

## ПЕРЕЖИВАНИЕ СМЫСЛА ЖИЗНИ КАК КРИТЕРИЙ ЛИЧНОСТНОГО РАЗВИТИЯ 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. Как показывает проведённое исследование, переживание смысла жизни выступает необходимым условием принятия личностью психосоциальных задач своего возраста, включения их в перечень жизненных целей и открытия в них источника осмысленности 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 и 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 взрослость, 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 взрослость 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. Можно считать, что положительный результат преодоления указанного противоречия обеспечивается таким уровнем личностного развития человека, как личностная зрелость, достижение которой является центральной линией развития в ранней взрослости [1, 2, 3].

Следует отметить, что в литературе имеются сведения о ключевой роли определения смысла своей жизни в ранней взрослости для успешного

решения психосоциальных задач этого периода и, как следствие этого, достижение 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 решенным 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 взрослости может быть обнаружен человеком в процессе реализации жизненных целей, которые являются нормативными для этого периода. Однако чтобы цели стали источником смысла жизни недостаточно одного их знания, необходимо, чтобы они были приняты личностью как значимые, стали её ценностями, произошло их включение в ценностно-смысловую сферу.

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, вступающим в раннюю взрослость.

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:

*во-первых, психологическое новообразование периода ранней взрослости, органично связанное в своем происхождении с процессом самоопределения личности и обусловленное, по мнению В. Франкла, стремлением каждого человека к обретению смысла своего существования, его реализации, что составляет главную движущую силу поведения и развития личности [5];*

*во-вторых, внутреннюю рефлексивную деятельность субъекта, направленную, с одной стороны, на осознание содержания смысла своей жизни, а, с другой, - на (ценностное) отношение к смыслу жизни вообще, проявляющееся в том, что субъект понимает под смыслом жизни, какое место отводит ему в жизни людей.*

Таким образом, переживание смысла жизни нами рассматривается в качестве критерия высшего уровня развития личности, благодаря чему она становится способной к определению содержания общего смысла и назначения своей жизни.

Почему именно «переживание смысла жизни»? В работах Л.С. Выготского указывается, что категория «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 самоопределиться 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 студентов-выпускников, 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. Нютена [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 студентов-выпускников**

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 происходящее планирование своего будущего человек в ранней взрослости связывает, прежде всего, с профессиональной деятельностью и семьей. Значимое место для молодого человека занимают также вопросы, связанные с собственным личностным самосовершенствованием и достижением личного счастья через открытие индивидуального смысла жизни, заботой о здоровье, обретением и сохранением друзей, налаживанием тесных эмоциональных отношений. Эти данные соответствуют имеющимся в

научной литературе сведениям о том, что главными задачами развития в ранней взрослости являются решение вопросов, связанных с семейными и профессиональными намерениями, а также установлением нового типа межличностных отношений [1, 3].

Следует подчеркнуть, что выявленные особенности направленности личности выпускников показывают, что у них идет построение жизненного плана. Это, в свою очередь, наполняет человека энергией, жизненной силой и надеждой. Стремления к выполнению жизненных целей, даже неудачные, положительно влияют на развитие личности, так как способствуют приобретению необходимого жизненного опыта.

Следовательно, можно утверждать, что студенты-выпускники 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 выпускников, 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 выпускников по группам в зависимости от уровня личностной развития**

Группа	Частота	%
«Общительные»	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. Группа «общительные» имеет средне-высокий уровень личностного развития. Выпускники 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 смысложизненных ориентаций испытуемых, для чего была использована методика «Тест смысложизненных ориентаций» (СЖО) [10], которая позволила установить общий уровень осмысленности жизни студентами-выпускниками с разным уровнем личностного развития.

Результаты проведённого дисперсионного анализа показывают, что по общему уровню осмысленности жизни имеются значимые различия у студентов-выпускников 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.

Осуществлённый 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), что указывает на их достаточную тождественность друг другу: они отличаются высоким

уровнем осмысленности жизни, целостным восприятием своего жизненного пути.

Группа «общительных» выпускников имеет достаточно высокие показатели (средн. - 102,41), которые находятся на нижней ступени высокого уровня осмысленности жизни. Следовательно, испытуемые группы «общительные», имея достаточно высокий уровень общей осмысленности жизни, отличаются тем, что находят смысл своей жизни в настоящем моменте жизненного пути и недостаточно ориентированы на ближайшее и отдалённое будущее.

Выпускники групп «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. Статистически значимых различий между данными группами не наблюдается. В тоже время группа «негативисты» статистически значимо не отличается от группы «общительных» выпускников, тогда как «инфантильные» выпускники демонстрируют значимые различия со всеми остальными группами. Следовательно, «инфантильные» выпускники отличаются наиболее выраженными сомнениями в том, что их жизнь осмысленна и, что они определились со своими смысложизненными ориентациями на ближайшее и отдалённое будущее.

Таким образом, можно утверждать, что уровень личностного развития в определённой степени обуславливает общую осмысленность жизни студентов-выпускников. Это означает, что жизненные цели становятся значимыми смысложизненными ориентациями, прежде всего, у студентов с высоким уровнем личностного развития.

На следующем этапе исследования предстояло выяснить особенности переживания смысла жизни испытуемыми с разным уровнем личностного развития 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  $\chi^2$  Пирсона.

Результаты распределения ответов испытуемых на вопрос об определении категории «смысл жизни», а также показатели статистической значимости обнаруженных различий представлены в таблице 3.

