

Министерство образования Республики Беларусь

УЧРЕЖДЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ
«ГРОДНЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИМЕНИ ЯНКИ КУПАЛЫ»

КАФЕДРА ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЙ И ПРИКЛАДНОЙ ПСИХОЛОГИИ

**ПСИХОЛОГИЯ СМЫСЛА ЖИЗНИ:
МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ, ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ,
И ПРИКЛАДНЫЕ ПРОБЛЕМЫ**

Сборник научных статей

Гродно
ГрГУ им. Я.Купалы
2014

УДК 159.923(08)
ББК 88.37
П86

Рекомендовано Советом факультета психологии ГрГУ им. Я. Купалы.
Рекомендовано Ученым советом
Федерального государственного научного учреждения
«Психологический институт» Российской академии образования.

Научные редакторы:

Чудновский В. Э., доктор психологических наук, профессор,
ведущий научный сотрудник ФГНУ «Психологический институт» РАО;
Карпинский К. В., кандидат психологических наук, доцент,
заведующий кафедрой экспериментальной и прикладной психологии
ГрГУ им. Я. Купалы.

Рецензенты:

Осницкий А. К., доктор психологических наук, ведущий научный
сотрудник ФГНУ «Психологический институт» РАО;
Митина Л. М., доктор психологических наук, профессор,
зав. лабораторией психологии профессионального развития личности
ФГНУ «Психологический институт» РАО.

П86 **Психология** смысла жизни: методологические, теоретические и
прикладные проблемы : сб. науч. ст. / ГрГУ им. Я. Купалы ; науч. ред.:
В. Э. Чудновский, К. В. Карпинский. – Гродно : ГрГУ, 2014. – 261 с.
ISBN 978-985-515-730-5

Представлены результаты новых научно-психологических исследований, посвященных смыслу жизни и родственным ему феноменам. Анализируются обще-психологические, возрастно-психологические, кризисно-психологические и психолого-педагогические аспекты смысловой проблематики. Адресуется профессиональным психологам – исследователям, преподавателям, практикам, а также студентам, магистрантам и аспирантам психологических специальностей. Может быть рекомендован специалистам философского и социогуманитарного профиля, а также всем читателям, интересующимся проблемой смысла человеческой жизни.

УДК 159.923(08)
ББК 88.37

ISBN 978-985-515-730-5

© Учреждение образования
«Гродненский государственный университет
имени Янки Купалы», 2014

ОБЩЕПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПРОБЛЕМЫ СМЫСЛА ЖИЗНИ



УДК 159.9

В. Э. Чудновский

ЖИЗНЕННОЕ ПРОСТРАНСТВО ЛИЧНОСТИ КАК ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ФЕНОМЕН

Жизненное пространство, в котором происходит «движение» личности, рассматривается как относительно самостоятельный феномен, психологическое содержание которого обусловлено взаимосвязью и взаимодействием трех составляющих – объективной, субъективной, субъектной. Становление личности представлено как процесс освоения субъектом пространства собственной жизни, овладения им. Смыслообразование в этом процессе выходит на новый уровень: «контекстом» смысла становится вся жизнь человека. Смысл жизни является «интегратором» жизненного пространства, придающим ему «событийность» и выводящим за пределы «кругового», «циклического» движения времени. Рассматривается значимость развития рефлексии в процессе становления личности – от «учебной» рефлексии, проявляющейся в способности учить себя «школьным» знаниям, до рефлексии, суть которой – учить себя жить. Рассматриваются субъектный и личностный подходы к проблеме жизненного пространства личности.

***Ключевые слова:** жизненное пространство личности, субъектность, «пространство–время», смыслообразование, «духовное время», само-трансценденция, концепция жизни, смысловая вертикаль, рефлексия.*

Виктор Франкл писал о само-трансценденции: «... за этим понятием стоит тот факт, что человеческое бытие всегда ориентировано во вне, на нечто, что не является им самим» [47, с. 29]. С. Л. Рубинштейн, характеризуя «первый способ» существования человека, подчеркивал, что «... здесь человек весь внутри жизни, всякое его отношение – это отношение к отдельным явлениям, а не к жизни в целом» [39, с. 351] (выделено автором. – В. Ч.).

Таким образом, можно говорить о двух разновидностях, формах, проявлениях само-трансценденции: само-трансценденция как выход «за пределы себя самого» и само-трансценденция как отношение к «жизни в целом». В этом последнем случае человек, ориентируясь на то, что не является им самим («сегодняш-

ним»), остается в пределах «пространства» собственной жизни. По-видимому, это «пространство» и представляет собой особую разновидность самотрансценденции.

Жизненный путь и жизненное пространство личности. В последние годы активно обсуждается проблема жизненного пути человека. Н. А. Логинова характеризует жизненный путь как социально-историческую форму развития личности. «В структуре личности, – пишет она, – в превращенной форме запечатлена история ее прошлой жизни... Человек своим трудом и поступками производит новые обстоятельства, тем самым укрепляя, изменяя сложившийся образ жизни» [24, с. 13]. В. К. Карпинский, отталкиваясь от тезиса Л. С. Выготского о значимости для понимания человеческой личности «лейтлинии», руководящей линии жизни, превращающей историю жизни человека из ряда бессвязных эпизодов в единый биографический процесс, следующим образом характеризует задачу психологии жизненного пути: «объяснить и прогнозировать, как человек из “сырого материала” собственной жизнедеятельности выстраивает индивидуальную жизненную историю, одновременно проявляясь в качестве субъекта жизни» [19, с. 153]. В. Т. Ганжин употребляет в этом смысле понятие «биография». «Биография, – писал он, – процесс самосозидания личности в лоне культуры посредством смыслообретения, а также – саморазрушения человека посредством смыслоутрат» [11, с. 177].

Итак, жизненный путь – индивидуальная история человека. В определенном смысле это феномен объективный, как объективна любая история (страны, государства, народа), которая, *совершившись*, является объективной реальностью, которую уже невозможно изменить (хотя такие попытки нередко имеют место). Заметим, что в вышеприведенных высказываниях К. В. Карпинского и В. Т. Ганжина подчеркивается значимость смысло-жизненных ориентаций: первый пишет о «руководящей линии жизни», второй – о смыслообретениях и смыслоутратах.

Но есть и другой смысловой оттенок в понимании жизненного пути человека. Б. Г. Ананьев впервые ввел в научный оборот понятие «субъективная картина жизненного пути», которую Н. А. Логинова характеризует как «психический образ, отражающий социально обусловленные пространственные характеристики, его этапы, события и взаимосвязи. В создании этого образа принимают участие «биографическое мышление», «биографическая память», «биографическое воображение» (предвидение, мечты, предвкушения), посредством которых человек анализи-

рует сложившиеся обстоятельства и прошлые события жизни, обдумывает ближние и дальние последствия того или иного варианта жизненного выбора» [24, с. 22].

Итак, можно выделить два аспекта проблемы жизненного пути человека: жизненный путь как объективно совершающийся процесс и субъективное представление человека об этом процессе, субъективная картина его жизни. Представляло интерес рассмотрение этих двух аспектов как определенного «двуединства», его взаимосвязей и взаимопереходов.

В этой связи мы обращаемся к понятию «жизненное пространство личности». Как известно, понятие «жизненное пространство» было впервые введено в научный оборот Куртом Левиным – представителем «гештальтпсихологии». Нужно сказать, что сформулированный представителями этого направления основной принцип исследования психики – психические явления могут быть поняты, только если их рассматривать как организованное структурное целое – и сегодня весьма актуален.

Согласно разработанной К. Левиным топологической («векторной») концепции психическая энергия, вызываемая потребностями, выносится из личности в окружающие объекты, которые становятся «валентными» и начинают «притягивать» или «отталкивать» личность. Возникающая при этом система напряжений определяет направление и силу «локомоций» – перемещений субъекта в жизненном пространстве. При появлении непреодолимых барьеров происходят перемещения энергии на другие объекты. Поведение субъекта, по К. Левину, есть движение через области жизненного пространства, обладающие различной валентностью.

Нужно сказать, что теория К. Левина вызвала немало критических замечаний. А. Ребер характеризует многие его рассуждения как крайне эзотерические, связанные с попытками построить модель личности на основе принципов «ходологического пространства», изучаемого геометрией [36]. Л. И. Божович разделяет научную деятельность К. Левина на два этапа – германский и американский. Высоко оценивая его заслуги, относящиеся к первому периоду, когда К. Левин сделал предметом экспериментального изучения потребности и мотивы человеческого поведения, особенности аффективной и волевой сфер, цели и намерения («квазипотребности»), она характеризует второй период научного творчества К. Левина как время «американизации» и «бихевиоризации» его взглядов. «Субъект, – пишет она, – помещен в психологическое “жизненное пространство”, он дви-

жется в этом пространстве, подчиняясь тем равнодействующим, которые складываются в результате столкновения сил, идущих как от самого субъекта, так и от того «психологического поля», в которое он включен. Причем драма столкновения и борьбы этих сил происходит не в субъекте, но разыгрывается в жизненном пространстве» [7, с. 100]. «“Бихевиоризация” взглядов, – продолжает она, – привела Левина к утрате главного направления, по которому должны идти исследования психологии личности, а именно исследования внутренней психологической структуры личности человека и роли окружающей общественной среды в ее формировании» [7, с. 100].

Л. И. Воробьева о К. Левине: «Психическая реальность, которую он конструирует, всегда представляется как детерминированная структурой поля» [9, с. 38].

Вместе с тем, следует подчеркнуть значимость введения К. Левиним понятий «жизненное пространство» и «жизненная перспектива» (как система намечаемых человеком ближайших и отдаленных целей) – это была попытка сделать дальнейший шаг в реализации целостного подхода к изучению психической жизни человека – выйти за пределы личности, «соединить» личность и окружающую ее среду и раскрыть психологические механизмы взаимодействия личности и окружающей среды как единого целого.

Обращаясь к понятию «жизненное пространство личности», мы имеем в виду, что оно включает в себя не только «лейтлинию», основную направленность «движения личности», но и те тенденции, факторы развития, возрастные особенности, которые формируются, достигают своего апогея, затем могут видоизменяться, деформироваться, приобретать противоположную направленность, т. е. всю динамику личностного развития.

Анализ ряда работ по психологии жизненного пути, а также данные о соотношении объективно предопределенной и субъективно-преобразующей линий человеческой судьбы [49–52] позволяют выделить три «ипостаси» или три составляющих жизненного пространства личности:

1. Объективная составляющая: жизненное пространство личности как объективно существующий феномен, включающий в себя объективные факторы и закономерности.

2. Субъективная составляющая – субъективная картина жизненного пространства личности.

3. Субъектная составляющая – осознание себя как субъекта, выстраивающего пространство собственной жизни.

Следует оговориться. Данная классификация в известной мере условна: существуют взаимосвязи и взаимопереходы между составляющими. Тем не менее выделение данных составляющих представляется целесообразным, ибо каждая из них имеет свою специфическую смысловую нагрузку.

Объективная составляющая жизненного пространства личности. Сюда прежде всего следует отнести биологические факторы, обуславливающие рождение, жизнь и психическое развитие человека. Значимость этой составляющей отчетливо выступает в следующем высказывании А. В. Суворова: «Что поделать, если я с детства не вижу и не слышу или не могу ходить, или у меня порок сердца, или еще что... Так уже вышло, с этим жить. И жить не абы как, не прозябать, а именно жить, максимально полноценно, с учетом вот этой экстремальной ситуации...» [43, с. 170]. Очень выразительно сказано: «Что поделать, так уже вышло». Существуют объективные обстоятельства. И не просто обстоятельства – обстоятельства системообразующие, следствием которых должна быть определенная организация жизненного пространства, неизбежность целого ряда ограничений, необходимость примириться с ними, выработка способов действия, самомобилизация личности на конструктивную деятельность в этих сложнейших, объективно заданных условиях.

Разумеется, природная, биологическая составляющая проявляется не только в таких экстремальных обстоятельствах. В отечественной психологии долгое время господствовала парадигма, согласно которой биологические, природные, наследственные факторы, разумеется, имеют значение, но лишь на уровне анатомо-физиологических задатков – «данности», с которой рождается человек, а дальше «вступают в дело» социальные факторы, и все уже зависит от них. Нужно ли доказывать, что биологические факторы оказывают свое воздействие на всем «пространстве» жизни человека и на выстраивание субъективной картины его жизни?

В психологии было много споров о том, в какой мере биологические факторы обуславливают психологическое развитие и становление личности (пресловутая проблема «био-социо»), но недостаточно учитывался тот факт, что значимость биологических факторов, их «смысловая нагрузка» изменяется на протяжении жизни человека. И этот процесс включает в себя две противоположные тенденции. Первая заключается в том, что с возрастом формирующаяся личность все больше «подчиняет» себе проявления природных особенностей, обуславливает их, направ-

ляет их развитие. Вторая, противоположная тенденция, обусловлена тем, что с возрастом происходит созревание целого ряда природных, прирожденных свойств, что приводит к «биологическим всплескам», когда роль биологических факторов в жизни и психическом развитии резко возрастает (об этом подробнее [49; 52]). В исследованиях Н. С. Лейтеса показана сложная диалектика внутренних возрастных (в том числе прирожденных) способностей: они могут совмещать в себе особенности как одного возрастного этапа, так и нескольких, «надстраиваться» над предыдущими, вытеснять их. Из череды сменяющихся возрастных свойств выступают те свойства, которые укореняются, за которыми будущее. Возрастное переходит в индивидуальное [22]. А. М. Прихожан отмечает, что низкая (а нередко и средняя) самооценка внешности – фактор риска, она может быть причиной низкой общей самооценки подростка, его общей неудовлетворенности собой [34].

В исследовании Т. А. Поповой со статистической значимостью была показана взаимосвязь между особенностями отношения подростка к собственной внешности и экспериментальным показателем теста смысловых ориентаций – осмысленность жизни [32]. Ю. Ю. Лотоцкая пишет о значимости «телесного Я» в общем процессе становления личности: «Недостаточность и неразвитость рефлексивной позиции по отношению к своему телесному опыту приводит зачастую к накоплению целого комплекса психологических и поведенческих проблем, блокирующих процессы личностного развития» [25].

Вообще биологическая составляющая на протяжении жизненного пространства совершает полный круг: человек рождается беспомощным, почти полностью подчиненным своей «биологии». Он в определенном смысле «объект», предмет помощи и ухода, и лишь при этом условии может существовать. Постепенно положение меняется. Он в большей или меньшей степени овладевает собой, своей биологией, формируется как личность. Человек (опять же в большей или меньшей степени) становится субъектом жизни и деятельности. Зрелый возраст – время, когда субъектная составляющая достигает пика своего развития. Но вот приближается старость. Уменьшаются возможности существования человека как субъекта собственной жизни, прежде всего – биологические. Последние все больше определяют общую направленность жизни. Выразительная формула: «В молодости человек живет благодаря своему телу, в старости – вопреки ему». Биология человека, которая еще сравни-

тельно недавно была фактором его существования как субъекта, теряет свои «субъектные» свойства, как бы отделяется от него, приобретает свойства объекта, противостоящего человеку. Человек все больше теряет свой субъектный статус, становится все более зависимым от внешних факторов, от окружающих его людей, от самого себя... Теперь усилия (более или менее плодотворные) направлены на то, чтобы затормозить, замедлить этот процесс. И, наконец, «биология» проводит завершающую черту в пространстве человеческой жизни...

Объективным свойством человеческой жизни является ее *конечность*.

Даже маленький ребенок в той или иной степени осознает этот факт, хотя, разумеется, будучи не в состоянии понять и осмыслить его, старается как бы отодвинуть на край сознания, сделав акцент на более оптимистичном отношении к жизни: «Пусть всегда будет солнце! Пусть всегда будет небо! Пусть всегда будет мама! Пусть всегда буду Я!». С возрастом, однако, мысль о конечности жизни все более оформляется, подкрепляясь множеством жизненных впечатлений, с ней приходится смириться, включить в круг своих взглядов на мир и место человека в нем. Одновременно, впрочем, развивается и способность, возникшая еще в детском возрасте – отвлекаться от этого факта, запрягивать его в глубь сознания, прикрывая массой дел, забот, печалей и радостей. И только какое-либо случайное происшествие или внезапная потеря знакомого, близкого человека могут всколыхнуть эти глубины и сделать более отчетливым и эмоционально насыщенным понимание конечности, временности существования человека на земле. Н. Н. Толстых о моменте, когда дети впервые осознают факт конечности человеческой жизни вообще и своей собственной, в частности, пишет: «Возможно, этим моментом следует датировать начало не просто временной перспективы, как любых презентаций будущего, а именно презентации жизненной перспективы как времени своей жизни» [44, с. 61].

Могут быть два отношения к факту конечности жизни. С. Л. Рубинштейн писал: «Смерть превращает жизнь в нечто законченное и ставит, таким образом, вопрос о ее внутренней содержательности. Будущие дела уже других людей могут изменить смысл моей жизни. Но в зависимости от того, какое содержание я сам ей придал... наличие смерти превращает жизнь в нечто серьезное, ответственное, в срочное обязательство, в обязательство, срок выполнения которого может истечь в любой момент. Это и есть закономерно серьезное отношение к

жизни...» [39, с. 355]. Осознание объективных рамок, которые ставит жизнь, того факта, что жизнь нельзя переписать заново как неудавшееся сочинение, позволяет как бы выйти за пределы этих рамок, сделать жизнь богаче, содержательнее. Заметим, что ведущая идея в этих рассуждениях С. Л. Рубинштейна – целостное отношение к жизни. К сожалению, имеет место и широкое распространение иного отношения к жизни – «раздробление» жизни, сведение ее к сиюминутным интересам и потребностям.

Объективные факторы жизненного пространства личности – возрастные этапы жизни человека и возрастные особенности, присущие каждому этапу. Традиционно при рассмотрении возрастных этапов основное внимание уделяется особенностям данного периода и его отличиям от других. Однако анализ данного возрастного периода может быть полным только тогда, когда содержательно выявляется его значимость в «выстраивании» индивидуальной жизни как единого целого. Рассмотрим с этой точки зрения особенности переходного периода, имеющего особую значимость в становлении целостного жизненного пространства личности.

В подростковом возрасте, который с «легкой руки» Стенли Холла характеризуется как период «бури и натиска», как время, когда царствуют «закон контрастов», амбивалентность и парадоксальность, когда, по словам Л. С. Выготского, происходит разрушение и отмирание старых интересов, созревание новой биологической основы, на которой формируются новые интересы [10] – возникает особое, присущее только этому возрастному этапу, отношение к «пространству» собственной жизни. Старший подросток подобен путнику, остановившемуся перед огромным камнем, на котором начертано: «Направо пойдешь...», «Налево пойдешь...», «Прямо пойдешь...». Старшеклассник прошел лишь небольшую часть пути, основное пространство его жизни ему еще незнакомо, это *terra incognita*. Смутность, неясность, а порой искаженность представления о пространстве собственной жизни, «неприсвоенность» этого пространства рождает неуверенность в собственном будущем, страх перед ним, в некоторых случаях – мысли о суициде. С другой стороны, неосвоенность жизненного пространства способствует возникновению максимализма – стремления поскорее добиться желаемого, сразу «оседлать вершину» без достаточной подготовки и знания трудностей и опасностей, подстерегающих подростка на этом пути. А в случае неудачи максимализм распространяется на неудачу. Неудача абсолютизируется – у меня ничего не получится,

я неудачник. Неудача расползается, застигает горизонт, застигает будущее. И опять-таки одна из основных причин этих переживаний – неориентированность подростка в пространстве собственной жизни.

Традиционно возрастная психология утверждает, что возрастной особенностью старшего подростка является обращенность в будущее.

Н. Н. Толстых, рассматривая особенности переходного возраста, подчеркивает значимость для этого возрастного периода возникновения временной перспективы будущей жизни, отнесенность в будущее мотивов, целей, стремлений. Автор пишет, что психическое здоровье в переходном возрасте напрямую связано с глубиной перспективы, дальностью целей [44, с. 68]. Да, это так. Но как обстоит дело с временной перспективой у современных подростков? Некоторое время назад в Санкт-Петербурге был проведен конкурс сочинений старшеклассников на тему «Будущее, в котором хочется жить». Специальное жюри проанализировало 25 000 (!) сочинений. Из заключения жюри: «Настораживает отсутствие будущего. Как будто нынешнее поколение идет в пустоту, не представляя, ни что их ждет, ни какими они станут» [42]. Факты, противоречащие утверждению о том, что старшим подросткам присуща устремленность в будущее, в свое время были приведены М. Р. Гинзбургом [13]. В вышеупомянутом исследовании Т. А. Поповой приведены данные о том, что старшеклассники отдают предпочтение настоящему времени. Они в большей степени обращены в сегодняшний день [32]. Школа должна быть той объективной составляющей, которая помогает своим питомцам выстраивать «пространство» своей жизни, т. е. местом, где у прошлого учатся будущему. Если, как утверждал Э. Берн, у ребенка в семье формируется «жизненный сценарий», который затем разворачивается в его будущей жизни, то с не меньшим основанием можно говорить о «школьном сценарии», который закладывает (или не закладывает) предпосылки позитивного взросления.

Три «цвета» времени в жизненном пространстве личности. Объективным фактором жизненного пространства личности является взаимосвязь времен – настоящего, прошедшего и будущего. Но прежде следует остановиться на проблеме «хронотоп», активно обсуждаемой в исследованиях последних лет. Введенное в научный обиход А. А. Ухтомским понятие стало чрезвычайно популярным в самых разных областях науки, приобрело мировоззренческую значимость. М. М. Бахтин: «Пространство

раскрывает время, делает его зримым, но само пространство делается осмысленным благодаря времени» [3]. Хронотоп – закономерная связь пространственных и временных параметров в жизни человека. В. П. Зинченко приводит слова М. Пруста: «У пространства есть геометрия, а у времени есть психология» (вместе они составляют хронотоп) [15]. Какова же совместная жизнь «геометрии» с «психологией» у реального человека в обычных условиях и у того же человека в условиях необычных, когда мгновения – «как пули у виска»? Что скрывается за этим единством, пересечением, «перекрестком» пространства и времени? Исследователи подчеркивают связь хронотопа и смысла. Бахтин: «Всякое вступление в сферу смыслов совершается только через ворота хронотопа» [3]. «Вне смыслового измерения хронотоп в принципе невозможен. Если согласно М. М. Бахтину, время – это четвертая координата континуума бытия – сознания, то смысл – пятая (или первая), разумеется, не по хронологии, а по значимости» [15]. Все так. И все же взаимосвязь, пересечение, перекресток пресловутой «троицы» (пространство – время – смысл) далеко не однозначно. Н. Э. Фаликова замечает, что М. М. Бахтин выделил сферу смыслов, не поддающихся пространственно-временным определениям. И далее автор резонно утверждает, что пространство – время означает более общую структуру, чем простое соединение пространственных координат и времени [45]. В самом деле, связь пространства – времени отмечал еще Д. Локк в «Опыте о человеческом разуме»: «... распространенность и продолжительность взаимно обнимают и охватывают друг друга». Но как различны, своеобразны эти объятия! Как по-разному обуславливают они жизнь человека и ее смысл! У гоголевских «старосветских помещиков» «объятия» пространства были настолько тесными (ни одно желание, как пишет автор, не перелетало через ворота их усадьбы), что они обесмысливали жизнь. События? Да, были события. Пульхерия Ивановна: «Афанасий Иванович, это вы продавили стул?» Афанасий Иванович: «Не беспокойтесь, Пульхерия Ивановна, это я». «Небеспокойство» стало «эрзацем», заменителем смысла жизни.

Да, существует закономерная связь пространства и времени. Но есть основания утверждать, что в этой неразрывной связке есть определенное «неравноправие»: лидерство принадлежит времени.

Если задать «Интернету» вопрос: «время – это...»? Вот некоторые ответы:

- «Время – движущееся подобие вечности» (Платон).
- «Время – мера движения» (Аристотель).
- «Время – незыблемая сила, отмеряющая всему свой срок».
- «Время – это расстояние движения».
- «Время – другое название для жизни».
- «Отношение к жизни – это отношение к времени жизни, ограниченное всего лишь несколькими десятилетиями, быстролетному и необратимому...»

В этом коротком интервале человеку предстоит не просто прожить, но выстроить свою жизнь. Время – это жизнь! И все психическое развитие человека, его возрастные особенности, способности и сензитивные периоды, все созданное им, его победы и поражения, падения и взлеты – все это жизнь. А жизнь – прежде всего – время.

А пространство? Живет ли человек в Москве или Якутске, Венеции или на станции «Северный полюс», в бескрайней степи или в ограниченном пространстве отсека космического корабля – разумеется, все это во многом будет определять его жизнь. И все же главным и определяющим является то, что он сделал в единицу времени. Какой вклад внес в выстраивание временного пространства собственной жизни. В. П. Зинченко приводит слова И. Бродского: «Время старше и больше пространства». Остается вспомнить банальную истину: «Не место красит человека...».

Каким разным бывает «пространство – время»? Каким изощренным может быть его связь со смыслом, в том числе – смыслом жизни: пространство тюремной камеры осужденного на пожизненное заключение и предпочитающего смертную казнь продолжению жизни... Каким разным может быть время. Время, лишённое событий, время стоячее, время бездумное. Оно может «капать вечностью», но это – «вечное безмолвие», точнее «бессмыслие», время, превращающее жизнь в игру, единственной целью которой является убивание времени, расстрел времени. И наконец, время духовное, в котором движение от настоящего, через прошлое, к будущему обусловлено смыслом.

«Одна из самых больших загадок – собирание прошлого и будущего в настоящем. Откуда берется само настоящее? Как оно сливается в одновременность, в дление? Есть ли у человека щупальца, которые он может запускать в прошлое, настоящее и будущее?» [15]. Вопросы можно продолжить: каков «удельный вес» каждого «цвета» времени в общем пространстве жизни? Каково своеобразие каждого из них в рамках разных возраст-

ных периодов? Кто (или что) отдает команду: «Время, вперед!»? Вопросы кардинальные. Выскажу лишь некоторые соображения на этот счет. «Научная работа, – пишет Д. А. Леонтьев в предисловии к своей монографии “Психология смысла”, – всегда в каком-то смысле преодолевает время. Мы можем вести содержательный диалог с Декартом и Спинозой, Гиппократом и Аристотелем». И далее о своем деде А. Н. Леонтьеве: «Я отчетливо ощущаю присутствие Алексея Николаевича в одном со мной “научном времени” и надеюсь, что моя книга внесет свой вклад в его долголетие». «В частности, – продолжает автор, – мы постарались наполнить конкретным содержанием мысль А. Н. Леонтьева о том, что проблема личности образует особое психологическое измерение, иное, чем то измерение, в котором идет изучение психических процессов» [23, с. 6]. Дмитрий Алексеевич вносит свой вклад в долголетие Алексея Николаевича (а заодно и Декарта со Спинозой). Да вот же они «щупальца», которыми человек ощупывает прошлое, настоящее и будущее, осмысливает три цвета времени, обретает способность возрождать прошлое, не только соединяя его с настоящим, но обнаруживая в нем новые, ранее неизвестные черты, выводя его на уровень настоящего и будущего.

А вот другой вариант ответа о «собрании» прошлого и будущего в настоящем, как будто совсем из другой области. Мне довелось много лет проводить исследовательскую работу на базе школы № 67 Юго-Западного округа Москвы (ныне школа-гимназия № 1567). Если кратко сформулировать содержание, направленность ее работы, следует сказать: это место, где у прошлого учатся будущему. Школа недавно отметила полувековой юбилей. Из писем бывших учеников школы:

«Вот уже 30 лет меня питает удивительная энергия педагогов школы» (Соседова Елизавета Игоревна). «... Прошло уже 25 лет, как мой любимый 10-й “А” сказал “до свидания” нашей школе. Это неправда, что школу можно забыть, что можно забыть свой класс, своих учителей. Мы всегда в сердце друг друга» (Сергей Кузнецов). «... Хорошо, когда встречаются в жизни люди, которые делают ее лучше, интереснее, да и самого тебя меняют в лучшую сторону. Спасибо и низкий поклон» (Владимир Болдин, 2005 год, выпускник 1970-71 учебного года). «... Когда вырос мой отпрыск, я даже не ожидала, что эта школа не потерялась в такое “капиталистическое” время и имеет даже свой сайт. Какое счастье, что и мой отрок поступил сюда и будет учиться у таких замечательных учителей» (Ирина Николаевна) [12]. Не по-

терялась школа! Советский Союз «потерялся», а школа – нет. И это живое напоминание того, что настоящее и будущее вырастают из прошлого.

Что общего между трудом ученого, создающего фундаментальное исследование по одной из сложнейших проблем психологии человека, и повседневной работой школьного учителя, напряженной, нередко рутинной, как будто ограниченной заботами и тревожностями сегодняшнего дня?

Прежде всего в постоянном стремлении проникнуть в подлинный смысл дела, которому служит человек. Именно Смысл с большой буквы является «интегратором» настоящего, прошлого и будущего в единую линию жизни.

Итак, настоящее «собирает» под «своим началом» прошлое и будущее человека. Но нельзя пройти мимо того факта, что прошлое и будущее приходят и «без особого приглашения». Существование в сознании человека прошлого и будущего – психологическая реальность. Они «обосновываются» в сознании, «живут» в нем. И у человека вольно или невольно устанавливаются определенные отношения, своеобразное со-бытие со своим прошлым и будущим. От характера этого со-бытия зависит чрезвычайно много в жизни и деятельности субъекта. Стоит заметить, что существующие в сознании прошлое и будущее различны по своей психологической природе. Будущее воздействует на сознание как возможность, более или менее отдаленная ориентация, которая может реализоваться полностью или частично или привести к результату, совершенно противоположному ожидаемому (пресловутое «хотели как лучше»).

Прошлое – то, что так или иначе уже реализовалось. Именно эта реализованность прошлого характеризует его как объективный фактор, с которым нужно считаться, который так или иначе воздействует на настоящее и который нужно учитывать, строя планы на будущее. Показательно, что Т. В. Снегирева в интереснейшей статье, посвященной личностному самоопределению в старшем школьном возрасте, получила экспериментальные данные о том, что личностное самоопределение наиболее полно и конкретно раскрывается старшеклассниками на материале не будущего, а прошлого Я. Будущее характеризуется как новый этап жизни, в ходе которого нужно отторгнуть «несовершенное» прошлое [41]. Своеобразие взаимодействия человека со своим прошлым отчетливо выступает в проблеме рецидива. По имеющимся данным рецидив среди правонарушителей зашкаливает за 50 процентов. Прошлое тянет назад, висит гириями на

ногах, побуждает вернуться к привычному образу жизни. Можно только помечтать, чтобы при службе исполнения наказаний была психологическая служба, которая помогала бы оступившемуся человеку переосмыслить прошлое. Удачный опыт переосмысления, преобразования прошлого был в нашей истории. В коллективах подростков, которыми руководил А. С. Макаренко, не было ни одного случая рецидива. Существовало незыблемое правило: жизнь каждого новичка начиналась с новой страницы. Никто не имел права интересоваться, кем он был прежде. Для исстрадавшихся подростков, бывших воров, хулиганов, проституток, это был акт величайшего гуманизма, имевший огромное психотерапевтическое значение.

А. С. Макаренко фактически использовал катарсис – очищение в результате облагораживающих переживаний, эмоционального потрясения. Таков был метод «взрыва». Снятые с поездов, «выуженные» милицией из подвалов, грязные, одетые в лохмотья, гонимые и бесправные подростки выстраивались во главе колонны одетых в парадную форму ребят и под духовой оркестр отправлялись в колонию. Баня, новая одежда, столовая, сверкающая чистотой, белые крахмальные скатерти на столах. Торжественное сжигание на костре лохмотьев прежней одежды. Но это – лишь прелюдия к главному – организации новой, настоящей жизни. Демократический уклад жизни (анкетирование, проведенное 3-го февраля 1928 года, показало, что только за первый месяц существования коммуны на командных должностях побывало 34 воспитанника из 89) [5]. Высший исполнительный орган коммуны – совет командиров переизбирался каждые три месяца. Высший орган власти – общее собрание коммуны могло лишить слова самого А. С. Макаренко. «Антон Семенович, мы Вас лишаем слова», – произносит председатель собрания после того, как большинство проголосовало в поддержку этого предложения. «Мы не хотели, – писал А. С. Макаренко, – чтобы каждая отдельная личность чувствовала себя объектом воспитания. А прикасаться к отдельной личности нужно с особо сложной инструментровкой» [26, с. 118]. Законом жизни макаренковских коллективов было приобретение каждым воспитанником опыта и руководства, и подчинения, возможность удовлетворения разнообразных ребячьих интересов (только перечисление кружков самодеятельности заняло бы много времени). Коммуна ежедневно бесплатно получала 31 билет в театр... Из протокола заседания совета командиров: «Слушали. У Вани Волченко хорошие музыкальные спо-

собности. *Постановили. Командировать Ваню Волченко в консерваторию и выплачивать ему стипендию 100 рублей в месяц до окончания консерватории». А. С. Макаренко начинал с изготовления табуреток. Постепенно коллектив добился полной окупаемости за счет высококвалифицированного труда его членов. Из книги отзывов музея А. С. Макаренко: «... Ко всему замечательному, что пришлось здесь увидеть, хочу обратить особое внимание на тот вклад, который внесли коммунары в становление отечественного производства съемочной аппаратуры – малоформатных аппаратов ФЭД. Качеству и надежности этих аппаратов могут позавидовать современные аппараты той же марки. Член союза кинематографистов Цветков. 1990» (Подробнее об этом см. [6]).*

В чем суть эксперимента А. С. Макаренко, если иметь в виду «три цвета» времени? А. С. Макаренко показал огромные возможности настоящего времени. Можно так преобразовать настоящее, что оно само становится «преобразователем» прошлого и будущего. В. П. Зинченко, продолжая мысль Р. М. Рильке, пишет: «Чтобы стать участником события, нужно строить собственное время» [15]. А. С. Макаренко учил своих воспитанников брать в свои руки время собственной жизни. Время становилось подвластно человеку – не только настоящее и прошлое, но и будущее. Время «подчинилось» обретенному смыслу жизни.

Среди воспитанников А. С. Макаренко – генералы, ученые, учителя. «Дети» и «внуки» А. С. Макаренко – не по крови, а по особому макаренковскому «духовному» времени, в котором они росли и мужали: его воспитанник, соратник и друг Семен Калабалин, посвятивший свою жизнь педагогической деятельности, создавший замечательный детский дом в подмосковном Егорьевске, Владимир Слободчиков, известный отечественный психолог – воспитанник Егорьевского детского дома Семена Калабалына. А. С. Макаренко – Калабалин – Слободчиков – таково «жизненное пространство» от 20-х годов прошлого века до дня сегодняшнего – пространство, на котором действует единое «духовное время», смысл которого – становление человека как «уникальной, самобытной личности, реализующей себя в творческой деятельности» [40].

Вернемся к хронотопу. Если, как писал Бахтин, всякое вступление в сферу смысла осуществляется через ворота хронотопа, то вступив в эти «ворота», смысл кардинально обуславливает «судьбу» пространства и времени человека.

Субъективная составляющая жизненного пространства личности.

«У каждого свой тайный личный мир.
Есть в этом мире самый лучший миг.
Есть в этом мире самый страшный час,
Но это все неведомо для нас.
И если умирает человек,
С ним умирает первый его снег,
И первый поцелуй, и первый бой...
Все это забирает он с собой...» (Е. Евтушенко)

Субъективное связано с объективным множеством связей и переходов. Оно постоянно зависит от этих связей и порождается ими. На основе этих связей и переходов возникает специфически целостный внутренний мир человека, имеющий свои тенденции развития, свои сильные и слабые стороны. И этот внутренний мир – не только порождение объективных условий, но и творец как объективных условий, так и собственной судьбы человека.

Внутренний субъективный мир человека бесконечно разнообразен и в то же время настолько свой, что человек далеко не каждого впустит в свое «прошлое и настоящее» (а тем более в будущее). А порой и себя остановит – мол, подожди, остынь, дозрей – отодвинет от себя на время: «Об этом я подумаю завтра».

Обстоятельное рассмотрение проблемы внутреннего субъективного мира не является предметом данного сообщения. Замечу только, что субъективная картина жизненного пути человека – одна из составляющих этого мира. Фундаментальная составляющая, и вместе с тем – существенно обусловленная особенностями индивидуального мира субъекта.

Н. А. Логинова, ссылаясь на Б. Г. Ананьева, пишет, что биографическая субъективная картина жизненного пути выступает в качестве его (жизненного пути) конкретного регулятора. В этой картине отражена и творчески преобразована история жизни личности – аналог Я-концепции [24, с. 27]. Исследователь подчеркивает значимость адекватной биографической концепции, которая может помочь субъекту выстраивать собственную жизнь [24, с. 28].

Между тем, создание адекватной картины собственной жизни – нелегкая задача. Не нужно доказывать, что история собственной жизни как целостный феномен воздействует на человека, в той или иной степени «воспитывает» его (как воспитывает история семьи, рода, государства, родины). Особенности «воспитательной функции» истории личности прежде всего в том, что взаимосвязь между личностью и ее историей (субъективной кар-

тиной жизненного пути) несравненно более тесная, интимная. История государства, родины более объективна. Она зафиксирована в учебных пособиях, опубликованных монографиях, статьях и т. д. Она живет в сознании многих людей, в их традициях. Далеко не каждому доводится попасть в историю своей страны. История личности – неотъемлемая собственность самого субъекта, «продукт» его активности, существенно обусловленный направленностью его личностной позиции, особенностями осмысления субъектом как объективных событий и обстоятельств, так и собственных решений и действий. Эта история «делается» в самом процессе жизни и деятельности субъекта. Она подчас выстраивается из только что произошедших, еще «горячих», еще «дымящихся» фактов, обстоятельств, впечатлений, поступков. Наконец, если мы являемся свидетелями попыток задним числом изменить, переделать, а порой извратить «официальную» историю, то что можно сказать об истории личности, выстраивание которой зависит от множества привходящих факторов и прежде всего от индивидуальных особенностей самого субъекта, который является ее строителем, «постановщиком» и «режиссером». Можно себе представить, как зависит история жизни личности (биографическая концепция – по Н. А. Логиновой) от своеобразия этого «триумvirата».

Однако будучи адекватной или мифической, история личности, выстраиваясь в субъективную картину жизни (биографическую концепцию), не остается и не может оставаться безучастной к своему «предмету» – реальному, сегодняшнему процессу жизни субъекта и его жизненной перспективе. Человек может годами не заглядывать в учебник истории, но история собственной личности постоянно «при нем», она постоянно «присутствует», явно или на подсознательном уровне воздействует на человека, в большей или меньшей степени обуславливая его самочувствие, настроение, результаты его деятельности.

В последние годы появился целый ряд конкретно-психологических исследований, раскрывающих особенности воздействия субъективной картины жизненного пути на процесс становления личности. Отметим среди них работу В. Р. Манукян, которая характеризует субъективную картину жизненного пути как сложное интегративное образование, где жизнь предстает как целостность в единстве образов настоящего, прошедшего и будущего; автор выделяет составляющие компоненты субъективной картины – пространственно-временной, эмоционально-оценочной, смысловой, дает характеристику личностных кризисов, связан-

ных с особенностями истории личности: кризис достижений (профессиональная нереализованность), кризисы, обусловленные трудностями адаптации, внутренними конфликтами, неразрешенными на предыдущих жизненных этапах [27]. В исследовании К. В. Костенко показана связь темпоральных, событийно-содержательных и аффективных особенностей субъективной картины жизненного пути с уровнем удовлетворенности жизнью [21]. Ю. Б. Шлыкова в ходе исследования субъективной картины жизненного пути у подростков описала два варианта «картографирования» ими своего прошлого: для одних подростков воспоминания о своем прошлом – репродуктивный процесс, для других – творчество, включающее создание новых смыслов. В исследовании рассмотрены разные «топографические модели» представлений о прошлой жизни [53].

Т. В. Снегирева в уже упомянутой работе экспериментально выделила и описала различные типы представлений о своем настоящем, прошедшем и будущем в старшем школьном возрасте (три времени Я): субъективно-гармоничное представление о себе, в котором наличное Я больше тяготеет к будущему, нежели к прошлому, имеет место критичное отношение к своему прошлому: «наличное Я» выступает как новая ступень в реализации себя. Суть третьего варианта представлений о «трех Я» – будущее оторвано от настоящего. Три времени мыслятся как совершенно разные состояния, каждое наступает «вдруг». И, наконец, четвертый вариант: «наличное Я» как бы выпадает из общей субъективной картины жизни. Оно оторвано от прошлого и почти не имеет точек сближения с будущим [41].

