарантування безпеки; практики “загравання” з небезпекою; практики ідеального проектування майбутнього; практики випробування себе.

2.2.4. Способи оптимізації стабілізаційних практик особистості

Як уже зазначалося в попередніх підрозділах, формами досягнення безпеки для сучасної особистості є стабілізаційні практики, в яких відображено сталі стратегії поведінки щодо врівноваження та стабілізації життєвого простору, підтримання екології власного життя. І, як ми вже зауважували, найважливішим ресурсом, фактором безпеки є довіра. Отже, мобілізація ресурсів довіри, рутинізація практик підтримання та віднаходження комфорту надають життю певної стабільності і врівноваженості. Запозичення певних персональних прийомів та правил керування ризиками, включення їх у повсякденне використання роблять життя людини повним і насиченим.

Спробуймо окреслити загальні прийоми та правила керування ризиками. Перше місце серед них посідають суб'єктивні способи зниження ризикованості життєвої події. Отож дієвим прийомом зниження ризикованості життєвої події є *збільшення довіри до іншого*. Розподіл відповідальності за можливі негативні наслідки знижує рівень тривоги, що робить раптову, незвичну ситуацію не такою страшною.

Серед ефективних прийомів керування ризиками – суб'єктивні способи об'єктивації ризику (термін М. Уайта). У цьому переліку прийомів “об'єктивації” ризиків досить ефективним є *збільшення довіри до себе*, що дає людині змогу більш чітко окреслити, виразніше побачити загрози та небезпеки. Так само дієвим прийо-

мом “об’єктивації” ризиків є збільшення довіри до світу, завдяки чому відбувається розблокування потенціалу життєтворення, усвідомлюються власні мрії, бажання та цілі.

І, нарешті, суб’єктивні способи впливу на ризик як один із видів такого впливу. До найпоширеніших впливів слід віднести *експериментування довірою*, завдяки чому помітно актуалізується ціннісний рівень саморегуляції. За рахунок актуалізації цінностей ризику відбувається розгортання раціональної інноваційної активності (термін С. О. Кравченка), а актуалізація цінностей обережної і розсудливої поведінки веде до прискорення процесів самоорганізації та самозахисту, і, як наслідок, вдається стабілізувати життєву ситуацію в коротші терміни. Людина, яка здійснює самокерівництво на засадах збільшення довіри до себе, поступово набуває компетентності у часі. Таким чином, програма оптимізації життєконструювання має бути спрямована на актуалізацію суб’єктивних ресурсів відновлення довіри.

Прикладом дієвої форми відновлення довіри до себе можна вважати психотерапевтичні методи, що застосовуються в нарративній психотерапії. Засоби нарративної практики вирізняються тим, що вони не патологізують людей, не нав’язують їм думку, що проблеми – у них самих або в сім’ї, а тому, щоб впоратися з ними, необхідно боротися із самим собою. Робота нарративного психотерапевта спрямована на те, щоб позбавити людину паралізуючих напливів сорому, провини, огиди до себе. Це допомагає їй брати на себе більше відповідальності за власні вчинки [Уайт, 2010].

У фокусі уваги нарративного підходу перебуває взаємозв’язок уявлень людини про себе і способи впливу на власне життя, авторської позиції щодо власної історії та соціальних факторів (культурних, економічних, політичних). Квінтесенцією такого психотерапевтичного підходу є постулат про те, що більшість проблем, з якими стикаються люди, – це результат практики порівнювання себе та інших з нормами та еталонами достойного, успішного життя, загальноприйнятими в певних соціальних групах.

Актуалізація суб’єктивних ресурсів відновлення довіри до себе – перший крок до оптимізації життєконструювання. Звичайно, інші психотерапевтичні техніки теж певним чином сприяють відновленню довіри до себе, але, на наше переконання, саме прийоми нара-

тивної психотерапевтичної практики спроможні суттєво прискорити цей складний для особистості шлях саморозгортання.

