

ПЕРЕЖИВАНИЕ СМЫСЛА ЖИЗНИ В РАННЕЙ ВЗРОСЛОСТИ

Резюме. В статье обсуждаются результаты теоретического и эмпирического изучения переживания смысла жизни в ранней взрослости молодыми людьми с разным уровнем личностного развития. Показано, что в ранней взрослости складываются объективные условия для актуализации у человека вопросов жизненного самоопределения и осознания смысла своей жизни. Теоретически обосновывается правомерность выделения переживания смысла жизни в качестве психологического образования, обеспечивающего возможность четкого и ясного осознания индивидуального смысла жизни. Предлагаются критерии определения уровня развития переживания смысла жизни. Установлена неравномерность личностного развития, выражающаяся в наличии пяти качественно различных групп, отличающихся уровневыми и содержательными особенностями этого развития. Определены особенности переживания смысла жизни испытуемыми с разными уровнями личностного развития. Эмпирически доказано, что переживание смысла жизни является отличительной особенностью лиц с высоким уровнем личностного развития и выступает важным условием обнаружения смысла своей жизни.

Ключевые слова: ранняя взрослость; смысл жизни; переживание смысла жизни; личностное развитие; самоопределение.

Период ранней взрослости является одним из значимых в жизненном пути личности, так как именно в этом возрасте, по мнению ряда исследователей (К.А. Абульханова-Славская, Л.И. Анцыферова, Ю.Н. Кулюткин, В.Ф. Моргун, С.Е. Пиняева), на новом уровне происходит осознание жизненных целей и задач, ориентированных на ближайшее и отдаленное будущее, а также осознание индивидуального смысла жизни [2; 3; 15; 19; 20].

Согласно В. Франклу, смысл жизни человек не изобретает, а находит в мире, в объективной действительности [25]. Человек, вступающий в период ранней взрослости, находится в объективной ситуации, требующей от него решения вопроса о самоопределении, постановки определенных жизненных целей, которые, переходя в ценности, потенциально могут выступать источником смысла его жизни. Чтобы цели стали источником смысла жизни недостаточно одного их знания, важно, чтобы они были приняты личностью как значимые, стали её ценностями, произошло их включение в ценностно-смысловую сферу. Следует отметить, что решить обозначенные задачи может только личность, достигшая такого уровня развития, на котором она, по словам К.А. Абульхановой-Славской, может самоопределяться «... не только по отношению к событиям (и к собственным поступкам, желаниям и т.д.), но и по отношению к ходу жизни в целом. Она начинает всё более последовательно

проводить свою линию в жизни» [1, с. 142]. Данное утверждение является принципиально значимым, поскольку знание смысла своей жизни нами рассматривается как важнейшая особенность личностной зрелости в периоде ранней взрослости.

В рамках данного исследования предполагается, что полнота и глубина принятия жизненных целей как важных личностных ценностей определяется переживанием смысла жизни. Благодаря переживанию смысла жизни возможен переход от диффузного представления о смысле своей жизни к его чёткому осознанию. Таким образом, целью исследования является теоретическое обоснование правомерности выделения переживания смысла жизни в качестве психологического феномена и выявление его особенностей у молодых людей с разным уровнем личностного развития.

Понятие «переживание» впервые отчетливо представлено в качестве научной проблемы В. Дильтеем [9]. Придавали значение этому понятию представители гуманистической психологии (А. Маслоу [18], К. Роджерс [23]) и психоанализа (З. Фрейд [26]), которые рассматривали переживание в отношении проблем личностной зрелости, психологического благополучия и психического здоровья. В советской психологии вопросами переживания занимались Ф.В. Бассин [4] и С.Л. Рубинштейн [24]. В современной белорусской психологии обращаются к феномену переживания С.Н. Жеребцов [10], Я.Л. Коломинский [14], Л.А. Пергаменщик [20]. Однако особое значение в рамках проводимого исследования приобретают теоретические подходы к категории «переживание», представленные в работах К.А. Абульхановой-Славской, Ю.В. Александровой, Л.И. Божович, Ф.Е. Василюка, Л.С. Выготского, А. Лэнгле, Дж. Ройса, Ф. Феникса.

Заслуживает внимания мнение Дж. Ройса о том, что «теория личности должна начинаться с постулата, что люди переживают свою жизнь в свете того, что они считают «осмысленным» и, что высокий уровень осознания действительности является путём обретения смысла» [16, с. 78]. Таким образом, согласно Дж. Ройсу, человеку свойственно переживать свою жизнь, а переживанию подвергаются те моменты жизни, в которых он видит смысл.