Значимым фактором, обуславливающим адекватность субъективной картины жизненного пути, является личностная характеристика, которую исследователи обозначают как отзывчивость на жизненные факты и события. «События жизни, – писал С. Л. Рубинштейн, – это узловые моменты, поворотные этапы жизненного пути индивида, когда с принятием того или иного решения на более или менее длительный срок определяется дальнейший жизненный путь человека» [38, с. 246]. «От самой личности зависит, пройдет ли она мимо случайного факта или вызовет незабываемые переживания и даже положит начало новой эпохе жизни... Эта отзывчивость определяется встречной внутренней работой по самоопределению в мире по осмыслению своего жизненного пути и законов жизни вообще» [24, с. 18]. Свойство отзывчивости имеет непосредственное отношение к проблеме «ценность» и «смысл». Остановимся на этом подроб-

нее. «Ценность – источник смысла», – утверждает Д. А. Леонтьев, и с этим нельзя не согласиться. «Ценность – качество или свойство предмета, которое делает его полезным, желательным или ценным» [36]. Аналогично характеризует данный феномен и психологический словарь под редакцией А. В. Петровского и М. Г. Ярошевского: «Ценность – любой объект, имеющий важное значение для субъекта (индивида, группы, этноса)...» [35]. А смысл? Д. А. Леонтьев дает последнему следующее определение: «Смысл – отношение между субъектом и объектом или явлением действительности, которое определяется местом объекта (явления) в жизни субъекта, выделяет этот объект, явление в образе мира и воплощается в личностных структурах, регулирующих поведение субъекта по отношению к данному объекту» [23, с. 114]. Итак, понятия «ценность» и «смысл» как будто тождественны по содержанию. Если мы переходим к смыслу жизни, положение меняется: понятие «смысл» приобретает особую смысло-жизненную ценность. В понятии «смысл» имплицитно содержится не только результативная, но и процессуальная характеристика. «Присуждение» ценности, т. е. значимости данного объекта в жизни человека (других людей) – результат процесса осмысления, который может приобретать различную направленность под влиянием целого ряда субъективных факторов. Думается, именно в этом процессе осмысления, «присуждения» ценности объекту, недооценки или переоценки, абсолютизации одних ценностей за счет других – одна из основных причин становления неадекватной «биографической концепции». Н. А. Логинова пишет: «В жизненном опыте главенствует субъективный психологический опыт – итог не только деятельности (познания, труда, общения), но и экзистенциальных переживаний в реальных и воображаемых жизненных событиях и ситуациях» [24, с. 24].

Фундаментальная трудность создания адекватной «биографической картины» в том, что объективные устремления ее автора должны пройти через мощный субъективный фильтр (в этом смысле вспоминается известная попытка барона Мюнхгаузена вытащить себя из болота). Необходимо понять себя: то, что сделано, прожито и пережито. В. В. Знаков пишет по этому поводу: «Обращаясь внутрь себя, человек остается самим собой, только если он искренен и правдив. Иначе он отчуждает свою подлинную сущность, начинает рассматривать себя как бы со стороны, создает удобный себе и окружающим образ Я» [16, с. 21].

Здесь есть тонкость: «Выделив свое Я, мы можем смотреть на себя как на нечто самостоятельное по отношению к себе же,

т. е. как на объект» [46, с. 4]. В этой связи целесообразно выделить два аспекта самотрансценденции. Первый аспект – самотрансценденция как самореализация, раскрытие собственных способностей, стремление «положить себя во вне», т. е. осуществить себя в реальных действиях, а также – в стремлении «продолжить себя» в других людях [31]. Предмет такой самотрансценденции – преобразование внешнего, отношение к внешнему как предмету преобразования.

Второй аспект самотрансценденции – «умение посмотреть на себя как на нечто самостоятельное по отношению к себе же». Именно выход за собственные пределы, рассмотрение себя как бы со стороны, позволяет человеку стать искренним и правдивым по отношению к себе же, преодолеть стремление к «интеллектуализации совести», когда, как писал И. Ильин, «ум начинает заслонять совесть, человек начинает сам говорить за свою совесть и вместо нее» [18, с. 161].

Л. И. Анцыферова в исследовании о психологии мудрости, рассматривая способы построения истинного призвания человека, подчеркивает значимость интеграции жизненного опыта создания целостной картины жизни, постижения человеком своего внутреннего мира: «человек должен быть пронизан для себя, обладать, как выражаются некоторые зарубежные психологи, прозрачным *self-ом*» [1, с. 6]. О тех, кто сетует на то, что их постоянно преследуют неудачи, а редкие успехи даются с большим трудом: «... уместно задать вопрос: не может ли быть, что такие люди не услышали, по выражению А. Маслоу и К. Роджерса, “тихий голос своего призвания”, не постигли на уровне переживаний, интуитивно, кем или чем они являются по своей природе» [1, с. 6]. Автор приводит слова К. Роджерса: «Я подозреваю, что мой жизненный опыт умнее, чем мой интеллект» [1, с. 9]. Это можно интерпретировать так, что именно жизненный опыт, интегрированный в пределах целостного жизненного пространства личности, может помочь преодолеть субъективизм и создать адекватную «биографическую картину жизни», которая затем вырастает в концепцию жизни. Последняя не всегда осознается. Она может существовать на уровне интуиции, но, конечно, ее развертывание, более или менее четкая формулировка желательна. Это выводит концепцию на уровень «оперативности», «управления» жизнью. Актуальнейшая проблема – профилактики ошибочной концепции, когда человек проживает «чужую жизнь» и осознает это лишь в конце жизни. Одна из основных причин субъективизма в данном случае – инертное

последствие возникающего стереотипа (назовем это так). Чтобы прояснить суть данного феномена, обратимся к характеристике научной концепции. Выдвижение научной концепции – необходимый этап научного поиска. Но как только мы сформулировали концепцию, т. е. систему идей, характеризующих определенное понимание, трактовку предмета исследования – нередко открываем дорогу для субъективизма, ибо вольно или невольно отодвигаем на задний план другие концепции и трактовки. Мы как бы прокладываем рельсы для нашего мыслительного аппарата и предлагаем ему двигаться по ним. Мы стремимся новый факт рассмотреть с позиции нашей концепции и, чем больше выстраивается концепция, тем в большей мере она становится похожей на прожектор, который хорошо освещает нечто, но за пределами лучей которого – тьма неизвестности. И мы ищем там, где светлее... Выдвигая определенную концепцию, мы попадаем в плен к ней. Мы выстраиваем свою «концептуальную логику», которая начинает служить не только открытию истины, но и обоснованию правильности данной концепции «лиха беда – начало!» Если попадаются факты, противоречащие данной концепции, выстроенная логика преобразует их, поворачивает их такой стороной, что они начинают служить ей, подтверждать ее «правомерность». Из сказанного не следует, что концепция не нужна, но следует вывод об опасности абсолютизации выстраиваемой концепции, о необходимости учета ее относительности.

Подобное может происходить и с концепцией жизни: человек становится рабом не только обстоятельств, но и выстроенной им логики собственной жизни. Он привыкает к ней, «пропитывается» ею. Логика жизни, «выйдя из недр» человека, как бы отделяется от него, приобретает большую, а то и фатальную силу воздействия. Одно из объяснений этому дает В. Г. Асеев: «Хотя прежняя цель оказывается неэффективной и даже вредной, но потраченные ресурсы слишком значимы, требуют компенсации, и поведение человека как бы толкается сзади этой динамической установкой» [2, с. 178]. Несомненно, концепция должна обладать определенным постоянством, иначе она не будет концепцией. Концепция должна изменяться, иначе она отстанет от жизни. Концепция жизни, как всякая система, должна обладать свойством устойчивости. «Устойчивость, – пишет один из создателей кибернетики У. Р. Эшби, – отнюдь не предполагает неподвижности, негибкости, она позволяет сочетать некоторую гибкость и активность с некоторым постоянством» [55, с. 98]. И далее: «Через все значение слова “устойчивость” проходит идея

инвариантности. Эта идея состоит в том, что хотя система в целом претерпевает последовательные изменения, некоторые ее свойства ("инварианты") сохраняются неизменными» [55, с. 109]. Заметим, что одна из великих бед современности состоит в нарушении этого принципа, когда изменения направляются на разрушение инвариантной основы, при консервации того, что нуждается в изменении.

Концепция жизни противостоит бездумному отношению к жизни, когда человек живет в «бессобытийном» времени, в котором исчезают смыслы. М. Бахтин в этой связи приводит фрагмент из романа Флобера «Госпожа Бовари»: «У жителей городка время лишено поступательного хода, оно приобрело свойство цикличности – движется по узким кругам: круг дня, круг недели, круг месяца, круг жизни...» [3]. «... Человек становится рабом времени, из его жизни исчезают смыслы (цели, мечты, планы, надежды), уходит "настоящесть" времени, оно становится "понарошечным", жизнь заполняется временностью суеты и скуки...» [30].

Мы наметили лишь несколько штрихов к характеристике субъективной составляющей жизненного пространства личности. Она сложна и многообразна, является результатом неоднозначного, иногда причудливого соотношения субъективных и объективных аспектов жизни и деятельности человека. Важнейшая проблема «выстраивания жизни» связана с процессом оценивания, «присуждения» ценностей. Не промахнуться в жизни, не пройти мимо действительно ценного, существенно обуславливающего жизнь, не абсолютизировать то, что является временным, преходящим, услышать тихий голос своего призвания...

Субъектная составляющая жизненного пространства личности. В данном случае мы имеем в виду активность человека, обусловленную сознательно принятым намерением стать самостоятельным «строителем» жизненного пространства собственной личности и направленную на реализацию этого намерения. На наш взгляд, достаточно содержательно раскрывает психологическую сущность субъектогенеза К. В. Карпинский, характеризуя его как становление способности подчинять свою активность отсроченным во времени и удаленным в пространстве, а затем и вневременным и внепространственным ориентациям, способность раздвигать в индивидуальном сознании пространственно-временные границы текущего момента [20]. Активность субъекта подчинена отдаленным целям, воплощенным в «ведущем смысловом конструкте» его жизни. Д. А. Леонтьев выделяет две наиболее общие психологические характеристики про-

цесса смыслообразования: «Смысл определяется, во-первых, через более широкий контекст и, во-вторых, через интенцию (энтелехию), целевую направленность, предназначение или направление движения» [23, с. 26]. Анализируя понятие «жизненный смысл», исследователь рассматривает его как объективную характеристику места и роли объектов, явлений и событий действительности и действий субъекта в контексте его жизни» [23, с. 28]. Следует обратить внимание на то, что указанные характеристики не просто обозначают разные свойства данного феномена – они взаимодействуют между собой: «контекст» смысла может изменяться с изменением направленности. Если контекстом смысла становится жизнь человека, это не просто количественное увеличение «масштаба» смысла, это новый уровень смыслообразования: смысл, спроектированный на все жизненное пространство личности.

«Субъектная направленность» смысла жизни выступает и в том, что последний может действовать как некий «буферный механизм», как система сдержек и противовесов, не допускающих непосредственного подчинения как внешним обстоятельствам, так и собственным ситуационным интересам и влечениям [50; 52].

Важнейшим фактором субъектной составляющей жизненного пространства личности является сформированность рефлексивного отношения к жизни. С. Л. Рубинштейн связывает «второй способ» существования человека с появлением рефлексии. «Сознание выступает здесь как разрыв, как выход из полной поглощенности непосредственным процессом жизни для выработки соответствующего отношения к ней, занятия позиции над ней, вне ее, для суждения о ней». «С этого разрыва непосредственных связей жизни и их становления на новой основе, – продолжает автор, – возникает проблема соотношения, взаимосвязи непосредственного отношения человека к жизни, к окружающему его, и осознанного отношения, опосредствованного через дальнее» [39, с. 352].

Рефлексия – сложнейший и важнейший для жизни субъекта процесс, имеющий для него воистину судьбоносное значение, имеет особый источник познания – внутренний опыт (в отличие от внешнего опыта, основанного на показаниях органов чувств) и особую область познания – познание самого себя как субъекта жизни, своего внутреннего мира, возможностей самореализации в объективном мире. Рефлексия – необходимый психологический механизм становления смысложизненных ориентаций, стратегии жизни и самоконтроля за ее осуществлением.

В этой связи большую значимость имеет проведенное в свое время научным коллективом под руководством В. В. Давыдова многоплановое исследование, посвященное изучению учебной рефлексии и ее развитию у учащихся, начиная с первого класса школы. Следует подчеркнуть значимость учебной рефлексии не только как условия эффективного овладения школьными знаниями, но и как переходного этапа, от умения учить себя овладению содержанием учебного предмета к умению учить себя жить. «Рефлексия, – писал В. В. Давыдов, – одна из необходимых составляющих способности учиться, но рефлексия нельзя отождествлять с этой способностью. Рефлексия – универсальный механизм построения отношений человека к собственной деятельности» [14, с. 241]. Добавим – и построения отношений к самому себе и к пространству собственной жизни. Становление такого рода рефлексии требует формирования определенной позиции школьника: «Позиция школьника – не просто позиция ученика, посещающего школу и аккуратно выполняющего предписания учителя и домашние уроки, а позиция человека, совершенствующего самого себя [54, с. 245]. И завершая мысль о позиции школьника, В. В. Давыдов заключает: «Совершенствовать, учить самого себя – это значит строить отношения с самим собой как с другим: вчера думавшим не так, как сегодня, умевшим меньше, недопонимавшим того, что сегодня стало понятно...» [14, с. 243] (выделено автором. – В. Ч.). В этой связи исследователь определяет в качестве ключевой задачи процесса обучения задачу объективизации для ребенка изменений, происходящих с ним в процессе обучения – обратить внимание на эффективность собственных действий с точки зрения их соответствия решаемой задаче... видеть себя как изменяющегося, умнеющего, становящегося более умелым» [14, с. 163, 241, 243, 244].

Важно подчеркнуть общетеоретическую значимость этого подхода, который вместе с тем получил основательную практическую проработку в исследованиях данного научного коллектива. Фактически была создана практическая психология становления в процессе школьного обучения новых жизненных связей, о которых писал С. Л. Рубинштейн, характеризуя «второй способ» отношения человека к жизни.

Работа давидовского коллектива подтвердила, что непременным условием становления рефлексии является позиция человека, совершенствующего самого себя. Исходным положением нашей работы был тезис о том, что, начиная примерно с

подросткового возраста, наряду с учебной рефлексией (и во многом благодаря ей) создаются благоприятные условия для формирования нового уровня рефлексии, обусловленного новой позицией взрослеющего человека – человека относительно самостоятельно «выстраивающего» пространство собственной жизни и совершенствующего себя в этом процессе. Возникновению этой новой позиции благоприятствуют возрастные особенности подростка, его активное стремление ответить на вопросы: «Кто я?», «Что я значу в этом мире?», «Каков мир, который меня окружает?». Исследования последних лет (Т. А. Попова, И. В. Ульянова) показывают, что психолого-педагогическая поддержка процесса становления у учащихся смысложизненных ориентаций производит существенные изменения в отношении взрослеющего человека к собственной жизни и своему будущему.

Один из аспектов этой работы – теоретические и практические занятия, направленные на развитие способности общаться с самим собой. «Уединенный труд души – это лучшая школа общения с самим собой... Я сам себя обучаю, сам себя воспитываю, сам себя развиваю... Я доволен и недоволен собой. Я горжусь собой и мне за себя стыдно. Я сам себя критикую и сам себе воздаю по заслугам... Я озабочен тем, что в чем-то не такой, каким хотелось бы быть. Я сравниваю себя с собой прежним, проектирую себя будущего. Пожалуй вершина отношения к себе как к другому – соревнование с самим собой» [43, с. 160]. Огромное впечатление на старшеклассников произвело занятие, на котором А. В. Суворов поделился собственным опытом эффективного и целенаправленного общения с собой, опытом самоисследования, «самостроительства». Школьники начинают усваивать «хитрую» диалектику: без обращения к своему будущему нельзя понять себя «сегодняшнего», без обращения к себе сегодняшнему нельзя представить свой завтрашний день.

Т. А. Попова, исследуя смысложизненный аспект становления Я-концепции подростка, провела теоретический и экспериментальный анализ феномена «Я-экзистенциального» как психологического механизма освоения субъектом жизненного пространства личности, который включает в себя: представление о смысле собственной жизни и отношении к ней как единому смысловому пространству, осознание своего места на этом пространстве в настоящем, прошедшем и будущем, потребность в активной реализации собственного будущего. Значимую часть этой работы составлял учебный курс «Хочешь ли ты стать хозяином собственной судьбы?», целью которого было становление у под-

ростков отношения к собственной жизни не как множеству возрастных периодов, событий и ситуаций, а как единому смысловому пространству. В исследовании использовался широкий комплекс экспериментальных и неэкспериментальных методик, а также метод монографического изучения и создания психологических портретов отдельных испытуемых.

Была выявлена и описана трехкомпонентная структура Я-экзистенциального. Проведенный формирующий эксперимент показал существенные изменения в содержании и структуре смысло-жизненных ориентаций у школьников, участвовавших в эксперименте [32; 33].

Исследование И. В. Ульяновой представляет собой попытку сделать феномен становления смысло-жизненных ориентаций учащегося центром учебно-воспитательной работы в школе, рассмотреть факторы и условия создания в школе единого образовательного пространства, в котором реализуется технология этой работы, представляющая собой органическое единство трех составляющих – теоретического анализа проблемы, опытно-эмпирической работы и сугубо экспериментального исследования. Был создан «векторный каркас», удерживающий целостность образовательного пространства и включающий в себя комплекс векторов и направлений, в частности: формирование способности познания школьником своего внутреннего мира, рефлексивного отношения к жизни, обеспечение психологического комфорта образовательного пространства школы.

Многолетний психологический эксперимент, проведенный по тесту смысло-жизненных ориентаций Д. А. Леонтьева, позволяющий получить информацию о жизненных целях и намерениях их реализовать, убеждении в возможности управлять собственной жизнью – показал, что по указанным параметрам у школьников произошли существенные изменения.

Субъектность и личность. Субъектная составляющая берет свое «начало» в сознательном намерении стать «строителем» жизненного пространства личности. Вместе с тем субъектность еще не гарантирует позитивной направленности процесса становления личности. «При всей конструктивности и перспективности использования понятия “субъект” и “субъективность”, – пишет А. К. Осницкий, – есть опасность слишком широкого их понимания и абсолютизации... Активность, осознанность, творчество, предметность и другие характеристики субъектности могут быть связаны и с жизнеутверждением, и с агрессией... Личность “окрашивает” деятельность гуманностью и негуманно-

стью целей, точнее гуманностью и негуманностью смыслов» [29]. Гуманность утверждает личность, в позиции которой реализуется «вертикальное» измерение смысла жизни, соединяющее человека с миром людей.

Религиозный философ Семен Франк на заре прошлого века писал: «Наша собственная жизнь, несмотря на свою краткость и отрывочность, может иметь смысл, если она связана с неким целым, а именно с общей жизнью человечества и всего мира... Это двуединство моего Я и мира должно осознаваться как вневременное и всеобъемлющее целое» [46, с. 539]. С религиозным философом согласен философ-материалист Эвальд Ильенков, который пишет о способности человека видеть мир «глазами другого человека, глазами всех других людей, принимать близко к сердцу интересы другого человека... В самом акте непосредственного созерцания выступать в качестве полномочного представителя человеческого рода» [17, с. 60]. Абрахам Маслоу также присоединяется к этому тезису: «... Думать о том, как стать человеком вообще и только потом, как научиться быть ЭТИМ конкретным человеком» [28, с. 182]. Б. С. Братусь утверждает, что нормальное развитие – это такое развитие, которое ведет человека к обретению своей родовой человеческой сущности» [8].

Проблема «Я и Мир», «Я и Социум», может быть, самая кардинальная в судьбах человека и человечества. Одну из граней этой проблемы затронул Н. А. Бердяев, характеризуя демократию в прямолинейной упрощенной форме, где пафос социального равенства подавлял свободы личности, где человек является существом, целиком определяемым общественной средой, где вся жизнь ориентирована внешне, а не внутренне» [4, с. 465–467].

Л. И. Воробьева резонно пишет о том, что тотальный социальный контроль в советское время препятствовал самому появлению феномена субъектности [9, с. 42]. Все так. Замечу лишь, что советское время – это не только тотальный социальный контроль, но и энтузиазм комсомольских строек, полярники, впервые реализовавшие себя на самой крайней точке Земли – Северном полюсе, освоение целины, куда ехали не за длинным рублем, а за романтикой, «за туманом и за запахом тайги» и еще (может быть самое главное) – за самостоятельной жизнью, за ответом на вопрос: «Каков я, на что способен в трудных условиях жизни вдали от городской цивилизации?». И еще – знаменитое гагаринское «поехали» – человека, впервые в истории

человеческой цивилизации, реально поставившего перед собой задачу стать субъектом новой космической жизни.

Сложна и неоднозначна проблема «Я и Социум», но от этого не менее значима. И настоятельно ждет своего решения.

Некоторые выводы. Жизненное пространство личности – «временное» пространство, на котором происходит «движение» личности субъекта на всем протяжении его жизни. По мере своего формирования данный феномен приобретает относительную самостоятельность. Возникает своеобразное событие субъекта и пространства его жизни, специфика которого (события) существенно обуславливает общий процесс становления личности.

Освоение «пространства» собственной жизни способствует более полному и глубокому постижению субъектом своего внутреннего мира, истинного призвания своего Я, придает дополнительный ракурс процессу субъектогенеза как стремления стать «автором», «строителем» пространства собственной жизни. Возникает новый уровень смыслообразования: «контекстом» смысла становится вся жизнь человека. Смысл жизни является фактором интеграции жизненного пространства личности, придающим ему «событийность» и выводящим за пределы «кругового», «циклического» движения времени.

Существенным фактором овладения пространством собственной жизни является единая линия развития рефлексии – от «учебной рефлексии» до рефлексивного отношения к собственной жизни.

Оптимальный путь воспитания – становление личности, в жизненном пространстве которой реализуется «смысловая вертикаль», обусловленная нормами общечеловеческой нравственности и выражающаяся в органическом двуединстве Я и мира, в котором человек живет.

Список литературы

1. Анцыферова, Л. И. Гуманистически-экзистенциальный подход к мудрости: способы постижения истинного Я и призвания человека / Л. И. Анцыферова // Психологический журнал. – 2005. – Т. 26, № 3. – С. 5–15.
2. Асеев, В. Г. Личность и значимость побуждений / В. Г. Асеев. – М., 1993. – 223 с.
3. Бахтин, М. М. Формы времени и хронотопа в романе / М. М. Бахтин // Вопросы литературы и эстетики. – М.: Художественная литература, 1975. – С. 234–407.
4. Бердяев, Н. А. Судьба России / Н. А. Бердяев. – М.: ЭКСМО-Пресс, 1999. – 734 с.

5. Бескина, Р. М. Идеи Макаренко сегодня / Р. М. Бескина, М. Д. Виноградова. – М.: Знание, 1988. – 80 с.
6. Бескина, Р. М. Воспоминания о будущей школе / Р. М. Бескина, В. Э. Чудновский. – М.: Просвещение, 1993. – 223 с.
7. Божович, Л. И. Личность и ее формирование в детском возрасте / Л. И. Божович. – СПб.: Питер, 2008. – 398 с.
8. Братусь, Б. С. К проблеме человека в психологии / Б. С. Братусь // Вопросы психологии. – 1997. – № 5. – С. 3–19.
9. Воробьева, Л. И. Проблема человека – философский фундамент психологии жизненного пути / Л. И. Воробьева // Психология жизненного пути личности / под ред. Н. А. Логиновой, К. В. Карпинского. – Гродно: ГрГУ, 2012. – С. 29–43.
10. Выготский, Л. С. Педагогическая психология / Л. С. Выготский. – М.: Педагогика, 1991. – 480 с.
11. Ганжин, В. Т. Смыслообретения и смыслоутраты в культуре и биографии личности (опыт аксиологического анализа проблематики) / В. Т. Ганжин // Психолого-педагогические и философские аспекты проблемы смысла жизни. – М., 1997. – С. 177–184.
12. Гимназия № 1567: буклет. – М., 2006.
13. Гинзбург, М. Р. Психология личностного самоопределения: автореф. дис. ... д-ра психол. наук: 13.00.00 / М. Р. Гинзбург. – М., 1996. – 41 с.
14. Давыдов, В. В. Теория развивающего обучения / В. В. Давыдов. – М.: Интер, 1996. – 541 с.
15. Зинченко, В. П. Человек в пространстве времен / В. П. Зинченко // Развитие личности. – 2002. – № 3. – С. 23–50.
16. Знаков, В. В. Три традиции психологических исследований, три типа понимания / В. В. Знаков // Вопросы психологии. – 2009. – № 4. – С. 4–13.
17. Ильенков, Э. В. Об эстетической природе фантазии / Э. В. Ильенков // Вопросы эстетики. – 1964. – № 6.
18. Ильин, И. Путь к очевидности / И. Ильин. – М.: ЭКСМО-Пресс, 1998. – 592 с.
19. Карпинский, К. В. Актуальные проблемы психологии субъекта / К. В. Карпинский // Актуальные проблемы современной психологии / под ред. К. В. Карпинского. – Гродно, 2008. – С. 3–18.
20. Карпинский, К. В. Бездуховность смысла жизни как источник кризиса / К. В. Карпинский // Психология. Журнал Высшей школы экономики. – 2011. – Т. 8, № 1. – С. 27–59.
21. Костенко, К. В. Субъективная картина жизненного пути в позднем возрасте: дис. ... д-ра психол. наук: 19.00.01 / К. В. Костенко. – Краснодар, 2005. – 240 с.
22. Лейтес, Н. С. Возрастная одаренность и индивидуальные различия / Н. С. Лейтес. – М.: Институт практической психологии, 1997. – 448 с.
23. Леонтьев, Д. А. Психология смысла / Д. А. Леонтьев. – М.: Смысл, 2003. – 487 с.
24. Логинова, Н. А. События, обстоятельства жизненного пути и развитие личности / Н. А. Логинова // Психология жизненного пути личности / под ред. Н. А. Логиновой, К. В. Карпинского. – Гродно: ГрГУ, 2012. – С. 29–43.

25. Лотоцкая, Ю. Ю. Проблема жизненной ориентации в динамике отношения к образу телесного Я / Ю. Ю. Лотоцкая // Смысл жизни и акме: материалы VI симпозиума. – М.: ПИРАО, 2002. – С. 163–165.
26. Макаренко, А. С. Сочинения: в 7 т. Т. 5 / А. С. Макаренко. – М., 1951. – 336 с.
27. Манукян, В. Р. О субъективной картине жизненного пути: автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.13 / В. Р. Манукян. – СПб., 2003. – 23 с.
28. Маслоу, А. Г. Дальние пределы человеческой психики / А. Г. Маслоу. – СПб.: Евразия, 1997. – 432 с.
29. Осницкий, А. К. Проблемы исследования субъектной активности / А. К. Осницкий // Вопросы психологии. – 1996. – № 1. – С. 5–19.
30. Остапенко, А. А. Настоящность событий и «понарошечность» мероприятий в воспитании / А. А. Остапенко // Событийность образовательной и педагогической деятельности. – 2010. – Вып. 1/43. – С. 14–22.
31. Петровский, В. А. Личность в психологии: парадигма субъектности / В. А. Петровский. – Ростов н/Д, 1996. – 272 с.
32. Попова, Т. А. Смыслжизненный аспект становления Я-концепции подростка: автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07 / Т. А. Попова. – М.: 2009. – 23 с.
33. Попова, Т. А. Я-экзистенциальное в структуре Я-концепции подростка / Т. А. Попова // Актуальные проблемы психологии личности / под ред. К. В. Карпинского, Н. Р. Салихова. – Гродно: ГрГУ, 2013. – С. 131–157.
34. Прихожан, А. М. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика / А. М. Прихожан. – Воронеж: МОДЭК, 2000. – 303 с.
35. Психологический словарь. – М., 1998.
36. Ребер, А. Большой толковый психологический словарь / А. Ребер. – М.: АСТ, 2000. – 1152 с.
37. Рубинштейн, С. Л. Бытие и сознание / С. Л. Рубинштейн. – М., 1957. – 328 с.
38. Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. – М., 1989. – 720 с.
39. Рубинштейн, С. Л. Проблемы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. – М.: Педагогика, 1973. – 423 с.
40. Слободчиков, В. И. Психология человека / В. И. Слободчиков, Е. И. Исаев. – М.: Школа-Пресс, 1995. – 383 с.
41. Снегирева, Т. В. Личностное самоопределение в старшем школьном возрасте / Т. В. Снегирева // Вопросы психологии. – 1989. – № 2. – С. 27–35.
42. Столяров, А. После бала / А. Столяров // Литературная газета [Электронный ресурс] – 2006. – № 19. – Режим доступа: http://old.lgz.ru/archives/html_arch/lg192006/Polosy/5_1.htm – Дата доступа: 01.11.2013.
43. Суворов, А. В. Совместная педагогика. Курс лекций. Вып. 3 / А. В. Суворов. – М.: УРАО, 2001. – 222 с.
44. Толстых, Н. Н. Развитие индивидуального хронотопа на детско-юношеском этапе жизненного пути человека / Н. Н. Толстых // Психоло-

гия жизненного пути личности / под ред. Н. А. Логиновой, К. В. Карпинского. – Гродно: ГрГУ, 2012. – С. 44–72.

45. Фаликова, Н. Э. Хронотоп как категория исторической поэтики / Н. Э. Фаликова // Проблемы исторической поэтики. – Петрозаводск, 1992. – С. 46–57.

46. Франк, С. Л. Смысл жизни / С. Л. Франк. – М.: Прогресс, Культура, 1994. – 583 с.

47. Франкл, В. Человек в поисках смысла / В. Франкл. – М.: Прогресс, 1990. – 328 с.

48. Чеснокова, И. И. Проблема развития сознания в психологии / И. И. Чеснокова. – М., 1977. – 144 с.

49. Чудновский, В. Э. Смысл жизни и судьба / В. Э. Чудновский. – М.: Ось-89, 1997. – 208 с.

50. Чудновский, В. Э. Смысл жизни: проблема относительной эмансипации от «внешнего» и «внутреннего» / В. Э. Чудновский // Психологический журнал. – 1995. – Т. 11, № 2. – С. 15–26.

51. Чудновский, В. Э. Смыслжизненный аспект современного процесса образования / В. Э. Чудновский // Вопросы психологии. – 2009. – С. 50–60.

52. Чудновский, В. Э. Становление личности и проблема смысла жизни. Избр. труды / В. Э. Чудновский. – М., Воронеж, 2006. – 767 с.

53. Шлыкова, Ю. Б. Субъективная картина жизненного пути подростка / Ю. Б. Шлыкова. // Психология человека в современном мире. Т. 1 / под ред. А. Л. Журавлевой, В. А. Барабанщикова, М. И. Воловикова. – М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2009. – С. 326–334.

54. Эльконин, Д. Б. Избранные психологические труды / Д. Б. Эльконин. – М.: Педагогика, 1989. – 560 с.

55. Эшби, У. Р. Введение в кибернетику / У. Р. Эшби. – М.: URSS, 2006. – 432 с.

Чудновский Вилен Эммануилович — доктор психологических наук, профессор, ведущий научный сотрудник ФГНУ «Психологический институт» РАО.

УДК 159.9

Е. Е. Сапогова

СМЫСЛОВЫЕ ИЗМЕРЕНИЯ АВТОБИОГРАФИРОВАНИЯ

В рамках авторского синтеза экзистенциальной и нарративной парадигм автобиографирование рассмотрено как одна из возможных форм «заботы о себе», как рефлексивно-герменевтический процесс. «Я» взрослой личности аргументировано как персонально выстраиваемая смысловая система, упорядоченная и транслируемая другим через личные истории. Выполнено содержательное наполнение и предложены нарративные иллюстрации возможных способов «заботы о себе» (экси-

стенциальных логик жизни), имеющих разные смысловые «ядра»: функционально-гомеостатическая жизнь с потребностным ядром; индуцированно-императивная жизнь с ядром внешнего стимула; стереотипно-нормативная жизнь с ядром социальных стереотипов и прецедентов; хронотопическая жизнь с ядром контемпоральных социальных ожиданий; осмысленная жизнь с ядром самовоплощённости; вероятностно-возможностная жизнь с ядром тяготения к «Я–иному»; холистическая жизнь с ядром психологической универсализации. Описаны также базовые семантические оси интерпретации субъективного опыта: «Стремление – Избегание», «Созидание – Принятие», «Стабилизация – Энтропия», «Центробежность – Центростремительность», «Интегральность – ассертивность», «Рациональность – иррациональность».

Ключевые слова: «забота о себе», смысл, личность, нарратив, личная история, автобиографирование, жизненный путь, самопонимание, рефлексия, личностная герменевтика.

Для экзистенциалиста человек потому не поддается определению, что первоначально ничего собой не представляет. Человеком он становится лишь впоследствии, причем таким человеком, каким он делает себя сам.

Ж.-П. Сартр

Твои мысли становятся твоей жизнью.
Марк Аврелий

Осознавая свою единичность и временность/конечность существования в мире, человек часто испытывает необходимость закреплять, верифицировать, удостоверять собственное бытие [21; 22]. Один из возможных путей для этого – конструирование и рассказывание автобиографических и квазибиографических личных историй. Каждая из них представляет собой в той или иной мере удовлетворяющую автора текстовую идентификацию реальных эпизодов прожитой жизни, пристрастно отобранных, отражающих и презентирующих другим его текущие представления о том, что есть «Я» и что есть «моя жизнь». Эти эпизоды очень разнообразны по своему психологическому содержанию: они могут включать как происшествия жизненного пути, реальные ситуации взаимодействия, так и возникающие по их поводу и вне повода мысли, чувства, ассоциации, впечатления, аллюзии, переносы, литературные прецеденты, воспоминания, образы сновидений, чужие идентификационные образцы и пр. – пережитые или просто заимствованные и впоследствии ставшие не-

различимыми от собственного «Я» – «своим–чужим» [6, с. 371]. Осуществляемый во внутреннем плане сознания, в процессе повседневной коммуникации, в ходе диалога с консультантом рефлексивно-герменевтический процесс автобиографирования упорядочивает, фиксирует и «высвечивает» (термин М. Хайдеггера) для самого субъекта и его социального окружения результаты самопонимания и рефлексии проживаемой жизни и позволяет субъекту ассимилировать, строить и транслировать вовне приемлемую версию себя. Фактически, автобиографированием человек, следуя своей «субъективной правде» [12, с. 39], разделяет непрерывно текущий процесс жизни на отдельные завершённые фрагменты и тем самым упорядочивает и осмысляет их, поскольку только конечным эпизодам можно придать смысл, а «что не имеет конца – не имеет и смысла» [19, с. 417]. Потенциально любому вычлененному из опыта «конечному» эпизоду может быть придан необходимый человеку смысл, и, как правило, это приводит к более целостному, «стереоскопическому» восприятию себя и своей жизни, помогает открывать новые пространства самовоплощения.

В научно-психологическом контексте мы предлагаем рассматривать автобиографирование как одну из возможных практических форм «заботы о себе» (*epimeleia heautou, cura sui*). В идею «заботы о себе» входит всё то, что человек способен отрефлексировать как *необходимое именно ему*, совершаемое *исключительно «ради самого себя»* – не столько даже на уровне поддержания здоровья и жизнедеятельности, сколько для переживания внутреннего благополучия и конгруэнтности с миром, для развития своей самости и «жизни духа» [11; 25; 26; 31; 35]. Осознавая своё существование как собственную задачу («что нам, людям, можно и должно делать с нами самими» [28, с. 33]), «человек делает себя сам, формирует собственный этос, культивирует в себе субъекта действия» [18, с. 55] и фактически трансформирует «себя наличного» в «себя иного», руководствуясь при этом собственными целями и представлениями о том, кем он хочет, может и должен становиться.

Как именно человек должен заботиться о себе, познавать себя и созидать свою самобытную целостность, в разное время понимали по-разному. Так, известно, что уже Платон в «Алкивиаде» говорил об «озабочении собой» как о своеобразной «технике себя», связанной, очевидно, с обращением сознания к своему носителю [3; 35]. В конфуцианстве концепт «жэнь/человечность» среди прочего содержал важный аспект постоянного «пре-

возможания себя» на пути самосовершенствования. Сопряженные с ними «очищение» и «собираение души», медитативное отращение, «досмотр сознания», «рассуждения о делах» и т. п. [35–37] и сегодня являются распространёнными приёмами психотерапии. Тем не менее «забота о себе» представляется более глубоким в содержательном плане экзистенциально-философским концептом, указывающим на необходимость совершения *сущностных трансформаций себя и своего бытия* вследствие добровольно принятых самообязательств, самостоятельно выбранного проекта жизнеосуществления. Уже в философии стоицизма «ключевой темой <...> «заботы о себе» является тема «самодостаточности» и интенсификации связей с собой <...> В христианской «заботе о себе» ключевой темой становится спасение от автономии существования–к–смерти, причём преодоление смерти предстаёт именно как онтодиалог с Другим и является экзистенциальным мероприятием» [31, с. 12]. В современных философско-психологических изысканиях концепт «заботы о себе» обнаруживается в идеях самоактуализации А. Маслоу, «полюсе субъекта» Х. Плеснера, обретении личностной подлинности через принятие и осуществление смыслов В. Франкла, «не–алиби в бытии» М. М. Бахтина, самобытности В. И. Слободчикова, «заботливости» и обнаружении конкретных смыслов для текущих моментов жизни в *Dasein*-анализе М. Хайдеггера, рассмотрении личности как «*per se*» в персонологии Е. Б. Старовойтенко и В. А. Петровского, «жизнетворчестве» Д. А. Леонтьева, «авторстве жизни» Н. А. Низовских и т. д. Вслед за М. Фуко, Д. А. Бабушкина, обсуждая феномен «заботы о себе», говорит о «поставлении себя перед собственными глазами, узревании себя» и «постановке вопроса о себе: *что я есть как я?* или *что для меня значит быть собой?*» [4, с. 51]. Разделяя понимание «заботы о себе» С. Мадди, Г. В. Иванченко связывает её с личностными выборами «желаемых Я», с «выбором роста» и аутентичностью [11]. В этом же понятийном русле Д. А. Леонтьев вводит идею уровня «индивидуальной онтогенетической эволюции», «меры индивидуального продвижения по пути очеловечивания» [17]. Сходные тезисы лежат также в основе активно развивающейся сегодня позитивной психологии [13; 30; 32; 38–39]. Большинство подобных исследований носит экзистенциально-гуманистический характер, поскольку они призваны вернуть «человеческую жизнь, распадающуюся на множество нужд в озабочивающем её мире» к осознанию её «исходной онтологической нужды – *подлинно быть*» [31, с. 138] (курсив наш. – Е. С.).

В контексте исследований автобиографирования нам наиболее близка исходная теоретическая позиция М. Фуко [35], рассматривающего «заботу о себе» как своеобразную *технология производства субъективности, стратегию субъективации*. Её смысл состоит в том, что человек должен создать собственный модус самообладания, свободно изобрести, построить себя. «Забота о себе» понимается не просто как самосовершенствование, самоинвестирование, стремление к личностному благополучию, счастью или свободе – она есть *деятельное отношение к себе и своей жизни, следование добровольно принятому на себя обязательству (внутреннему выбору) такого продуктивного способа существования, который субъект соотносит с собственным пониманием себя, со своей аутентичностью*. Это самоотношение тесно связано с категорией возможного, с движением, а, скорее даже, толканием субъектом самого себя в направлении «желаемого Я» и полагаемых необходимыми стратегий самоосуществления, при котором необходимо преодолевать не столько внешние препятствия, сколько собственную инертность и внутренние противоречия. Кроме того, забота о себе предполагает осознанное принятие на себя личной ответственности за то, как жизнь проживается, и, в конечном счете, за само воплощённость в ней и удовлетворённость ею. Очевидно, только при этом условии появляются позитивные личностные новообразования, придающие жизни уникальность и устойчивость и позволяющие преодолевать возможные «метапатологии» [23] – отчуждение, депрессию, отчаяние, опустошенность и др., так часто характеризующиеся как «приметы нашего времени».

Осмысляя в интересующих нас контекстах теоретическую позицию М. Фуко и его последователей (Р. Валантазис, С. Гриффит, Э. Кастелли, Э. Кэмерун, Б. Малина, Д. Пинсент, В. Уимбуш, Т. Шоу и др.), мы предположили, что, создавая и рассказывая автобиографические и квазибиографические истории, субъект конструирует, верифицирует, удостоверяет в них своё «Я» и фактически порождает его для себя и других как *самобытную смысловую систему*.

Изначально это совершается путём пристрастного рефлексивного отбора из непрерывно текущего опыта тех фрагментов, которые, как кажется, «имеют к нему отношение», «задевают его за живое», прямо или косвенно отвечая на какой-то существенный вопрос, формулируемый личностью для самой себя. Спрашивая в психологическом консультировании, почему клиентам запомнились именно эти и не запомнились какие-то другие жиз-

ненные эпизоды, мы очень часто получали ответ: «потому что тогда я вдруг поняла...», «потому что это ясно мне показало...», «именно тогда я вдруг осознала...», «тогда, наконец, чётко прозвучало, что...», «именно тогда я почувствовала его настоящее отношение...», «тогда я внезапно узнала, как...», «через этот случай я поняла...» и т. п.