Не менш важливою є актуалізація ресурсів відновлення довіри до інших. Розглядаючи психотерапевтичні технології відновлення такої довіри, вважаємо за доцільне звернутися до методу позитивної психотерапії Н. Пезешкіана. Цей метод спрямований на мобілізацію внутрішніх ресурсів людини для ухвалення позитивних рішень у будь-яких, навіть дуже складних життєвих ситуаціях. Основою позитивної психотерапії Н. Пезешкіана є диференційний аналіз, який ґрунтується на актуалізації вже наявних у людини здібностей. Ідеться про норми та стилі поведінки, якими вона керується і послуговується щодня [Пезешкіан, 2002].

На нашу думку, дієвим інструментом з погляду ефективної інтеграції персональних прийомів та правил керування ризиками, перетворення їх на повсякденні практики є розвиток навичок *самопомочі*, або *взаємодопомоги*. У диференційному аналізі Н. Пезешкіана самопоміч розглядається в контексті можливості досягнення максимальної гнучкості в ході залагодження проблем у міжособових стосунках, партнерських взаєминах. Самопоміч охоплює п'ять ступенів: спостереження, дистанціювання, інвентаризацію, ситуативне схвалення, вербалізацію та розширення цілей. Методика самопомочі розвиває готовність до діалогу, що веде до формування більш зрілих життєвих настановлень. Головне гасло можна сформулювати так: “Учись розрізняти!” [там само].

У контексті оптимізації керування ризиками ще раз наголосимо що, коли людина потрапляє в зону невизначеності, відбувається певна кристалізація її відносин зі світом. Саме в площині відносин зі світом і розгортається справжня життєтворчість особистості. Д. О. Леонт'єв розглядає життєтворчість як практику змінення життєвого світу. Він порівнює її з такою стратегією мистецтва, як створення епосу, що базується на принципі відчуження та відмежування. Створення епосу – це опис подій, явищ з позиції зовнішнього спостерігача, це загальна перспектива, охоплення того, що відбувається, з висоти пташиного польоту. Життєтворчість, на думку дослідника, відбувається за законами створення епосу, тобто фіксується на самих відносинах зі світом і визначається як особистісно орієнтована практика розвитку та корекції відносин зі світом [Леонт'єв, 2001].

Позитивним критерієм життєтворчого ефекту є також критерій розширення життєвого світу. Людина сама зробить вибір, як їй краще, якщо буде мати можливість обирати, коли в неї буде досить повна і багатомірна картина світу, власних відносин зі світом. Життєтворчі функції реалізуються в різних сферах життя людини – мистецтві, спілкуванні зі значущим іншим, сімейному вихованні та ін. На особистісному рівні життєтворчість передбачає певний рівень відкритості та суб'єктності, що дає людині змогу брати на себе відповідальність за розширення власного життєвого світу, самостійно відшукувати та формувати життєві орієнтири. Таке розширення відбувається в процесі природного розвитку особистості, коли урізноманітнюються і поглиблюються контексти усвідомлення світу [там само].

Ми не випадково так детально зосередилися на концепції життєтворчого потенціалу Д. О. Леонтьєва, адже вважаємо, що функціональність людини, її успішність та самоефективність є зоною її особистої відповідальності. На нашу думку, підтримуючи функціональний рівень життєтворчої активності, людина стає більш захищеною не тільки від соціальних, а й від глобалізаційних ризиків. Сьогодні, як ніколи, актуальною стає проблема оптимізації стабілізаційних ресурсів особистості, які забезпечують вчасне узгодження темпів особистісного розвитку та конструктивне опанування невизначеності.

Для розвитку ризик-рефлексії та формування навичок опанування невизначеності пропонуємо розроблений нами трикроковий алгоритм роботи з ризик-нарративом.

Перший крок – створення ризик-нарративу. Щоб стимулювати рефлексивні процеси, ми випрацювали евристичну схему написання ризик-нарративу.

Інструкція для написання ризик-нарративу виглядає так: “Пригадайте, будь ласка, ситуацію зі свого життя, яка, на Ваш погляд, була пов’язана з необхідністю ризикнути заради досягнення бажаного та очікуваного результату. Спробуйте викласти свої спогади про цю подію у вигляді оповідання, пригадавши якомога більше деталей. Можливо, Вам буде легше скласти оповідання, якщо Ви спробуєте відповісти на такі запитання:

1. Які мрії та бажання опинилися під загрозою?
2. Хто були основні учасники події?