В описании смысла Ф. Феникс выделяет такой его параметр как «переживание, рефлексивное самосознание, опосредующее поведенческие реакции» [16, с. 80]. Таким образом, в подходе Ф. Феникса присутствует важное положение о том, что смыслы переживаются и, более того, обеспечиваются это рефлексивным самосознанием. В продолжение идей Ф. Феникса можно предположить, что переживание является инструментом осознания смыслов.

А. Лэнгле, говоря о переживании, как способе обретения смысла, указывает на то, что благодаря переживанию человек активно «соучаствует» в происходящем в его жизни и таким образом постигает её суть [17]. Таким образом, благодаря деятельности переживания человек, можно сказать, «соединяется» с жизнью, её задачами и, тем

самым, имеет возможность открыть ценность, а значит и смысл, как всей своей жизни, так и отдельных её прошлых, настоящих или будущих событий.

Впервые в отечественной психологии о переживании говорит Л.С. Выготский, согласно которому, эта категория занимает особое ведущее место в психологии. Переживание есть основная, ведущая единица для изучения личности и среды, так как «переживание и есть единица личности и среды, как оно представлено в развитии» [8, с. 382]. Л.С. Выготский выделял следующие признаки переживания: во-первых, через переживание можно представить единство личностных и средовых моментов; во-вторых, «переживание надо понимать как внутреннее отношение ... человека к тому, или иному моменту действительности»; в-третьих, важнейшей характеристикой переживания является такой признак как интенциональность. Автор пишет: «Всякое переживание есть всегда переживание чего-нибудь. Нет переживания, которое не было бы переживанием чего-нибудь» [там же]; в-четвертых, переживание индивидуально, так как «всякое переживание есть мое переживание» [там же]; в-пятых, переживание имеет признак ситуативности, так как оно показывает, «чем данный момент среды является для личности» [8, с. 383].

Заслуживает особого внимания второй из приведённых признаков переживания — «переживание как внутреннее отношение ... человека к тому, или иному моменту действительности», — поскольку можно предположить, что этим моментом является необходимость решения актуальных задач, стоящих перед человеком в ранней взрослости. Следовательно, переживание смысла жизни обеспечивает возможность, во-первых, включить эти (или некоторые) задачи в перечень своих жизненных целей, во-вторых, отнестись к ним как к ценностям, стремление к осуществлению которых может способствовать обнаружению смысла своей жизни.

В исследованиях Ф.Е. Василюка утверждается, что «переживание» как особая внутренняя деятельность проявляется в преобразовании психологического мира человека, направлена, в том числе, на осмысление своего существования. Таким образом, в данном понимании феномен переживания соответствует не столько эмоциональной переработке содержания своей жизни (эмоционально-окрашенному переживанию), сколько его внутреннему осознанию путём рефлексивной деятельности. Деятельность переживания состоит в созидании, смыслопорождении, смыслостроительстве, поэтому «переживание — это процессы..., направленные на обеспечение психологической возможности реализации жизни» [6, с. 25]. Таким образом, продуктом деятельности переживания выступает «...установление смыслового соответствия между сознанием и бытием, общей целью, которой является повышение осмысленности жизни» [6, с. 30].

Л.И. Божович, развивая идеи Л.С. Выготского, считала категорию переживания одной из центральных для психологии, поскольку «переживание представляет собой ... узел, в котором завязаны влияния различных внешних и внутренних обстоятельств» [5, с. 154]. По её мнению, переживание отражает состояние удовлетворенности субъекта в

его взаимоотношениях с окружающей общественной средой, и, тем самым, выполняет в жизни субъекта важную функцию, «осведомляя» его о том, в каком отношении со средой он находится, и в соответствии с этим ориентирует его поведение, побуждая субъекта действовать в направлении, уменьшающем или полностью ликвидирующем возникший разлад. Переживание показывает, чем среда в настоящий момент является для личности, т.е. оно представляет собой своеобразную проекцию социальной ситуации развития в данном возрасте. Таким образом, автор выделяет в переживании три компонента: отношение, ориентирование и побуждение — и, тем самым, указывает на то, что переживание является сложным процессом, включающим эмоциональную, когнитивную и интенциональную составляющие. Следовательно, переживание не может отражать лишь эмоциональное отношение субъекта к чему-либо.

В подходах К.А. Абульхановой-Славской имеется тезис о том, что со смыслом жизни связан процесс переживания. Автор отмечает, что смысл как стремление к чему-то, как будущая цель, определяемая мотивом, содержит в себе переживание, которое имеет место в процессе реализации данного мотива или их совокупности. В приведенном суждении трудно однозначно предположить, что именно К.А. Абульханова-Славская понимает под термином «переживание»: эмоциональное переживание или переживание как рефлексивную деятельность сознания. Однако, исходя из следующих положений следует, что, скорее всего, под переживанием автор понимает именно рефлексивную деятельность сознания: «смысл жизни — это психологический способ переживания жизни в процессе её осуществления», а также «достигая конкретных целей в жизни, человек не утрачивает её смысла, а усиливает его, убеждается в нём, переживает его» [2, с. 73].

