

ПЕРЕЖИВАНИЕ СМЫСЛА ЖИЗНИ КАК КРИТЕРИЙ ЛИЧНОСТНОЙ ЗРЕЛОСТИ В РАННЕЙ ВЗРОСЛОСТИ

В.С. ВОЛЧЕНКОВ, старший преподаватель кафедры общей и педагогической психологии БГПУ имени М. Танка

Обсуждаются результаты изучения личностного развития человека на этапе вступления в период ранней взрослости. Особенности социальной ситуации развития в ранней взрослости активизируют личностное развитие, в связи с этим центральной линией развития возраста является достижение личностной зрелости. Ведущее место в структуре свойств личностной зрелости занимает переживание смысла жизни, которое рассматривается психологическим новообразованием ранней взрослости. Переживание смысла жизни выступает критерием такого уровня личностного развития, на котором личность психосоциальные задачи своего возраста способна включать в перечень жизненных целей, открывая в них источник смысла жизни.

Ключевые слова: ранняя взрослость, личностная зрелость, жизненные цели, переживание смысла жизни.

EXPERIENCE OF MEANING OF THE LIFE AS CRITERIA OF PERSONAL DEVELOPMENT IN EARLY ADULthood

V.S. VOLCHENKOV

The results of the study of personal development at the stage of entry in the period of early adulthood are discussed. Special peculiarities of the social situation of development in early adulthood activate personal development and in this connection the central line of development of the age is the reaching of personal maturity. Experience of meaning of the life takes the leading place in the structure of affinities of personal maturity and it is regarded as psychological new formation of early adulthood. As the carrying out research shows experience of meaning of the life comes forward as the necessary condition of taking by person psychosocial tasks of one's age, including them into the list of aims of life and discovery in them the source of comprehension of life.

Key words: early adulthood, personal maturity, aims of life, experience of meaning of the life.

Ранняя взрослость является первой стадией в жизненном цикле взрослости, от того, насколько человек готов к выполнению задач, встающих перед ним на данном этапе развития, зависит результативность её прохождения, а также вклад молодого человека в развитие общества. Ранняя взрослость отличается особой социальной ситуацией развития, характеризующейся необходимостью принятия на себя роли полноправного члена общества, реализующего такие психосоциальные задачи, как вхождение в профессиональную деятельность, создание семьи, рождение и воспитание детей, поддержание имеющихся и налаживание новых межличностных отношений. Указанные особенности социальной ситуации развития обеспечиваются, с одной стороны, психологическими качествами личности этого возраста - направленность в будущее, активное построение жизненного плана, определение ближайших и перспективных жизненных целей. С другой стороны, общество ожидает от человека, вступившего в

раннюю зрелость, зрелости в поступках, ответственности в реализации принятых на себя обязательств, связанных с новыми социальными ролями (работник, супруг(а), родитель, друг и др.). Таким образом, социальная ситуация развития в период вступления в раннюю зрелость потенциально содержит в себе противоречие между достигнутым уровнем личностного развития и требованиями общества. Успешное решение данного противоречия состоит в готовности и способности личности направить свою активность на реализацию жизненных целей, которые соответствуют психосоциальным задачам данного периода. Положительный результат преодоления указанного противоречия достигается, если человек достигает личностной зрелости, что является центральной линией развития в ранней зрелости [1, 2, 3].

В литературе имеются сведения о ключевой роли смысла жизни в ранней зрелости для решения психосоциальных задач этого периода и достижения личностной зрелости [4].

В то же время, в современной психологии остаётся не раскрытым механизм, обеспечивающий переход от неясного представления о смысле своей жизни к его чёткому осознанию, не решённым является вопрос о том, что же находится в основе того, что одни люди могут обозначить содержание смысла своей жизни, а другие – испытывают затруднения.

В данном исследовании предполагается, что смысл жизни в ранней зрелости может быть обнаружен человеком в процессе реализации жизненных целей, которые являются нормативными для этого периода. Однако чтобы цели стали источником смысла жизни, необходимо, чтобы они были приняты личностью как значимые, стали её ценностями.

Согласно В. Франклу, жизнь ставит перед человеком вопрос о смысле его жизни. Сам смысл не субъективен, человек не изобретает его, а находит в мире, в объективной действительности [5]. В нашем случае этой действительностью являются психосоциальные задачи, поставленные обществом перед человеком в ранней зрелости.