3. У якому віці це відбувалось?
4. Як Ви ставилися до того, що відбувалось? Які почуття переживали?
5. Які проблеми виникали в цей життєвий період?
6. Що допомогло впоратись із ситуацією?
7. Як вплинули ці події на подальшу реалізацію Ваших мрій та бажань?

Зауважимо, що необов'язково відповідати на всі запитання і саме в тій послідовності, яку запропоновано. Бажано лише якомога детальніше розповісти про конкретну ситуацію, яка для Вас була пов'язана з ризиком”.

Другий крок – аналіз ризик-наративу. Метою цього етапу роботи з ризик-наративом є визначення індивідуальних способів оптимізації власних рішень та стабілізації свого життя. Завдання ризик-аналізу – отримати відповіді на запитання: Яким чином у ризик-наративі реалізується функція довіри? Які способи керування ризиками використовуються?

Виходячи з того, що довіра є рефлексивним суб'єктивним утворенням, як *індикатори* для аналізу індивідуальних способів оптимізації власних рішень та стабілізації свого життя було визначено особливості прояву самовпевненості, самопідтримки, самоповаги, самоприйняття, самокерівництва, інтернальності в досягненні цілей (за О. Є. Сапоговою). Ми дотримувалися думки, що довіра відіграє вирішальну роль у саморегуляції людини. Завдяки довірі до себе, тобто здатності людини долати власні межі, не заходячи в суперечність із собою, зберігається відносна стійкість, цілісність особистості та створюються умови для її розвитку. Для прикладу розгляньмо більш детально індивідуальні способи керування ризиками, представлені у визначених нами стабілізаційних практиках.

Коли йдеться про практики гарантування безпеки (або практики розподілу відповідальності), то мінімізація ризику відбувається перш за все завдяки покладанню гарантій безпеки на іншу особу. Ризик мінімізується завдяки *вибору об'єкта довіри*, яким зазвичай стає значущий інший, та *поглибленню довіри до нього*. Такий спосіб зниження ризику створює сприятливі умови для відкритої, довірчої взаємодії з оточенням, що веде до розподілу відповідальності за можливі негативні наслідки ризику.

Наступний вид практик – практики загравання з безпекою. На відміну від попереднього способу мінімізації відповідальність за безпеку людина здебільшого покладає на долю. Вона ідентифікує себе з гравцем, який добре орієнтується в ситуації та впевнено в ній почувається. Цей спосіб передбачає поєднання чіткого розрахунку власних шансів та імовірності виграшу з розміром можливих збитків і втрат. Мінімізація ризику відбувається завдяки власній вправності та вірі у власну удачу, що *збільшує довіру до себе*.

Досить поширеними є практики ідеального проектування майбутнього (мрійництво). Мається на увазі, що ніхто і ніщо не може гарантувати безпеку, можна тільки обрати більш-менш безпечний варіант залагодження ситуації. Людина не шукає об'єкта довіри, не покладається на удачу, а свідомо обирає нове і невідоме, те, що перебуває за межами ризику. Мінімізація ризику відбувається завдяки *надії* на існування нового варіанта залагодження складної ситуації, і тоді можна говорити про *збільшення довіри до світу*.

І останній у нашому переліку вид практик – це практики випробування себе. Характерним для цих практик є те, що людина змушена довіритися собі, аби впоратись із ситуацією, що потребує опанування нових форм поведінки. У цій моделі безпека сприймається як особиста невдача, як помилка. Зниження ризику в даному випадку стає можливим завдяки дослідній перевірці себе, власних компетенцій. Практикуючи ризики, людина розширює зону власної компетенції та можливості впливу на ситуацію. У цьому випадку можна говорити про *експериментування довірою*.

Отже, ризик-аналіз дає змогу визначити особистісні ресурси самозахисту, які активізуються завдяки таким практикам: покладання гарантій безпеки на іншу особу (*збільшення довіри до іншого*); віра у власну удачу (*збільшення довіри до себе*); пошук форм ідеального проектування (*збільшення довіри до світу*); випробування власних можливостей, дослідна перевірка себе (*експериментування довірою*).