В работе Ю.В. Александровой [22, с. 140–144] рассматривается феномен смысла жизни с позиции психического здоровья личности и указывается на то, что ключевую роль в осознании смысла жизни выполняет деятельность переживания. В частности, благодаря переживанию человек имеет возможность осознать соответствие объективного смысла его жизни субъективно принятому им смыслу своей жизни. Таким образом, объективный смысл жизни составляют те объективные задачи, которыми характеризуется очередной возрастной период развития, а субъективный смысл жизни определяется самой личностью, исходя из репертуара её собственных жизненных целей и ценностей.

В работах К.В. Карпинского есть мысль о том, что одной из важнейших проблем психологии человеческого бытия является понимание личностью смысла своей жизни. При этом под пониманием рассматривается, с одной стороны, процесс проникновения субъекта в смысл объекта познания, а, с другой — результат, где понимание постулируется как реконструкция личностью смысла понимаемого [13, с. 154–155]. Однако, как показывает тщательный анализ, «понимание смысла жизни» является более узким понятием, чем «переживание смысла жизни», поскольку отражает, скорее, исключительно когнитивный аспект этого феномена: **как и что**, понимает человек под

смыслом жизни. В то же время остаётся неясным, как он относится к смыслу жизни (эмоциональный аспект), способен ли к осознанию смысла собственного бытия (когнитивный аспект), благодаря чему он активизирует свой личностный потенциал к достижению этого смысла (поведенческий аспект). В более поздних работах К.В. Карпинский [11; 12] уже использует понятие «переживание осмысленности жизни», ссылаясь на исследования Г. Рикера.

Таким образом, ориентируясь, прежде всего, на теоретические положения Л.С. Выготского и Ф.Е. Василюка о переживании, полагаем целесообразным использование понятия «*переживание смысла жизни*» по отношению к процессу поиска и обретения смысла жизни.

Следует отметить, что на сегодняшний день это понятие в научной психологической литературе не концептуализировано. Поэтому предлагается использовать следующее определение: *переживание смысла жизни — это сложный интегративный процесс, обеспечивающий рефлексивную деятельность личности, направленную на осознание содержания смысла своей жизни, ценностное отношение к жизни, признание ценности осмысленности жизни для себя и жизни других людей.*

Переживание смысла жизни можно признать состоящим из трёх компонентов: эмоционально-ценностного (отражает отношение личности к смыслу жизни, показывает ценность этого образования для неё), когнитивного (обеспечивает личности определение и понимание смысла жизни как феномена человеческой жизни, а также отвечает за определение и нахождение смысла своей жизни) и поведенческого (является логическим следствием наличия/отсутствия смысла собственной жизни и определяет активность и деятельность личности в стремлении к его осуществлению).

Предполагается, что переживание смысла жизни есть относительно поздний продукт психологического онтогенеза личности, развитие которого актуализируется с того момента, когда человек в конце подросткового возраста пытается впервые построить определённую систему своих жизненных целей. В период ранней взрослости складываются объективные предпосылки для развития переживания смысла жизни, так как человек переходит к реализации жизненных целей.

Переживанию смысла жизни присуща возрастная динамика, которая в настоящее время недостаточно изучена в психологической науке. Проблема смысла жизни осознаётся человеком впервые в подростковом возрасте, продолжает развиваться в юношеском периоде. В ранней же взрослости в связи переходом от постановки жизненных целей к необходимости их реализации складываются предпосылки для развития переживания смысла жизни как психологического новообразования личности [7].

Для реализации цели исследования применялся следующий психодиагностический инструментарий: «Самоактуализационный тест» (САТ) (Л.Я. Гозман и др.) и отдельные вопросы анкеты «О смысле жизни» В.Э. Чудновского. Уровень самоактуализации использовался в качестве показателя уровня личностного

развития, а данные, полученные с помощью анкеты, позволили определить следующие аспекты переживания смысла жизни: выявить понимание испытуемыми значения термина «смысл жизни»; представления испытуемых о роли наличия смысла жизни для человека; определить (вербализовать) смысл своей жизни, его содержание.

Выборку испытуемых составили студенты учреждения образования «Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка» (г. Минск). В исследовании приняли участие 265 респондентов, из них 164 — женского (61,9%) и 101 — мужского пола (38,1%). Возраст испытуемых — от 21 до 25 лет.

Для обработки результатов исследования личностного развития испытуемых использовался кластерный анализ. Это позволило разделить всю выборку на группы, отличающиеся, с одной стороны, уровневыми, а, с другой, — содержательными характеристиками личностного развития. На основе интерпретации профилей выделенных групп каждая из них получила свое наименование, отражающее ее качественное своеобразие. В таблице 1 отражено наименование групп в соответствии с уровнями личностного развития и количественное распределение испытуемых по группам.

