

УДК 316.477, 159.923, 159.9.072, 159.922.6

ВОСПРИЯТИЕ СОБСТВЕННОЙ КАРЬЕРЫ НА ЭТАПЕ ЕЕ ЗАВЕРШЕНИЯ

И. В. Евсевичева, Г. Ю. Любимова

Работа посвящена изучению восприятия собственной карьеры на этапе ее завершения. Респонденты: 30 мужчин и женщин в возрасте от 52 до 67 лет, квалифицированные специалисты в разных областях профессиональной деятельности. Методы и методики исследования: интервьюирование, анкетирование, авторские варианты методик «Ранжирование жизненных ценностей» и «Незаконченные предложения». Полученные материалы подвергались качественному тематическому анализу. Выявлены основные жизненные приоритеты респондентов данной возрастной группы, стратегии и мотивация их профессионального поведения, ресурсы трудоустройства, запросы на психологическую помощь. Установлены внешние и внутренние факторы, влияющие на формирование стратегии поведения при завершении карьеры. Материал, характеризующий образ карьеры на ее заключительном этапе, может быть использован в психологической консультативной практике.

Ключевые слова: профессиональная карьера, предпенсионный и пенсионный возраст, карьерные стратегии, карьерное консультирование.

Представленная работа является составной частью цикла наших исследований (Евсевичева, Любимова, 2009, 2011; Любимова, Евсевичева, 2012), посвященных изучению качественного своеобразия субъективной картины труда и его личностно-значимых аспектов у профессионалов различного профиля на разных этапах карьеры. Цели работы — выявление особенностей восприятия

Евсевичева Ирина Викторовна — кандидат психологических наук, старший научный сотрудник лаборатории инженерной психологии при кафедре психологии труда и инженерной психологии ф-та психологии МГУ имени М.В. Ломоносова. *E-mail:* irinayevs@mail.ru

Любимова Галина Юрьевна — кандидат психологических наук, старший научный сотрудник кафедры методологии психологии ф-та психологии МГУ имени М.В. Ломоносова. *E-mail:* galina_lubimova@mail.ru

собственной карьеры и жизни в целом, а также анализ стратегий профессионального поведения на этапе завершения активной профессиональной деятельности.

Развитие человека как субъекта труда, профессиональный жизненный путь, основные варианты и фазы развития профессионала, нормативные кризисы — все эти вопросы находились в центре внимания Е.А. Климова (1996, 1998, 2004). В последнее десятилетие для общей характеристики данной предметной области все чаще используется собирательный термин «психология карьеры». Однако большинство исследований и практических разработок относятся к начальному этапу профессионального самоопределения в подростковом и юношеском возрасте (Пряжников и др., 2014; Пряжникова, Пряжников, 2013) либо к становлению и развитию карьеры профессионалов (управление карьерой, карьерный самоменеджмент, карьерные кризисы, переориентация, смена карьеры и пр.) (Березовская, 2012; Могилёвкин, 2007; Молл, 2012). Гораздо меньше внимания уделяется заключительному этапу карьеры и ее субъектной составляющей — особенностям проживания и переживания этого непростого периода жизни, выбору поведенческих стратегий, критериям принятия решений.

Конечно, проблема личности как субъекта жизненного пути и внутренней логики ее развития традиционно разрабатывалась в общей психологии (см., напр.: Рубинштейн, 1976). Сейчас теория и методология проблем развития личности в отечественной психологии получили новый импульс в связи с исследованием восприятия времени: психологического времени личности, ее жизненных и временных перспектив (Абульханова, Березина, 2001; Головаха, Кроник, 2008). Однако для психологии профессиональной деятельности проблема восприятия своего трудового пути «в обратной перспективе», его места и роли в жизни человека, является достаточно новой. Возможно, это связано с тем, что тема подведения итогов жизни традиционно относилась к психологии личности и психотерапии. Еще К. Юнг отмечал, что запрос молодых клиентов ориентирован «на результат», на достижение внешних целей. Эго, людей же зрелого возраста гораздо больше беспокоят целостность и гармония внутреннего мира (по: Вер, 1998).