Такие ответы, на наш взгляд, достаточно однозначно указывают, что пережитый случай обладал замечаемыми клиентом признаками новизны, расхождения с привычным опытом, некоего открытия, «откровения», «прояснения», «прорыва»: в «зазоре длящегося опыта» (термин В. П. Зинченко) переживаемой ситуации то, что раньше не замечалось, не понималось или вытеснялось человеком, внезапно, в форме микроинсайта, «высвечивалось» для него как ответ на некий даже ещё не заданный вопрос. Это, как думается, своеобразная ситуация зарождения, «посева» смысла внутри субъекта (как говорит А. Бадью, смыслы принуждены существовать через субъекта, они всегда являются продуктом его активности [5, с. 53]), когда ответ, вроде бы, опережает вопрос и тут же распаивает субъекту новый горизонт вопрошания, который ранее не попал в фокус внимания («Почему я вдруг обратил на это внимание?», «Почему это для меня важно?», «Почему это произвело на меня такое сильное впечатление?», «Что это меняет для меня?», «Смогу ли я теперь этим пренебречь?»). Думается, здесь уместно процитировать известные слова М. М. Бахтина: «Смыслами я называю ответы на вопросы. То, что ни на какой вопрос не отвечает, лишено для нас смысла» [7, с. 350]. Продолжая эту мысль, отметим, что смысл, необходимый человеку «здесь–и–теперь», начинает «проглядывать» из ситуации, схватывается через соответствующий фрагмент опыта и становится поводом для рефлексии и/или амплификации.

При этом референциальный *жизненный случай*, уходя в прошлое личности, покидает поле реальности, но становится актуальным *событием индивидуального сознания*, ментальной единицей. Биографическая канва, которую наряду с другими существенными «Я–событиями» он пополняет, ещё очень привязана к реальному референтным происшествиям жизни, верифицируется самой хронологической последовательностью жизнеосуществления, но её составляющие на пути «от события рассказа к событию рассказывания» (М. М. Бахтин) уже начинают трансформироваться в ментатив, чтобы впоследствии стать (или не стать) нарративом [16]. Иными словами, фактология и конкрети-

ка жизненного происшествия «Кто? – Что? – Где? – Когда?» трансформируется в «Что это означает для меня? – Возможно ли это и почему? – При каких условиях это происходит? – Чем это подтверждается? – Каковы здесь возможные варианты? – Каковы могут быть альтернативы этому?» *события сознания*, а позже, если это будет нужно, в «Может ли это что-то значить для кого-то, кроме меня? – Как именно это должно характеризовать меня для других? – Совпадает ли и насколько это с тем, что я хочу рассказать о себе другим? – Могу ли я представить это чем-то иным? – Как мне рассказать это, чтобы предстать перед другими необходимым мне образом?» *события текста*.

Субъект волен включать в своё жизнеописание одни события, исключать другие, исказить или подменять смысл третьих и даже вообще включать в текст нечто, что в его собственной жизни не происходило, но, в принципе, могло бы в ней быть или случилось где-то «рядом», но было пережито как «своё». И тогда события «происходят», если субъект строит рассказ о них, руководствуясь определёнными смыслами и целями, и «не происходят», если он не желает принимать их во внимание, не имеет намерения распаковывать хотя и очевидные для него, но не удобные ему значения. Иными словами, биографическая наррация легитимизирует некие события в индивидуальном бытии человека и даже придаёт заимствованным и вымышленным и включённым в неё (а, стало быть, *значимым для данной личности*) событиям если не онтологический, то хотя бы ментальный и нарративный статус. Таким образом, в автобиографической истории «факты не даны нам, а, скорее, *взяты нами*» [1, с. 67].

Поскольку полностью игнорировать биографическую канву при создании автонарратива сложно (у человека всегда есть определённый возраст, известное другим место жительства, профессия и пр. и есть живые свидетели его жизни и поступков), она образует «внешний слой», своеобразную «границу» между реальностью и ментальностью личности. Здесь закрепляются смысловые «Я–этого события» и создаётся приемлемая схема повествования о них. Усмотрев нечто существенное в своей жизни, человек намеренно удерживает подобные эпизоды в фокусе сознания, не давая им стереться или вытесниться новым опытом. Для этого они маркируются соответствующим переживанием, регулярно воспроизводятся в автобиографической памяти («Столько лет прошло, но я помню, как сейчас...», «Всё это и сейчас стоит перед глазами...», «Я не смогла забыть, как...», «С годами не забылось только это...», «Многое уж забыто за дав-

ностью лет, но вот это врезалось в память...»), вербализуются и нарратизируются, превращаясь тем самым в *события* текста.

Эволюция значимого фрагмента опыта от «происшествия реальности» через «факт осознания» к «событию текста» составляет, как думается, внутреннюю логику и назначение процесса автобиографирования. В этом плане оно становится областью *трансформации жизненного опыта в опыт экзистенциальный*. Кроме того, сама диалектика «ментатива–нарратива» косвенно подтверждает тезис о диалогичной природе человеческого сознания: они становятся двумя разными способами её реализации – способом воспоминания/описания (нарратив) и способом размышления/объяснения (ментатив) [16, с. 61–62].

Обсуждая сущность процесса автобиографирования, нельзя не заметить, что оно выступает областью «срастания» трёх зон – *действительности, ценности* (как духовной цели личности, по верному определению Г. Риккерта) и *смысла* – и соединяет в себе три соответствующих им герменевтических процесса – *объяснение, понимание и истолкование* [27]. Герменевтическая работа над жизненным эпизодом, насыщенным личностной ценностью, позволяет извлечь из пережитого (или приписать ему) своеобразные «сигнальные», ключевые смыслы/маркеры, которые важны именно для данного человека, что-то говорят о нём самом, характеризуют его поступки и мысли, порождают его чувства и оценки. В рамках таких самоинтерпретаций, как думается, устанавливаются фундаментальные смысловые связи «Я–Мир»: из огромного разнообразия случаев, происшествий, воздействий и пр. личность формирует свой «круг значимого», конструирует свой внутренний мир, в котором действуют выявленные им закономерности и принципы. Постепенно человек начинает воспринимать этот круг как то, что и составляет его жизнь, и начинает верить в то, что она подчиняется этим принципам и закономерностям. Таким образом создаются индивидуальные установки, настройки сознания, превращающиеся в своеобразные «мерки»/принципы и законы, с которыми субъект начинает подходить к реальности и реализует свою самобытность.

Каждый новый жизненный эпизод, амплифицированный и трансформированный личностным смыслом, встраивается в комплекс уже отобранных ранее тем же способом и нарратизированных жизнеописаний, некоторые из которых превращаются в самоапокрифы и при необходимости транслируются вовне. Такие апокрифы представляют собой нечто важное, достопамятное для человека – идею, событие, воспоминание, реликвию и

т. д., через которые, полагая их сущностными «метками» своей жизни, он считает необходимым опосредованно, метафорически, нарративно раскрываться другим людям.

Входя во внутреннее пространство субъекта, любой биографический эпизод в разные моменты жизни может оказываться как на центральной, системообразующей позиции в личной истории, так и на периферической, оставаясь практически всегда доступным сознанию как «строительный материал» жизнеописания и самоидентификации. Создаваемые из него автонарративы могут использоваться для трансляции ввне того образа самого себя, какой необходим субъекту «здесь–и–сейчас». В первом случае, став «ядром» жизнеописания, некий эпизод трансформирует остальные, подчиняя их своему содержанию; от него идёт своеобразная «когерентная волна», устраняющая противоречия между содержанием «ядра» и «периферии», стирающая возможные логические рассогласования между нарратизируемыми эпизодами. Во втором случае некий эпизод останется относительно автономной образно-смысловой конструкцией, способной «подкрепить» собой любое актуальное «ядро» автобиографии, стать его «удостоверяющим фоном» или когда-то превратить в «ядро» нового повествования о себе.

Анализируя личные истории, легко заметить, что в качестве «носителей» смыслов и индивидуальных метафор выступают различные ментальные «единицы»: реальные жизненные эпизоды (некоторые случаи, происшествия), яркие персональные переживания, отдельные идеи и мысли, которые человек считает «своими», факты значимого взаимодействия с другими, воспоминания, образы сновидений, усвоенные культурные прецеденты, ассимилированные идентификационные образцы, семейные апокрифы и т. д. Будучи в той или иной мере обобщенным и упорядоченным, комплекс этих «единиц» отражает и определяет принятую субъектом внутреннюю логику организации его жизни, выведенные им для себя принципы поведения и деятельности как распорядителя и автора собственного жизненного ресурса. Эта смысловая система фактически является личным ответом человека на один из главных вопросов существования – «зачем он делает то, что делает».

Если в консультировании задать этот вопрос напрямую, вряд ли можно получить достоверный однозначный ответ, но анализируя личные истории, можно уловить ту или иную «жизненную логику» респондента, отражающую суть его способа «заботы о себе». Отдавая себе отчёт в некоторой условности предлагае-

мых теоретических конструкций, мы попытались выделить возможные системообразующие смысловые единицы «Я» («ядра»), возникающие как результат герменевтической активности субъекта. Для этого мы содержательно развернули предложенную Д. А. Леонтьевым классификацию ответов на вопрос: «зачем я делаю то, что делаю?» [17], опираясь на материал накопленных нами в консультативной практике личных историй. Остановимся кратко на вариантах персональных экзистенциальных логик.

1. Функционально-гомеостатическая жизнь («Живу, удовлетворяя свои потребности»): человек сводит жизнь по преимуществу к распознаванию своих потребностей и «сканированию» реальности на предмет их объективации и удовлетворения. Своими чувствами и действиями он откликается на регулярно вспыхивающие первичные (витальные) и вторичные (достижения, аффилиации, доминирования, защиты и т. д.) потребности, находя смысл в поиске и/или изобретении способов их удовлетворения. Системообразующая смысловая единица – «поддержание “психологического гомеостаза”» как некоторого условного равновесия между «внутренним» и «внешним». Взаимодействия человека с миром при такой ориентации сужаются до тех аспектов реальности, в пределах которых могут быть удовлетворены и объективированы потребности, но она всё же оставляет некоторый простор для «самосозерцания» в моменты, когда равновесие кажется достигнутым. Кроме того, такой модус жизнеосуществления и сам по себе может приводить к непредсказуемым результатам, принципиально способным «распахнуть горизонт». Такая жизнь, может быть, и не является высоким образцом активности или творчества, но вполне способна создавать чувство удовлетворённости и гармонии со средой. Ниже приведены фрагменты автобиографических текстов, иллюстрирующих, на наш взгляд, ориентированность на такой способ организации собственной жизни:

«В моей жизни, может быть, ничего особо интересного и нет – нормальная жизнь, как у многих. Идёт себе, как идёт, как лодка на волнах: попала на препятствие – приостановилась, преодолела, течение убыстрилось и стало свободным – прибавила скорость... Каждый день ведь человеку что-то нужно – есть, пить, работать, покупать или ремонтировать, воспитывать детей, ухаживать за стариками... Тебе нужно, и ты просто делаешь. Потом снова что-то нужно – вот и ещё день, год, жизнь. День за днём ты делаешь то, что необходимо. Наверное, так жизнь устроена, сама ведёт. Так и мой отец жил, и дед. Помню, если деду ничего не надо было, он не

искал приключений на свою голову, не носился, высунув язык, в поисках, чего бы ещё сделать, за что взяться, и не занимался самокопанием, правильно он живёт или нет. Он просто знал, как ему жить. Я вспоминаю, как он сидел на лавочке, опирался на палку и курил самокрутку — до самой смерти не признавал покупных сигарет, покупал махорку. Потом вставал, шёл нарубить дров, воды принести, чинил что-нибудь или ставил чугунок с картошкой или крупой в печку, подметал избу, копался на огороде. Ещё читал по необходимости книжку или газету, ходил к соседу в шахматы сыграть, в клуб — кино посмотреть, очень редко ездил к фельдшеру или в город в магазин. Он никогда ни на что не жаловался, не суетился, вообще не интересовался ничем лишним, наверное, считал, что многое в этой жизни просто не имеет к нему никакого отношения. И не занимался пустопорожними разговорами о смысле жизни — для него смысл и был в том, чтобы сделать то, что ему надо...» (Андрей К., 63 года).

«Мы же все родом из "совка", а в "совке" всем всего не хватало, всегда что-нибудь да было нужно. И я привык, что всё время прислушиваешься к себе, чего ещё нужно, чего не хватает, и оперативно искать, где достать. Неважно что — колбасу, стиральный порошок, туалетную бумагу или подписку на хорошую книгу, билеты в театр или путёвку в санаторий... Полжизни мы все, наверное, пребывали на стартовой позиции — углядеть, где можно что-то достать, пусть даже впрок. А увидел, что что-то "дают", мгновенно изготовился и взял. На другое и жизни не хватало, в основном стремились "жизнеобеспечиться". Да и зависти было много, часто хотелось того же, что у других — югославский мебельный гарнитур, чешскую люстру... Вот, может, и не надо было даже усилия тратить на это, не так уж оно и нужно было... Но нет, хотелось, как говорится, чтобы и мне — "по потребностям", раз уж от меня — "по способностям". Сейчас жизнь другая, конечно, потребности стали другие — уже не колбаски копчёной на праздник прикупить, а новый айфон или автомобиль понавороченнее, а старые жизненные привычки не меняются. Мне и сейчас важно, чтобы моя семья ни в чём не нуждалась, чтобы у детей и внуков, как говорится, всё было, как у всех, а то и лучше, а остальное — подождёт до лучших времён... Не в этой жизни, видно...» (Юрий И., 59 лет).

2. Индуцированно-императивная жизнь («Живу так, потому что жизнь заставила»): человек делает нечто и «жертвует»

этому жизнь, поскольку для этого был или есть сильный стимул, индуцирующий, вменяющий определенное поведение и действия, фактически ограничивающий возможность личного выбора. Речь идёт о случаях, когда что-то, происшедшее вне человека или, по крайней мере, не по его выбору, желанию и не вследствие его собственных действий, вынуждает его жить именно так, а не иначе (например, инвалидность, статус беженца, уход за тяжело больным близким человеком и т. п.). Системообразующая смысловая единица – почти кантовская: «делать, что должно, и будь, что будет». Поскольку здесь присутствует «экзистенциальное принуждение» [10] и даже самопринуждение, человек вынужден ограничивать свою жизнь, подчинять её неизбежной необходимости делать нечто, даже если это ведёт к «уносимости в «никтовость»», по М. Хайдеггеру, добровольному отказу от вызовов и альтернатив жизни и даже – к смыслоуничтожению. Попадая в подобную ситуацию, человек, по И. Ялому, заключает повседневный мир «в скобки», сознательно уводя себя от соблазнов выбора.

«Конечно, я по молодости разве думал, что на всю жизнь останусь простым работягой? Я ведь после школы в техникум хотел поступать, а мать так даже про институт думала. Я школу хорошо закончил, физика, математика у меня всегда хорошо шли, черчение любил... Думал, инженером на заводе буду, в город уеду... А потом батька по пьяни зимой замёрз, когда из райцентра пешком возвращался, и матери пришлось помогать младших поднимать. Ведь родная кровь – не бросишь. Я мать сильно любил, ревновал даже, не хотел, чтобы она другого мужика вместо отца в дом приводила, чтобы сёстры его папой называли... Ей, когда я восьмилетку-то закончил, а батя умер, всего 34 года было, а нас у неё – четверо. Так стал к ней захаживать один, замуж звал, не побоялся такую ораву ртов себе на шею повесить... Но я прямо сам не свой был, отговаривал мать, "скандалы скандалил", с мужиком тем пару раз сильно подрался, хоть и мальцом был, один раз вообще чуть до поножовщины и тюрьмы дело не дошло... Но по малолетству моему обошлось. Теперь-то я понимаю, что тот мужик незлобивый был, да и матери с ним неплохо было бы... Но сейчас уж ничего не исправить. Короче, матери, чтобы она того мужика отвадила, я поклялся, что буду помогать ей сестёр на ноги поставить... Вот так и вышло, что после школы я остался в посёлке, на автобазу устроился. Я, в отличие от мужиков постарше, не пил, машины хорошо понимал – слуша-

лись они меня, в ремонте многое понимал, мог управлять и трактором, и комбайном... В те годы там и заработки нормальные были, а по молодости большие деньги, сами знаете, рожают большие надежды... Но я всё до копейки матери нёс, как обещал. Сёстры выросли, выучились в университетах, замуж повыскакивали и разъехались кто куда — младшая даже в Германии сейчас с мужем живёт, в Дюссельдорфе. Дети у них... А я так бобылём и остался... Были у меня женщины, конечно... но я то дом строил, то на машину копил, то девчатам в город деньги посылал, пока учились, потом мать болела, зарабатывать на лечение было нужно... так как-то и не собрался жениться. С матерью до её последнего вздоха был... Вот Вы и спрашиваете... жизнь... Да не было никакой такой жизни у меня. Как судьба заставила — так и прожил, а сейчас уже поздно что-то менять» (Герман, 65 лет).

3. Стереотипно-нормативная жизнь («Живу так, как принято»): человек «плывёт по течению» — не выходит своей жизнью за границы воспроизведения «классических» схем и стереотипов, усвоенных в социализации и очерчивающих общепринятый вариант жизненного пути. Системообразующая смысловая единица — «следовать заданному образцу». Это — довольно экономный способ жизни, который, как кажется, обеспечивает достижение социально одобряемых результатов при простом следовании нормативу, образцу, испытанному многими поколениями.

«Ну, особо-то и рассказывать нечего. Кажется, мне ещё до рождения было предначертано жить определённым образом, вся жизнь — как исполнение обязательного ритуала. Моя семья ведь принадлежала к определённому кругу, сильно отдалённому от всех остальных людей. В этом кругу все девочки кончали "свою" школу, в которой не было случайных детей, учились музыке и рисованию, кончали филфак или иняз, выходили замуж за сыновей друзей наших родителей или приятелей наших братьев из того же узкого круга, ездили отдыхать в закрытые санатории, делали покупки в закрытых магазинах, одежду шили в мастерских на заказ... Я точно знала всю иерархию отношений, что и когда надо говорить и делать, кого и как принимать, с кем водить дружбу, что и куда надевать, когда и сколько рожать детей, чего не хотеть и не просить... Это потом всё рухнуло, а в те годы вся моя жизнь казалась выверенной по линейке...» (Маргарита Ш., 81 год).

«Да у нас все так живут, так уж заведено. Из детсада — в школу, из школы — кто на ферму, кто на комбинат. Редко

кому удаётся вырваться в город, хотя многие стремятся: замуж выходят абы за кого, на любую работу идут, лишь бы сюда не возвращаться, годами в общежитиях мучаются. А здесь всё по старинке, как в советские времена повелось — как говорится, где родился, там и пригодился. Все рано выходят замуж — за соседских парней, кто меньше пьёт и у кого хоть какая работа да заработок есть, детишек побыстрее рожают, пока здоровье есть, строятся, на своих огородах копаются, женятся и хоронятся всем селом. Все друг друга знают, все у всех на виду. Чего другого и взять негде. Да и зачем? Всё равно жизнь у всех идёт одинаково: семья — работа — дом — дети» (Анастасия К., 37 лет).

4. Хронотопическая жизнь («Живу так, потому что сейчас все так живут»): следование клише и шаблонам текущего хронотопа, формирующимся в нём социальным нормативам, образцам и ожиданиям. Системообразующая смысловая единица — «быть как все сейчас». В этом плане жизнь часто приобретает процессуальный характер (в ней важно «делать», но не «сделать», «казаться», но не «быть» и т. п.), утрачивая необходимые и значимые только для данной личности ценностно-смысловые и целевые константы и следуя за модой, трендом, меняющимся современным укладом («у меня должно быть всё то же, что и у других», «не хочу выделяться, делаю, как все»). Она, безусловно, создаёт ощущение бытия «в гуще событий» и «свойности/современности», но тем не менее в ней силён элемент конформности и подражательности. Человек в любой момент готов отказаться от того, что считал «важным» сколько-то времени назад ради модной новинки.

«Ну а что вы хотите? В те годы спор между “физиками” и “лириками” решался в пользу “физиков”. Стране были нужны инженерные кадры. Для парня поступать на “женский” — филологический факультет было как-то неловко, поэтому я пошёл, как все — на строительный. “Ковался” как инженерный “кадр”. Учиться мне не очень нравилось, но я старался об этом не думать, просто хорошо учился, и учеба, слава Богу, давалась легко. Я писал в студенческую газету, ходил в литературную студию, потом стал внештатным корреспондентом нашей районной газеты... Да ещё с пионерского возраста я, как и все в то время, наверное, был воспитан в духе “Раньше думай о Родине, а потом о себе”. Так и получалось, что стройотряды, комсомольские стройки, картошка, армия... ничто из этого меня не миновало, да и другого пути-то тогда

не было. Я ведь, не поверите, даже БАМ строил... Пионер-комсомолец-член партии — это я. Влюбился-женится-разлюбил, но не развёлся — тоже я. Поехал за длинным рублём на Север — заработал семье на квартиру, а себе букет болезней — и это я. По выходным рыбалка-дачная стройка-гараж-шашлыки — всё моё... Просто времена были такие... ну, и мы — такие» (Игорь Г., 61 год).

«Я ещё на четвёртом курсе вышла замуж за выпускника нашего военного училища. В нашем городе это — почти традиция: девчата из педагогического выходят замуж за парней из "артухи". Его распределили под Благовещенск, и я после окончания института приехала к нему. Жизнь жены военного — совсем не такая, как у гражданских жён. Всё время ждёшь его, всё время за него боишься. Всё время сдерживаешься, контролируешь, как бы не сказать или не сделать чего лишнего. Мир очень узкий, все друг на друга смотрят с ревностью, среди жён — иерархия не хуже военной, все живут от звания до звания, сплошные интриги, даже подруги могут в минуту превратиться в злейших врагов. Работу в военном городке найти сложно — мне повезло, была вакансия в детском саду, а так бы целыми днями сидела дома, маялась от скуки. Никакой стабильности, постоянные переезды — я научилась собирать всё имущество прямо-таки по-солдатски. Да почти ничего своего долго и не было — жильё казённое, мебель часто наполовину казённая, служба казённая... Я только сейчас, когда муж вышел в отставку, мы живём в отцовской квартире, а сын теперь живёт отдельно, начинаю понимать, что такое жизнь и какой она могла бы у меня быть... Я не жалею, но... у военных жён судьба такая» (Ольга К., 52 года).

5. Осмысленная жизнь («Живу, делая то, что для меня действительно важно»): человек ставит хорошо продуманные, ориентированные на себя и обоснованные цели, следует выбранным принципам, действует определённым образом, поскольку связывает со всем этим некие значимые последствия в индивидуально выстраиваемой системе отношений «Я-Мир». Системообразующая смысловая единица — «следовать тому, что считаю значимым». Как думается, это довольно цельный, очень индивидуальный (часто даже «беловоронный», по словам одного из респондентов), порой даже чреватый конфликтами и напряжённый образ жизни, позволяющий личности создавать новые смысловые синтагмы, всё время стимулировать и отстаивать собственное развитие — «отливать жизнь по себе» (П. А. Флоренский).

Выделенное смысловое ядро, вероятно, определяет и уровень асертивности субъекта, обуславливающей чувство удовлетворённости жизнью и переживание себя счастливым в ней. Такие люди часто говорят о том, что «и жизнь хороша, и жить хорошо», несмотря на то, что с позиций внешнего наблюдателя, их жизнь не является «хорошей» в общепринятом, житейском смысле слова.

«Может быть, Вы мне не поверите, но мне всегда казалось, что я знаю, что мне нужно по жизни, как мне следует жить. Вряд ли я смогу ответить, почему я так думаю, возможно ли такое в принципе и как у меня это получается, но у меня есть внутреннее убеждение, что то, что я делаю в жизни — именно по мне, “моё”. Я хорошо “заточена” под свою профессию. Я её даже и не выбирала, просто всегда знала — что я — именно это и ничто другое. Поэтому мне и учеба давалась легко, и профессиональная карьера всегда складывалась удачно. Мне нравится всё, что связано с моей работой, даже не самые привлекательные, рутинные её аспекты — я всегда чувствовала себя “внутри” всего того, что я делаю, мне не приходилось преодолевать, заставлять себя, я всегда даже не делала, а «отдавалась» своему делу. Мне всё в нём было в радость. Я никогда не пожалела, что не стала кем-то другим, хотя мне с детских лет нравились и другие занятия. Мне никогда не бывает скучно, у меня всегда есть выбор... да что там выбор — много выборов, чем заняться, что прочитать, что сделать, с кем пообщаться... И по жизни я какая-то всеядная — многого хочу, и многое у меня получается. Я увлекалась разными вещами и, в общем, везде преуспела. И если вдруг по какой-то причине мне придётся покинуть профессию, я думаю, нигде не пропаду, слишком многое мне в жизни нравится и получается в ней. А со стороны я, наверное, кажусь своевольной — делаю именно то, что считаю нужным и правильным на пути к какой-то внутренней согласованности, гармонии. Мне, например, после школы важно было поступить в университет, невзирая на огромные конкурсы и малую вероятность пройти — и я выложилась, сумела, достигла. Мне нужно было преодолеть свои страхи и слабости после тяжёлой болезни — и я не давала себе спуска, встала на ноги. Врачи говорили нам с мужем, что после травмы позвоночника у меня не будет детей, но я всё равно пыталась, преодолевая раз за разом боль и горе неудачных беременностей. И теперь у меня двое прекрасных сыновей и уже трое внуков. Как оно мне далось, я стараюсь не вспоминать — миновало, да и ладно, главное — я смогла, сде-

лала, достигла, потому что это было для меня важно. Я хотела выучить немецкий — я его выучила, хотела научиться играть на гитаре — я умею. Уже к сорока годам я получила к своему образованию дополнительное искусствоведческое — в Германии, я всегда чувствовала, что мне его не хватает. Главное — не просто хотеть, а понимать, зачем тебе этого хотеть, я так думаю...» (Валентина Б., 57 лет).

«Я не понимаю людей, которые ни к чему не стремятся, живут, как получится — одним днём и тем, чтобы в этот день есть, пить, ржать и ночами писать всякую дурь в Интернете... С юности терпеть не могу вопросов: "А зачем тебе это надо?", "Тебе что, больше всех надо?" или "Самая умная, что ли?". Конечно, жизнь у всех разная, но большие, "дальнобойные" цели в ней должны ведь быть! Я ещё в школе поняла, что должна сама вырываться из той среды, в которой жила. Я ведь, как говорится, — девчонка с рабочих окраин, безотцовщина, с пьющей и перебивающейся случайными заработками матерью, которой ни до меня, да и ни до чего вообще, не было и нет никакого дела, лишь бы напиться да забыться. Я, конечно, мечтала о другой жизни и завидовала тем, у кого, как мне казалось, она была. Не верьте, когда говорят, что завидовать плохо и бессмысленно. Очень даже хорошо и осмысленно. Только завидовать надо действительно — развиваться самой, трудиться, придавать себе импульс для движения вперёд. Конечно же, я мучительно стыдилась себя и своей убогой среды и завидовала, когда сравнивала себя с другими. Некоторые девчонки из моего класса ходили в музыкальную школу, модно одевались, у них всегда были карманные деньги, и после школы они могли позволить себе посидеть в кафешке, после каникул они рассказывали, как познакомились с классными парнями, когда отдыхали на море, хвастались, что учились на каких-нибудь курсах дизайна или занимались с репетитором английским... А у меня всего этого не было и, как я понимала, никогда и не могло быть. Я могла рассчитывать только на себя. Сначала моя цель казалась почти недосяжимой — я была неотёсана, грубовата, замкнута, стеснительна, даже озлоблена. И я всё это в себе стала последовательно преодолевать. Я хорошо помню свою молодость. Хочешь быть образованной — готовься, учись на подготовительных курсах, не ленись, поступай. Я поступила. Хочешь красиво одеваться, а достать модных тряпок негде? — Иди, говорила я себе, учись шить, наряжай себя сама, раз больше неко-

му. Шла, училась, и... в конце концов, шила и вязала себе шмотки всем на зависть. Нет денег? — Ищи любой заработок, берись за любую работу, не ленись и не брезгуй. Шла и работала. Хочешь войти в определённый круг людей? — Не жди, когда позовут или представится счастливый случай. Иди к этим людям, показывай свои таланты, становись нужной, действуй. Конечно, что-то мне было поперёк души, но я умею ради своих целей преодолевать и лень, и инертность, и стыд, и робость. Скажете, что я циничная? И да, и нет. Вот я рано вышла замуж за человека старше меня на 25 лет — не скрою: ради квартиры, ради его положения. Я его тогда не любила — это цинизм? Но мы прожили вместе всю жизнь, я заботилась о нём, была ему верной женой, хорошей хозяйкой, другом. У меня не было других мужчин, и я всегда была честной с ним. А это уже другое. Понимаете? Я брала на себя обязательства по жизни и всегда выполняла их. Это была цена моих целей. А благодаря мужу я открыла для себя совершенно другую жизнь и сама стала другой — какой мне и мечталось в детстве. Я сама себя отшлифовала. Для меня это было важно. И вот уже теперь мои сын и дочь гордятся своей семьёй, и у них есть... пространство... нет, воздух для жизни. Сын с семьёй живёт и работает в Австралии, дочь учится в Лондоне, они у меня скромные и целеустремлённые дети, понимающие, что у всего в жизни есть своя цена. И цена эта — труд и порядочность, трезвое отношение к себе и к жизни. А я и сейчас стремлюсь к саморазвитию — стараюсь читать трудные книги, смотреть не очень понятное, на первый взгляд, кино, общаться с теми, чьё поведение выходит за рамки каких-то модных стереотипов, и брать от всего этого, как в копилку, всё самое лучшее. Для меня важно расти над собой, над повседневностью, над рутинной и монотонностью элементарной жизни, искать необычность и новизну. Без этого я не чувствую себя самой собой» (Ольга К., 57 лет).

6. Вероятностно-возможностная жизнь («Почему бы не попробовать жить так?»): человек демонстрирует постоянные индивидуальные отклонения от нормативного и одобряемого социумом построения жизненного пути в пользу обретения нового опыта, открытия неизвестных ранее жизненных возможностей, экзистенциальных «прорывов». Системообразующая смысловая единица — «искать иное, становиться иным», усложняя собственную организацию и добровольно принимая ответственность за «творение» собственного «Я», за «авторство» жизни. Даже сам факт

осознания возможности отклоняться от жизненной магистрали уже способен обострить экзистенциальные переживания человека и усилить экзистенциальную рефлексию. Понятно также, что выбор этой жизненной логики часто чреват одиночеством, постоянным преодолением личной неопределённости, толкающей человека в разных потенциально возможных направлениях, и даже франкловскими экзистенциальными невротами [33]. Такая экзистенциальная нагрузка делает человека тревожным и неуспокоенным: он всё время «раскачивает лодку жизни», даже с риском вывалиться из неё, в поисках новых способов приложения себя, отыскания такого пути, который был бы максимально конгруэнтным его текущему самоосмыслению. Его мало беспокоят достижения прошлого этапа жизни или возможные будущие риски, он всё время движется вперёд, в неизведанное. Такой способ жизни, конечно, встречается нечасто – он труден и редко осознаётся как необходимый. Более типичной является ситуация, когда человек испытывает страх перед осознанием необходимости самоконституирования и, «делая себя нечувствительным к своим желаниям или чувствам, отказывается от выбора или перекладывает выбор на других людей, институты или внешние события» [24, с. 155–156]. Но зато и «экзистенциальная выгода» в этой логике несоизмеримо больше, чем при других способах организации жизненного пути – человек острее переживает полноту, ценность и многогранность собственного бытия.

«Вот вы скажете, что я – неуспокоенный человек, бродяга, мне вечно что-то надо, и я постоянно срываюсь с насиженного места. Может, и так, но для меня в жизни столько интересного, чего стоило бы попробовать, “примерить на себя”, что я не хочу жить застывшим, пустившим корни, привязанным к работе, месту или собственности. Не скажу, что я авантюрист какой-то, “перекати-поле”. Просто мне многое в жизни любопытно, хочется попробовать на себе. Когда я закончил школу, родители отправили меня на геологический – сами были геологами. Я ещё в школе подрабатывал в геологических партиях, поэтому учился хорошо, а после университета пять лет работал на Урале. Но с детства мне мечталось о море, я устроился механиком в рыболовецкую флотилию и получил свою долю “романтики дальних странствий”. Потом снова осел на берегу – работал на археологических раскопках в Крыму и на Алтае... Интересно было – не то слово... Потом подрабатывал на стройках чужих дач, интересно было пройти весь процесс от начала до конца. Архитектурой увлёк-

ся и заочно получил второе высшее... правда, в архитектуре я особо не преуспел, но для себя сконструировал дом своей мечты... Потом уехал на север — несколько лет работал на нефтянке, и снова вернулся в Крым, от бабушки мне остался участок, и я построил дом и... заинтересовался виноградниками. Не буду утомлять вас подробностями, но это дело меня так увлекло, что пошёл работать в виноградное хозяйство под Херсоном, стал специально учиться, съездил на стажировку во Францию, потом в Чили... и там познакомился со своей второй женой, она и её семья жили в Германии и владели виноградниками возле Рейна, делали вино. Вот так я здесь и очутился...» (Игорь Р., 64 года).

«Некоторым людям везёт, и они как-то сразу находят себя и больше ничего не хотят. А в моей жизни всё иначе, хотя, вроде, я всё в ней делал, как хотелось. Мой отец — потомственный и очень успешный ювелир, полностью погруженный в свою профессию. Он сто лет в ней и, наверное, умеет всё — от старинной реплики для души до украшений новомодного дизайна на заказ. Он, конечно, хотел, чтобы я пошёл по его стопам. Я и пошёл было, и мне было интересно. После института начал работать с отцом, и он организовал мне стажировку в Китае. Два года я учился там ювелирному делу, но меня интересовало совершенно другое — китайские традиционные системы саморегуляции, техники медитации, китайская философия. Хотелось разобраться и освоить. Так что больше времени я посвящал вовсе не ювелирному делу, а изучению всего этого. Я вернулся и поступил на восточный факультет. На этой почве мои отношения с отцом испортились, ведь я не оправдал его надежд. Факультет я не закончил, бросил после третьего курса, но этот опыт очертил мне новый путь в жизни. По вечерам я обучал подростков цигун в клубе, где занимались восточными единоборствами. Но зарабатывать надо было чем-то другим, и я по случаю устроился в пиар-отдел одной промышленной фирмы. Там я хорошо зарабатывал и проработал довольно долго, но мне хотелось чего-то ещё — в жизни ведь нужно попробовать и то, и это. Я пробовал себя в журналистике, даже печатался в разных изданиях, работал имиджмейкером в штабе одного политического деятеля. Но тут по случаю мне подвернулась работа на радио, на музыкальной станции — это тоже был какой-то новый опыт и очень весёлый период в моей жизни. С радио я перешел на телевидение, где была редактором моя жена,

работал в отделе по связям с общественностью. Потом вместе с женой и другом мы организовали было фирму по организации свадеб, торжеств и прочего, но быстро прогорели, не выдержав конкуренции, и я снова вернулся к обучению цыгун и восточным единоборствам. Восстановился в университете, но теперь — на психологический. Доучивался и работал, хотя был уже взрослым мужиком, курьером в одном известном Интернет-магазине, тренером в фитнес-центре, инструктором по плаванию... Работа, конечно, так себе... Но вот, в прошлом году я наконец получил диплом и пришёл работать в центр экстренной психологической помощи» (Анатолий Ш., 42 года).

7. Холистическая жизнь («Живу так, потому что так устроен мир»): человек строит свою жизнь, осознавая себя как часть, «сколок», микрофрагмент универсума, «вброшенный» в обстоятельства данной реальности и должный свершать в ней свой жизненный путь по всеобщим законам мироустройства. Системообразующая смысловая единица — «быть частью всеобщего целого, исполнять предназначенное». Это — довольно редко выбираемый способ жизни, тем не менее и ему находят косвенные автобиографические свидетельства.

«Я знаю, кому-то моя жизненная философия покажется непригодной, а меня назовут блаженным, юродивым или даже вовсе дураком. Ну, и пусть, Господь простит. Зато я точно знаю, что, в отличие от многих, хоть и поздно, понял своё предназначение. Не сразу, конечно, но понял, что у каждого — своя предначертанная только ему миссия на земле, каждый должен свершать свой путь, как угодно Богу. Кто-то должен строить, кто-то — лечить, кто-то — молиться. Так устроен мир, что каждому в нём всегда обозначено своё место, как кусочку общей мозаики. И даже если бы я пошёл по другому пути, всё равно он привёл бы меня сюда, в этот монастырь. Да вот я расскажу вам, как судьба много раз меня приводила именно сюда, только я сразу не слышал, не мог слышать её направляющего голоса... Отец мой, пока жив был, помогал строить вон ту часовенку, что на горе, и каждый год ремонтировал эту лестницу. Я ещё ребёнком знал, сколько в ней ступеней... Отца кормили в монастырской трапезной и меня как "подмастерье" — тоже. Подростками мы часто лазали в чужие сады за яблоками, и однажды, скрываясь от разгневанного хозяина сада, я упал с дерева, да так, что потерял сознание. Пацаны решили, что я умер. Они в страхе

разбежались, а хозяин на телеге отвёз меня сюда, в монастырь, чтобы братья оказали мне хоть какую-нибудь помощь или хотя бы взяли тело, "Скорая"-то до нас редко доезжала, захолустье ведь... Меня, как я знаю, не столько отлечили, сколько отчитали, я пришёл в себя и с неделю жил здесь вместе с братьями — мать разрешила. А лет через пять на дороге недалеко отсюда я не справился с управлением грузовиком и въехал в дерево, сильно разбился — и снова оказался здесь, пока не приехала "Скорая" и не забрала меня в райцентр, в больницу. Через год после того случая я переболел воспалением лёгких с тяжёлыми осложнениями и теперь уже сам приехал сюда — дышать в наших глиняных пещерах. И вот уже тогда понял, что моё место — здесь, нет мне другого места и пути...» (Андрей А., 35 лет).

«Что тебе назначено в жизни, то и будет, кто предназначен, с тем и будешь — так устроен мир, и всё вершится по законам мироздания. Не сразу это понимаешь, конечно, но моя история в этом кого хочешь убедит. В этот дом мы приехали, когда мне было лет пять. Он тогда был новостройкой и только-только заселялся. Мой дед получил в нём квартиру. В первые же дни новоселья я познакомилась с парнишкой наших соседей, немногим старше меня. Тогда детей во дворе было много, не то что сейчас, но мы сдружились именно с ним, нас даже дразнили женихом и невестой. Мы прожили здесь несколько лет, и очень сблизились, да и родители наши стали друзьями — доверяли нас друг другу, мы дневали-ночевали то в нашей, то в его семье. Мы ходили в один сад, потом в школе сидели за одной партой, дома вместе делали уроки, занимались в Доме пионеров, ездили на каток, ходили в библиотеку. Но потом моего отца по службе перевели в другой город, и мы уехали. Сначала писали друг другу письма, посылали открытки, а потом всё как-то само закончилось. Вернулась я сюда только после окончания школы — поступать в институт. И наша дружба снова возобновилась, как будто и не было этих лет. Понемногу она переросла во влюблённость — романтическую, страстную, восхитительную. Но в юности много событий, интересов, людей... Костя учился в физтехе, я — на филологическом, и вскоре я познакомилась с человеком, за которого на четвёртом курсе и вышла замуж. Разрыв наш с Костей был нервным, злым, с обоюдными обвинениями. В общем, расстались, и я с мужем уехала в Ригу. Казалось бы, дороги наши разошлись навсегда. Но нет. Когда уже нашим близняшкам

было лет по восемь, мы всей семьёй отдыхали в Геленджике, и там, в доме отдыха, я неожиданно встретила Костю. Он тоже был с женой и сынишкой лет трёх. И всё снова вспыхнуло. Мы пережили страстный беззастенчивый роман почти на глазах у наших семей, и были уже почти готовы расстаться со своими половинками, чтобы быть вместе. После отпуска мы стали тайком перезваниваться и переписываться, строя планы на совместное будущее. Но судьба распорядилась иначе — и самым ужасным образом. Его сыну неожиданно был поставлен страшный диагноз, и в этот момент, конечно, и речи не могло быть, что он оставит жену один на один с бедой. Всё было понятно, и наши дороги снова разошлись, звонки и письма постепенно сошли на нет. Несколько лет я ничего не знала о том, как складывалась его судьба дальше, а он не делал попыток наладить связь. И вот как-то я оказалась в командировке в Красноярске. Казалось бы, не было никакого шанса встретить там Костю. Но — говорю вам, судьба! — мы встретились. Я узнала, что после смерти сына он расстался с женой и с горя уехал туда работать по контракту на несколько лет. Это было просто сумасшествие! Мы снова чувствовали себя юными влюблёнными. На этот раз я по возвращении всё рассказала мужу, и мы с дочерьми вернулись к моему деду, в этот дом. Но там, как ни удивительно, опять не оказалось Кости. Как мы узнали позже, в Красноярске он попал в аварию и получил травму, приковавшую его к инвалидной коляске. Он решил не возвращаться и не писать, чтобы не сделать меня несчастной. Но на этот раз я была решительней и приехала к нему, чтобы остаться и быть вместе. Но ничего не складывалось, он был непреклонен, просил меня уехать, и мы снова расстались — с обидой, непониманием, но и, в общем, с облегчением. Через год после смерти деда к нам с девочками приехал мой муж, и мы снова стали жить вместе. Думаете, истории конец? Нет, не конец. Мы постарели, девочки выросли, выучились, повыходили замуж, сделали нас с мужем бабушкой и дедушкой... Жизнь повернула к своему концу. Мой муж умер три года назад, и я осталась совсем одна. И в тот же год сюда вернулся Костя — после смерти мамы он приехал вступать в права наследства, и мы снова встретились. Он тоже постарел, но всё же ходил на своих ногах, правда, с палочкой. И вот мы снова вместе. Теперь уж, я думаю, только смерть разлучит нас. И вот скажите после этого, что мы не были с ним суждены друг другу с самого начала...» (Мария Н., 68 лет).