Таблица 1 — Количественные показатели личностного развития испытуемых

Наименование группы, уровень	Количество испытуемых					
	Всего		В том числе			
			Мужчины		Женщины	
	N	%	N	%	N	%
«Личностно ответственные», высокий уровень	51	19,25	13	12,87	38	23,18
«Принимающие себя», средневысокий уровень	41	15,47	16	15,84	25	15,24
«Ищущие себя», средний уровень	68	25,66	36	35,65	32	19,51
«Негативисты», низкий уровень	63	23,77	24	23,76	39	23,78
«Инфантильные», очень низкий уровень	42	15,85	12	11,88	30	18,29
Всего	265	100,00	101	100,00	164	100,00

В соответствии с целью данной работы ограничимся кратким описанием каждой из групп. «Личностно ответственные» достигли высокого уровня личностного развития, так как имеют высокую степень независимости собственных ценностей и поведения от внешнего воздействия, руководствуются собственными целями, убеждениями, установками и принципами. «Принимающие себя» отличаются независимостью в поведении и реализации ценностей, руководствуются в жизни собственными правилами, убеждениями, слабо подвержены внешнему влиянию,

осознают свои потребности и чувства, могут легко и непосредственно выражать их, вести себя естественно. «Принимающие себя» имеют средневысокий уровень личностного развития. «Ищущие себя» имеют средний уровень личностного развития, характеризуются недостаточно развитыми способностями к взаимодействию с другими людьми и умениями быстро и адекватно реагировать на изменение ситуации, легко и непосредственно выражать свои чувства. Они находятся в процессе активного поиска своей идентичности, который был отсрочен в предыдущем возрастном периоде. «Негативисты» ориентированы на какой-то один временной отрезок своего жизненного пути, отрицают наличие в себе позитивных качеств, демонстрируют достаточно высокую степень зависимости, несамостоятельности, являются извне направляемыми личностями и в своем личностном развитии соответствуют низкому уровню. «Инфантильные» относятся к лицам с очень низким уровнем личностного развития, характеризуются высокой степенью зависимости, конформности, несостоятельности в качестве субъекта деятельности в поступках, реализации целей жизни, демонстрации своих убеждений, установок и принципов.

Перейдем к обсуждению результатов, полученных при изучении переживания смысла жизни молодыми людьми с разным уровнем личностного развития.

Распределение ответов испытуемых на вопрос № 1 анкеты (Что такое, по Вашему, смысл жизни?) представлено в таблице 2.

Таблица 2 — Распределение ответов испытуемых на вопрос об определении категории «смысл жизни»

Группа	Количество ответов, % от общего числа группы			
	Развернутые	Примитивные	Нет ответа	Всего
«Принимающие себя»	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 ответственные»	37 72,55	9 17,65	5 9,80	51
Всего	158	42	65	265
χ^2 Пирсона	df	p		
14,04868	df=8	p=0,08052		

В качестве развернутого принимался ответ, в котором представлено полное, завершённое и однозначно понимаемое определение термина «смысл жизни»

(например, испытуемый № 200 Е. пишет: «Смысл жизни — главная ценность человека, которая помогает ему осознать своё предназначение, реализовать свои творческие способности»). Неопределённым, или примитивным, оценивался ответ, в котором испытуемый делал попытку дать определение смыслу жизни, но оно оказалось не завершённым, либо приводилось конкретное возможное содержание смысла жизни (например, испытуемый № 251 П. отвечает: «Смысл жизни — это счастье в семье»).

Различие между сравниваемыми 5-ю группами испытуемых почти достигло уровня статистической значимости ($p=0,0805$). Следовательно, можно говорить о наличии тенденции, указывающей на то, что с повышением уровня личностного развития возрастает способность испытуемых давать полный, содержательный ответ относительно того, что они понимают под смыслом жизни. Более половины испытуемых каждой группы, кроме «инфантильных», дают развёрнутое определение понятию «смысл жизни». Чаще всего дают четкий и развёрнутый ответ представители групп «лично ответственные» и «принимающие себя».

Количество тех, кто не может дать определение рассматриваемому термину значительно различается в разных группах. Обращает на себя внимание примерно равное распределение «инфантильных» испытуемых на две противоположные подгруппы — первая подгруппа даёт развёрнутые ответы, а у второй отсутствует определение термина «смысл жизни». У испытуемых остальных групп результаты ответов значительно расходятся. Таким образом, респонденты, имеющие очень низкий уровень личностного развития («инфантильные»), гораздо чаще, чем представители других групп испытывают значительные затруднения в формулировании своего понимания термина «смысл жизни». В то же время, для «лично ответственной» группы, с высоким уровнем личностного развития, характерна незначительная доля лиц, не имеющих ответа на данный вопрос. Установленные особенности показывают, что понимание термина «смысл жизни» присуще, прежде всего, испытуемым с высоким уровнем личностного развития.