Можно предположить, что осознание значимости жизненных целей и перевод их в разряд важнейших ценностей личности возможен в том случае, если человек обладает особым личностным образованием - *переживанием смысла жизни*, которое мы определяем как *сложное интегративное образование самосознания личности, обеспечивающее её способность к внутренней рефлексивной деятельности, направленной на осознание содержания смысла своей жизни, а также обеспечивающее ей ценностное отношение к смыслу жизни вообще, проявляющееся в том, что она понимает под смыслом жизни и какое место отводит ему в своей жизни и жизни других людей.*

Впервые в отечественной психологии о переживании говорит Л.С. Выготский, согласно которому «переживание» занимает ведущее место в психологии, она есть основная, ведущая единица для изучения личности и среды, так как «переживание и есть единица личности и среды» [6, с. 382]. В этой мысли автора прослеживается идея о том, что «переживание надо

понимать как внутреннее отношение ... человека к тому, или иному моменту действительности» [6, с. 382]. В нашем случае этим моментом является необходимость решения психосоциальных задач ранней взрослости и ясного осознания смысла жизни. Переживание обеспечивает возможность включить эти (или некоторые) задачи в перечень своих жизненных целей, отнестись к ним, как к ценностям, стремление к осуществлению которых может способствовать обнаружению смысла своей жизни.

Следовательно, *личностная зрелость есть определённый уровень развития человека, когда он становится полноправным субъектом жизнедеятельности, обладает всей совокупностью его свойств, среди которых ведущую роль играет переживание смысла жизни, позволяющее самоопределиваться по отношению к психосоциальным задачам своего возраста, найти в них источник смысла жизни, обозначить его содержание и опосредовать им своё поведение в обществе.*

Эмпирическое исследование было направлено на то, чтобы проверить правильность рассмотренных теоретических положений.

Испытуемыми выступили студенты выпускного, пятого, курса дневной формы получения образования. В исследовании приняло участие 265 человек в возрасте 21-25 лет.

На первом этапе исследования проведено изучение жизненных целей испытуемых, что является необходимым для определения соответствия этих целей психосоциальным задачам, предъявляемым к человеку в ранней взрослости. Для решения данной задачи применялась методика «Мотивационной индукции» Ж. Нюттена [7].

Анализ результатов показал, что разные жизненные цели имеют различную ценность для испытуемых ($F(9,2331)=75,57$, $p=0,00001$). Для определения статистически значимых различий между жизненными целями использовался апостериорный критерий Дункана. Иерархия жизненных целей представлена в таблице 1.

Таблица 1 - Иерархия жизненных целей испытуемых

Место в иерархии	Содержание жизненных целей
1	Деятельностная активность (работа, карьера, учёба)
2	Семья
3	Самоактуализация, межличностные отношения и личностное благополучие
4	Альтруизм и материальные цели
5	Гедонистические, трансцендентные цели и цели, связанные с ценностями переживания

Установленная иерархия жизненных целей показывает, что испытуемые усвоили предлагаемый обществом набор норм и ценностей, поэтому установленная иерархия жизненных целей в целом соответствует психосоциальным задачам, традиционно решаемых в периоде ранней взрослости.

Следующая задача исследования состояла в том, чтобы установить уровень личностного развития испытуемых, который рассматривается нами в качестве необходимого потенциала для успешного достижения жизненных

целей. Для достижения этой задачи использовался самоактуализационный тест – САТ (Л.Я. Гозман и др.) [8]. Уровень самоактуализации можно использовать в качестве показателя личностного развития, поскольку признаки самоактуализирующейся личности наиболее полно соответствуют характеристикам личностной зрелости [9].

С помощью кластерного анализа выделены пять групп испытуемых, имеющих количественные и качественные различия по шкалам методики САТ. Распределение испытуемых по группам представлено в таблице 2.

Таблица 2 - Распределение испытуемых по группам в зависимости от уровня личностной развития

Группа	Частота	%
«Принимающие себя»	41	15,47
«Инфантильные»	42	15,85
«Негативисты»	63	23,77
«Ищущие себя»	68	25,66
«Личностно зрелые»	51	19,25

Качественный анализ профилей выделенных групп позволил определить уровни личностного развития данных групп и дать им соответствующее наименование, отражающее наиболее характерные признаки испытуемых каждой группы, установленные при интерпретации результатов методики САТ. «Принимающие себя» имеют средне-высокий уровень личностного развития. Испытуемые с очень низким уровнем личностного развития определены как «инфантильные». Группа «негативисты» имеет низкий уровень личностного развития. Испытуемые со средним уровнем личностного развития обозначены как «ищущие себя». Последняя группа представлена испытуемыми, достигшими высокого уровня личностного развития - «личностно зрелые».