В пределах каждой из логик возможно как прогрессивное, так и регрессивное движение, отступление от уже принятых смысловых ориентиров, «перебрасывающее» субъекта в другую, становящуюся более востребованной им жизненную логику. Это может осуществляться как при столкновении с необходимостью решать конкретную жизненную задачу, так и в результате «работы над собой» (самопознания, саморегуляции, саморазвития) – «продвижения себя к иному», пусть даже не опредмеченному в сознании, а лишь интуитивно чувствуемому («это – не моё, мне нужно что-то другое», «чувствую, что должен жить иначе», «хочется чего-то принципиально иного»). Кроме того, стоит учитывать внутренние интенции и особенности личности, заставляющие её либо в большей, либо в меньшей мере заботиться о себе. Один из критериев здесь – переживаемое человеком «чувство верного пути». В нём, в отличие от целеполагания или интенциональности, нет заданного направления саморазвития как такового, но есть постоянно присутствующее переживание правильности всего того, на что человек ориентируется, что выбирает, что делает «здесь–и–теперь», и сопровождающее его каждодневное удовлетворение от того, что происходит, случается, совершается в его жизни. В этом случае большинство собственных выборов и поступков переживаются как аутентичные и продуктивные. В противном случае повседневная жизнь становится источником многочисленных внутренних конфликтов и сопротивлений, создающих чувства «мытарства идентичности» (С. С. Хоружий), личностной стагнации и навязанности способа существования.

Автобиографические тексты, каковым бы не было их содержание и в какой бы экзистенциальной логике они не строились, всегда есть некий вербализованный итог «активного самозерцания», представленного мыслительными картинками, фреймами, инсайтами, сценариями, прототипами, калейдоскопическими концептами и т. д. [2]. В его рамках человек выступает как свободный интерпретатор субъективного опыта, рассматривающий его в разных герменевтических «размерностях».

Обращаясь к идее личностной герменевтики субъекта, отметим, что она задаёт субъекту общие правила самопонимания. Во-первых, её наличие обуславливает продуктивность и динамику рефлексивного процесса, самодискурса: сравнивая «себя–наличного» с «собой–иным» (прошлым или возможным в будущем), человек на какое-то время добивается своеобразного эффекта «аннигиляции» субъективности самооценок [40, с. 32]. Во-вторых, поскольку «мы способны понять только то, что нам

представляется ответом на вопрос» [9, с. 130], она принуждает человека ставить вопросы, касающиеся не только переживания смысла повседневных происшествий жизни («почему это случилось со мной?», «мог ли я поступить иначе?», «могу ли я этого избежать?», «что будет, если я это сделаю/не буду делать?»), но и интегральные вопросы экзистенциального плана (в том числе – «зачем я делаю то, что делаю?»). В-третьих, личностная герменевтика способствует усилиям человека объективировать мысли о себе, итоги рефлексии, интуиции или инсайта в словах (и в этом плане автобиографирование оказывается её важным экстериоризированным результатом) и одновременному осознанию несводимости переживания или смысла к слову: «любое сказанное слово есть *свершение мысли и сворачивание* полноты смысла применительно к данному контексту» [40, с. 33], в нашем случае – применительно к содержанию автонарратива, к рассказываемой личной истории. В-четвёртых, личностная герменевтика предполагает возможность комплементарного сведения воедино разных, даже противоречивых, точек зрения на самого себя путём использования «металогов» (термин Г. Бейтсона). В контексте нашего обсуждения их суть сводится к внутреннему разбору и уяснению возможной иной позиции в отношении себя («что я имею в виду, когда собираюсь/хочу/говорю о...») без противопоставления ей наличной, занимаемой сейчас в отношении самого себя позиции [40, с. 34–35]. Наконец, в-пятых, личностная герменевтика ориентирует субъекта на то, чтобы быть понятым другими: продуцируемый текст личных историй должен в принципе позволять «выудить» из них необходимые для этого смыслы. Это, вероятно, и «принуждает» человека к рассказыванию историй о себе.

Самоинтерпретация *фактов биографической канвы* при создании личных историй должна осуществляться с некоторых внутренних ценностно-смысловых позиций, которые задаются собственным *жизненным проектом* субъекта (выстроенной во времени обобщенной и наполненной ценностью последовательностью желаемых в ней событий), личным *экзистенциальным профилем* (выстроенного во времени набора ценностно значимых самоизменений, ведущих к желаемому «образу Я») и периодически осуществляемой *оценкой самовоплощённости* (рефлексивно отобранных жизненных достижений в сопоставлении с проектом, профилем и текущими ценностными интенциями субъекта) [29]. Вместе они задают индивидуальный комплекс внутренних семантик, позволяющих осмыслить любой факт лич-

ной истории, причём каждый раз представить его именно в таком наборе смысловых координат, который актуально, «здесь–и–теперь» значим для рассказчика.

Пытаясь разобраться в семантических параметрах экзистенциальных логик, мы выделили несколько гипотетических осей, в пределах которых может осуществляться базовая самоинтерпретация. Соединяясь в уникальный комплекс, специфичный для каждой личности на определённой фазе её самоосуществления, они способны создать неповторимую структуру биографического нарратива и вывести исследователя на содержание таких существенных отношений субъекта, как «Я – Я», «Я – Другие», «Я – Жизнь / Мир» (эту триаду можно обозначить как *экзистенциальную магистраль личности*). Подчеркнём, что речь идёт не просто об интерпретации актов повседневного поведения или способов действия, «взвешивании преимуществ / альтернатив», а именно о выражении в личной истории значимых, ценностных жизненных отношений, каждое из которых символизирует своеобразный, принятый именно данным субъектом, *образ жизни* [8].

Обращаясь в указанном контексте к рассмотрению возможных смысловых измерений личных историй, мы попытались обозначить их, исходя из возможного *экзистенциального вопроса*, ответ на который личность ищет «здесь–и–теперь». Самоинтерпретация помогает обнаружить «внутреннее соответствие» между собственным внутренним содержанием и жизнью, осознать свою конгруэнтность раскрывающимся в ней возможностям–смыслам или возможностям–ценностям [14; 15; 20].

1. *Семантическая ось «Стремление – Избегание»* позволяет осознать факт биографической канвы в контексте интерпретации *собственных потребностей и мотивов* – желания что-то делать, чем-то интересоваться, считать нечто более важным, чем всё остальное, помещать это в фокус сознания и деятельности или же, наоборот, не воспринимать некоторые сферы и модальности жизни как значимые, пренебрегать ими, избегать деятельного участия в них. Ключевой вопрос, который при этом личность может задавать самой себе – это вопрос о персональной «затронутости» [20, с. 5]: «Почему что-то в жизни меня задевает за живое, а что-то оставляет безучастным и равнодушным?».

«У меня никогда не было никакого интереса к участию в так называемой “общественной жизни”, я вообще не мыслил себя в этих координатах. Не моё абсолютно. Когда однокурсники, а потом и коллеги стремились вступить в партию, работать в комитете комсомола или в студенческом профсоюзе, боролись за

какие-то там льготы или руководящий статус, мне всегда было смешно и даже как-то неловко. Мне всегда хотелось быть вместе не с "соратниками по партии", а с людьми, близкими мне по духу. Мне хотелось жить "под музыку Вивальди...", понимаете, а не строиться под горны и барабаны. Я всегда и в школе и в университете во всём таком участвовал из-под палки, формально, считал пустой тратой времени, ерундой и показухой. Во времена моей молодости избежать этого было практически нельзя, но всякие демонстрации, шествия, субботники, митинги, выборы для меня были пустым звуком. Мне ближе были "тишь библиотек", концертный зал, научный семинар, ретроспектива кинофильмов с дискуссией "знатоков" и "ценителей", встречи с природой или шедеврами архитектуры. А остальное всё – пустое, неподлинное, суррогатное и... никому, в общем, не нужное, наносное. Настоящая, нужная, ценная жизнь для меня и сейчас течёт совсем по другим руслам...» (Игорь М., 55 лет).

2. Семантическая ось «Созидание – Принятие» помещает биографический факт в контекст креативной, творческой, создающей жизненной интенции или же в контекст реципиентной, берущей, принимающей формы жизни. Можно предположить, что здесь личностью интерпретируется *собственная экзистенциальная позиция*. В своё время об этом говорил Э. Фромм, противопоставляя продуктивный характер всем другим типам – реципиентному, эксплуатирующему, накапливающему, рыночному [34]. Крайние полюса фроммовской типологии (продуктивность–рецептивность), на наш взгляд, могут образовывать и крайние точки данной семантической оси: такие жизненные концепты, как «забота», «ответственность», «уважение», «творчество», «знание», образуют полюс «создаю/творю свою жизнь», а «зависимость», «пассивность», «эксплуатация любви другого человека», «эгоцентризм», «ригидность» и т. д. – неизменные спутники полюса «принимаю от жизни всё, что она может мне дать» (вспомним слоган «поколения нулевых», «поколения Пепси»: «Бери от жизни всё», даже если «всё», что им может предложить жизнь, – это всего лишь бутылка пепси-колы). Вероятно, вопрос, на который здесь даёт ответ личность, это – «Насколько я хочу участвовать в собственной жизни?».

«Мне кажется, я всегда знала, что в жизни вообще не надо излишне суетиться, активничать, напрягаться, соревноваться... Как говорится, "придут и сами всё тебе дадут". Моя жизнь так и сложилась – хорошо и спокойно: я была поздним и очень любимым ребёнком, никогда ни в чём не знала отка-

за, отец старался, чтобы у меня было всё, что только можно пожелать — со мной играли, читали, делали уроки, меня возили на музыку и на гимнастику, нанимали репетиторов по английскому... Все родственники были подключены к моему воспитанию и старались мне помочь в том, что умели сами: мой двоюродный брат помогал рисовать и чертить всякие технические детали для уроков рисования и черчения, поскольку эти таланты у меня напрочь отсутствовали, бабушка делала мерехки и кроила фартуки для уроков труда, отец помогал решать физику и математику. В общем, все они меня "вели по жизни". И в институт меня "поступили" туда, где работала моя тётя, и сразу взяли лаборанткой на кафедру, так что заведующий — её бывший однокурсник и друг — мне слегка покровительствовал, и это сделало учебу лёгкой, приятной и почти домашней. Не скажу, что я была ленивой или плохо училась, просто от меня ничего не требовалось... ничто не создавало мне препятствий, ничего не надо было преодолевать, ни за что не надо было бороться или конкурировать... А после института я вышла замуж за одноклассника своей тётки. Муж был старше меня на пятнадцать лет, и я была его единственным светом в окошке... И снова ни в чём не знала отказа, а уж когда мальчишки появились на свет — и вовсе... Муж всегда очень заботился о семье, о детях, но больше всего — обо мне. Ну, а сейчас, когда его нет, сыновья взяли на себя заботу обо мне. Считаю, мне повезло в жизни, как мало кому везёт, всё в ней сложилось хорошо» (Ирэна Ф., 61 год).

«Мне все говорят, что я немного похож на прадеда, и мне это очень лестно. Тот был большой подвижник. Когда он сюда переехал и привёз семью, он в своём доме организовал библиотеку для односельчан и что-то наподобие клуба — сюда приходили слушать радио, танцевать под баян, пьески комедийные ставить — самодеятельный театр. Потом, когда уже настоящий клуб построили, он киномехаником работал, кино по выходным крутил. Плетеные беседки сделал, чтобы летом отдыхать можно было, виноград там рассадил... А для детишек при школе без всякой зарплаты вёл сразу несколько кружков — резьбы по дереву, плетения из лозы, лепки игрушек из глины и рисования. К нему даже и взрослые приходили. Рисовал он вообще классно, в нескольких линиях мог всё передать — и характер, и пластику, и какую-то изюминку того, что рисовал. Вот у нас дома икона сохранилась от бабушки — так это он её то ли отреставрировал, то ли записал, я уже не

знаю, бабушка говорила, она совсем чёрная была. Сделана она мастерски, от старых шедевров не отличишь, а выглядит, как новая. И, что удивительно, он ведь ничему такому специально не учился, за плечами всего-то сельская школа и железнодорожный техникум. Просто руки у него золотые были и фантазии, хоть отбавляй. И дом, который они здесь купили, он перестроил без чужой помощи, а потом помогал сыновьям строиться, когда они переженились — таких красивых резных наличников и ставней ни у кого не было! А лавки какие резал, а колыбели! И кузнечное дело знал, всё у него спорилось, когда он выковывал всякие хозяйственные мелочи, а печи клал — просто как бог огня! Он ведь у себя на огороде даже селекцией занимался. А какие яблоки и сирень у них во дворе были! Проезжие останавливались любоваться, а он отводки раздавал — никогда не жалел. А как-то бабушка рассказывала, как однажды отправила его в город покупать зимнее пальто, а он вместо этого привёз две пары необыкновенных кур — одну с какими-то лохматыми лапами, а другую с длинными перьями — денег за них отдал немерено, она его ругала вовсю. Сначала все соседи приходили просто поглазеть, а потом он их развёл у себя во дворе, на птичнике — у них яйца были — во, с кулак! Но он не жадный был, цыплят раздавал, так что быстро у всех стали такие «породистые» по дворам. И колокольню у нас тоже он восстанавливал, уже, правда, не один, совсем старый был, с трудом уж на верхотуру-то карабкался — считал, что делает это на досуге, отдыхает. За что бы ни брался — всё у него выходило ладненько, красиво и, как бы теперь сказали, креативно, просто он по натуре был — созидатель и благодетель человечества. Царствие ему небесное и вечный покой» (Егор Б., 42 года).

3. Семантическая ось «Стабилизация — Энтропия» может указывать на отношение субъекта к уже достигнутому в жизни уровню самовоплощённости. Предположительно, здесь может интерпретироваться характер собственной активности, индивидуальное отношение к необходимости меняться и развиваться. Можно предположить, что людям свойственно стремиться либо к упрочению достигнутого уровня и ограничению собственной возможности выбора, либо к усилению в жизни элементов неопределённости, энтропии. Фактически данная ось описывает личностную интенцию: либо искать альтернативы достигнутому экзистенциальному статусу — регулярно стремиться к самообновлению, начинать жизнь «с чистого листа», постоянно

«раскачивать» достигнутое, «уклоняясь» от всего привычного и искусственно девальвируя его ценность, устремлять себя на поиски более продуктивной новизны, либо же ориентироваться на стабилизацию достигнутого и ничего без насущной необходимости не менять ни в себе, ни в жизни, считая постоянство существования и привычность повседневности благами. Внутренний вопрос, ответ на который, вероятно, ищет при этом личность, может быть таким: «Могу ли я сам «делать» свою жизнь, породить изменения, новизну в ней?».

«Я не понимаю таких людей, которые вечно суетятся, куда-то лезут, во всём участвуют, как будто бы им до всего есть дело. Такие ничем не дорожат, им подавай "насыщенную, интересную жизнь", как калейдоскоп, чтобы всё менялось, было разнообразным. Они якобы вечно молодые, не нагулялись, хотят ещё "пожить для себя". А жизнь — это не театр, не развлечение... в ней всё однозначно. Ты растёшь, получаешь образование, рождаешь детей, честно трудишься — вот он, веками сложившийся жизненный порядок. Метаться, искать что-то иное, чем предназначено всем и каждому, — глупо и смешно. В своей жизни не нужно устраивать революции. Вот я вижу своих ровесников, которым уж под полтинник, а у них — ни кола, ни двора, ни семьи, ни денег, одни творческие метания, поиски себя, жажда новизны. Это что, правильно? И ещё счастливы при этом! Меняя работу или вступая в новый брак, говорят, что каждый раз заново родились, получили новый стимул к жизни. Второе дыхание якобы открылось. Я этого не понимаю и не одобряю. Вот я, например: кем только в школе не мечтал быть — и театральным режиссёром, и искусствоведом... и способности были... Но это всё — для души, на хлеб с маслом не заработаешь, жизнь не обеспечишь, разве что при большом везении. Поступил разумно — пошёл на экономический, сейчас работаю в банке, зарплата приличная, стабильная работа. Опять же — карьерный рост... Кому-то покажется неинтересно, монотонно, а чего метаться-то? Любая жизнь со временем "приедается", всё равно придёшь к тому же самому. И женился я так же — чтобы раз и на всю жизнь. Хотя и нравились мне по молодости красивые девчонки, я понимал, что только по любви жизнь не построишь. Жениться надо надёжно, чтоб, так сказать, сразу с гарантией. Ну, может, страсти-мордасти, любовь-морковь я со своей супругой и не переживал, зато живём вместе уже скоро два десятка лет, и между нами ничего не меняется. А то некото-

рые мужики по три раза переженятся на своих умницах-красавицах, пока счастье своё найдут... А чего тут искать? Выбрал один раз — живи...» (Анатолий Ш., 44 года).

4. Семантическая ось «Центробежность — Центрист-ремительность» позволяет интерпретировать вектор направленности собственной жизни — вовнутрь, в себя, к созиданию собственной подлинности или вовне, к миру, к построению разных форм «участности» в нём. Иными словами, человеку может быть интересно по преимуществу строить самого себя или строить мир вокруг себя. Тогда в первом случае он может сосредоточивать свою жизнь вокруг собственного Я, «наматывая» на его содержание, как на клубок, разные нити референциальных, коммуникативных или ментальных происшествий, стягивая их единым смыслом по принципу «это имеет ко мне Я прямое отношение»/«мне это нужно/это Я». В противоположном варианте интерпретации он строит свою жизнь как постоянно «разматывающуюся», экстраполирующуюся, направленную вовне структуру, стремящуюся «вбросить» себя в как можно большее количество происшествий, взаимодействий, впечатлений, влияний, свидетельств — по принципу «это должно всех касаться»/«Я нужен всему этому/Я во всём». Поставленный экзистенциальный вопрос, вероятно, может звучать так: «Моя жизнь должна быть открыта вовне или замкнута на себе?».

«Я часто себя ловлю на том, что ни мне ни до кого нет дела, ни я, по сути, никому не нужна. Каждый человек, сколько бы народу его не окружало, проживает свою жизнь в одиночестве. Я это, к счастью, поняла довольно рано и не разбрасывалась там на всякое-разное — нравиться кому-то, пытаться заинтересовать, дружить, влюбляться, помогать, сотрудничать, соревноваться... Пустое это — думать, что от тебя что-то зависит и ты нужен другим. Никому ты по жизни не нужен, каждый за себя, один Бог за всех. Весь смысл — в том, чтобы сделать себя самой, стать внутренне богатой и интересной самой себе. Не жизнь вокруг должна быть интересной, а ты должен быть полным собой, своей сущностью, быть интересным, значимым и совершенствовать себя. По крайней мере, это мой принцип, и я по нему живу — совершенствую себя, но никому себя не навязываю... Если все так будут жить, мир, несомненно, станет лучше» (Ирина Б., 42 года).

5. Семантическая ось «Интегральность — ассертивность» может рассматриваться как вариация философской диады целого и частей. В одном случае человек интерпретирует

свой жизненный путь, разворачивание его «сюжета» с позиций тяготения к целостности, однонаправленности, «монолитности». Тогда он излагается как будто бы подчинённый одной идее, направленный на некую единую цель, и все части автобиографического повествования свидетельствуют о разворачивании жизненного движения к этому целому. С другой стороны, ось характеризует устремленность человека к полимодальности жизнеосуществления: субъект и его жизнь при такой интерпретации выступают дискретными, прерывистыми образованиями, состоящими из самостоятельных и разнонаправленных в смысловом плане фрагментов – части жизни здесь не подчинены единому смысловому вектору и образуют самостоятельные целые – они важны сами по себе, а не только в контексте реализации некоего гипотетического предначертания, как в первом случае. В первом случае жизнь воспринимается субъектом как однонаправленный, всё себе подчиняющий вектор, будто бы устремлённый к одной, почти не пересматриваемой во времени цели («Я должен», «Я рождён для...»). В противоположном варианте жизнь воспринимается как ветвящаяся структура, где свершившееся изменение тянет за собой последующий каскад изменений, способных полностью изменить первоначально выбранное жизненное направление и намеченный для себя экзистенциальный проект самовоплощения («Я увидел, что могу», «Мне представился шанс...»). Можно предположить, что здесь интерпретируются потенциальные возможности собственной жизни и ставится вопрос: «Жизнь разворачивается как единое целое вне зависимости от моего участия в ней или она состоит из дискретных сюжетов, предусматривающих возможность моего личного выбора и участия?».

«В книге моей жизни есть несколько совершенно не похожих друг на друга страниц, и я на каждой из них – разный. Одна страница, почти уже забытая – это детство, а родился я давно, в 1930 году. Я был тихим, послушным мальчиком из хорошей семьи – моя мать работала костюмером в театре, а отец был мастером на обувной фабрике. Когда я родился, они уже оба были в возрасте, я был их поздним и единственным ребёнком. Я хорошо учился в школе, не озорничал, не водился с плохой компанией. Очень любил математику, ходил в кружок авиамоделирования в Доме пионеров – тогда многие мальчишки бредили самолётами и небом. Отец всегда следил, чтобы я побольше читал, а мать брала с собой в театр не только на детские утренники, но иногда и на вечер-

ние, взрослые спектакли. Не скажу, конечно, что я дитя кулис, но это с детства привило мне какие-то идеалы. По выходным мы всегда ходили в кино, зимой катались в парке на лыжах, а летом снимали дачу под Истрой. Там мы с отцом пробовали запускать мои "авиамодели": так и вижу нас с ним, бегущими по краю зелёного обрыва... Жизнь казалась ровной дорогой... Когда началась война, отца почти сразу призвали, и он погиб в первые же дни. Мы с матерью вместе с театром уехали в эвакуацию в Казахстан. Мать, которая и без того была слабая здоровьем, да ещё сломлена горем, умерла в 43-м от тяжелой пневмонии, и я, домашний ребёнок, оказался в детдоме с его незнакомыми мне порядками, детской жестокостью, несправедливостью, озлобленностью. Я был тихий, слабый, неприспособленный к самостоятельной подростковой жизни, другие мальчишки этим пользовались, и мне часто от них доставалось: меня дразнили, били, у меня всё время что-то воровали, сваливали на меня вину за все проступки... Я закрылся и озлобился на весь мир. В том детдоме, хотя я пробыл там всего около двух лет, для меня началась совершенно другая жизнь, и я сам стал другим. После семилетки я, как детдомовец, был отправлен в ремесленное училище, где мои технические способности не прошли мимо учителей. Там я быстро пробился из аутсайдеров в авторитеты... После училища стал работать на заводе — и снова, вроде, ровная дорога. Вот сейчас понимаю, что я тогда был уже совсем другой человек, чем раньше. Вот скажите, разве бывает так, что ты превращаешься в свою противоположность? А со мной это было. В то время мы гуляли компаниями, ходили на танцы, много дрались стенка на стенку. А я жестоким стал после детдома, слабость и сомнения в себе скрывал грубостью, иногда — как с цепи срывался и в одной из драк сильно покалечил парня моих лет — за девчонку, которая того и не стоила. Она, я и тогда это понимал, была только поводом для сбрасывания моей обиды, злости, отрицательной энергии. Я искал такие поводы. Дали мне пять лет. И вот — снова жизнь развернулась в иную сторону. Тюрьма хорошему не научит, не верьте. И меня не научила. Вышел, правда, не сломленный, с решимостью жизнь переменить. Но на приличную работу с судимостью не брали, пошёл вопреки себе и дружкам на стройку простым рабочим. Ничего в те годы у меня не было — ни жилья, ни семьи, ни образования, ни перспектив, одна озлобленность, тоска и угрюмость. Жил одним днём —

от полочки до полочки, и всё равно пытался что-то сложить из своей жизни. Единственное, что было хорошо — я не пил, как остальные работяги. Может, конечно, в конце концов, и спился бы — от безнадёги, от тогдашней выпрямленной, простенькой советской житухи. Но рассчитывать мне было не на кого, старался держаться. Помню, что очень хотел учиться дальше. Но с чего начинать? Ни кола, ни двора. Деньги были нужны отчаянно, и я со своими двумя тюремными дружбанами подрядился дачки строить и ремонтировать. Дружки мои быстро сели по новой за кражу стройматериалов, а меня каким-то случаем новая отсидка миновала. Случилось другое — как-то в поисках заработка я подрядился на ремонт кровли у одного старого одинокого профессора, тоже, кстати, своё отсидевшего по молодости, но реабилитированного. Несколько выходных жил у него на даче, как водится, вечером выпивали—разговоры разговаривали, я ему о своей жизни и о детских мечтах рассказал, про самолёты-то. А он познакомил меня со своим другом-авиастроителем. С судимостью меня на авиапредприятие, конечно, не взяли, но он помог мне устроиться водителем к одному начальнику и поступить в МАИ на вечернее. И вот снова, смотрите — казалось бы, шёл я уже по кривоватой дорожке, а она выпрямилась. Жизнь порой такие крутые повороты делает, такие виражи закладывает! Когда начал учиться, что-то во мне встрепенулось—вспомнилось—ожило. Я постарше других был, в жизни побольше понимал, учился, как зверь. На практику пошёл к тому самому Андрею Феоктистовичу, другу моего профессора. Через его протекцию всё же взяли меня в конструкторское, а работать я и умел, и любил, поэтому быстро стал продвигаться по служебной лестнице наверх, преодолевать чужие предубеждения было для меня даже чем-то вроде спортивных достижений тогда. А дальше внезапно всё вообще случилось как в сказке — в 60-х к нам приехала французская делегация по обмену и наладились международные связи. Хоть и с трудом (я был всё-таки когда-то давно судимый, неженатый, беспартийный — практически, не выездной...), меня включили в состав большой делегации во Францию, в Ле Бурже. Это была страшная редкость тогда, просто неслыханное везение. Мне говорили, что так решили даже не наши — за меня просила французская сторона. И там нашу делегацию сопровождала переводчица-француженка с русскими корнями... Короче, я влюбился, как мальчишка. Вот, верите, столько лет жил сам

по себе, уже привык к одиночеству, а тут всё сложилось и решилось для меня в один миг, как будто бы какой-то недостающий осколок жизни встал на своё место! И двойное счастье для меня, что любовь оказалась взаимной. Подумать только! — Столько лет судьба ждала, чтобы мы встретились! Через два года мы поженились, преодолев все сложности заключения брака с иностранными гражданами. Чтобы уехать во Францию, тогда и речи быть не могло, но мы очень любили друг друга, и она решила переехать ко мне. Через год у нас родился сын, такой же поздний, единственный и любимый, как и я когда-то. И вот только в конце 90-х, когда умер её отец, а наша жизнь изменилась так, как никто и не предполагал, мы решили переехать... Больше, конечно, ради сына. Вот такие непохожие линии иногда уместаются в одну-единственную жизнь» (Андрей Г., 82 года).

6. Семантическая ось «Рациональность — иррациональность» позволяет интерпретировать собственное жизнеосуществление либо с позиций следования, подчинения его неким лежащим вне субъекта правилам, либо подчинения её случайным, стохастическим, авантурным, рискованным факторам. В первом случае можно говорить о том, что субъекта интересует «правильность», проверенная временем и другими поколениями людей «разумность» выстраивания жизни, «универсальная похожесть» её на некий социокультурный прототип, образец («Они требуют — я подчиняюсь»), а во втором — о почти трикстерском восприятии жизни как экзистенциального трипа, приключения, авантюры («Я хочу — я пробую»). Тогда для жизни нет неукоснительных правил, канонов, оценок, которые стоит охранять, которыми стоит дорожить, о которых стоит заботиться, потому что и здесь, и в «других пространствах и мирах» возможны другие, не менее интересные варианты существования. «Жизнь коротка и преходяща» — принцип, который заставляет человека совершать всякие иррациональные «пробы пера», бросать себя на расширение границ собственного жизненного мира, пренебрегая страхом перед социальными оценками, санкциями или неудачами. Интерпретации, как думается, могут подвергаться *личностные итоги социализации* (меры собственной зависимости–автономности от других в сопоставлении с рефлекслируемой подлинностью). Вопрос, который, вероятно, может формулировать для себя личность: «Должен ли я жить по каким-то иным правилам, кроме тех, что вывел для себя сам и подтвердил своей жизнью?».

«Мой отец всегда говорил, что если дела в жизни не идут так, как надо, надо такую жизнь "переламывать". Смысл в том, чтобы сделать что-то такое, на что в благополучных обстоятельствах ты никогда бы не решился, поступить вопреки ожидаемой логике. Он сам так поступал, и я с детства привык жить именно по этому принципу. Красивые девчонки ждут "принцев на белом коне" — он женился на некрасивой. В вузы, куда стремились все, были безнадежно высокие конкурсы — он пошёл и поступил в самый непрестижный, был там лучшим студентом. Квартиру в приличном районе он бы ждал до второго пришествия, поэтому сразу, как встал вопрос, согласился на самый паршивый в городе район. И так — почти во всём: пошутит, посмеётся над собой или паршивой жизнью и выкинет что-нибудь "эдакое", чего никто и не ожидает: все старались "откосить" от армии, а он сам явился в военкомат, хотя мог рассчитывать на отсрочку; ходил стричься к начинающим парикмахерам и практикантам; не избегал молодых неопытных врачей; смотрел кино и читал книги, которые никто не понимал; уже во взрослом возрасте получил второе высшее образование — философское; все на дачах сажали картошку и огурцы, а он выращивал дыни и виноград... Он всегда говорил: вот, идёшь к начинающему врачу или парикмахеру, и он старается для тебя, потому что ему важна не только твоя положительная оценка, но и возможность самоутвердиться в своём деле; женишься на некрасивой — и она благодарна тебе за этот выбор, никогда не изменит и не предаст... И, знаете, в этой жизненной философии что-то есть...» (Владислав, 44 года).

Очевидно, что указанными осями не схватывается вся полнота предельных вопросов, которые личность может ставить для себя, а преимущества или недостатки каждой из них достаточно относительны. Принципиально, в самоинтерпретации просматриваются и такие семантические шкалы, как «Единичность — Универсальность» («Является ли моя жизнь уникальным феноменом?»), «Прагматизм — Идеализм» («Моя жизнь имеет ценность сама по себе?») и др. Не претендуя данной работой на завершенность анализа, мы в заключение хотели бы подчеркнуть тот факт, что процесс автобиографирования среди прочего выполняет для личности необходимую герменевтическую функцию, позволяя ставить экзистенциальные вопросы, моделировать возможные ответы на них, строить стратегии самовоплощения и тем самым преодолевать пресловутую «тревожность бытия». В этом плане

автобиографическое моделирование есть способ «встать в отношение» к собственной жизни и овладевать самим собой.

Список литературы

1. Бабина, Н. А. Истоки и черты структурализма Х. Уайта / Н. А. Бабина // Интеллектуальная культура исторической эпохи: материалы II Всероссийской научной конференции. – Екатеринбург: УрО РОИИ, 2007. – С. 67–70.
2. Бабушкин, А. П. Типы концептов в лексико-фразеологической семантике языка, их личностная и национальная специфика: дис. ... д-ра филол. наук: 10.02.19 / А. П. Бабушкин. – Воронеж: ВГУ, 1997. – 330 с.
3. Бабушкина, Д. А. Античная традиция «заботы о себе»: объект и определение (Платон и Плотин) / Д. А. Бабушкина // Материалы 2-й летней молодёжной научной школы и историко-политологического семинара. – СПб.: СПбГУ, 2003. – С. 94–98.
4. Бабушкина, Д. А. Понимание в структуре заботы о себе: обречённость на понимание / Д. А. Бабушкина // Философские и духовные проблемы науки и общества. VII Санкт-Петербургская Ассамблея молодых ученых и специалистов, междисциплинарный семинар 23 ноября 2002. – СПб.: СПбГУ, 2002. – С. 51–57.
5. Бадью, А. Делёз. «Шум бытия» / А. Бадью. – М.: Фонд научных исследований «Прагматика культуры», Логос-Альтера, 2004. – 184 с.
6. Бахтин, М. М. К методологии гуманитарных наук / М. М. Бахтин // Эстетика словесного творчества. – М.: Искусство, 1979. – С. 371.
7. Бахтин, М. М. Эстетика словесного творчества / М. М. Бахтин. – М.: Искусство, 1986. – 445 с.
8. Васильюк, Ф. Е. Психотехника выбора / Ф. Е. Васильюк // Психология с человеческим лицом / под ред. Д. А. Леонтьева, В. Г. Щур. – М.: Смысл, 1997. – С. 284–314.
9. Гадамер, Г.-Г. Актуальность прекрасного / Г.-Г. Гадамер. – М.: Искусство, 1991. – 368 с.
10. Гингер, С. Гештальт-терапия контакта / С. Гингер, А. Гингер. – СПб.: СпецЛит, 2001. – 288 с.
11. Иванченко, Г. В. Забота о себе: История и современность / Г. В. Иванченко. – М.: Смысл, 2009. – 304 с.
12. Калмыкова, Е. С. Опыт исследования личной истории: Научно-психологический и клинический подходы / Е. С. Калмыкова. – М.: Когито-Центр, 2012. – 182 с.
13. Клифтон, Д. Позитивные стратегии для работы и жизни / Д. Клифтон, Т. Рат. – М.: Альпина Паблишерз, 2009. – 107 с.
14. Ключко, В. Е. Самоорганизация в психологических системах: проблемы становления ментального пространства (введение в трансспективный анализ) / В. Е. Ключко. – Томск: ТГУ, 2005. – 174 с.
15. Ключко, В. Е. Психология инновационного поведения / В. Е. Ключко, Э. В. Галажинский. – Томск: Томский государственный университет, 2009. – 240 с.

16. Кузнецов, И. В. Текст в становлении: оппозиция «нарратив – ментатив» / И. В. Кузнецов, Н. В. Максимова // Критика и семиотика. – 2007. – Вып. 11. – С. 54–67.
17. Леонтьев, Д. А. К дифференциальной антропологии / Д. А. Леонтьев // Наука и будущее: идеи, которые изменят мир: материалы Международной конференции (15–16 апреля 2004 г., Москва). – М.: МГУ, 2004. – С. 107–109.
18. Лехциер, В. Л. «Забота о себе» и проблема философского образования / В. Л. Лехциер // Идея университета и топос мысли: материалы Международной конференции 3–5 октября, 2005 г. – Самара: Самарский государственный университет, 2005. – С. 51–65.
19. Лотман, Ю. М. Смерть как проблема сюжета / Ю. М. Лотман // Ю. М. Лотман и тартуско-московская семиотическая школа. – М.: Гнозис, 1994. – С. 417–430.
20. Лэнгле, А. Введение в экзистенциально-аналитическую теорию эмоций: прикосновение к ценности / А. Лэнгле // Вопросы психологии. – 2004. – № 4. – С. 3–21.
21. Мамардашвили, М. К. Необходимость себя. Введение в философию: доклады, статьи, философские заметки / М. К. Мамардашвили. – М.: Лабиринт, 1996. – 432 с.
22. Мамардашвили, М. К. Три беседы о метатеории сознания. Краткое введение в учение виджнянавады / М. К. Мамардашвили, А. М. Пятигорский // Труды по знаковым системам. – Тарту: Тартуский государственный университет, 1971. – Т. V. – С. 345–376.
23. Маслоу, А. Новые рубежи человеческой природы / А. Маслоу. – М.: Смысл, Альпина нон-фикшн, 2011. – 496 с.
24. Мерсиянова, А. П. Основные признаки экзистенциального выбора / А. П. Мерсиянова // Вестник ТГУ. Педагогика и психология. – 2010. – № 335 (июнь). – С. 153–156.
25. Петрова, Г. И. «Забота о себе»: технология или антропология? / Г. И. Петрова // Вестник Томского государственного университета. Философия. Социология. Политология. – 2009. – № 2 (6). – С. 136–143.
26. Пичугина, В. К. Становление и развитие антропологического дискурса педагогики «заботы о себе» / В. К. Пичугина // «Письма в Эмиссия. Оффлайн (The Emissia. Offline Letters)»: электронный научный журнал. – Май 2012, ART 1805 [Электронный ресурс] – СПб., 2012. – Режим доступа: <http://www.emissia.org/offline/2012/1805.htm> – Дата доступа: 08.09.2013.
27. Риккерт, Г. Философия жизни / Г. Риккерт. – К.: Ника-Центр, 1998. – 512 с.
28. Рорти, Р. От религии через философию к литературе: путь западных интеллектуалов / Р. Рорти // Вопросы философии. – 2003. – № 3. – С. 30–41.
29. Сапогова, Е. Е. Личностная герменевтика и смысловые тезаурусы автобиографирования / Е. Е. Сапогова // Актуальные проблемы психологии личности: сб. науч. ст. Вып. 2 / под ред. К. В. Карпинского, В. А. Мазилова. – Гродно: ГрГУ, 2012. – С. 148–173.
30. Селигман, М. Новая позитивная психология: Научный взгляд на счастье и смысл жизни / М. Селигман. – М.: София, 2006. – 368 с.

31. Соловьёв, А. Е. Историко-философский анализ феномена «заботы о себе»: дис. ... канд. филос. наук: 09.00.03, 09.00.13 / А. Е. Соловьёв. – Ростов н/Д, 2006. – 160 с.
32. Стайл, Ш. Позитивная психология. Что делает нас счастливыми, оптимистичными и мотивированными / Ш. Стайл. – М.: Pretext, 2013. – 281 с.
33. Франкл, В. Человек в поисках смысла / В. Франкл. – М.: Прогресс, 1990. – 367 с.
34. Фромм, Э. Человек для самого себя / Э. Фромм. – М.: АСТ, 2010. – 352 с.
35. Фуко, М. Герменевтика субъекта: курс лекций, прочитанных в Коллеж де Франс в 1981–1982 году / М. Фуко. – СПб.: Наука, 2007. – 680 с.
36. Фуко, М. История сексуальности–III: Забота о себе / М. Фуко. – Киев: Дух и литера; Грунт; М.: Рефл-бук, 1998. – 288 с.
37. Хоружий, С. С. К феноменологии аскезы / С. С. Хоружий. – М.: Изд-во гуманитарной литературы, 1998. – 352 с.
38. Чиксентмихайи, М. В поисках потока. Психология включенности в повседневность / М. Чиксентмихайи. – М.: Альпина нон-фикшн, 2011. – 194 с.
39. Чиксентмихайи, М. Поток: Психология оптимального переживания / М. Чиксентмихайи. – М.: Альпина нон-фикшн, 2012. – 461 с.
40. Дао и телос в смысловом измерении культур восточного и западного типа / С. Е. Ячин [и др.]. – Владивосток: Изд-во Дальневосточного федерального университета, 2011. – 324 с.

Сапогова Елена Евгеньевна — доктор психологических наук, профессор, зав. кафедрой психологии Тульского государственного университета.

УДК 159.9

К. В. Карпинский

ОЦЕНОЧНАЯ ФУНКЦИЯ СМЫСЛА ЖИЗНИ*

Представлены результаты теоретического анализа оценочной функции смысла жизни. Она рассматривается как производная от общей регулирующей функции и разветвляющаяся, в свою очередь, на три частные подфункции: первая — смысл жизни как глобальная оценка личностью собственной жизни с точки зрения ее онтологической значимости и ценности; вторая — смысл жизни как оценочный критерий в системе осознанной саморегуляции жизнедеятельности личности; третья — смысл жизни как основание для самоотношения и самооценки личности в качестве субъекта жизни.

Ключевые слова: *смысл жизни, оценочная функция, базовая ценность жизни, осмысленность жизни, удовлетворенность жизнью, самоотношение личности.*

* Исследование выполнено в рамках проекта БРФФИ Г12Р-029 «Психологические механизмы и закономерности совладания личности с экономически трудной жизненной ситуацией».