Результаты ответов испытуемых на 2-ой вопрос анкеты (Какое значение имеет наличие смысла жизни для каждого человека?) предлагаются в таблице 3. Ответ на данный вопрос позволяет определить мнение испытуемого о роли наличия смысла жизни для каждого человека. К положительным отнесены ответы, в которых испытуемые обозначали важную роль смысла жизни для человека (например, испытуемый № 212 П.А.В. пишет: «Смысл жизни как бы ведёт человека по жизни и поддерживает его»), к скорее положительным — где в ответах прослеживалась идея о субъективном значении смысла жизни для каждого человека (например, испытуемый № 255 М.С.В. отмечает, что наличие смысла жизни для каждого человека имеет «положительное» значение). Отрицательными оценивались ответы, в которых утверждается, что смысл жизни не имеет никакого значения для человека или испытуемые отвечают, что они этого «не знают».

Таблица 3 — Распределение ответов испытуемых на вопрос
о значении наличия смысла жизни

Группа	Количество ответов, % от общего числа группы			
	Положительное	Скорее положительное	Не знаю	Всего
«Принимающие себя»	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 ответственные»	46 90,20	4 7,84	1 1,96	51
Всего	205	18	42	265
χ^2 Пирсона	df	p		
22,45774	df=8	p=0,00414		

Установлено наличие статистически значимых различий ($p=0,0041$) в распределении ответов испытуемых с разным уровнем личностного развития. Если испытуемые «инфантильной» группы только в 61,90% случаев отмечают положительное значение смысла жизни, то «лично ответственные» это мнение разделяют гораздо чаще — 90,20%. Испытуемые групп «ищущие себя» и «принимающие себя» в равной мере уверены в значимости смысла жизни (табл. 3).

Убежденность в отсутствии значимости наличия смысла жизни для человека характерна для трети респондентов «инфантильной» группы. Этот показатель значительно отличается от количества отрицательных ответов у испытуемых других групп. Меньше всего доля отрицательных ответов, как и предполагалось, свойственна представителям «лично ответственной» группы. Испытуемые группы «ищущие себя» также в незначительном количестве склонны считать, что смысл жизни не имеет значения для человека. Немногим большее число представителей групп «принимающие себя» и «негативисты» разделяют это мнение.

Таким образом, полученные результаты позволяют еще более убедиться в существовании различий в переживании смысла жизни испытуемыми, имеющими отличия в уровне личностного развития. Так, молодые люди, обладающие высоким либо средним уровнями личностного развития, отличаются уверенностью в значимости и необходимости смысла жизни для человека. Следовательно, важной характеристикой личностного развития можно рассматривать, как понимание смысла жизни, так и

убежденность в том, что наличие в жизни смысла является важным условием для развития личности. Смысл делает жизнь человека упорядоченной, осмысленной и целенаправленной, является залогом психологического благополучия и даёт понимание того, что его жизнь и жизнь всего человечества значима, имеет определённый смысл.

Результаты ответов на 3-й вопрос анкеты (Можете ли Вы сформулировать смысл своей жизни? Если да, то сформулируйте) представлены в таблице 4. К положительным ответам относили те, в которых обязательно присутствует формулировка содержания смысла жизни, к неопределённым — где указывается на наличие смысла жизни, но формулировка его отсутствует, либо испытуемым указывается на то, что его содержание является «глубоко личным вопросом», поэтому он не приводится. Отрицательными рассматривались те ответы, в которых испытуемые однозначно указывают на отсутствие у них смысла жизни, либо говорят о том, что они не задумывались над этим вопросом.

Таблица 4 — Распределение ответов испытуемых на вопрос о наличии у них смысла жизни и о его содержании

Группа	Количество ответов, % от общего числа группы			
	Положительные	Неопределённые	Отрицательные	Всего
«Принимающие себя»	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 ответственные»	32 62,75	10 19,61	9 17,65	51
Всего	127	50	88	265
χ^2 Пирсона	df	p		
14,69553	df=8	p=0,06536		

Как свидетельствуют результаты, уровень различий ($p=0,0653$) в распределении ответов испытуемых разных групп на данный вопрос анкеты почти достиг статистической значимости. Это указывает на то, что способностью обнаружить смысл своей жизни в значительно большей степени обладают молодые люди со средним, средневысоким и высоким уровнями личностного развития. Так, если большинство испытуемых «личностно ответственных», «принимающих себя» и «ищущих себя» групп утвердительно отвечают на данный вопрос, то подобные ответы встречаются только у третьей части испытуемых «инфантильной» группы и «негативистов».