Рассматривая карьеру вне общепсихологического или психотерапевтического контекста, современные исследователи-прикладники в связке «человек и его работа» акцентируют ее вторую, «продуктивную», составляющую и факторы, содействующие или препятствующие «успешности» карьеры. В отношении людей зрелого возраста задаются только основные направления поиска:

формирование личной психологической готовности к выходу на пенсию; планирование вариантов посткарьеры; подготовка преемников (наставничество); поиск ресурсов для продолжения работы (Акбиева и др., 2008; Березовская, 2012; Киселева, 2010).

В настоящем исследовании субъектная составляющая карьеры на этапе ее завершения была подвергнута специальному рассмотрению не по индивидуальным запросам на психотерапию, а в познавательном плане. Но эта тема представляется актуальной и в контексте психологической помощи, запрос на которую в условиях социально-экономического кризиса возрастает.

Респондентами являлись лица предпенсионного и пенсионного возраста с высшим и средним специальным образованием, работающие в настоящее время или в недавнем прошлом в разных профессиональных сферах: образовании, медицине, транспорте, экономике, массмедиа, области культуры, информационных технологиях, предпринимательстве (всего 30 человек, москвичи, 17 женщин и 13 мужчин в возрасте от 52 до 67 лет со стажем работы от 20 до 49 лет). На момент исследования 8 человек не достигли пенсионного возраста и продолжали работать. Из 22 пенсионеров по возрасту или выслуге лет 16 человек продолжали работать, а 6 вышли на пенсию.

Эмпирический материал собирался с помощью методов полуструктурированного интервью, анкетирования, авторских вариантов методик «Рейтинг жизненных ценностей» и «Незаконченные предложения».

Вопросы, адресованные респондентам в интервью и анкете, затрагивали разные аспекты карьеры, работы и жизни.

В методике «Рейтинг жизненных ценностей» респондентам предлагалось в ответе на вопрос «Что в настоящее время для Вас является ценным в жизни?» выбрать пять наиболее значимых ценностей из предложенных 18. Список ценностей являлся открытым: перед ранжированием респондент мог при желании его пополнить.

В методике «Незаконченные предложения» (9 предложений) затрагивались следующие темы: начальный и завершающий этапы карьеры («*Заканчивая школу, я чувствовал(а)...*», «*Тогда мне хотелось...*»; «*Пенсия...*»); отношение к профессиональному образованию («*Я получил(а) свое образование, потому что...*»); отношение к работе и карьере как к социальному нормативу («*Вообще для человека работа — это...*», «*Успешная карьера — это...*», «*В работе совершенно недопустимо...*») и стороне собственной жизни («*Для меня главное в работе — это...*», «*Моя профессиональная жизнь...*»).

Качественный анализ эмпирического материала исследования позволил выделить в нем следующие основные темы.

Отношение к работе. По результатам методики «Рейтинг жизненных ценностей», большинство участников исследования (свыше 80%) на данном этапе жизни и карьеры ориентированы на «частную жизнь» — семью, круг друзей и знакомых («забота о близких» и «хорошие отношения с близкими»). Далее по частоте упоминания в первой пятерке в рейтинге следуют такие ценности: «материальное благополучие»; «общение»; «активная, деятельная жизнь»; «здоровье»; «путешествия»; «искусство»; «природа»; «вера в бога»; «мягкий режим жизни»; и лишь затем — «работа». Таким образом, «работа» в рейтинге в среднем по группе занимает далеко не первую позицию, хотя в интервью отмечалась ее важность для поддержания материального благополучия, позволяющего удовлетворять потребности, с работой не связанные (семья, досуг, здоровый образ жизни). Результаты, полученные с помощью методики «Незаконченные предложения», подтверждают и уточняют это заключение. В зависимости от уровня материального благосостояния работа на отдельных этапах карьеры оценивается как «заработок», «источник средств к существованию», а при наличии семейной поддержки — как «достижение», «созидание», «понимание себя», «польза людям».

Поведенческие стратегии. Согласно данным интервью, в отношении к работе выявлены две основные стратегии: (1) *консервативная* («оставить все, как есть») и (2) *ориентированная на перемены* («выйти на пенсию», «найти работу по душе», «найти приемлемую работу»). Выбор стратегии может быть как свободным («хочу»), так и вынужденным («придется»).

Консервативной стратегии придерживаются респонденты, не желающие («все устраивает») или не имеющие возможности что-либо изменить («как жить на пенсию?», «куда устроиться в таком возрасте?»). *Стратегия, ориентированная на перемены*, проявляется в двух вариантах: «выход на пенсию» (когда респондент располагает материальными ресурсами и поддержкой окружения) и «поиск новой работы». Второй вариант предполагает более активную личную позицию (способность «адаптироваться»; стремление «освоить новое»; умение «трудоустроиться»).