Введение. В настоящее время активно формируется новая область исследований – психология смысла жизни. Об актуальности и востребованности данной проблематики свидетельствуют различные показатели, например, появление термина «смысл жизни» в свежеезданных психологических словарях, справочниках, энциклопедиях и другой узкопрофессиональной литературе; резкое увеличение в научно-психологической периодике и базах научной информации количества статей, индексируемых по ключевому слову «смысл жизни»; регулярное проведение международных тематических конференций; выпуск научных антологий, посвященных смыслу жизни; открытие научных центров, формирование профессиональных сообществ, исследовательских сетей и коллабораций, для которых смысл жизни становится профильной или даже титульной проблемой и т. д. Возрастающий интерес к психологическим аспектам смысла жизни является общемировой тенденцией, которая обнаруживается в современной зарубежной и отечественной психологии.

В отличие от других наук психология анализирует смысл жизни как содержание сознания, компонент структуры личности и регулятор индивидуальной жизнедеятельности, а также как феномен, опосредствующий общение и организацию совместной деятельности людей в группе. Психологов в особенности интересуют природа, строение, генезис и дифференциальные свойства смысла жизни как психического явления. Кроме того, психология исследует закономерности и механизмы его обретения, сохранения и практической реализации в течение жизненного пути, а также специфические проблемы и кризисы, вызванные отсутствием, утратой или нереализуемостью смысла в жизни.

На современном этапе одной из важных научных задач является изучение функций смысла жизни. Обобщение результатов теоретических и эмпирических исследований, выполненных за последнее время, позволяет утверждать, что смысл жизни является *полифункциональным психическим образованием*. Его главными функциями выступают *отражательная и регуляторная*, а последняя, в свою очередь, дробится на частные подфункции: *побуждающую, направляющую, смыслообразующую, оценочную, защитную, коммуникативную, идентификационную, эмансипирующую, интегрирующую*. Генеральной функцией смысла жизни, которая обеспечивается системным эффектом (синергией) всех вышеперечисленных, является *субъектообразующая функция*. Ее суть выражается в том, что смысл функционирует в качестве основного психического «органа», способствующего

овладению и управлению индивидуальной жизнью как целым и тем самым конституирующим личность в качестве субъекта жизни. Личность превращается в подлинного субъекта по мере обретения смысла жизни и опосредования этим смыслом своей повседневной жизнедеятельности [2; 15].

Цель настоящей статьи – в разработке и систематизации общепсихологических представлений об одной из ключевых функций смысла жизни как психического феномена, а именно об оценочной функции. Забегая вперед и предвосхищая дальнейшее изложение, следует отметить, что оценочная функция смысла жизни является тройственной. Первый аспект состоит в том, что смысл жизни выступает в качестве предельно обобщенной и прочно укорененной оценки личностью собственной жизни как целостного объекта. Такая оценка функционирует подобно глобальному аттитюду, который «консервирует» совокупный жизненный опыт, предопределяет самый общий подход к восприятию, переживанию и построению жизни, пронизывает и связывает в единый паттерн все формы активности личности как субъекта жизни. Другой аспект оценочной функции заключается в том, что смысл опосредует процессы оценивания жизни, включенные в систему осознанной саморегуляции индивидуальной жизнедеятельности. В данном случае смысл жизни в качестве общего оценочного основания или критерия, через который преломляется текущая жизненная ситуация, участвует в порождении множества ситуативных, контекстуальных оценок, отражающих естественную динамику жизненных обстоятельств и прогресс жизнедеятельности личности. И, наконец, третий аспект оценочной функции выражается в том, что оценка личностью себя в роли субъекта жизни основывается на смысле жизни и фиксирует инструментальную ценность индивидуальных свойств для его практической реализации. В общем, оценочная функция смысла жизни проявляется как в непосредственной, дорефлексивной оценке личностью собственной жизни, так и в процессе ее осознанного оценивания, опосредованного сознательно выбранными или выработанными критериями жизненного успеха-неуспеха и включенного в общую систему произвольной саморегуляции жизнедеятельности. Разберемся с обозначенными аспектами оценочной функции по порядку.

Смысл жизни как «субстрат» глобального оценочного отношения к жизни. Смыслом в психологии принято называть глубоко индивидуализированное, пристрастное и избирательное отношение личности к каким-либо объектам и явлениям, содержащее

оценку их объективного значения для удовлетворения потребностей и реализации ценностей [20; 23]. В онтологической плоскости основу смысла составляют жизненные отношения, определяющие место и роль этих объектов и явлений в процессах жизнедеятельности, а в феноменологической плоскости смысл предстает в виде субъективной оценки, опосредованной соотношением объекта или явления с потребностями, мотивами и ценностями личности. Все смысловые структуры и процессы несут в себе элемент внутренне мотивированной оценки и тем самым выполняют оценочную функцию по отношению к действительности.

Смысл жизни в этом плане не составляет никакого исключения и по своей психологической природе выступает как интегральная, всеобъемлющая оценка личностью собственной жизни по критерию ценности. Осуществляя свою оценочную функцию, смысл жизни ориентирует личность в том, насколько жизнь в целом значима и ценна или, наоборот, ничтожна и никчемна. В качестве оценочного образования он первично репрезентирует глобальное отношение личности «за» или «против» жизни, а уже вторично выражает высочайшую значимость для нее конкретных объектов и явлений, которые пребывают в жизни.

В психологии смысл жизни чаще всего идентифицируется с системой наиболее значимых, устойчивых и обобщенных ценностей личности, которые побуждают, смыслообразуют и программируют общую интенциональную направленность индивидуальной жизнедеятельности [4; 15; 23]. Также принято считать, что личностные ценности, конституирующие смысл жизни, не являются равнозначными и рядоположенными. Обычно под этим подразумевается, что они обладают неодинаковой субъективной значимостью и упорядочены в виде более или менее строгой иерархии [15; 43]. На самом деле неравнозначность ценностей, интегрированных в смысле жизни, не сводится только к их субъективной неравноценности и принадлежности к разным уровням личностной иерархии. Гораздо более фундаментальный, но слабо освещенный аспект этой неравнозначности заключается в том, что смысложизненные ценности выражают оценочное отношение личности к двум принципиально различным категориям объектов: во-первых, к самой жизни как нерасторжимой целостности, или особому крупномасштабному объекту; во-вторых, к многообразным объектам и явлениям, составляющим внутреннее предметное наполнение жизни (вещам, людям, событиям и т. д.). Смысл жизни – это не только смысл чего-то в жизни, но и смысл жизни как таковой. Он фиксирует оценочное отношение к жиз-

ни и как к целому, и к отдельным частям этого целого; в нем синкретическая оценка жизни как некоего нерасчлененного единства сочетается с дифференцированными оценками отдельных предметных содержаний жизни. Под таким углом зрения резонно утверждать, что смысл жизни имеет *двухуровневое строение*, в котором подразделяются «*базисный*» и «*надстроечный*» уровни. Неравнозначность смысложизненных ценностей проявляется в том, что они лежат на разных уровнях структурной организации смысла жизни и в этой связи являются функционально неэквивалентными. В базисе смысла жизни лежит ценность самой жизни, на которой надстраиваются конкретные ценности, отражающие смысложизненную значимость для личности отдельных фрагментов и частных аспектов жизни. К этой основополагающей ценности, образующей фундамент индивидуального смысла жизни, вслед за А. Лэнгле, можно применить термин «*базовая ценность*» («*fundamental value*») [54; 25].

Базовой смысложизненной ценностью является ценность жизни как таковой или, другими словами, ее самоценность. Базовая ценность является первичным системообразующим компонентом в структуре смысла жизни, поскольку именно она задает самую общую рамку для осмысления предметного содержания жизни и «вычерпывания» из него качественно определенных, предметно специфичных смысложизненных ценностей. Ценностное отношение к жизни складывается намного раньше в онтогенезе, чем конкретные смысложизненные ценности, и в дальнейшем регулирует активность личности, направленную на их поиск, обнаружение и извлечение из предметных обстоятельств жизни. Общий диффузный интерес и позитивная оценка жизни, за которыми скрывается ее базовая ценность для личности, выступает предпосылкой возникновения в определенном возрасте сложных форм активности, направленных на искание и обретение конкретных смыслов жизни. Если же базовая ценность не сформирована, то личность не будет испытывать тяги к жизни и в последующем, вероятно, не станет даже пытаться искать, сохранять и реализовывать какие-либо специфические смыслы. Ценность жизни потому и является базовой, что именно она запускает активность личности, в которой «нащупываются» более конкретные смыслы жизни. Базовая ценность – это фундамент индивидуального смысла жизни, который своим ранним развитием упреждает и подготавливает поиск и выработку содержательно специфичных смысложизненных ценностей. В отличие от множества таких ценностей базовая ценность не ассоциирована

с четко определенным жизненным содержанием: жизнь ценится личностью за свои возможности (реализованные, актуальные, потенциальные), которые в процессе опредмечивания превращаются в конкретные смысложизненные ценности. Иными словами, жизнь как базовая ценность – это ценность для личности быть живой и иметь возможность находить, открывать и осуществлять всю гамму конкретных смысложизненных ценностей.

Таким образом, индивидуальный смысл жизни характеризуется двухуровневой структурой и вбирает в себя разнопорядковые ценности: первично – это базовая ценность самой жизни, а вторично – некоторое множество производных ценностей, отражающих наивысшую значимость для личности чего-то конкретного в жизни. Ввиду данной особенности смысл жизни кроме парциальных оценок отдельных сторон, объектов, явлений жизни также выражает и глобальное оценочное отношение к жизни в целом. Он выступает в качестве генерализованного ценностно-смыслового отношения к жизни как таковой, обобщенной оценки ее онтологической значимости. Эта оценка демонстрирует широкую палитру индивидуальных оттенков, которые тем не менее укладываются в континуум основных оценочных модальностей: от значимости, ценности, важности до ничтожности, никчемности, мизерности жизни. Как указывает К. А. Абульханова, «одним из важнейших психологических аспектов смысла жизни является способность субъекта переживать ценность жизни, удовлетворяться и побуждаться ею... Этому противостоит отчуждение жизни – лишение реальных действий, поступков их ценности, значимости, превращение в чисто функциональные» [1, с. 142].

Интересно отметить, что в зарубежной психологии при описании феномена смысла жизни параллельно применяются два термина – «личный смысл» (*personal meaning*) и «экзистенциальный смысл» (*existential meaning*). Несмотря на то, что до сих пор не предложено их вразумительного разведения, они продолжают сосуществовать. Наука, как известно, не терпит умножения и, в частности, дублирования понятий, но в данном случае стремление удержать оба термина обусловлено интуитивным пониманием того, что они адресованы разным граням смысла жизни. По нашему мнению, за этой терминологической дихотомией угадывается двухуровневая психологическая композиция смысла жизни: если экзистенциальный смысл – это смысл самой жизни, то личный смысл – это смысл чего-то конкретного и определенного, что есть в жизни. Иными словами, за одним

термином скрывается базовая ценность жизни, а за другим – конкретные смысложизненные ценности. Сходным образом рассуждают Г. Рикер и К. Чамберлэйн: «Понятие смысла жизни можно представить как включающее два разных, но взаимосвязанных аспекта. Первый, называемый личным или имплицитным смыслом, отсылает к личностной значимости объектов или событий жизни. ...Второй, называемый экзистенциальным смыслом или осмысленностью, апеллирует к тому, как отдельные события вписаны в более широкий контекст» [52, с. 1]. Мысль о функциональной неравнозначности смысложизненных ценностей и двухуровневом строении смысла жизни имплицитно представлена в размежевании «ценности жизни» и «ценностей в жизни» у А. Лэнгле [25], а также в разграничении «ценности экзистенции» и «ценностей для экзистенции» в работе К. Попельского [56].

Современные психологические исследования сосредоточены преимущественно на конкретных смыслообразующих ценностях, или ценностях-источниках смысла жизни (*sources of meaning of life*), не обращаясь к несущему их основанию – базовой ценности жизни. Справедливости ради следует подчеркнуть, что и в философских науках проблема ценности жизни (особенно человеческой) еще не стала предметом систематического анализа [7]. Одна из немногих концепций, поднимающих данную проблему на уровень развернутого философско-психологического обсуждения, является экзистенциально-аналитическая теория А. Лэнгле. Отправным пунктом для данной теории выступает тот незыблемый факт, что человек не просто живет, но и воспринимает свое бытие в качестве предмета познания, отношения и действия. «Человек – не просто жизнь, у него есть жизнь. Жизнь дана человеку. И не только быть живым, но и впредь иметь возможность ей распоряжаться, обладать властью подтолкнуть самого себя к смерти – требует базового решения. Человек должен сделать выбор – сражаться на стороне жизни, или уйти с ее пути, или даже побороть ее. Нечто средним может быть позиция «отстраненного» созерцателя, который занимает позицию временно пребывающего здесь. Позиция к собственной жизни (как правило, не высказываемая и неосознанная) и есть та основа, на которой базируются ценности и к которой они относятся. Это базовая ценность всех ценностей, “архимедова точка” экзистенции» [25, с. 92–93].

Понятие «базовая ценность» употребляется в экзистенциально-аналитической теории в широком и узком значении. В широком значении базовая ценность – это смысловая позиция лич-

ности в отношении собственной жизни, которая может варьировать в диапазоне от «да жизни» до «нет жизни», чему на феноменальном и поведенческом уровне соответствует оппозиция позитивных (жизнеутверждающих) и негативных (жизнеотрицающих) мыслей, чувств и поступков. «Базовая ценность не является ценностью, если в ней нет внутреннего отношения к собственной жизни. В этом случае ценность – это не определенный объект, который связан с нашей жизнью, а отношение к бытию в его полноте и целостности» [2007, с. 95]. Противоположностью к широко понимаемой базовой ценности выступает неразвитость, неопределенность отношения к жизни как таковой, т. е. равнодушие, нейтральность, индифферентность человека к своему бытию. В норме у личности не может не быть базовой ценности, поскольку жизнь является такой данностью, которую невозможно игнорировать и избегать. Всей силой своей фактичности она подталкивает человека к самоопределению, в результате чего возникает базовая ценность как более или менее определенная и последовательная смысловая позиция в отношении жизни. Четкость и определенность базовой ценности собственно и квалифицирует человека как личность. В этом положении экзистенциально-аналитическая теория сильно резонирует с представлениями С. Л. Рубинштейна: «Личностью в специфическом смысле этого слова является человек, у которого есть свои позиции, свое ярко выраженное сознательное отношение к жизни, мировоззрение, к которому он пришел в итоге большой сознательной работы» [34, с. 241].

Кроме того, понятие «базовая ценность» употребляется А. Лэнгле в узком значении, подразумевающим лишь высокую значимость жизни, ценностное отношение к ней, положительную модальность ее оценивания личностью. Базовая ценность переживается личностью в форме чувства: «Я есть – и, в сущности, это хорошо, что я есть» [25, с. 96]. Такая смысловая позиция побуждает крепко держаться за свою жизнь и выступает источником живости, жизненной силы личности. Антиподом узко определяемой базовой ценности является незначимость, малоценность, негативная оценка жизни, которая делает саму личность безжизненной и нежизнеспособной. «Если нет переживания базовой ценности, речь идет об опасных нарушениях, которые по своей тяжести не уступают ядерным неврозам... Основные симптомы этих нарушений – общая угнетенность, не удовлетворительная глубина переживания ценностей, чувство “жизнь как тяжелое бремя”». Жизненная позиция человека формируется из желаний и условий как

выражение отказа от бытия: «Я не хочу того, что есть. Если бы то или другое было иначе, тогда я был бы готов жить» [25, с. 98–99]. Базовая антиценность принимает до предела заостренный вид во враждебном отношении к жизни и разрушительном для нее образе мыслей, чувств и поведения, типичным случаем которого выступает суицид. Как пишет А. Лэнгле, «самоубийца переживает себя невыносимо далеким от всех ценностей, которые могут “согреть” его жизнь. Для него больше нет ничего хорошего, больше ничего не может до него “достучаться”. Единственное, что хорошо – это смерть, так как она обещает ему освобождение от невыносимой жизни. На протяжении долгого времени человек, который хочет наложить на себя руки, весь пронизан ужасным “нет” своей жизни» [25, с. 90–91].

В теории А. Лэнгле раскрывается взаимосвязь базовой ценности и специфических смыслов жизни. Между ними прослеживается кольцевая причинность, т. е. прямые и обратные влияния. Развитие базовой ценности предваряет и предпосылает процесс обретения личностью конкретных смысложизненных ценностей: «В своей основе переживание ценностей тесно связано с позицией, которую человек занимает по отношению к собственной жизни» [25, с. 92]. Причем если личность прониклась базовой ценностью жизни, то на этой благодатной почве достаточно легко вырастают и культивируются многие специфические смыслы жизни. «Ощущение ценности собственного бытия, эмоциональный настрой “да” жизни представляют собой *основу для любого последующего переживания ценностей*» [25, с. 94]. Напротив, безразличие к жизни, а также переживание ее малоценности служит плохим «субстратом», на котором практически не «приживаются» никакие другие ценности. Такое отношение к жизни «мешает жизненному процессу, тормозит дальнейшее протекание жизни, угрожает в корне смыслу жизни» [25, с. 97]. Если своевременно не провести психотерапевтическую работу по развитию или восстановлению базовой ценности жизни, личность будет обречена на перманентный смысложизненный кризис. Кстати говоря, выработка и укрепление ценностного отношения к жизни А. Лэнгле считает первоочередной, а содействие в отыскании конкретных смыслов жизни – второстепенной задачей экзистенциальной психотерапии. В этом заключается принципиальное отличие предложенного им экзистенциально-аналитического подхода от «материнской» школы – логотерапии В. Франкла. «У пациентов с индифферентным отношением к жизни или отсутствующим “да” жизни (“нарушения базовой ценности”)

нет предпосылок для логотерапии. Любой смыслоориентированный метод не приведет к желаемому результату, так как он не затрагивает суть: он не позволит пережить сами ценности, которые должны привести к расцвету смысла, а будет лишь навязывать нормы и внешне устоявшиеся позиции. Кроме того, возникают сомнения в готовности такого пациента к терапии. Ведь там, где нет "да" жизни, нужно считаться с минимальной готовностью к терапии» [25, с. 98].

Если базовая ценность создает внутреннюю готовность личности к принятию и реализации конкретных смысложизненных ценностей, то последние усиливают ее и помогают ей проявиться. Обретая и воплощая конкретные смысложизненные ценности, личность тем самым утверждает и базовую ценность собственной жизни. Чем шире и богаче круг смысложизненных ценностей, тем более крепнет базовая ценность. И наоборот, «чем уже диапазон переживания ценностей, тем меньше человек связан с жизнью. Недостаток переживания ценностей ослабляет базовое отношение к жизни» [25, с. 97–98]. Обратное влияние на базовую ценность как раз и состоит в ее укреплении или подрыве со стороны конкретных ценностей.

Таким образом, базовая ценность, лежащая в основании индивидуального смысла жизни, несет обобщенную оценку личности собственной жизни во всей ее полноте и целостности. Она функционирует подобно глобальной смысловой установке, которая предопределяет направленность всех форм познавательного и практического взаимодействия личности с жизнью. И, как подчеркивает А. Лэнгле, «это в большей или меньшей степени осознанное, но всегда эмоционально окрашенное отношение человека к своей жизни, чувство "хочу жить" (или "нужно жить" или неопределенность в этом вопросе) определяет качество всех дальнейших переживаний человека... Все пережитое и воспринятое связано с базовым отношением человека к его жизни и измеряется по этому отношению» [25, с. 105].

Основные формы субъективной репрезентации, а также механизмы и закономерности формирования глобального оценочного отношения личности к собственной жизни еще очень слабо изучены психологической наукой. Его генезис приписывают разным возрастным периодам и ставят в зависимость от разных механизмов психического развития. Среди многообразия высказанных по этому поводу идей поляризуются две крайние позиции. Первая выдает смысл жизни за новообразование начальных стадий личностного развития, которое формируется на

бессознательном уровне в результате довербальной переработки и генерализации раннего жизненного опыта; вторая представляет смысл жизни как относительно позднее онтогенетическое приобретение, которое формируется в процессе развернутой рефлексии личностью своего жизненного пути. А. Адлер, к примеру, едва ли не первым в психологии определил смысл как обобщенную устойчивую оценку индивидуальной жизни, которая в форме неосознанного суждения или неререфлексируемого впечатления складывается в детском возрасте и в дальнейшем подспудно диктует способ интерпретации личностью всех жизненных событий и деяний [48]. В отличие от него К. Обуховский рассматривает смысл как продукт сознательного оценивания жизни, которое впервые становится возможным в подростковом возрасте вследствие вызревания и констелляции целого ряда внутренних условий. «Для удовлетворения в этот период познавательной потребности (посредством определения смысла собственной жизни) недостаточно критериев, с помощью которых оценивались ранее другие познаваемые предметы» [30, с. 206]. В первую очередь, как полагает К. Обуховский, требуется зрелость ума, определенный запас жизненного опыта и широкий интеллектуальный горизонт для того, чтобы взрослеющий человек был способен окинуть взором всю жизнь целиком и выделить ее как особый предмет оценки.

При поверхностном взгляде между выделенными теоретическими позициями пролегает непроходимая пропасть. Но если учесть, что смысл жизни объемлет и оценку жизни как целого (базовая ценность жизни), и оценку ее частных сторон и сфер (конкретные смысложизненные ценности), то эти позиции могут оказаться не противоречащими, а дополняющими друг друга. Разноуровневым ценностям, интегрированным в структуре индивидуального смысла жизни, присуща гетерохронность развития в онтогенезе. Можно предполагать, что закрепленное в смысле жизни базовое оценочное отношение является «следом» ранних контактов и взаимодействий с жизнью, тогда как конкретные смысложизненные ценности выступают «продуктами» смысложизненного самоопределения более или менее зрелой личности. В силу раннего формирования базовая ценность жизни может существенно зависеть не только от самостоятельно приобретенного смыслового опыта, но и от отношения других людей к самому факту существования личности. На это, в частности, указывает А. Лэнгле: «Важным источником для базовой ценности является познание человеком того, что другие люди хотят его

жизни, и особенно родители. Из совместного бытия с людьми, которые хотят, чтобы я жил, формируется базис для базовой ценности. Без позитивной позиции других людей, которая окаймляет наш собственный путь, крайне тяжело или даже невозможно развить базовую ценность» [25, с. 100]. Что касается самой общей закономерности генеза и становления глобального оценочного отношения к жизни, то по мере взросления личности оно все больше опосредуется ее собственной активностью, связанной с сознательным поиском и произвольной реализацией смысла в жизни.

По сравнению с генезисом обобщенного оценочного отношения личности к собственной жизни чуть более изучена его феноменология. Она фрагментарно схватывается такими неоднозначными и расплывчатыми терминами, как «воля к жизни» [39], «благоговение перед жизнью» [44], «мировоззренческие чувства» [36], «жизненные чувства» [1], «жизненная установка» [42], «жизненные аттитюды» (*«life attitudes»*) [57], «субъективная витальность» (*«subjective vitality»*) [3; 59], «любовь к жизни» (*«love to life»*) [46], «жизненная ориентация» (*«life orientation»*) [61] и т. п. Исходной и наиболее естественной формой презентации оценочного отношения к жизни на феноменологическом уровне являются субъективные переживания личности. В них оценка жизни дана в самом непосредственном виде, который не требует осознания ее реальной обусловленности и не предполагает ее рациональной аргументации. В силу данной особенности субъективные переживания правомерно рассматривать как связующее звено между личностью и жизнью, как основную психическую «ткань» оценочного отношения личности к жизни. Здесь уместно вспомнить идею С. Л. Рубинштейна о том, что «переживания человека – это субъективная сторона его реальной жизни, субъективный аспект жизненного пути личности» [35, с. 15]. Та же мысль весьма удачно эксплицирована в экзистенциально-аналитической теории эмоций А. Лэнгле: «Понятие «пере-живание» (*«Er-leben»*) явно указывает на контакт человека с жизнью, который человек устанавливает в каждой конкретной ситуации. «Пере-живание» можно интерпретировать как: вступать в контакт, формируя отношение к жизни» [25, с. 49–50]. При феноменологической реконструкции глобального оценочного отношения к жизни могут быть выделены несколько классов субъективных переживаний, в первую очередь, *жизненный настрой* и *жизненные чувства* личности.

Жизненный настрой определяют переживания, отличающиеся константностью, продолжительностью, небольшой интенсив-

ностью и в комплексе создающие субъективный фон, на котором разворачивается жизнедеятельность личности. Это достаточно меткий термин, поскольку он акцентирует ту или иную степень *настроенности, открытости* личности к контакту с собственной жизнью в зависимости от онтологической значимости и ценности последней, а также личностную предрасположенность преимущественно к позитивным, конструктивным или негативным, деструктивным способам взаимодействия. Жизненный настрой представлен как стойкое эмоциональное впечатление о жизни (например, «жизнь хороша» или «жизнь скверна»), которое принимается как субъективная данность. Привыкая жить с определенным настроем, личность, как правило, не рефлексирует его и не задумывается о его истоках и причинах. Между тем, при необходимости по преобладающему жизненному настроению, тотально окрашивающему мысли, чувства и действия, может быть распознана тональность ее оценочного отношения к жизни, фиксированного в смысле жизни.

Следует обратить внимание, что даже родовое понятие «настроение» не принадлежит к числу хорошо проработанных психологических терминов, не говоря уже про понятие «жизненный настрой», которым оперируют редкие концепции. Например, в упоминавшейся выше концепции А. Лэнгле жизненный настрой трактуется как длительное эмоциональное переживание личности, содержащее оценку ее актуального бытия в мире, выражающее ее отношение к жизненной ситуации в целом, или, словами самого автора, «это основной эмоциональный настрой по отношению к собственному существу бытию в мире» [25, с. 94]. Позитивный, благостный настрой информирует о том, что жизнь представляет для личности фундаментальную ценность и воспринимается ею как величайшее благо, тогда как негативный, тягостный настрой говорит о малоценности и незначимости жизни, которой личность тяготится [25, с. 302–303]. По сравнению с традиционно изучаемым в психологии настроением жизненный настрой является еще более размытым и трудноуловимым феноменом, который незримо пронизывает все переживаемые настроения и характеризуется относительным постоянством даже на фоне их колебаний и смен. Обычно в роли детерминант, способных сформировать и поколебать настроение, исследуются ситуационные факторы и личностные черты, приводимые во взаимодействие процессом конкретной деятельности. Сообразно с этим, настроение рассматривается как состояние субъекта деятельности, которое отражает его мотивацию соотносительно с возможностя-

ми ее деятельной реализации [19]. Специфика жизненного настроения в том, что он выступает своеобразным самоощущением личности как субъекта жизни, которое в качестве внутренней константы аккомпанирует многим видам деятельности и детерминируется факторами более высокого порядка, прежде всего, обобщенным оценочным отношением, закрепленным в смысле жизни. Если, например, личность относится к своей жизни как ценности, то такое отношение манифестируется жизнеутверждающим настроением (интересом и доверием к жизни, жизнелюбием и желанием жить и т. д.), который не покидает личность при любом, даже самом неблагоприятном развороте актуально выполняемой деятельности («дела идут неважно, но жизнь все равно стоит того, чтобы ее прожить»).

Общий жизненный настрой не только *преднастраивает* к взаимодействию с жизнью, но и подготавливает данное взаимодействие на энергетическом уровне. Его неотъемлемым компонентом выступает *жизненный тонус* — длительное стойкое ощущение наполненности, заряженности жизненной энергией или, напротив, опустошенности, истощенности жизненных сил. Необходимо подчеркнуть, что жизненный тонус отражает скорее напряженность мотивации к жизни, воодушевленность и захваченность жизнью, нежели текущее физическое состояние, активность метаболизма, режим расхода калорий и т. п. Он служит субъективным маркером онтологической значимости жизни и зависит от тональности оценочного отношения к ней. Почтение жизни как ценности поднимает жизненный тонус: базовая ценность генерирует жизненную энергию, тонизирует личность и энергетизирует ее повседневную жизнедеятельность. Напротив, незначимость и малоценность жизни выражается в угнетении жизненного тонуса личности, упадке и быстрой истощаемости ее жизненных сил. Тонический компонент жизненного настроения удачно передают такие термины, как «жизненная сила» [25] и «витальность» [3; 59]. Последний был введен в психологию Р. Райаном и К. Фредерик с целью обозначения «позитивного чувства живости и энергии», «субъективного переживания энтузиазма, вдохновения и желания жить» [59, с. 529, 530]. По мнению авторов, витальность является индикатором даже не столько соматического здоровья («здорового тела»), сколько психологического благополучия («здорового духа»). Она выступает субъективно превращенной формой энергии побуждения к жизни (или, напротив, амотивации, равнодушия, безразличия к ней), а также отражает базовые установки личности, в первую оче-

редь, склонность воспринимать себя автономным субъектом жизни. Из полученных Р. Райаном, К. Фредерик и их коллегами результатов вытекает общий вывод, что высокой витальности способствует интринсивная мотивация к жизни, при которой жизнь ценна и важна для личности как таковая без всяких дополнительных условий [55; 58; 59]. В большинстве проведенных исследований витальность трактовалась как психологическая величина, производная от глубинных личностных установок, т. е. как зависимая переменная. Между тем, как показывают исследования Л. А. Александровой, она «выступает не только как следствие тех или иных базовых установок личности, но и как ресурс личности, то есть не только как следствие, но и как причина» [3, с. 389]. В этом качестве витальность обуславливает продуктивность деятельности, уровень адаптированности и благополучия личности.

Оценочное отношение к жизни кроме разлитого, диффузного жизненного настроения также явлено в переживаниях, которые характеризуются четкой предметной привязкой к определенным сферам и сторонам жизни. Из терминов, циркулирующих в литературе по проблеме смысла жизни, наиболее близким сущности этих переживаний является понятие «жизненные чувства» [1]. Жизненные чувства – это основная психическая «ткань», в которую «облекается» оценочное отношение личности к собственной жизни; это субъективные референты базовой ценности жизни для личности. Выделение данной категории чувств оправдано тем, что каждая предметная сфера и соответствующая ей форма человеческой деятельности несет свою систему значимости и порождает собственную гамму эмоциональных переживаний. Как полагал С. Л. Рубинштейн, «опредмеченность чувств находит высшее выражение в том, что сами чувства дифференцируются в зависимости от предметной сферы, к которой относятся» [34, с. 168]. Жизненные чувства личности релевантны целостной жизнедеятельности, а не какому-то частному виду деятельности, и выражают отношение к жизни как к ее предмету. Они являются формой эмоциональной индикации онтологической значимости жизни и образуют эмоциональную сферу личности как субъекта жизни. В отличие от безотчетного жизненного настроения личность не просто испытывает жизненные чувства, но и сознает их предметную адресацию, соотносимость с собственной жизнью как целостностью и отдельными ее условиями. Благодаря этой особенности жизненные чувства способны выступать в функции субъективных маркеров, метящих те условия жизни, которые имеют для личности подлинную смыслозначимость.

ненную значимость. В результате, как отмечает К. А. Абульханова, представленность жизненных чувств в сознании «ведет к осознанию и центральному переживанию человека – переживанию смысла своей жизни» [1, с. 189]. О том, что жизненные чувства являются субъективной индикацией смысла жизни и наводят личность на его истинные источники, также пишет А. Лэнгле: «Эмоциональность (как мы сейчас ее понимаем) играет важную роль для нахождения смысла» [25, с. 62].

Феноменологическая картина и палитра жизненных чувств личности лишь точечно высвечивается научно-психологическими терминами. В качестве примера хорошей концептуальной и методической разработанности можно привести конструкт «любовь к жизни» (*«love of life»*) [45; 46; 47], которым обозначается одно из фундаментальных жизненных чувств. Любовь к жизни – это «позитивное отношение личности к собственной жизни, переживание ее притягательности и увлекательности, а также признательности за то, что она есть» [46, с. 125]. Жизнелюбие проистекает из наличия смысла в жизни и проявляется в жизнеутверждающем поведении, которое связано с активной заботой о качестве и количестве жизни, ее сбережением и продлением. Полной противоположностью жизнелюбия выступает ненависть к жизни, которая выражается в аутодеструктивном поведении личности вплоть до суицида [46, с. 126]. Любовь к жизни близка, но не тождественна счастью и удовлетворенности жизнью: можно быть влюбленным в жизнь, но тяготиться ее проблемностью, трудностью и в результате не чувствовать счастья и удовлетворенности. И наоборот, можно в корне не любить жизнь, но при этом довольствоваться ею в силу легкости и посильности, с какой она удается. Эмпирически установлено, что любовь к жизни коррелирует с рядом показателей психологического благополучия-неблагополучия: положительно – с переживанием счастья, удовлетворенности жизнью, надеждой и оптимизмом [46], отрицательно – с танатической тревогой, депрессией и obsессией [45]. В отличие от многих компонентов психологического благополучия, лежащих на поверхности сознания и зависящих от культурного контекста, жизнелюбие не обнаруживает существенных кросс-культурных вариаций, что объясняется глубинной экзистенциально-психологической природой данного феномена [47].

Таким образом, эмоциональные переживания – это основная и самая непосредственная форма представленности оценочного отношения личности к своей жизни, укорененного в индивидуальном смысле жизни. Будучи формой субъективной индика-

ции базовой смысложизненной ценности, такие переживания составляют эмоциональную сферу личности как субъекта жизни, в которой в зависимости от степени предметной соотнесенности и сознательности дифференцируются *жизненный настрой* и *жизненные чувства*.

Рационализация жизненных чувств ведет к формированию у личности более или менее связанной системы обобщенных представлений о жизни как таковой. В научном обороте употребляются различные понятия, оттеняющие рациональный, интеллектуальный компонент генерализованного оценочного отношения к целостной жизни, например, «глобальные убеждения» («*global beliefs*») или «жизненные схемы» («*life schemes*») [60], но, с нашей точки зрения, для его обозначения наиболее подходит термин «жизненная философия». Он был предложен Г. Олпортом, который считал наличие уникальной жизненной философии признаком личностной зрелости человека, а ее функцию видел в том, чтобы «образовывать осмысленный и ответственный контекст для основных видов жизнедеятельности» [31, с. 41]. Жизненная философия личности является проекцией индивидуального смысла жизни, и по этой причине в ее содержании пристрастная оценка жизни всегда превалирует над знанием объективных жизненных закономерностей. Оценочное отношение личности к собственной жизни в своей «философской» аранжировке, собственно говоря, и выдается за действительную сущность жизни. Более того, жизненная философия вбирает в себя представления и убеждения, сформулированные в виде мировоззренческих генерализаций, где оценка личной жизни раздувается до масштаба всеобщей истины о человеческом бытии. Конечно, источником жизненной философии выступает не только обобщение личного опыта осмысления жизни; в нее также инкорпорированы социокультурные представления, заимствованные в готовом виде и отражающие смысловой опыт других людей, их общностей и человечества в целом. Эти особенности кардинально отличают жизненную философию личности от других репрезентаций индивидуальной жизни, представленных в ее сознании, в первую очередь, от субъективной картины жизненного пути [18]. Если субъективная картина отражает предметную конкретику и событийную фактуру индивидуальной жизни, воспроизводит объективные связи между ее событиями и конструируется по критерию реалистичности, достоверности, истинности, то жизненная философия – это структурированный свод представлений, которые пропитаны оценочным отношением личности к собственной жизни, воссоз-

дают ее смысловую логику и выстраиваются по критерию осмысленности. Короче говоря, субъективная картина жизненного пути – это плод познания (знание), а жизненная философия – это итог осмысления (оценка) личностью собственной жизни.

Особого обсуждения заслуживает вопрос о вкладе оценочной функции смысла жизни в регуляцию реальной жизнедеятельности, в первую очередь, о регулирующей роли таких форм субъективной оценки жизни, как жизненная философия и жизненные чувства личности. Этот вопрос заостряется не изжитым до конца стереотипом, что якобы философствование над собственной жизнью – это бесплодное занятие, оторванное от удовлетворения насущных потребностей и прозаики будничной жизни, являющееся уделом профессиональных философов, прихотью людей, насытившихся жизненными благами, достигших определенного возраста или обладающих специфическим складом ума и характера и т. п. В действительности, как показывают многочисленные психологические исследования, смысловая рефлексия, которая пробуждается с появлением самосознания, опирается на жизненные чувства и приводит к становлению связанной жизненной философии, – не какая-то блажь узкого круга людей, а одна из универсальных и насущнейших человеческих потребностей. В своем духовном завещании ученикам и коллегам Л. С. Выготский писал о том, что «нельзя жить, не осмысливая духовно жизнь. Без философии (своей, личной, жизненной) может быть нигилизм, цинизм, самоубийство, но не жизнь. Но ведь философия есть у каждого. Надо растить ее в себе, потому что она поддерживает жизнь в нас» [цит. по: 28, с. 124]. С. Л. Рубинштейн также акцентировал тот факт, что жизненная философия и мировоззренческие чувства лишены чистой созерцательности и на полную мощь включены в детерминацию развития и жизнедеятельности личности. «С появлением рефлексии связано философское осмысление жизни. Сознание выступает здесь как разрыв, как выход из полной поглощенности непосредственным процессом жизни для выработки соответствующего отношения к ней, занятия позиции над ней, вне ее для суждения о ней. С этого момента каждый поступок приобретает характер философского суждения о жизни, связанного с ним общего отношения к жизни... В общей проблеме детерминации поведения человека эта рефлексия или, говоря иными словами, мировоззренческие чувства выступают как внутренние условия, включенные в общий эффект, определяемый закономерным соотношением внешних и внутренних условий. От такого обоб-

щенного, итогового отношения человека к жизни зависит и поведение субъекта в любой ситуации, в которой он находится, и степень зависимости его от этой ситуации или свободы в ней» [36, с. 352].

Разумеется, оценочные представления и убеждения, слагающие жизненную философию, существенно различаются по своей функциональности и по силе влияния, оказываемого на реальную жизнедеятельность личности. Некоторые из них носят отвлеченный характер и не имеют прямого выхода в практику жизни, другие – непосредственно транслируются в повседневных решениях и поступках. По признаку действенности в структуре жизненной философии может быть дифференцирован особый класс представлений, которыми личность активно руководствуется в своей обыденной жизнедеятельности. Эти представления функционируют как правила, которые санкционированы и подкреплены побудительной силой смысла жизни. Если смысл жизни уподобить общему «закону жизни», то эти представления тождественны частным «нормам жизни», которые конкретизируют и предписывают способы реализации этого общего закона в разнообразных жизненных обстоятельствах. В данном случае самым адекватным является понятие «жизненные принципы», которое используется психологами скорее как образная метафора, чем точный термин. Н. А. Низовских, автор первого научно-психологического исследования жизненных принципов личности, раскрывает это понятие следующим образом: «Жизненные принципы – это реальность обыденного сознания, наряду с целями и смыслом жизни человека. Содержание жизненных принципов отражает важнейшие ориентации человека и выступает как его жизненная философия, идеология... Жизненные принципы опосредствуют жизнедеятельность личности и выступают в качестве ведущих «орудий» личностного саморазвития» [29, с. 110, 117]. Автор атрибутирует жизненным принципам множество регулирующих функций, в том числе: «фиксация жизненных ориентаций и интенций человека; самоорганизация (построение личности); стабилизация поведения через определение его способов; оценка поступков, действий, жизнедеятельности в целом; личностное саморазвитие человека» [29, с. 117].

Обсуждение регулирующих функций будет незаконченным без учета такой составляющей общего отношения личности к своей жизни, как жизненная позиция. Если *жизненную философию* принять за *когнитивный компонент*, а *жизненные чувства* – за *аффективный компонент* обобщенного оценочного отноше-

ния личности к индивидуальной жизни, то *жизненная позиция* займет место *конативного, действенно-практического компонента*. Также как *жизненная философия* и *жизненные чувства*, *жизненная позиция* основана на смысле жизни, но вместе с тем она является формой выражения оценочного отношения к жизни именно в плоскости практической деятельности. *Жизненная позиция* раскрывается не в том, что личность делает в жизни, а через то, что она делает с собственной жизнью, как она обращается с нею и распоряжается ею. *Жизненная позиция* – это деятельное отношение, которое обнаруживается в способе обхождения личности с собственной жизнью как единым целым. Как пишет К. А. Абульханова, «жизненная позиция личности – это совокупность ее отношений к жизни. ...Но отношения личности – это не только ее субъективные мнения и взгляды, это способы ее взаимоотношений с окружающими людьми и действительностью. ...Жизненная позиция предполагает не только наличие субъективных отношений, но и их действенную, практическую реализацию личностью в жизни» [2, с. 45]. В зависимости от укорененного в смысле жизни базового оценочного отношения люди встанут в разные позиции к собственной жизни: одни – берегут, дорожат, умножают, в то время как другие – растрачивают, прожигают, губят ее. Это два крайних способа обращения с жизнью, сквозь которые просвечивает глобальное отношение «за» или «против» жизни, а между которыми лежит целый континуум возможных жизненных позиций. Будучи общим подходом к управлению жизнью, *жизненная позиция* сознательно или неосознанно воплощается личностью в каждодневных делах, занятиях, поступках. В каждом из этих «незначительных» актов наряду с собственными мотивами, целями и задачами сквозит нечто большее, а именно общая смысловая направленность на созидание, утверждение, усиление либо уничтожение, отрицание, ослабление жизни как таковой. Чтобы уловить и прочесть эту направленность, нужно оценивать даже не то, на что личность ориентируется и к чему стремится в жизни, а то, как она ориентирована в отношении самой жизни и в принципе стремиться ли она жить.