Количество респондентов, указывающих, что у них нет смысла жизни, также значительно различается в выделенных группах. Почти половина испытуемых «инфантильной» группы и «негативистов» указывают на отсутствие в их жизни смысла. Этот показатель значительно превосходит данные, характеризующие выборку «лично ответственной» группы. Для испытуемых групп «ищущие себя» и «принимающие себя» свойственны почти одинаковые показатели, свидетельствующие о том, что значительная часть представителей данных групп не осознают своего индивидуального смысла жизни либо о нём не задумывались. Ответы, которые оценены, как неопределённые почти одинаково встречаются у испытуемых всех пяти групп.

Особенности ответов испытуемых на анализируемый вопрос анкеты, являются наиболее показательными для определения зависимости между уровнем личностного развития испытуемых и особенностями переживания смысла жизни у них. Полученные данные свидетельствуют, что, прежде всего, испытуемые «лично ответственной» группы, а также групп «ищущие себя» и «принимающие себя» в подавляющем большинстве имеют ясное понимание того, что является для них смыслом жизни в настоящий период их жизни. Установленный факт подтверждает идею о том, что вхождение в раннюю взрослость сопровождается переходом от размытого, неясного понимания смысла собственной жизни к его ясному и чёткому осознанию. Чёткое понимание смысла своей жизни можно рассматривать важнейшим признаком высокого уровня личностного развития в ранней взрослости.

В соответствии с предложенным определением переживания смысла жизни, оно включает не только знание смысла своей жизни, но и отношение к смыслу жизни вообще: что человек понимает под этой категорией, какое место отводит ей в своей жизни и жизни людей в целом. Полученные в ходе исследования результаты подтвердили верность этого определения. Испытуемые, имеющие наиболее высокие показатели по уровню личностного развития — «лично ответственные» — обладают, по сравнению с другими группами (особенно «инфантильной» группой), выраженной способностью к определению термина «смысл жизни», убеждённости в его необходимости и значимости для человека и знанием того, что составляет их смысл жизни.

Анализ результатов ответов на последний вопрос анкеты показывает, что общее количество испытуемых (даже в группе «лично ответственных»), формулирующих конкретное содержание смысла своей жизни, не является приближенным к 100%. Этот факт можно связать с положением концепции В. Франкла, который утверждал, что люди могут ответить на вопрос о смысле их жизни только в том случае, если обществом, жизнью, социальной ситуацией их развития перед ними поставлена задача решения этого вопроса. Такой момент может быть связан с окончанием получения образования, необходимостью дальнейшего определения жизненных целей и задач, связанных с будущей профессиональной деятельностью, получением дополнительного

образования, созданием семьи, воспитанием детей и т.д. Следовательно, те испытуемые, которые настоящий момент своего жизненного пути не осознают как требующий необходимости дальнейшего определения своих жизненных целей и ценностей, скорее всего, затрудняются с формулировкой смысла своей жизни.

Проведенный анализ ответов на указанные вопросы анкеты «О смысле жизни» позволяет определить некоторые особенности переживания смысла жизни испытуемыми каждой из групп и сделать следующие выводы.

«Личностно ответственные» испытуемые, имеющие высокий уровень личностного развития, характеризуются целостностью процесса переживания смысла жизни, демонстрируют наличие этого образования в структуре личности. Они показывают стабильно самые высокие значения по положительным ответам на анализируемые вопросы анкеты. Следовательно, «личностно ответственные» отличаются в большей степени, чем представители других групп, осознанием содержания смысла своей жизни, наличием понимания данной категории, отводя ей в своей жизни и жизни других людей значимое место. Таким образом, можно утверждать, что переживание смысла жизни является важным показателем личностного развития человека в ранней взрослости. Именно в данной группе испытуемых наиболее активно происходит самоопределение, связанное с четким осознанием жизненных целей, переводом их в разряд ценностей и приданием им статуса смысла жизни.

Испытуемые со средневысоким уровнем личностного развития — «принимающие себя» — отличаются уверенностью в значимости смысла жизни для человека, большинство могут дать развернутое определение смыслу жизни, более половины из них имеют четкое осознание смысла своей жизни и почти третья часть не могут его сформулировать, что значительно отличает «принимающих себя» от «личностно ответственных» испытуемых.