**Таблица 3 - Распределение ответов испытуемых на вопрос об определении категории «смысл жизни»**

Группа	Количество ответов, % от общего числа группы			
	Развернутые	Примитивные	Нет ответа	Всего
«Общительные»	27 65,85%	4 9,76%	10 24,39%	41
«Инфантильные»	20 47,62%	5 11,90%	17 40,48%	42
«Негативисты»	37 58,73%	11 17,46%	15 23,81%	63
«Ищущие себя»	37 54,41%	13 19,12%	18 26,47%	68
«Личностно зрелые»	37 72,55%	9 17,65%	5 9,80%	51
Всего	158	42	65	265
$\chi^2$ Пирсона	df	p		
14,04868	df=8	p=,08052		

Как следует из результатов, наблюдаются статистически значимые различия ( $p = 0,08052$ ) между сравниваемыми группами испытуемых. 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.

Результаты ответов испытуемых на вопрос о значении наличия смысла жизни для человека предлагаются в таблице 4.

**Таблица 4 - Распределение ответов испытуемых на вопрос о значении наличия смысла жизни**

Группа	Количество ответов, % от общего числа группы			
	Положительное	Скорее положительное	Не знаю	Всего
«Общительные»	33 80,49%	0 0,00%	8 19,51%	41
«Инфантильные»	26 61,90%	2 4,76%	14 33,33%	42
«Негативисты»	46 73,02%	7 11,11%	10 15,87%	63
«Ищущие себя»	54 79,41%	5 7,35%	9 13,24%	68
«Личностно зрелые»	46 90,20%	4 7,84%	1 1,96%	51
Всего	205	18	42	265
$\chi^2$ Пирсона	df	p		
22,45774	df=8	p=,00414		

Полученные результаты позволяют ещё более убедиться в существовании различий ( $p = 0,00414$ ) в переживании смысла жизни у испытуемых, имеющих отличия в содержании и уровне личностного развития. Так, студенты-выпускники, уверенные в значимости и необходимости смысла жизни для человека, обладают высоким либо средним уровнями личностного развития. Следовательно, важной характеристикой

личностной зрелости можно рассматривать убежденность в том, что придание жизни смысла является важным условием личностного развития, оно делает жизнь человека более интенсивной, целенаправленной, повышает её ценность.

Уровень личностного развития оказал влияние на способность студентов сформулировать смысл своей жизни (таблица 5). Здесь также отмечается значимость различий полученных результатов ( $p = 0,06536$ ). Ответы испытуемых на данный вопрос представляют особый интерес, так как позволяют установить не только наличие у выпускников смысла жизни, но и возможность его сформулировать.

**Таблица 5 - Распределение ответов испытуемых на вопрос о наличии у них смысла своей жизни и о его содержании**

Группа	Количество ответов, % от общего числа группы			Всего
	Развёрнутые	Слабо развёрнутые	Отсутствие смысла жизни	
«Общительные»	22 53,66%	7 17,07%	12 29,27%	41
«Инфантильные»	15 35,71%	9 21,43%	18 42,86%	42
«Негативисты»	22 34,92%	13 20,63%	28 44,44%	63
«Ищущие себя»	36 52,94%	11 16,18%	21 30,88%	68
«Личностно зрелые»	32 62,75%	10 19,61%	9 17,65%	51
Всего	127	50	88	265
$\chi^2$ Пирсона	df	p		
14,69553	df=8	p=,06536		

Как и предполагалось в исследовании, особенности ответов испытуемых на анализируемый вопрос, являются наиболее показательными для подтверждения связи между особенностями переживания смысла жизни и уровнем личностного развития испытуемых. Полученные данные показывают, что, прежде всего, «личностно зрелые» выпускники, а также «ищущие себя» и «общительные» в подавляющем большинстве имеют конкретное понимание, что является для них смыслом жизни в настоящий

период жизни. Установленный факт подтверждает описываемые в литературе положения о том, что вхождение в раннюю взрослость сопровождается переходом от размытого, неясного понимания смысла собственной жизни к его ясному и четкому осознанию. Четкое понимание смысла своей жизни можно рассматривать важнейшей чертой личности как субъекта, или, как говорит К.А. Абульханова-Славская, «важнейшей характеристикой личности как субъекта жизнедеятельности является знание, чего она хочет, своих возможностей» [12, с. 143].

Однако можно заметить, что и в группе «зрелых» выпускников не все сформулировали конкретное содержание смысла своей жизни. Здесь уместно привести слова В. Франкла о том, что «не человек ставит вопрос о смысле своей жизни – жизнь ставит этот вопрос перед ним и человеку приходится ежедневно и ежечасно отвечать на него - не словами, а действиями. Смысл не субъективен, человек не изобретает его, а находит в мире, в объективной действительности, именно поэтому он выступает для человека как императив, требующий своей реализации» [5, с. 40]. Следовательно, выпускники вуза могут ответить на вопрос о том, что составляет смысл их жизни, в том случае, если они принимают те задачи, которые ставит перед ними общество, социальная ситуация их развития.

Таким образом, выполненное исследование показало, что социальная ситуация развития в период вступления человека в раннюю взрослость является противоречивой, успешность её разрешения обуславливается способностью личности направить свою активность на реализацию жизненных целей, которые соответствуют психосоциальным задачам данного периода. Однако данной способностью обладают те молодые люди, которые достигли уровня личностной зрелости. Своеобразным, качественно новым, психологическим образованием в структуре зрелости личности может быть признано *переживание смысла жизни*, которое позволяет личности принять возрастные психосоциальные задачи развития, включив их в свой жизненный план, а также обрести свой собственный смысл жизни в процессе

реализации жизненных целей, тем самым обеспечить высокий уровень осмысленности жизни.

#### 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. ун-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 смысло-жизненных 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.

12. Абульханова-Славская, К.А. Деятельность и психология личности /  
К.А. Абульханова-Славская. – М.: Наука, 1980. – 334 с.

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