В психологической науке не раз высказывалась идея о том, что любые человеческие действия, в конечном счете, можно подвести под некоторые общие поведенческие тенденции, выражающие глубинную, фундаментальную оценку жизни. Достаточно четко эта идея была эксплицирована Э. Фроммом в разграничении некрофильной и биофильной ориентации личности [40], которые, как нам представляется, соответствуют основным мо-

дальностям оценочного отношения личности к собственной жизни. В зависимости от модальности этого отношения может наблюдаться увлеченность, воодушевленность, активная вовлеченность и созидательное участие личности в собственной жизни или, напротив, отчуждение, эскапизм, уход от контакта с жизнью или, что еще хуже, саморазрушающий образ жизни. Очевидно, что в условиях нормального развития у личности складывается смысл жизни, из которого проистекает позитивная жизненная философия, любовь к жизни как преобладающее жизненное чувство и конструктивная жизненная позиция. При таком оценочном отношении к жизни человек «чувствует свое влечение к процессу жизни и роста во всех сферах. Для него лучше создавать заново, чем сохранять. Он в состоянии удивляться и охотнее переживает нечто новое, нежели ищет прибежища в утверждении давно привычного. Жизненные приключения представляют для него большую ценность, чем безопасность. Его установка на жизнь функциональна, а не механистична. Он радуется жизни во всех ее проявлениях...» [40, с. 36].

Таким образом, в смысле жизни заложено и закреплено генерализованное оценочное отношение личности к собственной жизни, которым в большей или меньшей степени детерминирован любой акт ее жизнедеятельности. Это отношение функционирует подобно глобальному жизненному аттитюду и соединяет в своей психологической структуре жизненную философию (когнитивный компонент), жизненные чувства (аффективный компонент) и жизненную позицию (конативный компонент). В норме преобладающей является позитивная модальность оценочного отношения, в силу чего жизнь как объект индивидуальной жизнедеятельности приобретает мотивационную привлекательность и эмоциональную притягательность. Тем самым обобщенное оценочное отношение психологически подготавливает и предрасполагает личность к долговременному, последовательному, конструктивному взаимодействию с собственной жизнью как целостным объектом, в результате которого не только совершенствуется жизнь, но и развивается сама личность.

Смысл жизни как критерий оценивания в осознанной саморегуляции жизнедеятельности. Оценочная функция смысла жизни не сводится лишь к выработке и поддержанию глобальной оценки жизни в целом. Такая оценка необходима в качестве внутренней преднастройки, которая инспирирует и инициирует каждый новый шаг или цикл взаимодействия личности с собственной жизнью, но она недостаточна для эффективного регулирования жиз-

недеятельности в разнообразных и крайне изменчивых обстоятельствах. Продуктивная жизнедеятельность должна обеспечивать последовательную реализацию смысла в жизни, а потому в ее психическую регуляцию включены оценочные процессы, непрерывно поставляющие обратную связь о том, как обстоят дела в реальности и насколько успешен процесс жизнедеятельности. В этой связи смысл жизни не только «консервирует» генерализованную, внеситуативную, долговременную оценку жизни, но также участвует в порождении ситуативных и оперативных оценок, которые привязаны к актуальной жизненной ситуации и отражают ее в динамике. Опосредование процессов оценивания, протекающих в контексте осознанной саморегуляции целостной жизнедеятельности, – это другой аспект оценочной функции смысла жизни.

Данный аспект практически не подвергался целенаправленному изучению в психологии. От внимания исследователей он заслонен представлением о смысле жизни как некоем отдаленном ориентире, который из будущего управляет текущей жизнедеятельностью личности. Это в целом верное представление, тем не менее является неполным, поскольку «смысл – это не только стремление к чему-то, не только будущая цель, но и то переживание, которое имеет место в процессе реализации... Поэтому смысл жизни – это не только будущее, не только перспективы, но и мера достигнутого человеком, оценка достигнутого своими силами по существенным для личности критериям» [2, с. 73]. Иначе говоря, оценочная функция смысла жизни заключается не только в предваряющей оценке жизни, которая опережает и изнутри подготавливает каждый новый этап, но и в результирующей оценке жизни, которая как бы резюмирует, подводит итоги каждого законченного витка или цикла жизнедеятельности.

В настоящее время общепризнанно, что саморегуляция многообразных форм человеческой активности базируется на механизме обратных связей, который реализуется посредством регуляторных процессов оценивания [16; 17; 26]. Психологическая микроструктура оценочного процесса задана четырьмя обязательными компонентами: образом желаемого (целевого, потребного, эталонного, конечного) состояния; образом фактического (достигнутого, наличного) состояния; процессом их сличения друг с другом; собственно оценкой как результатом сличения и мерой совпадения желаемого и фактического состояний. Эта структура остается инвариантной для оценочных процессов, протека-

ющих на разных уровнях организации произвольной осознанной активности человека: от уровня отдельных предметных действий и частных видов деятельности до уровня целостной жизнедеятельности [11; 37]. Разноуровневые контуры саморегулирования как бы «вложены» друг в друга соответственно тому, как действия соединяются в составе самостоятельной деятельности, а отдельные деятельности синтезируются в целостную жизнедеятельность личности. Сказанное тянет за собой цепочку вопросов: «На каком уровне и в каком качестве смысл жизни включен в регуляторные процессы оценивания?», «Каков основной результат оценивания, опосредованного смыслом жизни?».

Смысл жизни по основному функциональному назначению выступает психическим регулятором познавательно-практического взаимодействия личности с собственной жизнью. Он образует функциональное звено в структуре регуляторного контура высшего уровня, который обслуживает произвольную активность, соразмерную по пространственно-временному размаху целостной жизни и именуемую «жизнедеятельность» [15; 37; 24]. Общая система психической регуляции жизнедеятельности разделяется на две подсистемы, которые выполняют разные регуляторные функции: смысловая регуляция (в терминах С. Л. Рубинштейна – «побудительная регуляция») и осознанная саморегуляция (в терминах С. Л. Рубинштейна – «исполнительская регуляция») [15]. Смысл жизни является системообразующим звеном психической регуляции жизнедеятельности и специфическим образом включен в работу обеих ее подсистем, благодаря чему смысловая и осознанная регуляция соорганизованы между собой и слажено взаимодействуют. Чтобы выявить специфическую роль смысла жизни в системе осознанной саморегуляции жизнедеятельности, в первую очередь, необходимо учесть, в каком виде он представлен в индивидуальном сознании личности. По согласованному мнению, основной формой сознательной репрезентации смысла жизни является *жизненный замысел* – субъективная модель желаемой (идеальной) жизни, которую личность должна выстроить в процессе своей жизнедеятельности [5; 14; 36; 39]. Именно в такой форме смысл жизни функционирует в системе осознанной саморегуляции, выступая «акцептором» результатов жизнедеятельности и субъективным эквивалентом жизненного успеха личности.

Следует заметить, что смысл жизни, представленный в сознании в виде жизненного замысла и идеала, не является единственным оценочным критерием. Оценочные критерии и стан-

дарты, с которыми личность сверяется при анализе собственной жизни, весьма разнообразны по своему содержанию, форме и происхождению. В качестве таковых фигурируют не только заряженные личностным смыслом образы желаемой будущей жизни, но и представления об индивидуальной жизни в прошлом, а также обобщенные или персонифицированные эталоны «хорошей жизни», подсмотренные у других людей или внушенные ими. Следовательно, оценочный процесс может протекать в плане как социального, так и интраиндивидуального сравнения, причем соотношение этих планов в осознанной саморегуляции жизнедеятельности конкретной личности может представлять ее устойчивую дифференциально-психологическую особенность. Действительным субъектом жизни выступает личность, которая руководствуется в своей жизнедеятельности преимущественно смыслом жизни, опирается на него в целеполагании, планировании, программировании и других процессах осознанной саморегуляции, в том числе сличает с ним фактические жизненные достижения в процессе оценивания. Личность тем более является субъектом собственной жизни, чем более функциональные блоки осознанной саморегуляции наполнены самостоятельно выработанными целями, планами, программами, решениями, а также критериями оценки жизненного успеха-неуспеха. И наоборот, чем больший удельный вес в осознанной саморегуляции жизнедеятельности принадлежит «интроектам» – некритически присвоенным чужим целям, планам, программам, решениям и, в частности, заимствованным со стороны оценочным стандартам и критериям, тем слабее выражена ее способность самодетерминации в жизни. Устойчивая ориентация на собственный смысл как внутренний стандарт оценивания жизни характеризует подлинную субъектность, тогда как на полюсе бессубъектности оказывается личность, склонная строить свою жизнь по чужим стандартам и, в частности, мерить ее чужими мерками.

Далее необходимо затронуть вопрос о результатах, продуктах регуляторных процессов оценивания, в которых задействован смысл жизни. Эти результаты представлены оценкой личности своей актуальной, текущей, наличной жизни с точки зрения ее соответствия внутренним стандартам «хорошей жизни» и критериям жизненного успеха, вытекающим из содержания смысла жизни. Вся сложность заключается в том, что процесс оценивания, равно как и все остальные регуляторные процессы, носит интегральный, комплексный характер [16]. Это значит, что он имеет полипроцессуальный состав, в котором кон-

вергируют элементарные когнитивные, эмоциональные и смысловые процессы, совместно производящие оценку жизни. Любой оценочный акт осуществляется благодаря взаимодействию когнитивных процессов сравнения желаемого и реально достигнутого в жизни, производных эмоций, констатирующих на своем особом «языке» успех-неуспех жизнедеятельности, а также процессов смыслообразования, выявляющих значимость сопутствующих жизненных условий и промежуточных результатов жизнедеятельности в соотношении с исходным жизненным замыслом. Вследствие интегрального строения процесс оценивания «на выходе» порождает гетерогенные «продукты»: это и *рациональные оценочные суждения, и эмоциональные феномены, и смысловые образования*, так или иначе отражающие меру успешности жизнедеятельности и степень продвижения личности в реализации смысла жизни. Обособление и абстрагирование когнитивных, аффективных и смысловых форм оценки личностью собственной жизни оправдано лишь в целях научного анализа, тогда как в реальности эта оценка существует в виде «многослойного» переживания, в котором «сплавлены» все психические модальности. На наш взгляд, процесс оценивания личностью собственной жизни, опосредованный смыслом жизни, результирует в двух основных формах оценочного переживания: 1) переживание осмысленности либо бессмысленности жизни; 2) переживание удовлетворенности либо неудовлетворенности жизнью.

Переживание осмысленности традиционно рассматривается как производное от наличия смысла в жизни, а точнее – как субъективный сигнал, свидетельствующий о таковом. Однако сформированность и сохранность смысла – главное и предварительное, но отнюдь не самодостаточное и не окончательное условие для переживания личностью собственной жизни как осмысленной. Смысл может неизменно присутствовать и оставаться нетронутым, а интенсивность переживания осмысленности жизни при этом будет флуктуировать не только в макроинтервалах, но и на микроотрезках времени – в течение месяца, недели и даже одного дня, то достигая предельной насыщенности, то падая ниже субъективно приемлемого уровня вплоть до трансформации в чувство бессмысленности жизни. Эти флуктуации, знакомые каждому по личному опыту, указывают на то, что переживание осмысленности предопределено не только наличием смысла, но и теснейшим образом зависит от динамики самой жизни, течение которой может как сходиться, так и расходиться с содержанием имеющегося смысла. Когда реальный жизнен-

ный процесс разворачивается в отвечающем смыслу направлении, жизнь оценивается позитивно, о чем сигнализирует переживание ее осмысленности. Если же ход жизни отклоняется от генерального смысложизненного «курса», то оценка окрашивается негативной модальностью и личность начинает переживать бессмысленность жизни. В этой связи осмысленность следует рассматривать не только как способ переживания наличия и невредимости смысла, но также как форму субъективной оценки самой жизни на предмет ее соответствия-несоответствия наличествующему смыслу. К. А. Абульханова совершенно справедливо подчеркивает, что «смысл жизни – это психологический способ переживания жизни в процессе ее осуществления. Смысл жизни – это не только будущее, не только жизненная цель, но и психологическая “кривая” ее осуществления» [2, с. 73]. В конечном итоге, для эффективной регуляции жизнедеятельности осмысленность важна именно в качестве оперативной оценки, которая снабжает личность прагматически ценной информацией о сообразности либо несообразности реальной жизни ее идеальному замыслу.

Другой формой оценочного переживания, которое генерируется в процессах осознанной саморегуляции целостной жизнедеятельности, является удовлетворенность или неудовлетворенность жизнью. В отличие от переживания осмысленности, которое непосредственно произрастает из смысла жизни, удовлетворенность связана с ним более сложным и неоднозначным образом. Среди теорий, претендующих на объяснение источников удовлетворенности жизнью, выделяется целая группа концепций, условно называемых «телическими» (*«telic»*). Из их числа наиболее широкое признание получила концепция удовлетворенности жизнью, разработанная Э. Динером и его коллегами. Здесь она рассматривается как когнитивный компонент субъективного благополучия, не смешивающийся с аффективными компонентами – максимумом эмоционально-позитивных состояний и минимумом эмоционально-негативных состояний. Удовлетворенность определяется как глобальная оценка реальной жизни через призму субъективных стандартов «хорошей жизни», которые конструируются самостоятельно или усваиваются в готовом виде из социального окружения. Общий уровень удовлетворенности в каждый конкретный момент времени свидетельствует о степени расхождения между жизненной реальностью и личными стандартами «хорошей жизни» [51].

Все телические концепции удовлетворенности жизнью сближает представление о личности как активном, деятельном субъек-

те, который стремится к максимально полной реализации собственных ценностей, мотивов, целей и использует для этого все возможные внешние и внутренние ресурсы. С точки зрения данных концепций, личность судит о собственной жизни в настоящем сквозь призму образа желаемой и должной жизни, запрограммированного мотивационно-смысловыми и целевыми структурами. Степень удовлетворенности жизнью обусловлена тем, насколько личность преуспела в осуществлении ведущих ценностей, мотивов и целей, насколько за счет своих усилий и достижений смогла продвинуться в направлении желаемого будущего. Другими словами, в рамках «телических» концепций удовлетворенность жизнью определяется самооценкой продуктивности индивидуальной жизнедеятельности: сопоставлением всего фактически достигнутого, осуществленного в жизни с требованиями, которые продиктованы доминирующими ценностями, мотивами и целями личности.

Смысл жизни является предельным личностным стремлением и стержневой структурой мотивационно-смысловой регуляции индивидуальной жизнедеятельности. Он представлен динамической системой наиболее значимых, обобщенных и устойчивых ценностей, которые побуждают, направляют и пронизывают единым смыслом все множество деятельностей и занятий, практикуемых личностью в повседневной жизни. Смысл жизни обеспечивает мотивационную привлекательность, эмоциональную насыщенность и сквозную интенциональную направленность индивидуальной жизнедеятельности личности. Как и все смысловые образования, он моделирует в своем содержании не наличную, текущую реальность, а идеальное состояние жизни, к которому личность должна прийти в процессе жизнедеятельности. Как правило, смысл жизни оформлен в сознании в виде «жизненного замысла» (С. Л. Рубинштейн), или «жизненного идеала» (В. Франкл), т. е. субъективной репрезентации желанного, но еще не достигнутого будущего. Тем самым наряду с побуждающей, направляющей и смыслообразующей функциями он также выполняет оценочную функцию – служит самым общим внутренним критерием, в преломлении через который личность оценивает свою жизнь. Оценочная функция смысла жизни выражается в том, что в виде субъективной модели «хорошей жизни» он опосредствует оценочные суждения личности об актуальной жизненной ситуации. Удовлетворенность либо неудовлетворенность жизнью, будучи интегральной и результирующей оценкой, всегда отражает степень схождения-расхождения жизненного

замысла личности и наличной жизненной ситуации. Чем лучше жизненные реалии соответствуют смыслу жизни, тем больше оснований для субъективной удовлетворенности жизнью. Необходимо учитывать, что соответствие жизненного замысла и реальной жизни наступает не столько вследствие естественного развития или удачного стечения обстоятельств, сколько в результате осознанного произвольного преобразования личностью исходных условий жизни. В этой связи удовлетворенность следует рассматривать как субъективный показатель реализованности смысла в жизни, косвенно отражающий совокупность успехов, достижений, свершений – одним словом, продуктивность индивидуальной жизнедеятельности личности.

Таким образом, удовлетворенность жизнью отражает общую меру реализованности, осуществленности смысла в жизни. С позиций субъектного подхода к личности реализацию смысла в жизни следует рассматривать преимущественно как результат ее сознательных решений и активных действий, а удовлетворенность жизнью необходимо связывать с успешностью, продуктивностью индивидуальной жизнедеятельности. Точнее говоря, удовлетворенность жизнью – это субъективная оценка продуктивности осуществления личностью смысла жизни в процессе индивидуальной жизнедеятельности. Как утверждает К. А. Абульханова, удовлетворенность или неудовлетворенность – «сложное, но всегда обобщенное чувство состоявшейся или несостоявшейся, удачной или неудачной жизни» [2, с. 12], которое выступает «важным показателем личностных достижений» [2, с. 231].

Дальнейший анализ ведет к постановке вопроса о связи осмысленности и удовлетворенности как двух форм оценки жизни, порождаемых в ходе осознанной саморегуляции жизнедеятельности личности. Этот вопрос освещается в современной экзистенциальной и позитивной психологии, для которых соотношение смысла жизни с компонентами субъективного благополучия личности, в том числе удовлетворенностью жизнью, составляет одну из узловых проблем. В многочисленных зарубежных и отечественных исследованиях зафиксирована прямая корреляция между уровнем осмысленности и удовлетворенности жизнью, что интерпретируется как свидетельство необходимости смысла для субъективного благополучия личности. Смысл жизни при этом рассматривается двояко: одни исследователи видят в нем самостоятельный феномен, выступающий внешним условием, экзогенной детерминантой субъективного благополучия, другие авторы включают его во внутреннюю структуру психологического

благополучия личности в качестве одного из компонентов. В основном же данная корреляция истолковывается как фактическое подтверждение идеи В. Франкла о первичности стремления к реализации смысла и производности от него позитивных феноменов человеческого бытия – счастья, удовлетворенности, самоактуализации [39]. Следует отметить, что аналогичная идея высказывалась русскими экзистенциально мыслящими философами и психологами, например, С. Л. Рубинштейном: «Превращение производного результата в прямую непосредственную цель действия и жизни, превращение жизни в погоню за удовольствием, отвращающую человека от решения его жизненных задач, – это не жизнь, а ее извращение, приводящее к неизбежному ее опустошению. Напротив, чем меньше мы гонимся за счастьем, чем больше мы заняты делом своей жизни, тем больше положительного удовлетворения, счастья мы находим» [36, с. 369]. Смысл жизни, таким образом, рассматривается в качестве важного условия, способствующего достижению приемлемого уровня удовлетворенности жизнью.

Это абсолютно верное и хорошо подтвержденное, но далеко не исчерпывающее объяснение всех возможных соотношений смысла жизни и удовлетворенности жизнью. Зачастую от внимания исследователей ускользает то, что смысл жизни «встроен» внутрь психологического механизма, обеспечивающего формирование и поддержание чувства удовлетворенности жизнью. В индивидуальном сознании он оформлен в виде субъективной модели желаемого будущего, или жизненного идеала, и служит внутренним стандартом, на который личность ориентируется при оценке своей текущей жизни. Иначе говоря, он выполняет *оценочную функцию* по отношению к жизненным достижениям личности. Субъективное переживание удовлетворенности или неудовлетворенности производно от оценочной функции смысла жизни и как бы «подытоживает» общую продуктивность индивидуальной жизнедеятельности. Оно сигнализирует о том, как у личности обстоят дела с практической реализацией смысла жизни; насколько она прогрессирует, преуспевает в индивидуальной жизнедеятельности; в какой мере она приблизилась к идеальному состоянию, которое «запроектировано» смыслом жизни. Отсюда логически вытекает, что удовлетворенность жизнью – это субъективное переживание личности по поводу продуктивности индивидуальной жизнедеятельности, оцененной через призму смысла жизни.

Учет оценочной функции помогает разобраться, почему осмысленность и удовлетворенность являются тесно сопряжен-

ными и в то же время относительно независимыми явлениями: ведь осмысленная жизнь не всегда бывает удовлетворительной и счастливой. Дело в том, что наличие смысла в жизни – это веское и необходимое, но само по себе недостаточное основание для субъективной удовлетворенности жизнью. Осмысленная жизнь становится удовлетворительной и счастливой лишь при условии продуктивного осуществления личностью ее смысла. Если же личность в силу разных причин (объективная сложность жизни, нерациональная стратегия жизнедеятельности, противодействие и сопротивление окружающих людей и т. д.) не способна продуктивно реализовать имеющийся смысл, он может превратиться из фактора удовлетворения в источник несчастья и страданий. Жизнь при этом не обязательно перестает быть осмысленной, но удовлетворительной она уже не кажется. В качестве одной из причин, ведущих к диссоциации оценочных переживаний осмысленности и удовлетворенности, следует выделить неоптимальность смысла жизни. Она негативно сказывается на темпах и продуктивности его реализации, вследствие чего критически низко падает уровень удовлетворенности жизнью и возникает угроза смысловжизненного кризиса. Это тот случай, когда смысл жизни служит предпосылкой не для чувства глубокого удовлетворения и устойчивого ощущения счастья, а для дискомфортных, травматических переживаний. В данной ситуации наличие смысла в жизни оказывается скорее не благом, а психологическим грузом для личности. Неоптимальный смысл жизни обременяет жизнедеятельность такими противоречиями, которые сковывают и тормозят самореализацию личности и, следовательно, лишают ее возможности насладиться жизненным успехом, почувствовать удовлетворенность жизнью и собой [10].

Таким образом, переживания осмысленности и удовлетворенности являются рядоположенными феноменами, которые возникают в процессе оценивания жизни и в качестве обратной связи извещают о мере ее соответствия жизненному замыслу личности. Тонкое различие между ними состоит в том, что жизнь переживается осмысленной даже тогда, когда ее соответствие жизненному замыслу наступило вследствие естественного течения, самопроизвольного развития обстоятельств, а для удовлетворенности жизнью принципиально важно, чтобы это соответствие явилось результатом приложения усилий самой личности. С этой точки зрения, осмысленность – это в чистом виде оценка наличия смысла в жизни, или смыслообразности жизни, тогда как удовлетворенность помимо смыслообразности отражает

еще и меру продуктивности, успешности жизнедеятельности, направленной на приведение реальной жизни в соответствие ее смыслу. Психологическая специфика удовлетворенности как оценочного переживания обусловлена ее более тесной зависимостью от динамики практической реализации личностью смысла собственной жизни; степень удовлетворенности гораздо сильнее определяется тем, насколько успешно личность продвигается в осуществлении смысла собственной жизни и производных от него жизненных целей, планов, программ. Реальная жизнь может быть согласована со смыслом и оцениваться личностью как осмысленная, но если согласованность возникла не вследствие целенаправленных решений и действий самой личности, то ей будет трудно испытать полноценную удовлетворенность такой жизнью.

Смысл жизни как основание самоотношения личности. Напоследок необходимо обратиться к еще одному регуляторному проявлению смысла жизни, которое может быть названо *самооценочной функцией*. Она является подфункцией в общей оценочной функции и конкретизируется в том, что смысл жизни фигурирует в качестве внутреннего критерия, на котором основывается самоотношение, самооценка личности как субъекта жизни. По мысли К. А. Абульхановой, «смысл жизни – это способность субъекта переживать ценность жизненных проявлений своей индивидуальности, своего “я”, своей личности» [2, с. 73].

Как известно, по психологической природе самоотношение является смысловым образованием и отражает объективные отношения, в которых индивидуальные свойства личности находятся к промежуточным и конечным результатам ее поведения, частных видов деятельности и целостной жизнедеятельности. Элементарной «единицей» самоотношения выступает личностный смысл «Я», который открывается сознанию в эмоциональной непосредственной форме (как эмоция в свой адрес) и вербализованной опосредованной форме (как оценочное суждение по поводу самого себя – самооценка). Самоотношение формируется в процессе осмысления и оценивания личностью собственных свойств (как индивидуальных, так и личностных) в контексте определенных форм поведения и видов деятельности через соотнесение этих свойств с удовлетворяемыми потребностями, реализуемыми мотивами и ценностями. За самоотношением личности всегда стоят определенные смыслообразующие инстанции (потребности, ценности и мотивы личности), в преломлении которых индивидуальные свойства приобретают качественно определенный смысл – положительный (если свойства способствуют

реализации), отрицательный (если свойства препятствуют реализации), конфликтный (если свойства содействуют реализации одних, но мешают реализации других потребностей, ценностей и мотивов) [12; 13; 32; 38].

Как в форме эмоциональных переживаний смысла «Я», так и в форме рационализированной самооценки самоотношение включено в процессы осознанного саморегулирования поведения, деятельности и жизнедеятельности личности. Первично оно является продуктом процесса оценивания и уже вторично служит ориентировочной основой для процесса моделирования значимых условий, к числу которых принадлежат и индивидуальные свойства личности [8; 9; 27]. Анализ самооценочной функции подразумевает выявление того, как смысл жизни участвует в зарождении и становлении самоотношения личности, а потому внимание следует сосредоточить на процессе оценивания, который выступает тем звеном саморегуляции, где происходит генезис самоотношения.

Традиционно предметом оценивания как регуляторного процесса считаются промежуточные и конечные результаты деятельности [17; 26]. В действительности этот предмет гораздо шире: в рамках осознанной саморегуляции оцениванию подвергается не только этапный или итоговый результат, но и широкий круг условий, которые находятся в причинно-следственной связи с исходом данной деятельности и оказываются объективно небезразличными для реализации мотивов и целей личности. Такие обстоятельства становятся предметом специальной рефлексии, маркируются эмоциями и наделяются личностным смыслом в контексте смыслообразующих потребностей, мотивов и ценностей личности. За счет этого процессы оценки не только сообщают личности о достигнутом успехе, но и ориентируют ее активность на оптимизацию и коррекцию условий деятельности с тем, чтобы в дальнейшем они еще более благоприятствовали успеху деятельности. Среди множества обстоятельств, воздействующих на процесс и результаты деятельности, выделяется категория внутренних условий, представленных индивидуальными свойствами личности как субъекта деятельности. Систематическое осознание и осмысление собственных свойств в качестве средств, опор, стимулов или, наоборот, преград, помех, барьеров для успешного выполнения деятельности ведет к накоплению, обобщению и закреплению оценочного опыта в форме такого психического новообразования, как самоотношение личности. При этом источником самоотношения выступает реальная познавательная и практическая деятельность, а

основанием – смыслообразующие потребности, мотивы и ценности этой деятельности, сквозь которые личность избирательно и пристрастно осмысливает совокупность индивидуальных свойств, доступных ее самосознанию.

На каждом этапе своего развития личность вовлечена в выполнение некоторого множества деятельностей, и ее активность в целом носит полимотивированный характер, ввиду чего источники и основания ее самоотношения также множественны. В этой связи в психологии существует проблема взаимосвязи общего (глобального) самоотношения с парциальными формами самоотношения личности как субъекта отдельных видов деятельности [12; 13; 32; 38]. Корень проблемы заключается в том, что в условиях полидеятельностной структуры и полимотивированного характера человеческой активности любое индивидуальное свойство личности оказывается полиосмысленным, т. е. одновременно вступающим в отношение к разным мотивам в контексте разных видов деятельности. Какие из целого поля смыслов «Я» становятся центральными и определяющими, а какие периферическими и подчиненными в целостной структуре самоотношения личности?

На наш взгляд, вклад парциальных смыслов «Я» в общее самоотношение зависит от места той деятельности, которая явилась источником этих смыслов в структуре целостной жизнедеятельности, а также от значимости тех мотивов, которые явились образующими основаниями этих смыслов в контексте смысла жизни личности. Это – общая закономерность строения и функционирования самоотношения, которая имеет некоторые особенности для развития личности в периоды детства и взрослости. На детских стадиях личностного развития говорить о наличии смысла жизни и сформированности жизнедеятельности не приходится, а посему в этот возрастной период структуру самоотношения обуславливает ведущая деятельность и ее мотивы. На протяжении детства центральное место в самоотношении личности занимают те смыслы «Я», которые явились дериватами ведущей для конкретного возрастного периода деятельности. Например, в младшем школьном возрасте ведущей в психическом развитии выступает учебная деятельность, а посему общее самоотношение ребенка фундируется на оценочном отношении к себе как субъекту учебной деятельности. Самоотношение перестраивается в подростковом возрасте, когда вслед за сменой ведущего вида деятельности с учебы на общение на передний план выдвигаются смыслы «Я», которыми индивидуальные свойства подростка наделяются в коммуникативном контексте. В период взрос-

лости ведущей становится не та деятельность, которая нормативно предусмотрена обществом, а та, которую сама личность наделяет наибольшей значимостью в контексте собственной жизни и выбирает в качестве магистрального пути для реализации ее смысла. По мере обретения смысла жизни и формирования индивидуальной жизнедеятельности на место ведущей деятельности в развитии личности, в том числе и ее самоотношения, заступает та, которая вносит наибольший вклад в реализацию смысла жизни. Применительно к данному этапу личностного развития мы вправе говорить, что главным источником формирования самоотношения выступает индивидуальная жизнедеятельность, а ключевым основанием, через которое личность осмысливает и оценивает всю совокупность присущих ей свойств, служит смысл жизни. В этой связи ядром общего самоотношения становится отношение личности к себе как к субъекту жизни, а не какой-либо частной деятельности. Парциальные виды самоотношения, складывающиеся в контексте частных видов деятельности, влияют на общее самоотношение личности лишь в той мере, в какой мотивы этих деятельностей интегрированы в структуру смысла жизни личности [8; 12]. Процесс смены источников и оснований самоотношения личности в ходе возрастной эволюции в контурном виде начертан А. Н. Леонтьевым: «Человек не беспомощное существо: он сам распоряжается собой, и в его воле выбирать себе те или иные цели в жизни. Подросток, осознавший себя как член общества, ищет в нем точку отсчета для себя... Юноша осмысливает свое место в этом мире, свои идеалы, движущие мотивы... Наконец, зрелый человек определяет свои жизненные позиции... Таково поступательное движение человеческой жизни, в процессе которого выкристаллизовывается наше "Я"» [21, с. 382].

Самооценочная функция смысла жизни конкретно проявляется в том, что с определенного момента он становится доминирующей инстанцией смыслообразования всей системы индивидуальных свойств личности. Говоря метафорическим языком, самоотношение окрашивается в смысложизненные оттенки, а его объект – индивидуальные свойства личности – начинает «светиться» отраженным светом смысла жизни. Говоря языком терминов, возникает особая разновидность личностного смысла «Я» – *жизненный смысл «Я»*, который отражает значимость индивидуальных свойств для практической реализации смысла жизни, указывает на место и роль этих свойств в контексте целостной жизнедеятельности личности. Индивидуальные свойства состав-

ляют важнейшую категорию ресурсов личности как субъекта жизни, крайне необходимую для продуктивного воплощения смысла [14], и по этой причине они подлежат оцениванию в процессе осознанной саморегуляции жизнедеятельности. Оцениваясь сквозь призму смысла жизни в качестве условий, небезразличных для успеха его реализации, индивидуальные свойства получают такую характеристику, как жизненный смысл. В зависимости от объективного отношения к процессу реализации смысла жизни индивидуальное свойство личности может наделяться позитивным (инструментальным), негативным (преградным), конфликтным (амбивалентным) жизненным смыслом, а может и вовсе не иметь жизненного смысла, если оно объективно индифферентно и никак не сказывается на успехе жизнедеятельности. Особую ценность для личности приобретают индивидуальные свойства с позитивным жизненным смыслом, которые обнаруживают высокую инструментальность, ресурсность, полезность и всячески содействуют продуктивной жизнедеятельности. Такие свойства в силу их причастности к жизненному успеху, т. е. эффективному овладению и продуктивному осуществлению жизнедеятельности, вслед за К. А. Абульхановой целесообразно описывать при помощи термина «жизненные способности» [1]. Раскрывая отношение индивидуального свойства к процессу осуществления смысла жизни, жизненный смысл «Я» существенно и характеризует данное свойство в качестве жизненной способности личности. В этой связи жизненный смысл «Я» следует полагать элементарной «клеточкой» строения и функционирования самоотношения личности как субъекта жизни. Среди свойств с ярко выраженным позитивным смыслом – жизненных способностей личности – выделяются и такие, которые в силу устойчивой полезности, надежности и безотказности в различных жизненных обстоятельствах снискали высочайшую ценность в глазах личности, т. е. превратились в ее *инструментальные ценности*. Этими свойствами личность дорожит, стремится их растить, культивировать и приумножать, а жизненные смыслы «Я», закрепленные за такими свойствами, становятся основополагающими для самоотношения личности как субъекта жизни.

Таким образом, с появлением смысла жизни ведущей деятельностью личностного развития становится жизнедеятельность, в контексте которой развивается и самоотношение личности как субъекта жизни. Основным «кирпичиком» в строении такого самоотношения является жизненный смысл «Я», который отражает объективное значение индивидуальных свойств личности для

процесса осуществления смысла жизни. Личность подвергает страстной оценке пригодность своих отдельных свойств и приспособленность себя в целом для реализации избранного ею смысла жизни. Смысл жизни выступает при этом высшим оценочным критерием для определения ценности, полезности, нужности индивидуальных свойств, которые осмысливаются личностью как особые жизненные способности. Самооценочная функция смысла жизни собственно и выражается в том, чтобы формировать у личности отношение к своим индивидуальным свойствам как к задаткам и способностям для продуктивной жизнедеятельности.

Ввиду тесной функциональной зависимости от смысла жизни самоотношение может обоснованно рассматриваться в качестве субъективного индикатора продуктивности индивидуальной жизнедеятельности или, по сути, жизненного успеха-неуспеха личности. Если оценочные переживания осмысленности и удовлетворенности жизнью напрямую сигнализируют об успешности практической реализации смысла жизни, то удовлетворенность личности собой как субъектом жизни свидетельствует об этом косвенно. «Главная функция самоотношения в жизнедеятельности здоровой автономной личности – это сигнализация о том, что в жизни все в порядке или, наоборот, не все» [22, с. 41]. Этим обусловлена прагматическая ценность самоотношения в практике осознанной саморегуляции обыденной жизнедеятельности, а также его диагностическая ценность для психологических исследований субъекта жизни. Позитивное самоотношение производно от успешной реализации смысла в жизни: оно свидетельствует не только о востребованности индивидуальных свойств в качестве жизненных способностей, но также указывает на знакомость, привычность для личности опыта продуктивной жизнедеятельности. Негативное самоотношение является побочным и неумышленным следствием неуспеха в осуществлении смысла жизни: оно отражает не только бесполезность, ненужность, преградность индивидуальных свойств в контексте реальной жизнедеятельности, но и конденсирует в себе опыт жизненных поражений личности. В силу того, что смысл жизни выполняет самооценочную функцию и участвует в формировании самоотношения личности, на определенном этапе развитое самоотношение закономерно начинает выполнять *сигнальную функцию* по отношению к процессу практической реализации смысла жизни. По мере вызревания самоотношения его функциональная связь со смыслом жизни теряет односторонний характер и оборачивается в двустороннюю зависимость данных психических структур личности.

К сожалению, в современной психологии практически отсутствуют исследования, объясняющие механизмы и закономерности самооценочной функции смысла жизни или хотя бы намекающие генетическую и функциональную зависимость самоотношения личности от данного феномена (развернутый обзор существующих исследований представлен в [9]). Для проникновения в эти скрытые механизмы, закономерности и зависимости весьма полезными являются результаты изучения феноменологии смысложизненного кризиса и его деформирующего воздействия на самоотношение личности [8; 9]. Дело в том, что в нормальных условиях функции смысла, равно как и само его присутствие в жизни, остаются латентными и незаметными, но в кризисных ситуациях, связанных с его потерей и нереализованностью, эти функции обнажаются и проступают с особой рельефностью. Смысложизненный кризис – тот самый случай, когда личность лишается привычных преимуществ вследствие угнетения или распада функций смысла жизни. В период смысложизненного кризиса функциональные механизмы, работа которых обеспечивается и опосредуется смыслом жизни, срываются и отказывают, в результате чего психические структуры личности подвергаются кризисным деформациям и дисфункциям. По этой причине исследования смысложизненных кризисов дают ценный материал, позволяющий демаскировать функции смысла жизни, которые «невидимы» в условиях литического развития личности. В проведенных нами исследованиях было показано, что в ситуации смысложизненного кризиса наблюдается угасание, искажение и нарушение самооценочной функции смысла жизни и, как следствие, прослеживается системная деформация самоотношения личности [8]. Общий вывод этих исследований можно сформулировать словами В. В. Столина: «Вместе с утратой смысла жизни утрачивается и смысл "Я"». Собственные качества и черты оказываются столь же ненужными и отчужденными, как и дела, которые этими чертами обеспечивались» [38, с. 234].

Выше уже отмечалось, что самоотношение личности как субъекта жизни в норме выполняет сигнальную функцию. Будучи звеном механизма обратной связи в системе осознанной саморегуляции жизнедеятельности, оно оповещает о том, насколько личность преуспела в практической реализации смысла жизни. Смысл жизни при этом выступает глубинным внутренним основанием, на котором базируется оценка личностью самой себя в качестве субъекта жизни, а позитивное самоотношение обычно является непреднамеренным продуктом успешного воплощения

смысла в жизни. Однако существуют ситуации, в которых сигнальная функция значительно нарушается из-за утраты адекватной связи самоотношения с уровнем реальных жизненных достижений личности. Психологической науке известны феномены защиты позитивного самоотношения, которые связаны с его «инкапсуляцией» и отрывом от жизненной действительности. А. У. Хараш, например, описывает «феномен защитного превращения самооценки»: «Самооценка, исходно представляющая собой своего рода дисплей, по которому субъект имеет возможность судить об адекватности своего поведения и продуктивности своей деятельности, обособляется в автономную подструктуру и становится предметом особых забот субъекта. Ее функция состоит теперь в том, чтобы продуцировать "внутренние" положительные оценки, способные заглушить неблагоприятные для субъекта оценочные реакции со стороны окружающих» [41, с. 39].

В ситуации хронического субъективно болезненного неуспеха, когда личность сталкивается с нереализованностью или нереализуемостью смысла собственной жизни, ее самоотношение также может переключиться в «защитный режим» и лишиться своей сигнальной функции. Чтобы оградить личность от дискомфортных и травмирующих переживаний по поводу несостоятельности, беспомощности в жизни, оно отрывается от реальной жизнедеятельности. Более того, оно начинает побуждать особую компенсаторную активность, которая направлена на иллюзорное самоутверждение и еще сильнее отстраняет личность от ее действительных жизненных задач и проблем. В результате подобной трансформации самоотношение перестает сигнализировать о положении дел и расстановке сил в реальной жизни и служит лишь тому, чтобы маскировать промахи, провалы, тупики, с которыми личность неминуемо встречается в своей жизнедеятельности.

Описанную перестройку самоотношения, особо характерную для смысложизненного кризиса в развитии личности, можно объяснить тем, что при отсутствии или утрате смысла жизни оно вырождается в самодостаточный, функционально автономный, но безосновательный мотив. Происходит своеобразный «сдвиг мотива на условие», искажающий ключевые функции самоотношения личности как субъекта жизни. Оно превращается в предмет специальной заботы, а его охрана и поддержание становятся особым мотивом личностной активности. Практическая деятельность, направленная на воплощение смысла жизни, сворачивается, а ее место занимает рефлексивная деятельность, связан-

ная с искусственным сохранением наличного самоотношения. Эта деятельность носит иллюзорно-компенсаторный характер, поскольку ее назначение состоит в том, чтобы восполнить недостаток объективных оснований для высокого самомнения личности за счет искажения восприятия собственной жизни и себя в ней. Она не помогает личности измениться в лучшую сторону и реально улучшить свою жизнь, но позволяет выстроить нереалистичный образ «Я» и неадекватное самоотношение. Применительно к личности, увязающей в смысложизненном кризисе, совершенно справедливо замечание Д. А. Леонтьева: «В этом случае самооценка перестает отражать состояние реальных жизненных процессов и заслоняет от человека мир, а порой искажает его, если правдивая картина мира угрожает его самооценке. Активность человека в мире оказывается в этом случае лишь средством поддержания высокой самооценки... Слишком большое внимание, уделяемое человеком своему Я – признак того, что он не достиг успеха в реализации своих жизненных целей» [22, с. 42].