Третьей задачей исследования являлось определение смысловых ориентаций испытуемых, для чего была использована методика «Тест смысловых ориентаций» (СЖО) [10], которая позволила установить общий уровень осмысленности жизни испытуемыми с разным уровнем личностного развития.

Результаты проведенного дисперсионного анализа показывают, что по общему уровню осмысленности жизни имеются значимые различия у испытуемых с разным уровнем личностного развития ($F(4,260) = 12,49$, $p = 0,000001$). Определение статистической значимости различий между группами испытуемых проводилось с помощью апостериорного критерия Дункана.

Осуществленный анализ полученных данных показал, что высокий уровень общей осмысленности жизни имеют студенты из групп «личностно зрелые» (средн. - 111,90) и «ищущие себя» (средн. - 106,76). «Принимающие

себя» находятся на нижней ступени высокого уровня осмысленности жизни (средн. - 102,41).

«Негативисты» и «инфантильные» в соответствии с полученными данными (средн. – 98 и 94 баллов) имеют средний уровень общей осмысленности жизни, а также испытывают определённые сомнения относительно наличия смысла жизни в прошлом, настоящем и будущем их жизненного пути. «Инфантильные» демонстрируют значимые различия со всеми остальными группами и, следовательно, отличаются наиболее выраженными сомнениями в том, что их жизнь осмысленна и что они определились со своими смысложизненными ориентациями.

Таким образом, можно утверждать, что жизненные цели становятся значимыми смысложизненными ориентациями, прежде всего, у испытуемых с высоким уровнем личностного развития.

На следующем этапе исследования предстояло выяснить особенности переживания смысла жизни испытуемыми каждой группы и тем самым проверить наше предположение о том, что указанное психологическое новообразование является тем необходимым психологическим механизмом, которое обеспечивает возможность обретения смысла жизни в реализации жизненных целей, соответствующих психосоциальным задачам периода ранней взрослости. Для достижения данной задачи использовалась анкета «О смысле жизни» В.Э. Чудновского [11]. Анализ ответов на вопросы анкеты позволил изучить, как студенты-выпускники определяют понятие «смысл жизни», какое значение отводят ему в жизни людей, а также могут ли определить содержание смысла своей жизни.

Зависимость от группы испытуемых между переменными - определение, значение и наличие смысла жизни - определялась с помощью критерия χ^2 Пирсона.

Выявлена тенденция ($p=0,0805$), указывающая на то, что с повышением уровня личностного развития возрастает способность испытуемых давать полный, содержательный ответ относительно того, что они понимают под смыслом жизни. Выпускники с очень низким уровнем личностного развития («инфантильные»), гораздо чаще (40,48%), чем представители других групп затрудняются сформулировать свое понимание термина «смысл жизни». В то же время, для «лично зрелой» группы характерна незначительная доля лиц (9,80%), не имеющих ответа на данный вопрос. Установленные особенности подтверждают предположение о том, что происходящее в начале ранней взрослости развитие переживания смысла жизни обеспечивает понимание термина «смысл жизни» и, как мы смогли убедиться, этой способностью обладают, прежде всего, испытуемые, имеющие высокий уровень личностного развития.

Анализ результатов ответов на вопрос о значении наличия смысла жизни для человека позволяет ещё более убедиться в существовании различий ($p = 0,0041$) в переживании смысла жизни у испытуемых, имеющих отличия в содержании и уровне личностного развития. Так, испытуемые, уверенные в значимости и необходимости смысла жизни для человека,

обладают высоким либо средним уровнями личностного развития. Следовательно, важной характеристикой личностной зрелости можно рассматривать убежденность человека в том, что придание жизни смысла является важным условием личностного развития, оно делает жизнь более интенсивной, целенаправленной, повышает её ценность.