Третій крок – зняття невизначеності. Сьогодні найбільш ризикогенним для розвитку особистості можна вважати тривале перебування в стані невизначеності. При цьому людина ніби опиняється на перехресті минулого, майбутнього та буденності. Вона відчуває суцільну безпорадність перед рутинними життєвими за-

вданнями, її лякає безсенсовість власного існування, їй не вистачає актуального часу життя для реалізації авторського сценарію життєвої історії. Потрапляючи в такі, здавалось би, жахливі онтологічні умови, людина частково втрачає зв'язок як із собою, так і зі значущим оточенням, залишаючись наодинці з усесвітом, або, як кажуть психологи, сам на сам із власним внутрішнім космосом.

Отже, робота з власними ризик-наративами – це шлях до відповідального життєтворення, коригування відносин зі світом, вибудовування нових життєвих орієнтирів та розширення території власного життя. Конструктивним способом опанування невизначеності можна вважати практику експериментування, що дає змогу впливати на ризик, тим самим знижуючи його негативні наслідки для власного майбутнього. Так, використання описаних вище психотерапевтичних технологій у роботі з індивідуальними ризик-наративами дає можливість застосовувати потенціал проактивності для вибудовування персональних способів та прийомів керування ризиками, зниження ризикогенності життєвих подій, об'єктивації ризику та впливу на нього.

Висновки

Керування ризиками під час життєтворення особистості є відображенням динамічних нелінійних процесів соціального розвитку, які позначаються на специфіці конфігурування соціального простору. Отож цілком логічно припустити, що життєтворення сучасної технологічно обізнаної людини вибудовується у тривимірній системі координат, структурними одиницями якої є: активна життєва позиція (здатність швидко ухвалювати оригінальні та дієві рішення); рівень та якість її життєстійкості; природна хроніфікація особистого життя (швидкість проживання власного життя).

Мінімізація ризиків забезпечує особистості діалогічність життєтворення, зберігаючи комфорт та психологічне благополуччя, екологію власного життя, його безпечність та стабільність. Соціально-психологічним механізмом зниження ризиків можна вважати розгортання такого настановлення-ставлення особистості, як довіра. Зниження ризикогенності життєтворення відбувається завдяки стабілізації життя, здатності утримувати контроль над ситуацією під час долання життєвих труднощів.

З'ясувалося, що існують певні закономірності вибудовування автобіографічного нарративу. Відповідно до найбільш часто згаданих у ризик-нарративах форм психологічного самозахисту визначено такі стабілізаційні практики: практики гарантування безпеки; практики “загравання” з небезпекою; практики ідеального проектування майбутнього; практики випробування себе.

Як досить ефективний спосіб оптимізації стабілізаційних практик особистості запропоновано трикроковий алгоритм роботи з ризик-нарративом. Він складається з написання ризик-нарративу за авторською схемою; визначення того, як реалізується функція довіри в ризик-нарративі; демаркації ризику (зміна судження про небезпеку чи загрозу, трансформація особистісної інтерпретативної схеми ризику). Конструктивним способом опанування невизначеності можна вважати практику експериментування, що дає людині змогу впливати на ризик, тим самим знижуючи його негативні наслідки для власного майбутнього.

2.3. Зустріч зі смертю як технологія життєтворення особистості

2.3.1. Психологічний ресурс страху смерті: від деструкції до можливості конструювання

Страх смерті неможливо знищити жодними переконаннями, але це відчуття можна перетворювати, впливати на нього, інтегрувати його в систему життєвого досвіду, змінюючи саму якість свого життя і його можливі траєкторії.

У суто науковий фокус уваги екзистенціали смерті і страху потрапили фактично у ХХ столітті. Найбільшу увагу приділяли вивченню феномена страху смерті представники психоаналітичних шкіл, екзистенціалісти, представники посткласичної науки, постмодерністи. Така варіативність перевідкриття смерті набуває різноманітних мотивів, що мають не тільки компенсаторний, а й смислотвірний характер, який для нас є найбільш цікавим.

Багато науковців традиційно звикли розглядати смерть як джерело страху, тривоги, горя, привід для занепокоєння та депресії (Вон-Янг Кім, М. Коскун, Ц. П. Короленко, Л. В. Китаєв-Смик,