Таким образом, в условиях смысложизненного кризиса из-за «выпадения» оценочной функции смысла жизни заметно страдает связанная с нею сигнальная функция самоотношения. Не имея опоры в смысле жизни, самоотношение становится дисфункциональным: оно дезориентирует личность в жизненной значимости ее индивидуальных свойств и дисрегулирует и без того малопродуктивную жизнедеятельность.

Разумеется, самоотношение не существует в виде изолированной структуры, оно входит в состав более широкой системы – самосознания личности как субъекта жизни, которое синтезирует знание себя, отношение к себе и особую внутреннюю работу, направленную на развитие личных свойств в качестве жизненных способностей. Для обозначения интегральной формы, в которой личность открывается самой себе как субъект жизни, адекватен термин «экзистенциальное «Я». По сути, экзистенциальное «Я» – это способ осознания и осмысления личности себя в системе объективных отношений с индивидуальной жизнью как целостностью. Как справедливо отмечает Д. А. Леонтьев, «в нем отражаются личностные особенности высшего, экзистенциального уровня, особенности не каких-то конкретных личностных структур, а общих принципов отношений личности с окружающим ее миром» [22, с. 41]. Оно выкристаллизовывается в контексте индивидуальной жизнедеятельности, а верховной инстанцией, которая определяет общий характер самопознания, самоотношения и самосовершенствования личности как субъек-

та жизни, выступает смысл жизни. Смысл жизни и сам входит в содержание экзистенциального «Я», поскольку личность внутренне «срастается» с ним и мыслит его как неотъемлемый атрибут самой себя – «мой» смысл жизни, смысл «моей» жизни или смысл жизни «для меня». Сознательные представления о смысле жизни составляют центральный фрагмент и несущее основание для экзистенциального «Я», на котором затем конструируются представления личности о себе как субъекте, призванном реализовать этот смысл и обладающим для этого набором индивидуальных качеств. Рядом исследований установлено, что экзистенциальное «Я» начинает формироваться в подростковом возрасте в качестве одного из компонентов Я-концепции и опирается, прежде всего, на представление личности о смысле собственной жизни [33; 50].

Основная функция экзистенциального «Я» заключается в том, чтобы регулировать жизнедеятельность с учетом и корректировкой на индивидуальные свойства личности как субъекта жизни. Отражая личность в целом и отдельные ее жизненные способности, оно служит ориентировочной основой для целого ряда процессов осознанной саморегуляции жизнедеятельности, в первую очередь, процесса моделирования значимых условий и программирования средств и способов практической реализации смысла жизни. Регуляторный эффект достигается за счет сообразования жизненных целей, планов, программ, прогнозов, моделей и т. д. с реально существующими возможностями и ограничениями, заданными индивидуальными свойствами личности как субъекта жизни. По мере вызревания смысла жизни как главного личностного стремления и превращения жизнедеятельности в ведущую деятельность, функциональная значимость экзистенциального «Я» увеличивается вплоть до того, что оно начинает довлеть над остальными компонентами (телесным, профессиональным, семейным «Я» и т. п.) внутри самосознания личности.

Другой аспект регулирующей функции экзистенциального «Я» связан с инициацией, стимуляцией и ориентацией специфической активности личности, обращенной на саму себя как субъекта жизни. Ключевую роль в этом играет самоотношение, которое за счет субъективной удовлетворенности либо неудовлетворенности личности по поводу себя в целом и собственных свойств в частности, мотивирует ее к самоизменению, саморазвитию и самосовершенствованию. Самоотношение функционирует не только как «дисплей», с помощью которого личность ведет «мониторинг» соответствия собственных свойств объективным тре-

бованиям жизнедеятельности, но и как автономный мотив, побуждающий к устранению несоответствий, нестыковок между присущими личности свойствами и процессом практической реализации смысла жизни. Если на начальных стадиях формирования самоотношения субъекта жизни как бы питается, снабжается энергией смысла жизни, то в последующем оно становится относительно самостоятельным побудителем, не теряя при этом функциональной связи и со смыслом жизни. По мере консолидации и стабилизации самоотношения процесс работы личности над собой приобретает форму систематической деятельности, вплетенной в структуру целостной жизнедеятельности и выполняющей подсобную, вспомогательную задачу – задачу оптимизации условий для повышения продуктивности жизнедеятельности [15]. Будет неверным полагать, что эта деятельность саморазвития является сугубо внутренним процессом: напротив, она включена в процесс практической жизнедеятельности и опосредована тем, что личность делает с собственной жизнью. Изменяя собственную жизнь в процессе жизнедеятельности, личность преобразует и саму себя как субъекта жизни. «Личность человека порождается в его деятельности, которая осуществляет его связи с миром. ...Становление ее проходит в напряженной внутренней работе, когда человек как бы постоянно решает задачу: «чему быть во мне?» – и, случается, отторгает от себя то, что обнажилось» [21, с. 382].

Между тем стоит еще раз акцентировать внимание, что даже зрелое развитое самоотношение, действующее в функции автономного мотива, в норме не утрачивает своей функциональной зависимости от смысла жизни. Это значит, что как сигнальная, так и побудительная функция самоотношения остается подчиненной интересам реализации смысла в жизни, т. е. является не самостоятельной, а служебной функцией в регуляции жизнедеятельности. Предельным мотивом, который скрывается за деятельностью саморазвития личности, является заинтересованность личности в полной реализации смысла жизни, а самоотношение лишь «преломляет» этот интерес на ее индивидуальные свойства.

По своей психологической природе самоотношение выступает смысловым образованием, которое генетически производно и функционально зависимо от смысла жизни как вышестоящей смыслообразующей инстанции. Психологической особенностью всех смысловых образований является то, что они проектируют идеальное с точки зрения конкретной личности состояние действительности [4; 23]. Это в равной степени справедливо

как для смысла жизни, так и для самоотношения личности, но если в содержании смысла жизни заложен идеальный замысел личности о своей будущей жизни, то в содержании самоотношения личности задано идеальное видение самой себя в будущем. При условии, что самоотношение личности формируется на фундаменте смысла жизни, как это было описано выше, жизненный идеал и личностный идеал оказываются коррелирующими друг с другом, точнее сказать, содержание жизненного идеала предопределяет специфику личностного идеала.

Зависимость самоотношения личности от смысла жизни в самом наглядном виде проступает при содержательном сравнении ее личностного и жизненного идеалов. Личностный идеал базируется на самоотношении, является замыслом того, какой личность хотела бы быть в настоящем или стать в будущем, и ориентирует деятельность саморазвития. Жизненный идеал основывается на смысле жизни, является замыслом о том, какой личность хотела бы сделать свою жизнь, и направляет всю жизнедеятельность. До тех пор пока личность осмысливает свои индивидуальные свойства в качестве инструментов и средств реализации смысла жизни, ее саморазвитие сохраняет интимную связь с жизнедеятельностью и не отрывается от нее, а содержание личностного идеала вытекает из жизненного идеала. Как подчеркивает Н. А. Низовских, «личностное саморазвитие человека самоценно, но не обладает абсолютной самоцельностью. Смыслы личностного саморазвития соотносятся со смыслами индивидуальной жизни» [28, с. 125]. Говоря простым языком, то, кем личность желает быть в перспективе, продиктовано тем, во что она стремится превратить свою жизнь.

Также можно сказать, что в смысле жизни предвосхищаются не только внешние предметные обстоятельства, но и внутренние личностные условия идеальной жизни, т. е. намечается не только жизненная перспектива, но и зона отдаленного личностного развития. Смысл жизни – это видение личностью не только своего будущего, но и себя в будущем; это ответ на сдвоенный вопрос: «Во что я хочу превратить свою жизнь и каким я хочу при этом стать?». В свернутом виде в смысле жизни присутствуют два идеала – жизненный и личностный, которые актуализируются и разворачиваются в едином процессе жизнедеятельности. Изменение индивидуальных особенностей и возможностей всегда опосредовано практическим преобразованием личностью обстоятельств индивидуальной жизни. В психологии, как отечественной, так и зарубежной, никто не сформулировал данную

закономерность с такой лаконичной ясностью, которая присуща С. Л. Рубинштейну: «Линия, ведущая от того, чем человек был на одном этапе своей истории, к тому, чем он стал на следующем, проходит через то, что он сделал» [34, с. 246].

Таким образом, совершенствование жизни с ориентацией на ее личностный смысл неотделимо от самосовершенствования личности как субъекта жизни с опорой на самоотношение. Воплощая смысл и приближаясь к идеалу жизни, личность одновременно движется в направлении своего идеального «Я». «В тот момент, когда я формирую свою судьбу, я как личность формирую характер, которым я обладаю. В результате формируется личность, которой я становлюсь. Что же это, однако, означает, как не то, что я не только поступаю в соответствии с тем, что я есть, но и становлюсь в соответствии с тем, как я поступаю», – утверждал В. Франкл [39, с. 114].

Заключение. Подводя общий итог анализу оценочной функции смысла жизни, можно констатировать, что она разветвляется как минимум на три относительно самостоятельные подфункции. Первая – это фиксация в смысле жизни генерализованной оценки, действующей по механизму неосознаваемой глобальной установки и определяющей общий подход личности к пониманию (жизненная философия), переживанию (жизненные чувства) и проживанию (жизненная позиция) собственной жизни. Вторая – это опосредствование смыслом жизни процесса оценивания, протекающего в рамках осознанной саморегуляции жизнедеятельности и результирующего в оценочных переживаниях личности по поводу актуального жизненного положения (переживания осмысленности жизни и удовлетворенности жизнью). Третья – это участие смысла жизни в процессах оценивания личностью собственных свойств в качестве значимых условий жизнедеятельности (жизненных способностей), в результате чего складываются самоотношение и самооценка личности как субъекта жизни.

Первый аспект оценочной функции существенно отличается от двух остальных тем, что укорененная в смысле жизни генерализованная оценка аккумулирует и кристаллизует в себе весь опыт взаимодействия личности с собственной жизнью как целостным объектом. Она устойчива, инертна, относительно независима от текущей динамики жизни и слабо подвержена изменениям. Для ее трансформации требуется тотальное переосмысление личностью всей своей жизни, что, как правило, случается в период глубочайших смысловых кризисов. Второй и третий аспекты оценочной функции между собой близки тем, что

смысл жизни работает в качестве критерия оценивания наличной, сложившейся жизненной ситуации, включая и саму личность в комплексе присущих ей индивидуальных свойств. Получаемая при этом оценка воплощается в таких феноменологических формах, как переживания осмысленности и удовлетворенности жизнью, а также самооценка, самоотношение личности – по сути, переживание ею собственной ценности, состоятельности, дееспособности в качестве субъекта жизни. Эти формы оценки гибки, текучи и максимально зависят от динамики жизнедеятельности личности и естественного развития жизненных обстоятельств. Они служат своеобразным внутренним «барометром», чутко реагирующим на успехи и неудачи личности в реализации смысла собственной жизни. Они могут колебаться с широкой амплитудой и даже принимать на определенное время отрицательную модальность, что само по себе еще не знаменует жизненного успеха и смысложизненного кризиса.

Функциональное сходство осмысленности жизни, удовлетворенности жизнью и самоотношения личности как субъекта жизни в том, что все эти феномены имеют оценочную природу, «продуцируются» при тесном посредстве смысла жизни и образуют механизм обратной связи в системе осознанной саморегуляции жизнедеятельности личности. Основное различие между ними заключается в том, что оценочные переживания осмысленности и удовлетворенности, адресованные непосредственно жизни, выступают прямой формой реализации оценочной функции смысла жизни, а оценочное отношение личности к своим индивидуальным свойствам как жизненным способностям и к самой себе в целом как субъекту жизни является косвенной формой проявления данной функции. Иными словами, оценочные переживания осмысленности и удовлетворенности – это первоочередные субъективные показатели того, что личность преуспела в своей жизнедеятельности и добилась жизненного успеха, а самоотношение и самооценка, сфокусированные на личности как субъекте жизни, служат второстепенными индикаторами жизненного успеха.

Список литературы

1. Абульханова, К. А. Психология и сознание личности (Проблемы методологии, теории и исследования реальной личности): Избранные психологические труды / К. А. Абульханова. – М.: МПСИ; Воронеж: МОДЭК, 1999. – 224 с.
2. Абульханова-Славская, К. А. Стратегия жизни / К. А. Абульханова-Славская. – М.: Мысль, 1991. – 299 с.

3. Александрова, Л. А. Субъективная витальность как составляющая личностного потенциала / Л. А. Александрова // Личностный потенциал: структура и диагностика. – М.: Смысл, 2011. – С. 382–403.
4. Братусь, Б. С. Аномалии личности / Б. С. Братусь. – М.: Мысль, 1988. – 301 с.
5. Васильюк, Ф. Е. Психология переживания (анализ преодоления критических ситуаций) / Ф. Е. Васильюк. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1984. – 200 с.
6. Гордеева, Н. Д. Функциональная структура действия / Н. Д. Гордеева, В. П. Зинченко. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1982. – 208 с.
7. Жизнь как ценность / под ред. Л. В. Фесенковой. – М.: Изд-во «Институт философии РАН», 2000. – 270 с.
8. Карпинский, К. В. Взаимосвязь самоотношения и смыслового кризиса в развитии личности / К. В. Карпинский // Мир психологии. – 2010. – № 4 (64). – С. 152–167.
9. Карпинский, К. В. Деформация самоотношения в период смыслового кризиса в развитии личности / К. В. Карпинский // Актуальные проблемы психологии личности: сборник научных статей / под ред. К. В. Карпинского. – Гродно: ГрГУ, 2009. – С. 50–80.
10. Карпинский, К. В. Кризисный потенциал неоптимального смысла жизни / К. В. Карпинский // Акмеология. – 2011. – № 3. – С. 564–567.
11. Карпинский, К. В. Осознанная саморегуляция жизненного пути личности / К. В. Карпинский // Психологическая служба. – 2003. – № 4. – С. 22–31.
12. Карпинский, К. В. Профессиональное самоотношение личности и методика его психологической диагностики / К. В. Карпинский, А. М. Колышко. – Гродно: ГрГУ, 2010. – 139 с.
13. Карпинский, К. В. Профессиональное самоотношение личности: теоретические подходы и методы диагностики / К. В. Карпинский, А. М. Колышко // Психологическая диагностика (тематический выпуск). – 2010. – № 3. – 126 с.
14. Карпинский, К. В. Смысл жизни и ресурсы его реализации: к пониманию механизмов личностного кризиса / К. В. Карпинский // Психология. Журнал Высшей школы экономики. – 2012. – Т. 9, № 4. – С. 27–59.
15. Карпинский, К. В. Человек как субъект жизни / К. В. Карпинский. – Гродно: ГрГУ, 2002. – 280 с.
16. Карпов, А. В. Психология рефлексивных механизмов деятельности / А. В. Карпов. – М.: Изд-во ИП РАН, 2004. – 424 с.
17. Конопкин, О. А. Психологические механизмы регуляции деятельности / О. А. Конопкин. – М.: Наука, 1980. – 256 с.
18. Кроник, А. А. Субъективная картина жизненного пути как предмет психологического исследования, диагностики и коррекции: дис. ... д-ра психол. наук: 19.00.01 / А. А. Кроник; ИП РАН. – М., 1994. – 71 с.
19. Куликов, Л. В. Психология настроения / Л. В. Куликов. – СПб.: Изд-во С.-Петербург. гос. ун-та, 1997. – 225 с.
20. Леонтьев, А. Н. Деятельность. Сознание. Личность / А. Н. Леонтьев. – М.: Политиздат, 1975. – 304 с.
21. Леонтьев, А. Н. Избранные психологические произведения. В 2 т. / А. Н. Леонтьев. – М.: Педагогика, 1983. – Т. 1. – 392 с.

22. Леонтьев, Д. А. Очерк психологии личности / Д. А. Леонтьев. – М.: Смысл, 1993. – 43 с.
23. Леонтьев, Д. А. Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой реальности / Д. А. Леонтьев. – М.: Смысл, 1999. – 487 с.
24. Леонтьев, Д. А. Стереометрия жизни / Д. А. Леонтьев // Человек – наука – гуманизм: К 80-летию со дня рождения академика И. Т. Фролова / отв. ред. А. А. Гусейнов. – М.: Наука, 2009. – С. 668–676.
25. Лэнгле, А. Эмоции и экзистенция / А. Лэнгле. – Х.: Гуманитарный центр, 2007. – 332 с.
26. Моросанова, В. И. Саморегуляция и индивидуальность человека / В. И. Моросанова. – М.: Наука, 2010. – 519 с.
27. Моросанова, В. И. Самосознание и саморегуляция поведения / В. И. Моросанова, Е. А. Аронова. – М.: Институт психологии РАН, 2007. – 213 с.
28. Низовских, Н. А. Смыслы жизни и личностное саморазвитие человека: психосемантический подход / Н. А. Низовских // Проблема смысла в науках о человеке (к 100-летию Виктора Франкла). – М.: Смысл, 2005. – С. 124–126.
29. Низовских, Н. А. Человек как автор самого себя: психосемантическое исследование жизненных принципов в структуре саморазвивающейся личности / Н. А. Низовских. – М.: Смысл, 2007. – 255 с.
30. Обуховский, К. Психология влечений человека / К. Обуховский. – М.: Прогресс, 1971. – 247 с.
31. Олпорт, Г. Становление личности: Избранные труды / Г. Олпорт. – М.: Смысл, 2002. – 462 с.
32. Пантилеев, С. Р. Самоотношение как эмоционально-оценочная система / С. Р. Пантилеев. – М.: МГУ, 1991. – 110 с.
33. Попова, Т. А. Смысложизненный аспект процесса становления Я-концепции подростка / Т. А. Попова // Вестник Московского государственного областного университета. Серия «Психологические науки». – 2008. – № 4. – С. 93–99.
34. Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии. В 2 т. / С. Л. Рубинштейн. – М.: Педагогика, 1989. – Т. 2. – 328 с.
35. Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии. В 2 т. / С. Л. Рубинштейн. – М.: Педагогика, 1989. – Т. 1. – 488 с.
36. Рубинштейн, С. Л. Проблемы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. – М.: Педагогика, 1973. – 424 с.
37. Салихова, Н. Р. Ценностно-смысловая организация жизненного пространства личности / Н. Р. Салихова. – Казань: Изд-во Казан. ун-та, 2010. – 452 с.
38. Столин, В. В. Самосознание личности / В. В. Столин. – М.: МГУ, 1983. – 284 с.
39. Франкл, В. Человек в поисках смысла / В. Франкл. – М.: Прогресс, 1990. – 368 с.
40. Фромм, Э. Душа человека / Э. Фромм. – М.: Республика, 1992. – 430 с.
41. Хараш, А. У. Личность в общении / А. У. Хараш // Общение и оптимизация совместной деятельности / под ред. Г. М. Андреевой, Я. Яноушека. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1987. – С. 30–41.

42. Харрис, Т. Я о`кей – Вы о`кей / Т. Харрис. – Красноярск, 1993. – 288 с.
43. Чудновский, В. Э. Становление личности и проблема смысла жизни: Избранные труды / В. Э. Чудновский. – М.: МПСИ, Воронеж: МОДЭК, 2006. – 768 с.
44. Швейцер, А. Благоговение перед жизнью / А. Швейцер. – М.: Прогресс, 1992. – 574 с.
45. Abdel-Khalek, A. M. Love of life and death distress: Two separate factors / A. M. Abdel-Khalek // *Omega: Journal of Death and Dying*. – 2007. – № 55. – P. 267–278.
46. Abdel-Khalek, A. M. Love of life as a new construct in the well-being domain / A. M. Abdel-Khalek // *Social Behavior and Personality*. – 2007. – № 35. – P. 125–134.
47. Abdel-Khalek, A. M. Love of life in Kuwaiti and American college students / A. M. Abdel-Khalek, D. Lester // *Psychological Reports*. – 2011. – Vol. 108, № 1. – P. 94–104.
48. Adler, A. *Sens zycia* / A. Adler. – Warszawa: PWN, 1986. – 276 s.
49. Carver, C. On the Self-Regulation of Behavior / C. Carver, M. Scheier. – N.Y.: Cambridge University Press, 1998. – 460 p.
50. Damon, W. The development of purpose during adolescence / W. Damon, J. Menon, K. Cotton // *Applied Developmental Science*. – 2003. – № 7. – P. 119–128.
51. Diener, E. Subjective Well-Being: Three Decades of Progress / E. Diener, E. Suh, R. Lucas, H. Smith // *Psychological Bulletin*. – 1999. – № 125 (2). – P. 276–302.
52. Exploring Existential Meaning: Optimizing Human Development Across the Life Span / G. T. Reker, K. Chamberlain (Eds.). – Thousand Oaks: Sage, 1999. – 240 p.
53. Koltko-Rivera, M. E. The psychology of worldviews / M. E. Koltko-Rivera // *Review of General Psychology*. – 2004. – № 8. – P. 3–58.
54. Langle, A. The Search for Meaning in Life and the Existential Fundamental Motivations / A. Langle // *International Journal of Existential Psychology and Psychotherapy*. – 2004. – Vol. 1, № 1. – P. 28–37.
55. Nix, G. A. Revitalization through self-regulation: The effects of autonomous and controlled motivation on happiness and vitality / G. A. Nix, R. M. Ryan, J. B. Manly, E. L. Deci // *Journal of Experimental Social Psychology*. – 1999. – № 35. – P. 266–284.
56. Popielski, K. *Psychologia egzystencji: Wartości w życiu* / K. Popielski. – Lublin: KUL, 2008. – 308 s.
57. Reker, G. T. The Life Attitude Profile (LAP): A multidimensional instrument for assessing attitudes towards life / G. T. Reker, E. J. Peacock // *Canadian Journal of Behavioral Science*. – 1981. – № 13. – P. 264–273.
58. Ryan, R. M. From ego-depletion to vitality: Theory and findings concerning the facilitation of energy available to the self / R. M. Ryan, E. L. Deci // *Social and Personality Psychology Compass*. – 2008. – № 2. – P. 702–717.
59. Ryan, R. M. On energy, personality, and health: Subjective vitality as a dynamic reflection of well-being / R. M. Ryan, C. M. Frederick // *Journal of Personality*. – 1997. – № 65. – P. 529–565.

60. Thompson, S. C. Life schemes: A framework for understanding the search for meaning / S. C. Thompson, A. S. Janigian // Journal of Social and Clinical Psychology. – 1988. – № 7. – P. 260–280.

61. Wong, P. T. P. Positive psychology 2.0: Towards a balanced interactive model of the good life / P. T. P. Wong // Canadian Psychology. – 2011. – № 52 (2). – P. 69–81.

Карпинский Константин Викторович – кандидат психологических наук, доцент, зав. кафедрой экспериментальной и прикладной психологии Гродненского государственного университета имени Янки Купалы.

УДК 159.9

Е. Н. Осин, С. С. Кузнецова, А. В. Малютина

ИМПЛИЦИТНЫЕ КОНЦЕПЦИИ СМЫСЛА ЖИЗНИ И ОСМЫСЛЕННОЙ ЖИЗНИ*

На основе анализа различных психологических подходов к смыслу жизни и деятельностно-смыслового подхода Д. А. Леонтьева авторы ставят проблему индивидуальных различий в структуре, функциях и генезе смысла жизни как прижизненного регуляторного психического новообразования, формирующегося личностью в контакте с культурным контекстом. Выдвинута гипотеза о том, что с различными процессами внутренней регуляции связаны разные сознательные представления, или имплицитные концепции, смысла жизни. Представлены результаты исследования на выборке от 391 респондента с использованием анкеты «Имплицитные концепции смысла жизни» Е. Н. Осина, а также ряда индикаторов субъективного благополучия (осмысленность жизни, субъективное счастье) и саморегуляции (жизнестойкость, воспринимаемый выбор, системная рефлексия, самоконтроль). С использованием кластерного анализа выделены 4 типа представлений, обозначенных как деятельностная, рефлексивная, конфликтная и отчуждённая концепции смысла жизни. Между подгруппами респондентов с разными имплицитными концепциями смысла жизни обнаружены достоверные различия в показателях осмысленности жизни, системной рефлексии, самоконтроля, самодетерминации, а также в опыте взаимодействия с проблемой смысла жизни. Результаты свидетельствуют о валидности выделенных имплицитных концепций смысла и позволяют сделать вывод о необходимости учёта последних при исследовании смысла жизни с помощью метода субъективного самоотчёта.

Ключевые слова: смысл жизни, осмысленная жизнь, имплицитные концепции, обыденные представления, кластерный анализ, отчуждение.

* Исследование осуществлено в рамках Программы фундаментальных исследований НИУ ВШЭ в 2013 году.

Смысл жизни – один из наиболее сложных и неоднозначных конструктов в современной психологии и гуманитарных науках. Несмотря на то, что философы с древности задавались вопросом о том, что делает жизнь человека ценной, значимой, соответствующей предназначению или идеалу, разнообразие мнений по этому поводу лишь росло, и оно не уменьшилось с появлением научной психологии. Обобщая существующие определения смысла в психологии, Д. А. Леонтьев насчитал более 25 вариантов понимания этого конструкта (не считая лингвистических, семантических определений смысла как внеличностной реальности) и обозначил основные направления развития психологических представлений о смысле [5; 7]. Оставляя проблему соотношения понятий смысла и смысла жизни за рамками данной статьи, очертим многообразие теоретических представлений психологов о смысле жизни в нескольких основных тезисах.

1. С конструктом смысла жизни разные авторы связывают явления, относящиеся к различным классам психических процессов: а) когнитивных (таких как убеждения, касающиеся предназначения жизни человека, понимание направления собственной жизни, сознательно поставленные общие жизненные цели), б) эмоциональных (таких как переживание полноты бытия, включённости в процесс жизни, переживание ценностей, чувство связности жизни как целого), в) поведенческих (таких как наличие у жизни общего направления, которое очевидно окружающим, но может быть не очевидно самому субъекту). В рамках деятельностно-смыслового подхода к мотивации смысл рассматривается не как понятие, заданное феноменологически, а как гипотетический конструкт, описывающий регуляторный принцип человеческого поведения и позволяющий объяснить взаимосвязь этих явлений [5]. Таким образом, с точки зрения ряда авторов смысл жизни может рассматриваться как идея или сознательное представление (В. Франкл), как эмоциональное переживание (М. Чиксентмихай), наличие в жизни некоторой цели (А. Адлер, А. Н. Леонтьев) или направления (С. Л. Рубинштейн), либо как нечто, лежащее в основе всей совокупности перечисленных феноменов (Д. А. Леонтьев, Е. Н. Осин).

2. Смысл жизни может рассматриваться в парадигме изолированного индивида (через феноменологию индивидуального сознания) или в парадигме жизненного мира, как интегральная содержательная характеристика жизненных отношений с миром, которые осуществляет в своей деятельности субъект [11] и которая на определённом уровне личностного развития становится

регуляторным принципом его поведения. На полюсах этой дихотомии поиск смысла предстаёт соответственно как решение рефлексивной задачи путём ухода внутрь себя (К. Г. Юнг) или, наоборот, как открытость ценностям и поиск возможностей их осуществления в мире (В. Франкл, А. Лэнгле). Со второй точки зрения, одного лишь осознания смысла недостаточно, если не происходит его деятельного осуществления, и переживание кризиса смысла является субъективным переживанием неполноты реальных жизненных отношений индивида.

3. Некоторые авторы рассматривают смысл жизни как предмет универсальной человеческой потребности (В. Франкл, Э. Фромм), другие говорят о том, что наличие смысла или жизненной миссии характерно лишь для высоких уровней развития личности (А. Маслоу, С. Л. Рубинштейн), и эта проблема встаёт перед человеком лишь на определённом этапе личностного роста, индивидуации (К. Г. Юнг). С точки зрения теорий, рассматривающих процесс развития субъекта как процесс последовательного становления более сложных механизмов саморегуляции, овладения собой [10], смысл жизни выступает сравнительно поздним, необязательным онтогенетическим образованием, присутствующим лишь автономной личности, принципы развития которой описываются в различных теориях как индивидуация (К. Г. Юнг), самоактуализация (А. Маслоу), индивидуализация жизненного стиля (С. Мадди). С этой точки зрения, вопрос о смысле жизни выступает не данностью, а одной из возможностей развития, и с этим вопросом как с собственной личностной проблемой сталкивается далеко не каждый человек.

4. Помимо того, что смысл жизни является психологическим образованием, он существует и в интерпсихической форме, как социальный конструкт. Рассматривая личность как открытую систему, развивающуюся в ходе взаимодействия с культурой («межличностным смысловым полем» – [7]), мы приходим к тому, что если не с *проблемой*, то с *понятием* смысла жизни сталкивается большинство людей. Для некоторых людей эта встреча становится содержанием сознательных рефлексивных процессов, приводящих к становлению «смысла жизни» как качественно специфической формы внутренней регуляции субъектом деятельности (в терминах неклассической психодиагностики Д. А. Леонтьева [9], смысл жизни представляет собой межуровневый регулятор, который играет роль, в первую очередь, при совершении субъектом жизненного выбора). Понятие смысла жизни может стать культурным средством, которое помогает человеку идентифицировать

собственные ценности и сознательно выстроить жизнь как целостный процесс, устремлённый к их осуществлению.

В случае, когда человек не выстраивает свою жизнь сознательно, он может иметь некоторое представление о смысле жизни, но, вероятно, не использует его в процессах жизненного выбора. Можно предположить, что люди, у которых предлагаемый культурой вопрос о смысле жизни не становится катализатором становления качественно специфического внутреннего опыта, определяют для себя это понятие в каких-то других знакомых им терминах, например, как неспецифическое субъективное переживание (такими, как удовлетворённость жизнью) или соответствие жизни определённому стандарту. Ещё один возможный вариант отношения к понятию смысла жизни – рассматривать сам вопрос о смысле как бессмысленный и абсурдный либо актуальный лишь для некоторых людей, к которым сам субъект себя не относит. В этих случаях конструкт смысла жизни не является внутренним психологическим средством жизнетворчества, но нельзя исключать, что человек сознательно строит свою жизнь с использованием других культурных средств. Итак, мы предполагаем, что за различными сознательными представлениями о смысле жизни стоят различные формы внутренней регуляции деятельности.

Потенциальное многообразие индивидуальных форм смысла жизни как прижизненного регуляторного психического новообразования ограничивает возможности применения для изучения этого конструкта традиционной методологии анализа по переменным, целью которой является поиск универсальных закономерностей. Предположению о том, что существуют различные типы людей с разными принципами смысложизненной саморегуляции, более адекватна методология личностно-ориентированного подхода, направленная на выделение типологических паттернов и изучения специфики их закономерностей [18]. В эмпирических исследованиях эта методология реализуется с помощью методов классификации.

Проблему неоднозначности содержания понятия «смысл жизни» можно обозначить как проблему имплицитных концепций смысла жизни, понимая последние, вслед за Дж. Брунером и Р. Тагиури [16], как совокупность неявных обыденных представлений индивида о смысле жизни (его сущности, источниках, функциях и последствиях). Эмпирически разработаны понятия имплицитных теорий личности и способностей (см. в [1]); недавно под руководством Г. В. Иванченко были проведены исследо-

вания обыденных представлений о творческой личности, профессионале, верующем и атеисте [2]. В данной работе речь пойдет об исследовании содержания и психологических коррелятов обыденных представлений о смысле жизни.

Изучение имплицитных концепций смысла жизни важно, в первую очередь, потому, что в подавляющем большинстве исследований этой психологической реальности используется метод субъективного самоотчёта (опросники, интервью), и вопросы часто формулируются непосредственно в терминах «смысла жизни». Валидность результатов таких исследований опирается на скрытое допущение о том, что респонденты единообразно понимают сам вопрос (и их понимание соответствует тому, что предполагает исследователь), однако это допущение может быть необоснованным в том случае, если существуют качественно специфические типы имплицитных концепций смысла жизни.

Одним из эмпирических свидетельств в пользу такого предположения являются различия в содержании описаний смысла жизни в текстах обычных людей (исследования по методике П. Иберсола – см. [6]) и выдающихся людей [17]. Даже с учётом ограниченных возможностей соотнесения результатов этих качественных исследований друг с другом, в силу различий в процедурах сбора и обработки данных, обращает на себя внимание тот факт, что обычные респонденты более склонны описывать смысл жизни в терминах мотивов, выступающих предметами удовлетворения конкретных потребностей (отношения, здоровье, материальные блага), а выдающиеся люди – в терминах наличия деятельности (работа, служение другим людям или высшей цели, рост, преодоление) и субъективных характеристик её процесса (полнота проживания жизни, наслаждение «моментом»). Выдающимся людям также свойственно наличие собственной позиции по отношению к смыслу жизни (жизнь как загадка, жизнь как вызов или необходимость создать свой собственный смысл). Эти данные позволяют предположить, что доля респондентов, которые соотносят понятие смысла жизни со специфической формой внутренней регуляции деятельности, существенно выше среди выдающихся людей.

К сожалению, традиционные методы изучения смысла жизни, как правило, не позволяют соотнести содержание его имплицитной концепции у разных респондентов. Целью нашего исследования стала проверка гипотезы о возможности выделения различных качественно специфических имплицитных концепций смысла жизни. В 2010–2012 гг. нами было проведено три серии исследования на выборках добровольцев с использованием едино-

го инструментария (предварительные результаты одной из серий исследования были частично представлены ранее – [3]).

Гипотезы исследования:

1. Существуют индивидуальные различия в представлениях о смысле жизни по следующим основаниям: сущность смысла жизни (представляет ли он собой идею, переживание, цель, объективное направление жизни, иллюзию), его постижимость (может ли он быть понят, можно ли найти ответ на вопрос о смысле жизни), всеобщность (есть ли он у каждого человека, встаёт ли вопрос о смысле перед каждым), необходимость (необходим ли он для жизни), преддетерминированность (является ли он данностью или возможностью), универсальность (является ли он уникальным для каждого человека), роль сознательной активности индивида (необходим ли поиск смысла для его возникновения), роль индивидуального выбора (является ли смысл жизни результатом выбора), причины столкновения с вопросом о смысле (роль жизненных трудностей), а также субъективная актуальность вопроса о смысле жизни.

2. Существуют целостные имплицитные концепции смысла жизни (типы обыденных представлений о смысле жизни), задаваемые индивидуальными профилями по совокупности перечисленных измерений.

3. Различные имплицитные концепции смысла жизни связаны с разными уровнями осмысленности жизни и поиска смысла (по показателям традиционных самоотчётных методик), а также субъективного счастья.

4. Различные имплицитные концепции смысла жизни связаны с различными показателями устойчивых личностных характеристик, которые теоретически способствуют обнаружению и осуществлению смысла (показатели рефлексии, самодетерминации, самоконтроля, жизнестойкости).

Методика исследования. Исследование выполнено в форме анкетирования на трёх выборках: 1) бланковой (N = 138), 2) интернет-выборке (N = 113) и 3) бланковой (N = 140). Всего в исследовании приняли участие 391 респондент, доля мужчин составила 29,8 %. Возраст респондентов варьировал от 14 до 77 лет (средний возраст составил 24,7 года, стандартное отклонение – 10,7 года, медиана – 21 год, межквартильный размах – 5 лет). Большинство респондентов составили студенты различных специальностей (студенты-психологи были отмечены отдельно; их доля составила 27,4 %). Все респонденты заполняли исследование анонимно и добровольно, без какого-либо вознаграждения.

Инструменты исследования:

1. Предварительная анкета, в которую были включены пункты, касающиеся демографии респондентов (пол, возраст, образование, род деятельности), а также несколько вопросов с целью изучить опыт взаимодействия респондента с понятием смысла жизни и подготовить его к заполнению последующих методик:

1.1. «Задумывались ли Вы когда-либо о смысле Вашей собственной жизни?» (варианты ответа: «да, и продолжаю думать об этом время от времени», «да, в моей жизни был такой период, но в настоящее время я не задаюсь этим вопросом», «нет, никогда не задумывался(ась)»);

1.2. «Если Вы ответили, что был такой период, но в настоящее время не задаётесь этим вопросом, то почему?» (варианты ответа: «я понял(а), в чём состоит смысл моей жизни», «я понял(а), что пытаться ответить на этот вопрос бессмысленно», «ситуация изменилась, и эта проблема утратила для меня актуальность», «другое» – свой вариант ответа);

1.3. «Есть ли у Вас ощущение, что Вы понимаете, что такое смысл жизни, когда Вас об этом спрашивают?» (варианты ответа: «совершенно не понимаю», «скорее не понимаю», «нечто среднее», «скорее понимаю», «хорошо понимаю»).

В предварительную анкету входили также качественные методики (вопросы о возрасте, когда человек впервые задумался о смысле жизни, причинах этого, содержании понятия «смысл жизни»), анализ данных которых будет представлен в отдельных публикациях.

2. Анкета «ИмPLICITные концепции смысла жизни» (Е. Н. Осин): на основании анализа вариантов определения смысла жизни в различных психологических теориях было сформулировано 6 униполярных и 14 биполярных утверждений, оцениваемых по 5-балльной шкале. Инструкция звучала: «Пожалуйста, оцените следующие утверждения о смысле жизни (обведите цифру)...» Формулировки утверждений приведены в таблице 1.

3. Анкета «ИмPLICITные концепции осмысленной жизни» (Е. Н. Осин): за основу был взят список категорий источников смысла жизни из исследований П. Иберсола [6], который был дополнен по итогам анализа теоретических представлений о ценностях и источниках смысла ряда авторов (В. Франкл, М. Рокич, Д. А. Леонтьев и др.). Респонденту давалась инструкция: «Что необходимо должно присутствовать в жизни человека для того, чтобы жизнь была осмысленной, имела смысл?» Каждое из 20

утверждений предлагалось оценить по 5-балльной шкале («совершенно необязательно» – «совершенно необходимо»).

Во всех 3-х сериях исследования (N = 391) использовались следующие инструменты:

4) Тест смысложизненных ориентаций (СЖО) Д. А. Леонтьева [4]. Для расчёта показателей по субшкалам использовались обновлённые ключи [14], опирающиеся на структуру из 4 факторов, полученную на большой выборке (N = 2560: по этим данным выделяется только один фактор локуса контроля вместо двух). Надёжность общего показателя по тесту составляет 0,91, по субшкалам – в диапазоне 0,80–0,84 для 3 основных субшкал и 0,69 для локуса контроля.

5. Опросник «Смысл в жизни» (MLQ) ([21]; перевод Е. Н. Осина) включает 10 утверждений, оцениваемых по 7-балльной шкале и сгруппированных в 2 субшкалы: присутствие смысла и поиск смысла. На данной выборке двухфакторная теоретически ожидаемая структура хорошо соответствует данным (алгоритм оценки MLR: $\chi^2(34) = 88,99$; CFI = 0,959; RMSEA = 0,064), обе шкалы демонстрируют высокую надёжность (α Кронбаха составляет 0,86 для шкалы присутствия смысла и 0,87 для шкалы поиска смысла).

6. Шкала субъективного счастья С. Любомирски [12]. Использован вариант из 3 утверждений, оцениваемых по 7-балльной шкале ($\alpha = 0,81$).

Только в серии 3 (N = 140) использованы 4 дополнительных инструмента:

7. Шкала самодетерминации К. Шелдона и Э. Деси [20]. Эта экспресс-методика включает 12 биполярных утверждений, оцениваемых по 5-балльной шкале и сгруппированных в 3 субшкалы по итогам конфирматорного факторного анализа [15]. Субшкала воспринимаемого выбора ($\alpha = 0,82$) измеряет ощущение наличия выбора в жизни, субшкала самовыражения ($\alpha = 0,73$) – чувство собственного вклада в процесс жизни, субшкала аутентичности ($\alpha = 0,68$) – переживание соответствия между результатами жизненного выбора и представлением индивида о себе.

8. Краткая версия теста жизнестойкости С. Мадди [13] из 24 утверждений ($\alpha = 0,90$).

9. Дифференциальный тест рефлексии [9]. Новая версия этой методики включает 30 утверждений, сгруппированных в 3 шкалы, структурная валидность и надёжность которых показаны на большой выборке (N = 1577): системная рефлексия ($\alpha = 0,78$), квазирефлексия ($\alpha = 0,84$) и фантазирование ($\alpha = 0,84$).

10. Шкала самоконтроля Р. Баумайстера ([22]; перевод Т.О. Гордеевой). Пилотажная версия этой методики включает 38 утверждений, оцениваемых по 5-балльной шкале и обладает высокой надёжностью ($\alpha = 0,90$ на данной выборке).

Результаты и их обсуждение. Первым этапом исследования было выделение целостных типов имплицитных концепций смысла жизни. Для этого был использован иерархический кластерный анализ на 20 пунктах анкеты «Имплицитные концепции смысла жизни» (15 респондентов, пропустивших 1 пункт, были исключены). Основную сложность при кластерном анализе представляет собой выбор процедуры классификации и количества кластеров в модели; метод Уорда с квадратической Евклидовой метрикой был выбран как наиболее оптимальный вариант, по данным сравнительных исследований [19]. Для выбора количества кластеров и стандартизации данных (сравнивались модели на сырых и стандартизованных в z-оценки пунктах) использовался критерий внешней валидности (наличие и магнитуда значимых различий по показателям переменных, не использованных для кластеризации). Модели на стандартизованных пунктах оказались более валидными. В результате была выбрана модель из 4 кластеров, дальнейшее разбиение каждого из которых на подгруппы не выражалось в значимых различиях по показателям других шкал.