Анализ ответов на вопрос «Можете ли Вы сформулировать смысл своей жизни? Если да, то сформулируйте» показал, что уровень различий ($p=0,0653$) между испытуемыми разных групп личностного развития на данный вопрос анкеты почти достиг статистической значимости. Ответы на данный вопрос представляют особый интерес, так как позволяют установить не только наличие у выпускников смысла жизни, но и возможность его сформулировать.

Ответы испытуемых на анализируемый вопрос анкеты являются наиболее показательными для определения зависимости между уровнем личностного развития испытуемых и переживанием смысла жизни. Установлено, что, прежде всего, «лично зрелые», а также «ищущие себя» и «принимающие себя» испытуемые в подавляющем большинстве имеют ясное понимание, что является для них смыслом жизни в настоящий период их жизни. Данный факт свидетельствует о том, что вхождение в раннюю взрослость сопровождается переходом от размытого, неясного понимания смысла собственной жизни к его ясному и четкому осознанию. Понимание смысла своей жизни можно рассматривать важнейшей чертой зрелой личности. В связи с этим можно сказать, что знание личностью того, чего она хочет, своих возможностей, а главное - что она может и как далеко пойдет ради своих жизненных смыслов является важнейшей характеристикой её как субъекта жизнедеятельности.

Таким образом, испытуемые отличаются разным уровнем рефлексии смысла жизни, что отражается в установленных особенностях переживания смысла жизни представителями разных групп. Переживание смысла жизни является отличительной особенностью, прежде всего, испытуемых с высоким уровнем личностного развития. Тем самым мы можем утверждать, что высокий уровень личностного развития является тем внутренним потенциалом личности, который интенсифицирует развитие внутренней рефлексивной деятельности, связанной с осознанием собственного жизненного пути и его смысла в рамках происходящего самоопределения.

Переживание смысла жизни является критерием успешности прохождения личностью периода ранней взрослости, что находит отражение в способности человека принятия им актуальных задач психосоциального развития своего возраста, включения их в перечень собственных жизненных целей, осознания их ценностной значимости и обретения осмысленности жизни в процессе их достижения. Следовательно, переживание смысла жизни является психологическим новообразованием и выступает важным критерием личностной зрелости в периоде ранней взрослости.

ЛИТЕРАТУРА

1. Ананьев, Б.Г. Человек как предмет познания / Б.Г. Ананьев. – Л.: ЛГУ, 1968. – 339 с.
2. Моргун, В.Ф. Проблема периодизации развития личности в психологии / В.Ф. Моргун, Н.Ю. Ткачёва. – М.: Изд-во Моск. унив-та, 1981. – 81 с.
3. Пиняева, С.Е., Андреев Н.В. Личностное и профессиональное развитие в период зрелости / С.Е. Пиняева, Н.В. Андреев // Вопросы психологии. – 1998. - № 2. - С. 3-10.
4. Кулюткин, Ю.Н. Психология обучения взрослых / Ю.Н. Кулюткин. – М.: Просвещение, 1985. – 128 с.
5. Франкл, В. Человек в поисках смысла: Сборник: Пер. с англ. и нем. / Общ. ред. Л.Я. Гозмана и Д.А. Леонтьева; вст. ст. Д.А. Леонтьева. – М.: Прогресс, 1990. – 368 с.
6. Выготский, Л.С. Собрание сочинений: в 6 т. / Л.С. Выготский; под ред. Д.Б. Эльконина. - М.: Педагогика, 1984. – Т. 4. - 432 с.
7. Васильева, Ю.А. Особенности смысловой сферы личности при нарушениях социальной регуляции поведения / Ю.А. Васильева // Психологический журнал. – 1997. Т. 18, № 2. - С. 58-78.
8. Лобанов, А.П. Познание и самопознание личности: Теория, практика, диагностика: Методическое пособие / А.П. Лобанов, С.И. Коптева, С.М. Стародынова. – Витебск, 1997. – 65 с.
9. Волченков, В.С. Личностная и социальная зрелость в периоде ранней взрослости / В.С. Волченков // Вестник БГПУ. Сер. 1. - 2012. - № 1. - С. 55-59.
10. Леонтьев, Д.А. Тест смысложизненных ориентаций (СЖО). 2-е изд / Д.А. Леонтьев. – М.: Смысл, 2006. – 18 с.
11. Вайзер, Г.А. Смысл жизни и «двойной кризис» в жизни человека / Г.А. Вайзер // Психологический журнал. – 1998. - Т. 19, № 5. - С. 3-14.