Участники исследования, ориентированные на поиск новой работы, рассматривают в качестве благоприятного варианта место с сохранением прежнего профессионального статуса; некоторые допускают возможность его снижения. Согласно результатам

анкетирования, респонденты в качестве ресурсов трудоустройства называют образование, опыт, помощь близких, контакты в профессиональной среде, гибкость, готовность переучиваться. Помехами в трудоустройстве (антиресурсами) они считают «неумение продать себя как профессионала», «страх перемен», «пассивность», «отсутствие стратегии поиска работы», «проблемы со здоровьем». Затрудняют трудоустройство, по их мнению, такие объективные обстоятельства, как ограниченный рынок вакансий, неостребованность специальности, негласный возрастной ценз, высокая конкуренция в возрастной группе «50+», ограниченность мест с гибким графиком работы и пр. Таким образом, наши результаты помогают полнее представить себе содержательные аспекты феномена блокирования жизненных перспектив у пенсионеров (Абульханова, Березина, 2001).

Ретроспектива карьеры. Методика «Незаконченные предложения» позволила выявить нынешнее отношение респондентов к своей жизни (предл. 9: «Пенсия...») и разным этапам карьеры (предл. 1: «Заканчивая школу, я чувствовал(а)...», предл. 2: «Тогда мне хотелось...», предл. 3: «Я получил(а) свое образование, потому что...», предл. 7: «Успешная карьера — это...» и предл. 8: «Моя профессиональная жизнь...»).

Тема пенсии понимается респондентами двояко: как в плане финансовом («...унизительно маленькая», «...на которую нельзя прожить»), так и бытийном («свобода», «качественно новый этап жизни», «поучиться чему-то интересному», «возможность заняться собой»), причем оба варианта ответов встречаются примерно в равной степени.

Завершения предложений, относящихся к начальному этапу карьеры (предл. 1, 2, 3), для читателей, знакомых с литературой по профориентации, выглядят достаточно ожидаемыми («задор, оптимизм», «свобода» — «растерянность»; наличие конкретных карьерных планов — учеба «по настоянию родителей» / «за компанию» с друзьями и т.п.).

Ответы же на вопросы 7 и 8 нам представляются заслуживающими специального изучения. Многие респонденты не ограничились высказываниями эмоционально оценочного характера (карьеру удалось/не удалось; профессиональная жизнь состоялась/не состоялась) или суждениями в рамках привычной формулы «интересная работа за достойную плату». Успешная карьера описывается как проверка себя в достижении личных целей; желание заниматься делом, а не тратить время на совещания, будучи начальником; личностно развиваться через работу («Сейчас идеал — глубоко ду-

ховный человек, святой, т.е. человек, способный совершать чудеса. Любое его слово и дело — благо, от него становится светло»).

А вот некоторые характеристики собственной профессиональной жизни: «прошла все необходимые ступени»; «я много попробовала»; «вроде что-то сделано, люди меня помнят, но со временем то, что казалось важным, становится несущественным»; «в общепринятом в нашем обществе смысле она [профессиональная жизнь] закончилась, но для меня — нет. Могут быть полезным и в организациях, и конкретным людям».

Содержательные фрагменты ответов позволяют задуматься о выборе возможных направлений исследования ценностно-смысловых приоритетов в принятии карьерных решений.

Эмоциональный статус. Более половины работающих респондентов оценивают свое актуальное психологическое состояние применительно к профессии, работе, карьере как «негативное», «тревожное», «критическое». Выявлены запросы на психологическую помощь по поводу снижения самооценки, потери уверенности в себе, страха безработицы и будущего, отсутствия мотивации, потери смысла, трудностей принятия решения, снижения работоспособности, адаптации к изменению статуса и др.

Итог. В период поздней зрелости в нынешних экономических условиях основным смыслообразующим моментом является частная жизнь. Работа как некая самостоятельная ценность респондентами не рассматривается, хотя отмечается несомненная важность материального благополучия для решения житейских задач (семья, интересный досуг, здоровый образ жизни).