Испытуемые, отнесенные к группе «ищущих себя», со средним уровнем личностного развития, характеризуются тем, что незначительному большинству из них свойственно понимание смысла жизни. При этом примерно каждый пятый представитель данной группы пытается дать определение смыслу жизни, но оно является достаточно примитивным. Значимая часть этой группы отмечает важность и положительную роль в жизни человека смысла жизни. Это свидетельствует о том, что им не безразлично само отношение к рассматриваемой категории, они испытывают потребность в осознании смысла своей жизни. «Ищущие себя» испытуемые практически не отличаются от «принимающих себя» тем, насколько ясно осознают собственный смысл жизни. Немногим более половины представителей обеих групп указывают, что у них есть смысл жизни, формулируют его. Однако у значительной части респондентов отсутствует его развернутое описание и, кроме того, почти каждый третий испытуемый заявляет об отсутствии у него смысла жизни. Таким образом, «ищущие себя» и «принимающие себя» группы испытуемых характеризуются тем, что

процесс поиска смысла жизни для них является актуальным в настоящий момент жизни и конкретизация жизненных целей в дальнейшем, возможно, обеспечит его осознание.

Испытуемые группы «*негативисты*», с низким уровнем личностного развития, отличаются тем, что большинство из них способны дать определение смыслу жизни, значительная часть из них имеет примитивное его понимание, а каждый четвертый заявляет, что он ещё не готов дать определение этому понятию. Можно сказать, что они уверены в положительной значимости наличия смысла жизни для человека, так как об этом говорит явное большинство испытуемых, не согласна с этим мнением небольшая часть выборки данной группы. Таким образом, группа «негативистов» по анализируемым характеристикам переживания смысла жизни имеет ряд особенностей, сближающих их с группами «*ищущие себя*» и «*принимающие себя*». Однако анализ ответов на вопрос о наличии у них смысла жизни показывает, что «негативисты» демонстрируют особенности, по которым они всё же отличаются от этих двух групп. Так, именно «негативисты» чаще всего (почти половина от группы) заявляют, что у них отсутствует смысл жизни. Только одна треть из них может сформулировать смысл своей собственной жизни. Каждый пятый представитель группы пытается указать, что у него есть смысл жизни, однако не раскрывает его. Это свидетельствует о том, что задача на осознание и вербализацию смысла жизни является трудной для них, что связано с низкой способностью к рефлексии своих потребностей, мотивов и целей. Возможно, жизненные цели не рассматриваются ими как значимые, они не стали ценностями, чтобы была возможность обрести смысл жизни в процессе их достижения, либо они носят локальный характер, что так же не позволяет их обозначить как источник смысла жизни. Таким образом, «негативисты» по своим личностным позициям характеризуются явной противоречивостью переживания смысла жизни: будучи, в основном, уверены в значимости смысла жизни, имея способность определить содержание данного понятия, они испытывают значительные трудности в том, чтобы обнаружить собственный смысл жизни.

Группа «*инфантильных*» испытуемых, с очень низким уровнем личностного развития, отличается низким уровнем переживания смысла жизни. Они характеризуются примитивным пониманием смысла жизни, немногим более половины из них считает, что его наличие имеет положительное значение для человека. Представители этой группы характеризуются низкой способностью осознать смысл своей жизни. Выявленная особенность переживания смысла жизни испытуемыми данной группой также подтверждает предположение о роли этого образования в личностном развитии человека и, тем самым, показывает наличие у них трудностей в происходящем жизненном самоопределении.

Таким образом, проведенный анализ позволяет утверждать о наличии взаимосвязей между уровнем личностного развития и особенностями переживания смысла жизни. Это убедительно свидетельствует о том, что переживание смысла жизни является отличительной особенностью, прежде всего, испытуемых с высоким уровнем

личностного развития. Тем самым можно 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 принимать актуальные задачи развития своего возраста, включать их в перечень собственных жизненных целей, осознавать их ценностную значимость и обретать смысл жизни в процессе их достижения.

Список литературы

1. Абульханова-Славская, К.А. Деятельность и психология личности / К.А. Абульханова-Славская; Акад. наук СССР, Ин-т психологии. – М.: Наука, 1980. – 335 с.
2. Абульханова-Славская, К.А. Стратегия жизни / К.А. Абульханова-Славская. – М.: Мысль, 1991. – 299 с.
3. Анцыферова, Л.И. Психологические закономерности развития личности взрослого человека и проблема непрерывного образования / Л.И. Анцыферова // Психол. журн. – 1981. – Т. 1, № 2. – С. 52–61.
4. Бассин, Ф.В. «Значимые» переживания и проблема собственно-психологической закономерности / Ф.В. Бассин // Вопр. психологии. – 1972. – № 3. – С. 105–124.
5. Божович, Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте: психологическое исследование / Л.И. Божович; Акад. пед. наук СССР. – М.: Просвещение, 1968. – 464 с.
6. Василюк, Ф.Е. Психология переживания: анализ преодоления критических ситуаций / Ф.Е. Василюк. – М.: Изд-во Моск. гос. ун-та, 1984. – 200 с.
7. Волченков, В.С. Переживание смысла жизни как личностное новообразование ранней взрослости / В.С. Волченков // Вес. Беларус. дзярж. пед. ун-та. Сер. 1, Педагогіка. Псіхалогія. Філалогія. – 2010. – № 2. – С. 21–26.
8. Выготский, Л.С. Собрание сочинений: в 6 т. / Л.С. Выготский. – М.: Педагогика, 1982–1984. – Т. 4: Детская психология / под ред. Д.Б. Эльконина. – 1984. – 432 с.
9. Дильтей, В. Описательная психология / В. Дильтей; пер. с нем. Е.Д. Зайцевой; под ред. Г.Г. Шпета. – 2-е изд. – СПб.: Алетейя, 1996. – 155 с.
10. Жеребцов, С.Н. Психология переживаний личности в динамике культуры: Античность, Средневековье, Возрождение / С.Н. Жеребцов. – Мозырь: Содействие, 2013. – 184 с.