Образ карьеры на ее заключительном этапе складывается под влиянием ряда внешних и внутренних факторов: социально-экономических («кризис», «конкуренция», «невостребованность профессии»), средовых («семья», «окружение»), внутриорганизационных («инновации», «кадровая политика»), индивидуально-личностных («ценности», «приоритеты», «эмоциональное состояние», «ресурсы» и др.).

Качественные методы (ранжирование ценностей, незаконченные предложения) позволили уточнить и конкретизировать ценностно-смысловые аспекты образа работы/карьеры в ретроспективе в соответствии с индивидуально-специфической оценкой пенсионерами актуальной жизненной ситуации (полуструктурированное интервью).

Полученные в работе результаты пополняют академические исследования карьеры описанием ее внутренней картины на этапе завершения. Они могут быть полезны в профессиоуправлении и

практике консультирования лиц предпенсионного и пенсионного возраста при психологическом сопровождении клиента в ситуации принятия карьерного решения (с учетом его личной истории, ценностно-смысловых приоритетов, жизненной ситуации, актуальных и потенциальных возможностей). Помимо этого результаты исследования могут быть полезны и в практике профориентационного консультирования подростков в качестве информационного ресурса, мотивирующего к выработке текущих и перспективных карьерных решений на основе осознанных жизненных приоритетов и посредством конструирования образов себя в различных возрастах и на отдельных этапах карьеры.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

- Абульханова К.А., Березина Т.Н.* Время личности и время жизни. СПб.: Алетей, 2001.
- Акбиева З.С., Терновская О.П., Шнейдер Л.Б.* Психология карьеры и профессионально-релевантное поведение специалиста. М.: МПСИ; Воронеж: НПО «МОДЭК», 2008.
- Березовская Р.А.* Психология профессиональной карьеры: учебное пособие. СПб.: Изд-во СПбГУ, 2012.
- Вер Г.* Карл Густав Юнг, сам свидетельствующий о себе и своей жизни (с приложением фотодокументов и иллюстраций). Челябинск: Урал ЛТД, 1998.
- Головаха Е.А., Кроник А.А.* Психологическое время личности. М.: Смысл, 2008.
- Евсевичева И.В., Любимова Г.Ю.* Профессиональное образование как жизненный выбор // Психология и психотехника. 2009. № 12. С. 74—83.
- Евсевичева И.В., Любимова Г.Ю.* Самооценивание в профессиональной сфере // Психология и психотехника. 2011. № 9. С. 49—59.
- Киселева Е.В.* Планирование и развитие карьеры: Учебное пособие для студентов вузов. Вологда: Легия, 2010.
- Климов Е.А.* Психология профессионала: Избранные психологические труды. М.: Институт практической психологии; Воронеж: НПО «МОДЭК», 1996.
- Климов Е.А.* Введение в психологию труда: Учебник для вузов. М.: Культура и спорт; ЮНИТИ, 1998.
- Климов Е.А.* Психология профессионального самоопределения. М.: Академия, 2004.
- Любимова Г.Ю., Евсевичева И.В.* Восприятие собственной карьеры представителями творческих профессий // Актуальные вопросы психологии: Материалы III Международной научно-практической конференции (Краснодар, 15 декабря 2012 г.). Краснодар, 2012. С. 118—135.
- Могилёвкин Е.А.* Карьерный рост: диагностика, технологии, тренинг. СПб.: Речь, 2007.

Молл Е.Г. Управление карьерой менеджера. СПб.: Питер, 2012.

Пряжников Н.С., Серебряков А.Г., Кувшинова О.Л. и др. Диагностические материалы для профессиональной ориентации: методическое пособие. М.: Академия, 2014.

Пряжникова Е.Ю., Пряжников Н.С. Профорентация: учебное пособие для студентов учреждений высш. проф. образования. М.: Академия, 2013.

Рубинштейн С.Л. Проблемы общей психологии. М.: Педагогика, 1976.

Поступила в редакцию 10.10.2016

Принята к публикации 01.11. 2016

THE PERCEPTION OF OWN CAREER ON THE STAGE OF ITS COMPLETION

Irina V. Yevsevicheva, Galina Yu. Lyubimova

Lomonosov Moscow State University, Faculty of Psychology, Moscow, Russia

Abstract: This study focuses on the perception of own career on the stage of its completion. Respondents: 30 women and men at the age from 52 to 67 years, professionals in different fields of professional activities. Research methods: interviewing, questionnaires, more options for methods of “Ranking of life values” and “Incomplete sentences”. The resulting materials were subjected to qualitative thematic analysis. The main priorities of respondents in this age group, the strategy and motivation of their professional conduct, resources for employment, and requests for psychological assistance are identified. External and internal factors influencing the formation of strategy of behavior in retirement are established. The material characterizing the image of career in the final stage can be used in psychological consulting practice.