11. Карпинский, К.В. Бездуховный смысл жизни как предпосылка биографического кризиса / К.В. Карпинский // Психол. журн. – 2012 – № 1/2. – С. 24–34.
12. Карпинский, К.В. Бездуховный смысл жизни как предпосылка биографического кризиса / К.В. Карпинский // Психол. журн. – 2012. – № 3/4. – С. 23–32.
13. Карпинский, К.В. Психология жизненного пути личности : учеб. пособие / К.В. Карпинский. – Гродно: Гродн. гос. ун-т, 2002. – 167 с.
14. Коломинский, Я.Л. Психологическая культура или психологическая цивилизация / Я.Л. Коломинский // Образовательные практики: амплификация маргинальности: сборник / Белорус. гос. ун-т ; редкол.: А.А. Забирко (пред.) [и др.]. – Минск, 2000. – С. 12–20.
15. Кулюткин, Ю.Н. Психология обучения взрослых / Ю.Н. Кулюткин. – М.: Просвещение, 1985. – 128 с.
16. Леонтьев, Д.А. Проблема смысла в современной зарубежной психологии / Д.А. Леонтьев // Современный человек: цели, ценности, идеалы: реф. сб.: к XVIII Всемир. филос. конгр. / Акад. наук СССР, Ин-т философии; редкол.: Гуревич П.С. (отв. ред.) [и др.]. – М., 1988. – Вып. 1. – С. 73–100.
17. Лэнгле, А. Жизнь, наполненная смыслом: прикладная логотерапия: пер. с нем. / А. Лэнгле. – 2-е изд. – М.: Генезис, 2004. – 127 с.
18. Маслоу, А. Новые рубежи человеческой природы / А. Маслоу; пер. с англ.: Г.А. Балл, А.П. Попогребский; под общ. ред. Г.А. Балла [и др.]. – М.: Смысл, 1999. – 423 с.
19. Моргун, В.Ф. Проблема периодизации развития личности в психологии: учеб. пособие / В.Ф. Моргун, Н.Ю. Ткачева. – М.: Изд-во Моск. гос. ун-та, 1981. – 81 с.
20. Пергаменщик, Л.А. От экзистенциальной попытки к нарративному повороту: два взгляда Выготского на предмет психологии / Л.А. Пергаменщик // Психология и жизнь: традиции культурно-исторической психологии и современная психология детства: сб. науч. ст. / Белорус. гос. пед. ун-т; редкол.: Л.А. Пергаменщик (отв. ред.) [и др.]. – Минск, 2010. – С. 209–212.
21. Пиняева, С.Е. Личностное и профессиональное развитие в период зрелости / С.Е. Пиняева, Н.В. Андреев // Вопр. психологии. – 1998. – № 2. – С. 3–10.
22. Психолого-педагогические и философские аспекты проблемы смысла жизни: материалы I–II симп. / Рос. акад. образования, Психол. ин-т; редкол.: В.Э. Чудновский [и др.]. – М.: Рос. психол. о-во, 1997. – 231 с.
23. Роджерс, К. Взгляд на психотерапию. Становление человека / К. Роджерс; пер. с англ. М.М. Исениной; общ. ред. и предисл. Е.И. Исениной. – М.: Прогресс: Универс, 1994. – 480 с.

24. Рубинштейн, С.Л. Проблемы общей психологии / С.Л. Рубинштейн; Акад. пед. наук СССР, Ин-т философии, Ин-т психологии; отв. ред. Е.В. Шорохов. – М.: Педагогика, 1973. – 424 с.

25. Франкл, В. Человек в поисках смысла: [сборник]: пер. с англ. и нем. / В. Франкл; общ. ред. Л.Я. Гозмана, Д.А. Леонтьева. – М.: Прогресс, 1990. – 368 с.

26. Фрейд, З. Психопатология обыденной жизни / З. Фрейд; пер. с нем. О. Медем. – СПб.: Азбука-классика, 2005. – 222 с.

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