Key words: professional career, pre-retirement and retirement age, career strategy, career consulting.

References:

Abul'khanova, K.A., Berezina, T.N. (2001) *Vremya lichnosti i vremya zhizni* [Time of personality and a life time]. St. Petersburg: Aleteyya.

Akbieva, Z.S., Ternovskaya, O.P., Shneyder, L.B. (2008) *Psikhologiya kar'ery i professional'no-relevantnoe povedenie spetsialista* [Psychology of career and professionally-relevant behavior of specialist]. Moscow: MPSI; Voronezh: NPO «MODEK».

Berezovskaya, R.A. (2012) *Psikhologiya professional'noy kar'ery: uchebnoe posobie* [Psychology of professional career: study guide]. St. Petersburg: Izd-vo SPbGU.

Evsevicheva, I.V., Lyubimova, G.Yu. (2009) Professional'noe obrazovanie kak zhiznennyy vybor. *Psikhologiya i psikhotehnika* [Psychology and psychotechnology], 12, 74—83.

Evsevicheva, I.V., Lyubimova, G.Yu. (2011) Samoosensivanie v professional'noy sfere. *Psikhologiya i psikhotehnika* [Psychology and psychotechnology], 9, 49—59.

Golovakha, E.A., Kronik, A.A. (2008) *Psikhologicheskoe vremya lichnosti* [Psychological time of the person]. Moscow: Smysl.

Kiseleva, E.V. (2010) *Planirovanie i razvitie kar'ery: Uchebnoe posobie dlya studentov vuzov* [Planning and career development: a Training manual for students]. Voloda: Legiya.

Klimov, E.A. (1996) *Psikhologiya professionala: Izbrannye psikhologicheskie trudy* [Professional psychology: Selected psychological works]. Moscow: Institut prakticheskoy psikhologii; Voronezh: NPO «MODEK».

Klimov, E.A. (1998) *Vvedenie v psikhologiyu truda: Uchebnik dlya vuzov* [Introduction to psychology of labour: a Textbook]. Moscow: Kul'tura i sport; YuNITI.

Klimov, E.A. (2004) *Psikhologiya professional'nogo samoopredeleniya* [Psychology of professional self-determination]. Moscow: Akademiya.

Lyubimova, G.Yu., Evsevicheva, I.V. (2012) Vospriyatie sobstvennoy kar'ery predstavitel'yami tvorcheskikh professiy. In: Aktual'nye voprosy psikhologii: Materialy III Mezhdunarodnoy nauchno-prakticheskoy konferentsii (Krasnodar, 15 dekabrya 2012 g.) [Actual problems of psychology: Materials of III International scientific-practical conference (Krasnodar, 15 Dec 2012)] (pp. 118—135).

Mogilevkin, E.A. (2007) *Kar'ernyy rost: diagnostika, tekhnologii, trening* [Career growth: diagnosis, technology, training]. St. Petersburg: Rech'.

Moll, E.G. (2012) *Upravlenie kar'eroj menedzhera* [Manager career management]. St. Petersburg: Piter.

Pryazhnikov, N.S., Serebryakov, A.G., Kuvshinova, O.L. et al. (2014) *Diagnosticheskie materialy dlya professional'noy orientatsii: metodicheskoe posobie* [Diagnostic materials for vocational guidance: Manual]. Moscow: Akademiya.

Pryazhnikova, E.Yu., Pryazhnikov, N.S. (2013) *Proforientatsiya: Uchebnoe posobie* [Vocational guidance: a training manual]. Moscow: Akademiya, 2013.

Rubinshteyn, S.L. (1976) *Problemy obshchey psikhologii* [Problems of General psychology]. Moscow: Pedagogika.

Ver, G. (1998) *Karl Gustav Yung, sam svidetel'stvuyushchiy o sebe i svoey zhizni (s prilozheniem fotodokumentov i illyustratsiy)* [Carl Gustav Jung, himself testifying of himself and his life (with the application of photographs and illustrations)]. Chelyabinsk: Ural LTD.