Описательные статистики по пунктам анкеты «Имплицитные концепции смысла жизни» приведены в таблице 1. С учётом результатов сравнения распределений каждой переменной по кластерам с помощью непараметрического критерия Краскала-Уоллиса, эти данные позволяют дать содержательную интерпретацию полученным имплицитным концепциям.

Представители **первой группы** ($N = 132$) связывают смысл жизни с наличием в жизни определённой цели или объективного направления, которое с необходимостью присутствует в жизни каждого человека. Этот смысл является уникальным, представляет собой не всеобщую данность, а индивидуальную возможность, которую человек может осуществить. Вопрос о смысле жизни для этих респондентов выглядит разумным и актуальным, они признают возможность найти на него ответ.

Для представителей **второй группы** ($N = 96$) смысл жизни – это, в первую очередь, феномен сознания: переживание, внутреннее ощущение или идея. По их мнению, смысл жизни есть далеко не у каждого: он присутствует лишь у тех, кто его сознательно нашёл, и в этом отношении зависит от сознательного вы-

бора человека. Вопрос о смысле жизни также выглядит для них актуальным, хотя, по их мнению, это вопрос, которым задаются далеко не все люди.

Третья группа (N = 82) респондентов демонстрирует достаточно размытую, неопределённую концепцию смысла жизни. Вопрос о смысле жизни, по их мнению, встаёт перед каждым и возникает, когда в жизни человека не всё в порядке, но при этом смысл жизни может быть даже у тех, кто никогда о нём не задумывался. В более подробных кластерных моделях эта группа разбивается на две (здесь и далее содержательная интерпретация имплицитных концепций в подгруппах опирается на значимые различия в их показателях по критерию Манна-Уитни).

Представители подгруппы 3а (N = 34) дают ответы выше средних на вопросы 1–6, связывая смысл со всеми перечисленными феноменами; смысл, по их мнению, необходимо создать, он возникает в результате выбора человека и может быть лишь у тех, кто сознательно его нашёл; это вопрос, который их беспокоит, но на него невозможно найти ответ. Представители подгруппы 3б (N = 48) связывают смысл с переживанием, внутренним ощущением, которое имеет место вне зависимости от выбора человека и его достаточно осознать; вопрос о смысле их беспокоит в меньшей степени.

Вероятно, в третьем кластере объединились респонденты, которые столкнулись (или продолжают сталкиваться) с трудностями в ходе попыток понять смысл жизни; и их концепция смысла противоречива. По показателям других использованных методик представители двух подгрупп не обнаруживали существенных значимых различий.

Наконец, представители **четвёртой группы (N = 66)** не склонны связывать смысл жизни с конкретными субъективными феноменами или объективным направлением жизни; для них смысл жизни – это иллюзия, и вопросом о нём бесполезно задаваться. Смысл понимается ими как единая, универсальная, всеобщая данность, которая от человека не зависит; её можно только осознать, но это необязательно для жизни. Вопросом о смысле, по их мнению, задаются лишь немногие, но этот вопрос их самих в настоящее время не беспокоит, поскольку это бессмысленный вопрос, на который невозможно найти ответ.

В более подробных кластерных моделях эта группа также делится на две. Представители подгруппы 4а (N = 22) не считают вопрос о смысле бесполезным, однако смысл, по их мнению, это данность, которая от человека не зависит, он универсален и

не является предметом выбора. Эту концепцию смысла можно обозначить как космический смысл. Представители подгруппы 4б (N = 44) считают вопрос о смысле бесполезным и бессмысленным, а сам смысл – иллюзией, возможностью, реализация которой не является необходимой для жизни. Их имплицитную концепцию смысла можно обозначить как абсурдность жизни. Представители этих двух подгрупп обнаруживали значимые различия (критерий Манна-Уитни, $p < 0,05$) по показателям воспринимаемого выбора, субшкалы «Локус контроля» теста СЖО, а также шкалы присутствия смысла опросника MLQ: представители подгруппы 4а сообщают о том, что в их жизни меньше выбора, но больше смысла, по сравнению с представителями подгруппы 4б.

Несмотря на то, что эти две подгруппы содержательно различаются, мы выбрали 4-кластерную модель по двум соображениям. Прежде всего, с содержательной точки зрения оба варианта отношения к проблеме смысла представляют собой формы отказа от попыток решить её применительно к собственной жизни, или, в терминологии концепции С. Мадди (см. Осин, Леонтьев, 2007), это формы отчуждения: бессилие и нигилизм, соответственно. Хотя концепция космического смысла, характерная для подгруппы 4а, и может быть связана с участием в религиозной жизни (самоотречение как этап духовного роста), у людей, не погруженных глубоко в религиозную традицию, такой взгляд выглядит скорее проявлением бессилия: вместо активного поиска смысла (который в рамках религиозной практики мог бы концептуализироваться как попытка осуществить божественный замысел в уникальных условиях собственной жизни) человек отказывается от усилий, перекладывая на высшую силу (например, Бога или судьбу) ответственность за направление собственной жизни. Нигилистическое же отношение к проблеме смысла жизни, характерное для подгруппы 4б, может быть описано формулой: «смысла нет и не надо». Дополнительным соображением в пользу сохранения группы 4 как целостной являлся небольшой объем полученной подгруппы 4а: для дифференцированного изучения различных вариантов отчужденных концепций смысла необходимы более крупные выборки.

Полученные в 4 подгруппах имплицитные концепции смысла можно обозначить как «деятельностную» (подгруппа 1), «рефлексивную» (подгруппа 2), «конфликтную» (подгруппа 3) и «отчужденную» (подгруппа 4).

Таблица 1 – Описательные статистики и результаты сравнения подгрупп по вопросам анкеты «Имплицитные концепции смысла жизни»

Формулировка вопроса			По выборке		Средние по группам (в z-оценках по шкалам)				Значимость различий (крит. Краскала-Уоллиса) H(3; 376)
			Ср.	Станд. откл.	1	2	3	4	
1			2	3	4	5	6	7	8
Смысл жизни – это ...	1	Идея, сознательное представление	3,66	1,10	0,16	0,41	-0,25	-0,53	37,34***
	2	Переживание, внутреннее ощущение	3,59	1,23	-0,18	0,43	0,16	-0,44	34,15***
	3	Наличие в жизни некоторой цели	4,02	1,06	0,35	0,25	-0,27	-0,83	63,95***
	4	Общее направление жизни человека	3,85	1,10	0,29	-0,10	-0,02	-0,46	19,63***
	5	Иллюзия, потому что жизнь абсурдна	1,71	0,99	-0,36	-0,30	0,39	0,63	62,21***
	6	Вопрос, которым бесполезно задаваться	1,90	1,22	-0,48	-0,45	0,36	1,25	134,93***
Смысл жизни ...	7	(1) при желании можно понять ... можно только ощутить, переживать (5)	2,93	1,10	-0,38	0,12	0,16	0,31	26,43***
	8	(1) есть у каждого человека ... есть далеко не у каждого (5)	2,99	1,40	-0,62	0,78	-0,20	0,39	122,43***
	9	(1) необходим человеку для жизни ... можно жить и без него (5)	2,59	1,29	-0,57	0,27	0,23	0,57	77,11***
	10	(1) это данность, которая от человека не зависит ... это возможность, которую человек может осуществить (5)	4,03	0,90	0,17	-0,01	-0,01	-0,36	13,36**
	11	(1) необходимо создать ... достаточно найти, осознать (5)	3,27	1,09	0,05	-0,07	-0,18	0,16	4,55

Продолжение таблицы 1

	1	2	3	4	5	6	7	8	
Вопрос о смысле жизни...	12	(1) у каждого свой, индивидуальный ... единый, универсальный, всеобщий (5)	1,88	1,04	-0,25	-0,04	-0,16	0,67	29,54***
	13	(1) может быть лишь у тех, кто сознательно его нашёл ... может быть даже у тех, кто никогда о нём не задумывался (5)	3,40	1,17	-0,05	-0,19	0,20	0,09	8,38*
	14	(1) возникает в результате сознательного выбора человека ... существует независимо от выбора человека (5)	2,61	1,10	-0,08	-0,25	0,13	0,36	18,50***
	15	(1) это вопрос, который встаёт перед каждым ... это вопрос, которым задаются лишь немногие (5)	2,74	1,17	-0,20	0,38	-0,38	0,41	44,80***
	16	(1) это разумный вопрос ... это бессмысленный вопрос (5)	2,03	1,06	-0,60	-0,37	0,32	1,42	183,96***
	17	(1) мне близок ... мне совершенно не близок (5)	1,95	1,04	-0,45	-0,35	0,15	1,31	120,04***
	18	(1) это вопрос, который меня сейчас беспокоит ... это вопрос, который меня сейчас не беспокоит (5)	2,80	1,30	-0,20	-0,23	0,16	0,62	36,55***
	19	(1) на него можно найти ответ ... на него невозможно найти ответ (5)	2,10	1,00	-0,38	-0,11	0,30	0,58	49,78***
	20	(1) возникает, когда в жизни всё хорошо ... возникает, когда в жизни не всё в порядке (5)	3,53	0,80	-0,01	-0,05	0,24	-0,13	6,46

Примечание: * $p < 0,05$, ** $p < 0,01$, *** $p < 0,001$.

Распределение мужчин и женщин по полученным кластерам довольно слабо, но статистически достоверно отличалось от равномерного ($\chi^2(3) = 9,07$; $p < 0,05$): доля мужчин была наиболее низкой в кластере 3 (20,7 %) и наиболее высокой – в кластере 4 (43,1 %). Возраст респондентов и доля психологов в 4 кластерах статистически достоверно не различались. Были также получены статистически значимые различия в распределении ответов на три вопроса предварительной анкеты: о том, задумывался ли человек о смысле жизни, о причинах того, почему он перестал это делать, и о степени понимания сути понятия смысла жизни (в силу малого количества респондентов, выбравших вариант ответа «совсем не понимаю», при анализе он был объединён с вариантом «скорее не понимаю»). Ответы на вопрос о возрасте, когда респондент впервые задался вопросом о смысле, статистически значимых различий не показали. Процентное распределение выбора различных вариантов ответа респондентами в целом по выборке и в каждой подгруппе представлено в таблице 2.

Таблица 2 – Распределение ответов на вопросы предварительной анкеты

Вопрос	Вариант ответа	В целом по выборке	По группам респондентов				Знач. разл.
			1	2	3	4	
1. Размышления о смысле жизни	Да, и продолжаю...	74,4 %	81,8 %	83,3 %	69,5 %	52,3 %	$\chi^2(6)=46,75$ ***
	Да, был такой период...	21,1 %	17,4 %	15,6 %	26,8 %	29,2 %	
	Нет, никогда...	4,5 %	0,8 %	1,1 %	3,7 %	18,5 %	
2. Причины утраты актуальности вопроса о смысле жизни	Понял, в чём смысл...	30,1 %	41,1 %	35,7 %	17,4 %	17,1 %	$\chi^2(9)=28,64$ ***
	Понял, что пытаться бессмысленно	17,9 %	5,5 %	16,7 %	26,1 %	34,3 %	
	Ситуация изменилась	11,7 %	8,2 %	4,8 %	17,4 %	20,0 %	
	Свой вариант	40,3 %	45,2 %	42,9 %	39,1 %	28,6 %	
3. Понимание понятия «смысл жизни»	Совершенно / скорее не понимаю	15,7 %	11,9 %	10,1 %	16,4 %	35,3 %	$\chi^2(9)=38,52$ ***
	Не уверен	13,2 %	13,1 %	5,8 %	12,7 %	29,4 %	
	Скорее понимаю	48,8 %	41,7 %	58,0 %	60,0 %	29,4 %	
	Хорошо понимаю	22,3 %	33,3 %	26,1 %	10,9 %	5,9 %	

Примечание: * $p < 0,05$, ** $p < 0,01$, *** $p < 0,001$.

Носители деятельностной и рефлексивной имплицитных концепций смысла жизни сообщают о том, что они задумывались о смысле жизни и продолжают задаваться этим вопросом. Те из них, кто перестал задумываться о смысле, сделали это по причине того, что нашли для себя тот или иной ответ на этот вопрос. В настоящее время они, по их мнению, хорошо или довольно хорошо понимают, что такое смысл жизни. Носители конфликтной имплицитной концепции смысла также довольно склонны задумываться о смысле, но они менее уверены в том, что понимают, что это такое, и более склонны сообщать о том, что разочаровались в попытках найти смысл жизни или прекратили их по внешним причинам. Наконец, среди носителей отчуждённых концепций смысла жизни есть как те, кто задаётся этим вопросом, так и те, кто никогда не задавался им или перестал им задаваться, потерпев неудачу найти на него ответ. Большинство представителей этой подгруппы сообщают о том, что они довольно плохо понимают, что такое смысл жизни.

Для анализа связей имплицитных концепций смысла жизни с представлениями об осмысленной жизни анкета «Имплицитные представления об осмысленной жизни» из 20 пунктов была подвергнута эксплораторному факторному анализу (в пакете Mplus 7, метод оценки: WLSMV для порядковых переменных с косоугольным вращением). По критерию Кэттелла (излом на графике собственных значений) было выделено 5 факторов (см. табл. 3). Все 5 факторов умеренно значимо положительно коррелировали между собой (r в диапазоне от 0,22 до 0,58), что позволяет предполагать наличие единого общего фактора второго порядка. Два пункта («Интересная, увлекательная работа» и «Красота (переживание прекрасного в природе и искусстве)»), которые давали двойные нагрузки, были исключены. При проверке с помощью конфирматорного факторного анализа (Mplus, алгоритм оценки – WLSMV для порядковых переменных) итоговая факторная структура показала приемлемое соответствие данным ($\chi^2(122) = 325,87$; CFI = 0,964; RMSEA = 0,066). Выделенные факторы и пункты, вошедшие в них (по убыванию факторных нагрузок):

1. Отношения ($\alpha = 0,86$): «Любовь, близость с любимым человеком» (0,93), «Дети, счастливая семейная жизнь» (0,84), «Дружба, хорошие отношения с людьми» (0,82).

2. Удовлетворение (дефицитарных) потребностей ($\alpha = 0,80$): «Удовольствия, приятное времяпровождение, развлечения» (0,77),

«Материальная обеспеченность (отсутствие материальных затруднений)» (0,74), «Здоровье физическое и психическое» (0,74), «Общественное признание, уважение окружающих» (0,72).

3. Самореализация ($\alpha = 0,79$): «Личностный рост, саморазвитие, понимание себя» (0,81), «Познание нового, расширение кругозора, решение интересных задач» (0,78), «Творчество, самореализация в творческой деятельности» (0,76), «Свобода жить в соответствии со своими убеждениями» (0,53).

4. Самотрансценденция ($\alpha = 0,74$): «Оставить что-то за собой, что-то изменить в мире к лучшему» (0,77), «Помощь людям, служение человечеству» (0,73), «Вера в то, что жизнь имеет смысл» (0,56), «Вера в Бога или в высшую силу, служение Богу» (0,50).

5. Субъективное благополучие ($\alpha = 0,72$): «Гармония с самим собой» (0,99), «Наслаждение самим процессом жизни» (0,99), «Принятие жизни такой, какая она есть» (0,45).

Поскольку все суммарные шкалы показывали близкое к нормальному распределение, для анализа различий в показателях других психологических методик между кластерами использовался дисперсионный анализ (ANOVA). Для методик, заполненных только на этапе 3, минимальное количество наблюдений в подгруппе составило $N = 27$, размеры 4 подгрупп были соотносимыми: 48, 27, 27 и 31 респондентов. Критерий Ливиня был значим только для двух шкал (самотрансценденция и субшкала контроля теста жизнестойкости, $p < 0,05$), но результаты воспроизводились при проверке непараметрическими методами. Результаты приведены в таблице 3.

Таблица 3 – Описательные статистики и результаты сравнения подгрупп по показателям остальных методик

Опросник	Шкала	В целом по выборке		Средние по группам (в z-оценках по шкалам)				ANOVA	
		Ср.	Ст. откл.	1	2	3	4	F Фишера	Размер эффекта η^2
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Шкала суб. счастья		12,43	1,93	0,10	-0,02	0,02	-0,26	1,96	0,016
MLQ	Присутствие	23,86	6,87	0,18	0,10	-0,21	-0,37	5,86***	0,046
	Поиск	23,65	7,42	0,18	0,04	0,03	-0,57	8,51***	0,066

Продолжение таблицы 3

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Импл. конц. ОЖ	Отношения	12,15	3,07	0,08	0,07	-0,10	-0,22	1,67	0,014
	Удовл. потр.	13,81	3,54	0,05	-0,11	-0,01	-0,10	0,58	0,005
	Самореал.	16,48	3,14	0,03	0,12	-0,05	-0,26	1,87	0,015
	Самогрансц.	13,58	3,76	0,28	0,07	-0,23	-0,57	13,19***	0,098
	Суб. благоп.	12,02	2,59	0,11	-0,05	-0,06	-0,14	1,09	0,009
СЖО	Процесс	25,46	5,29	0,20	0,07	-0,13	-0,39	5,81***	0,045
	Цели	25,38	5,83	0,14	0,15	-0,19	-0,29	4,57**	0,036
	Результат	19,13	4,61	0,10	0,14	-0,12	-0,33	4,05**	0,032
	Локус контр.	21,18	3,83	0,09	0,14	-0,07	-0,28	2,89*	0,023
	Общий пок.	101,98	16,25	0,18	0,17	-0,18	-0,43	8,00***	0,061
ШСд	Воспр. выб.	17,80	3,89	0,00	-0,01	0,09	0,03	0,05	0,001
	Самовыр.	10,30	2,47	0,20	0,16	-0,44	-0,07	2,76*	0,060
	Аугентичн.	16,14	3,11	0,17	0,19	-0,23	-0,21	1,72	0,038
Тест жизнестойкости		54,21	11,32	0,08	0,18	-0,19	0,02	0,69	0,016
ДТР	Сист. рефл.	38,60	5,46	0,30	0,13	-0,29	-0,40	4,05**	0,089
	Квазирефл.	22,37	5,60	0,15	-0,37	-0,06	-0,02	1,54	0,036
	Фантазир.	24,27	5,99	0,11	-0,21	-0,06	-0,04	0,65	0,015
Шкала самоконтроля		120,97	20,71	0,12	0,33	-0,46	-0,03	3,10*	0,069

Примечание: * $p < 0,05$, ** $p < 0,01$, *** $p < 0,001$.

Группы с разными имплицитными концепциями смысла различаются не только по ряду показателей, имеющих отношение к переживанию осмысленности и поиску смысла (в первую очередь, это тесты СЖО, MLQ), но и по показателям других методик. Респонденты с деятельностной и рефлексивной концепциями смысла демонстрируют в целом достаточно благополучную картину, по сравнению с двумя другими подгруппами: об этом свидетельствуют более высокие показатели осмысленности жизни. Сравнительно низкие баллы по показателям самоконтроля и самовыражения у респондентов с конфликтной концепцией смысла жизни в

сочетании со средними баллами по шкале поиска смысла позволяют предположить, что эти респонденты могут испытывать трудности на этапе осуществления смысла в силу нехватки личностных ресурсов. В свою очередь, респонденты с отчуждённой имплицитной концепцией смысла жизни не видят в жизни смысла, но и не ищут его. Им также не свойственна системная рефлексия (соотнесение себя с контекстом собственной жизни).

Единственным показателем методики «Имплицитные концепции осмысленной жизни», связанным с имплицитными концепциями смысла жизни, оказалась шкала самотрансценденции (этот результат воспроизводится при исключении пункта 20, формулировка которого отсылает к термину «смысл»). Респонденты с деятельностной концепцией смысла наиболее склонны считать осмысленной жизнь, которая связана с самоотдачей, посвящению себя чему-то большему. Респонденты с отчуждённой концепцией смысла, напротив, понимают осмысленную жизнь, в первую очередь, как удовлетворение дефицитарных потребностей и ощущение субъективного благополучия, то есть в терминах субъективных переживаний (онтологии изолированного индивида).

Можно предположить, что стабильные психологические характеристики и имплицитные концепции смысла жизни взаимозависимы: поиск и попытки осуществить смысл жизни могут приводить к развитию личностных ресурсов (системная рефлексия и самоконтроль), но в то же время определённый уровень их развития является условием успешного обнаружения тех ценностей, в которых индивид видит свой смысл жизни, и их осуществления в деятельности. Нехватка личностных ресурсов (например, самоконтроля, который необходим для поддержания стабильного внутренне обусловленного направления деятельности в ситуации постоянно меняющихся внешних стимулов) или иные причины, по которым ценности не реализуются в деятельности индивида, могут приводить к разочарованию в самой возможности осуществления смысла и принятию отчуждённого представления о нём.

Динамика субъективного переживания осмысленности жизни и сознательных представлений о смысле, а также взаимосвязи этих феноменов с содержанием деятельности субъекта, процессуальными характеристиками жизненного выбора и ресурсами личности выглядит важным предметом дальнейших исследований в этом направлении.

Заключение. Результаты проведённого исследования можно обобщить в следующих кратких выводах:

1. Выделены качественно специфические имплицитные концепции смысла жизни, обозначенные как деятельностная, рефлексивная, конфликтная и отчуждённая.

2. Респонденты с разными имплицитными концепциями смысла жизни в разной степени склонны к рефлексии этой проблемы и обладают различным опытом её решения в прошлом.

3. Различия в имплицитных концепциях смысла жизни связаны с различными представлениями о важности самотрансценденции как источника осмысленности жизни.

4. Различные имплицитные концепции смысла жизни связаны с различиями в показателях осмысленности жизни и саморегуляции (системной рефлексии, самоконтроля, самодетерминации).

Обнаруженные различия в характере представлений о смысле жизни и стоящих за ними регуляторных процессов свидетельствуют о необходимости учёта этих различий при изучении смысла жизни с помощью методов субъективного самоотчёта.

Список литературы

1. Дружинин, В. Н. Психология общих способностей / В. Н. Дружинин. – СПб.: Питер, 1999. – 368 с.
2. Иванченко, Г. В. Творчество, профессионализм, духовность: имплицитные концепции / Г. В. Иванченко, М. Ю. Казарян, Н. В. Кошелева. – М.: Смысл, 2012. – 192 с.
3. Костина, С. С. Представления о счастливой и осмысленной жизни: связаны ли они с психологическим благополучием? / С. С. Костина, Е. Н. Осин // Парадигма: Философско-культурологический альманах. Вып. 19 / отв. ред. Н. Х. Орлова. – СПб.: Изд-во СПбГУ, 2012. – С. 179–188.
4. Леонтьев, Д. А. Тест смысложизненных ориентаций (СЖО) / Д. А. Леонтьев. – М.: Смысл, 1992. – 16 с.
5. Леонтьев, Д. А. Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой реальности / Д. А. Леонтьев. – М.: Смысл, 1999. – 488 с.
6. Леонтьев, Д. А. Эмпирическая типология смыслов жизни в США и России / Д. А. Леонтьев, Е. Н. Осин // Смысл жизни и акме: 10 лет поиска. В 2 ч. Ч 1 / под ред. А. А. Бодалева [и др.]. – М.: Смысл, 2004. – С. 72–81.
7. Леонтьев, Д. А. Новые горизонты проблемы смысла в психологии / Д. А. Леонтьев // Проблема смысла в науках о человеке (к 100-летию Виктора Франкла): материалы Международной конференции / под ред. Д. А. Леонтьева. – М.: Смысл, 2005. – С. 36–49.
8. Разработка методики дифференциальной диагностики рефлексивности / Д. А. Леонтьев [и др.] // Рефлексивные процессы и управление: материалы VII междунар. симпозиума, 15-16 октября 2009 г. / под ред. В. Е. Лепского. – М.: Когито-Центр, 2009. – С. 145–150.
9. Леонтьев, Д. А. Перспективы неклассической психодиагностики / Д. А. Леонтьев // Психологические исследования: электрон. науч. журн.

[Электронный ресурс]. – 2010. – № 4(12). – Режим доступа: URL: <http://psystudy.ru> – Дата доступа: 01.11.2013.

10. Леонтьев, Д. А. Подход через развитие эго: уровневая теория Дж. Лёвинджера / Д. А. Леонтьев // Личностный потенциал: структура и диагностика / под ред. Д. А. Леонтьева. – М.: Смысл, 2011. – С. 59–75.

11. Осин, Е. Н. Смыслоутрата и отчуждение / Е. Н. Осин, Д. А. Леонтьев // Культурно-историческая психология. – 2007. – № 4. – С. 68–77.

12. Осин, Е. Н. Апробация русскоязычных версий двух шкал экспресс-оценки субъективного благополучия / Е. Н. Осин, Д. А. Леонтьев // Материалы III Всероссийского социологического конгресса [Электронный ресурс]. – М.: Институт социологии РАН, Российское общество социологов, 2008. – Диск CD, ISBN 978-6-89697-157-3.

13. Осин, Е. Н. Краткая версия теста жизнестойкости: психометрические характеристики и применение в организационном контексте / Е. Н. Осин, Е. И. Рассказова // Вестник МГУ. Сер. 14. Психология. – 2013. – № 2. – С. 147–165.

14. Осин, Е. Н. Факторная структура и демографические корреляты показателей теста смысложизненных ориентаций (СЖО) / Е. Н. Осин // Психологические исследования (в печати).

15. Boniwell, I. Self-determination and well-being / I. Boniwell, E. Osin // Poster presented at the 4th International Self-Determination Theory Conference. – Ghent, Belgium, May 13-16, 2010.

16. Bruner, J. S. The perception of people / J. S. Bruner, R. Tagiury // Handbook of Social Psychology / Ed. by G. Lindzey. – Vol. 2. – Cambridge, MA: Addison-Wesley, 1954. – P. 9–41.

17. Kinnier, R. T. What eminent people have said about the meaning of life / R. T. Kinnier, J. L. Kernes, N. Tribbensee, C. M. Van Puymbroeck // Journal of Humanistic Psychology. – 2003. – Vol. 43, No. 1. – P. 105–118.

18. Magnusson, D. The Person approach: Concepts, measurement models and research strategy / D. Magnusson // New Directions for Child and Adolescent Development. – 2003. – No. 101. – P. 3–23.

19. Milligan, G. W. Clustering and classification methods / G. W. Milligan, S. C. Hirtle // Handbook of Psychology. Vol. 2. Research Methods / Ed. by J. A. Schinka, W. F. Velicer. – Hoboken, NJ: Wiley, 2003. – P. 165–186.

20. Sheldon, K. M. Creativity and self-determination in personality / K. M. Sheldon // Creativity Research Journal. – 1995. – Vol. 8, No. 1. – P. 25–36.

21. Steger, M. F. The Meaning in Life Questionnaire: Assessing the presence of and search for meaning in life / M. F. Steger, P. Frazier, S. Oishi, M. Kaler // Journal of Counseling Psychology. – 2006. – Vol. 53, No. 1. – P. 80–93.

22. Tangney, J. P. High self-control predicts good adjustment, less pathology, better grades, and interpersonal success / J. P. Tangney, R. F. Baumeister, A. L. Boone // Journal of Personality. – 2004. – Vol. 72, No. 2. – P. 271–322.

Осин Евгений Николаевич – кандидат психологических наук, доцент кафедры общей и экспериментальной психологии, старший научный сотрудник лаборатории позитивной психологии и качества жизни Национального исследовательского университета «Высшая школа экономики».

Кузнецова (Костина) Софья Сергеевна — студент факультета психологии, стажер-исследователь лаборатории позитивной психологии и качества жизни Национального исследовательского университета «Высшая школа экономики».

Малютина Анна Владимировна — студент факультета психологии Национального исследовательского университета «Высшая школа экономики».

УДК 159.9

Т. А. Гаврилова

ОСМЫСЛЕННОСТЬ ЖИЗНИ В КОНТЕКСТЕ АУТОМОРТАЛЬНОСТИ СУБЪЕКТА

Представлено теоретическое обоснование проблемы связи отношения субъекта к своей неизбежной и непредсказуемой конечности (аутомортальности) и осмысленностью им своей жизни. Выделены две противоположные точки зрения: осознание аутомортальности обесмысливает жизнь (Ж. П. Сартр) и осознание аутомортальности способствует обретению аутентичности (М. Хайдеггер). Показано, что в психологии данная проблема недостаточно изучена как в теоретическом, так и в эмпирическом аспектах. Проблема аутомортальности рассмотрена в контексте когнитивного функционала субъекта, показана значимость этой проблемы для субъектности человека. Предложен новый метод изучения смысложизненных ценностей субъекта через косвенное соотношение своих жизненных ценностей с перспективой «после жизни». Приведены эмпирические данные о чувствительности данного метода к изучению содержательных аспектов смысла жизни. Показано, что когнитивные ценности в наибольшей степени способствуют осмыслению жизни у молодых людей (14–22 года).

Ключевые слова: субъект, когнитивный функционал субъекта, аутомортальность, смысл жизни, смысложизненные ориентации, экзистенциальная психология.

Субъектный подход к психологическому исследованию продолжает оставаться у нас одним из наиболее перспективных и позволяющих объединить в себе естественнонаучную и гуманитарную парадигмы исследования человека. Субъект как метасистема представляет психику в единстве ее организации, позволяет изучать человека целостно, а его внешнюю активность — как опосредованную внутренним миром. Изначально возникшее в философии познания понятие субъекта было творчески переработано С. Л. Рубинштейном и включено в психологическую науку как новый методологический принцип. Ученики С. Л. Рубинштейна, А. В. Брушлинский и К. А. Абульханова-Славская, продолжили

развивать идеи учителя в новую психологическую парадигму, которая на сегодняшний день имеет большое количество авторитетных приверженцев (Л. И. Анцыферова, В. В. Знаков, Е. А. Сергиенко, С. Д. Дерябо, В. Э. Чудновский, А. К. Осницкий, В. И. Слободчиков, Г. А. Цукерман, Е. И. Исаев, Т. П. Скрипкина и др.). Основной посылкой субъектной парадигмы является признание активно-преобразующего и системно-интегративного начала в человеческой психике. Эта идея, конечно, никогда не была чужда отечественной психологии, под разными ракурсами инициативно-творческие аспекты личности изучались в работах таких известных ученых, как А. Н. Леонтьев, В. В. Давыдов, Д. Б. Эльконин, Л. И. Божович, А. Г. Асмолов, В. А. Петровский. И, как показала Л. И. Анцыферова, эта же идея занимает ключевое место в ведущих зарубежных теориях личности (А. Адлера, А. Маслоу, К. Роджерса, К. Юнга, К. Хорни и др.) [1, с. 29–30].

Одним из малоизученных аспектов психологии субъекта остается его знание о своем конечном статусе (*аутомортальности*¹) и те психологические эффекты, которые этим знанием обуславливаются. Человек смертен, как и все живое, но в отличие от всего живого он знает об этом, и это неизбежно включается в проекты и планы человека, в его отношения с другими людьми и к самому себе. На наш взгляд, без детального изучения этого аспекта вряд ли возможно целостное понимание человека и как субъекта, и как личности. Одной из проблем в этом тематическом поле выступает проблема связи аутомортальности и осмысленности жизни.

Ж. П. Сартр, уделявший этой проблеме особое внимание, вывел известную формулу: «Если мы должны умереть, то наша жизнь не имеет смысла, ибо её проблемы остаются нерешёнными и остаётся неопределённым само значение проблем... Всё сущее рождено без причины, продолжается в слабости и умирает случайно... Абсурдно, что мы родились, абсурдно, что умрём [11, с. 543–544].

Другие же экзистенциалисты, наоборот, были склонны усматривать в аутомортальности стимул к осмысленной жизни. Например, как известно, М. Хайдеггер связал смысл и смерть через ужас-тревогу, через который она открывается человеку. Эта ужас-тревога, обнажая смысл человеческого существования как конечного, как «бытия-к-смерти», выделяет *Dasein* из безопасной анонимности повседневного пребывания среди «лю-

¹ Аутомортальность – от лат. *auto* – «сам» и греч. *morte* – «смерть».

дей» и толкает его к свободе выбора, к собственному способу существования. «Ужас обнажает в присутствии бытие к наиболее своей способности быть, т. е. освобожденность для свободы избрания и выбора себя самого», – пишет он [12, с. 188].

В психологии также имеются работы, которые связывают смысл жизни с осознанием аутомортальности. Наиболее известными среди них выступают работы американского психотерапевта экзистенциального направления И. Ялома. В своих работах он, с одной стороны, показывает, что осознание аутомортальности может стимулировать личностный рост и связанную с ним осмысленность жизни. При этом, он подчеркивает, что «хотя смерть и добавляет еще одно измерение к смыслу, смысл и смерть отнюдь не слиты в одно целое» [15, с. 522]. Он стремится доказать, что потребность в смысле жизни была бы и у бессмертного существа, ибо у человека все равно бы оставалось безвозвратно преходящее прошлое. Иначе говоря, осознание смертности – это не единственный фактор, лежащий в основе стремления к осмысленности жизни и не всегда способствующий обретению этого смысла. И с этим трудно не согласиться, ведь легко заметить, что любое переживание конечности чего бы то ни было, может стимулировать поиски смысла. Например, осознание конечности любви после бракоразводного процесса может поставить перед человеком вопрос о жизненном смысле этого чувства и его ценности.

С другой стороны, Ялом последовательно проводит мысль о том, что осмысленность жизни снижает у человека страх смерти и обосновывает ее своими наблюдениями и анализом случаев из своей практики. Он считает эту особенность смысла жизни наиболее важной опорой в работе психотерапевта со страхом смерти [15, с. 234]. При этом в ощущении бессмысленности жизни он находит присутствие тревоги смерти наравне с другими экзистенциальными тревогами – тревогами свободы и изоляции [15, с. 522]. В этом отношении Ялом заходит к обсуждению проблемы соотношения смысла и жизни и осознания аутомортальности с другой по сравнению с философскими дискуссиями стороны: со стороны влияния смысла на тревогу смерти.

В отечественной психологии эта проблема изучается, на наш взгляд, еще очень фрагментарно и не систематически. В теоретическом плане она обозначилась в работе «Человек и мир» С. Л. Рубинштейна, который обратил внимание на «дидактическое» влияние факта смертности на человеческую жизнь. Так, он писал, что смерть превращает жизнь из процесса в срочное обяза-

тельство и тем самым задает ответственное отношение в жизни [10, с. 369]. Эту мысль продолжает в своих работах и В. Э. Чудновский, который убежден, что необходимо обращать внимание школьника на конечность человеческой жизни для того, чтобы он адекватно осознал «жизненное пространство» своей личности [13, с. 442–443]. Вместе с тем более или менее законченной концепции в этом направлении мысли мы пока еще не имеем.

Отдельные работы эмпирического характера, изучающие проблемы отношения человека к жизни и смерти, также не позволяют составить заключения о наличии и характере связи между смыслом жизни и жизненными ценностями, с одной стороны, и отношением человека к перспективе собственной смерти – с другой. В качестве исключения можно назвать разве что работу А. П. Попогребского [9]. Он сравнил смысложизненные ориентации пациентов с не угрожающими жизни заболеваниями и с перенесшими инфаркт миокарда и получил данные о более высоких показателях целей в жизни в будущем у перенесших инфаркт пациентов. В других изученных нами работах смысложизненные ориентации и связанные со смертью переживания личности рассматриваются скорее во взаимодополняющем ракурсе, нежели в аспекте взаимовлияний [2; 5; 14].

Таким образом, есть основания для постановки проблемы связи осознания субъектом своей неизбежной и непредсказуемой аутомортальности и осмысления им своей жизни.

На наш взгляд, аутомортальность затрагивает субъектность человека во всех ее функциональных аспектах. Причем не только «там и потом», но и «здесь и сейчас», не только проспективно, но и актуально. Рассмотрим это подробнее.

Аутомортальность в силу своей эмпирической непознаваемости, непредсказуемости и неизбежности очерчивает границы возможностей субъекта для понимания и самопонимания, бросает вызов когнитивным амбициям субъекта. Человек не просто не может эмпирически понять смерть, он не может понять – почему он смертен и ради чего ему нужно жить. Осмысление смерти связано со всей системой жизненных смыслов личности. Этот момент специально оговаривается Дж. Келли, который включил оппозицию «Смерть – Я» (*Death – Self*) в ядерный личностный конструкт и назвал смерть парадигмальной угрозой всей системе личностных конструктов как «заточенных» на феномены жизни [17, р. 324].

Связь проблем смертности человека и смысла его жизни – вечный предмет размышлений многих философов, писателей,

психотерапевтов и вообще людей в целом. Известный французский философ и танатолог В. Янкелевич пишет: «Смерть приводит нас к сомнению в смысле бытия и рано или поздно начинает шептать человеку на ухо: *А для чего?* Стареющий миллиардер в конце концов, в свою очередь, начинает слышать три слога этого тайного вопрошания в тот день, когда задает себе вопрос: для кого и зачем он собрал столько богатств, накопил столько ценных владений, накопил столько сокровищ?.. Даже если бы постижимые сущности и истины вечно переживали смерть, смерть отбрасывала бы все же тень сомнения на смысл жизни. То, что уничтожает бытие, тем самым компрометирует смысл» [16, с. 72].

Действительно, непостижимость смерти угрожает всей смысловой системе и когнитивному потенциалу субъекта, выстраивает смысловые барьеры в жизненном мире человека. Однако эта угроза не фатальна, потенциально она задает новый вектор в смысловом поиске субъекта: обрести смысл жизни, который был бы независимым от аутомортальности, преодолевал бы ее угрозу. И. Ялом пишет об этом так: «Когда Толстой сокрушался, что в его жизни нет смысла, который не будет разрушен неминуемой смертью, он говорил не о том, что смерть разрушает смысл, а о том, что он не смог найти смысл, который разрушил бы смерть» [15, с. 521]. Конечно, создание таких смыслов очень нелегкая и амбициозная задача, но надо иметь в виду и то, что смыслообретение вряд ли было бы легче в условиях человеческого бессмертия.

По меткому замечанию В. В. Знакова [3], самопониманию открываются скорее не истины о себе, а *тайны*, и это в наибольшей степени относится к самопониманию аутомортальности. Именно особой формой тайны предстает смертность и в размышлениях В. Янкелевича. Он называет ее приоткрытой или «кводдитой» тайной, вкладывая в этот эпитет невыразимую словами неопределенную определенность смерти [16, с. 134]. К тайне относит Янкелевич и смысл жизни, когда пишет о покрытом тайной мучительном парадоксе осмысленной бессмысленности жизни и делает очень тонкое заключение о том, что «видимо, жизнь не была бы жизнью без некоторой доли бессмысленности!» [16, с. 92].

Человек может определенно понять, что аутомортальность – это неоспоримый факт, но причины, а самое главное – Где, Как и Когда являются для него совершенно неопределенными. И более того, определенности в этих вопросах ему хочется меньше всего, так как эта неопределенность сроков позволяет человеку оставаться в субъектной позиции. «Человек бессилен перед не-

обходимостью смерти вообще, которая однажды обязательно нагрянет – неважно, рано или поздно, но он всемогущ или почти всемогущ, когда вопрос встает о дате, – пишет Янкелевич. – ...Мы свободны вести бесконечную борьбу с ограниченностью наших ресурсов, мы можем свободно противопоставлять наше неистощимое мужество истощению наших сил» [16, с. 158–159].

Таким образом, аутомортальность представляет собой угрозу для самопонимания, благодаря которому, по иронии судьбы, она вообще становится очевидной для субъекта. Иными словами, мы имеем дело с неким логическим кругом: порождаемое самопониманием понимание угрозы этому самопониманию, а шире – всей смысловой системе человека (парадигмальная угроза, по Дж. Келли). Самопонимание приводит к невозможности самопонимания... Вообще же анализ проблемы самопонимания аутомортальности – это отдельная тема, развитие которой увело бы нас далеко в сторону от изучаемого предмета. Для нас важно выделить то, что самопонимание аутомортальности сопряжено с пониманием ее как актуальной и перспективной угрозы, прежде всего, для когнитивных функций субъекта. Актуально понимание аутомортальности угрожает субъекту утратой смысла жизни и смысловой дезориентацией, а перспективно, после смерти – утратой возможности знать о происходящем в мире, познавать и понимать что-либо вообще (когнитивной депривацией).

Конфронтация с осознанием собственной конечности, таким образом, влияет на меру субъектности человека: она либо повышается, либо понижается. Повышается – в случае, если человек начинает инициировать поиски или утверждение смыслов, которые не могут быть разрушены смертью. Понижается – в случае, если человек пасует в этой конфронтации и смиряется с ощущением бессмысленности своего существования. В связи с этим напрашивается задача исследовать те ценностно-смысловые образования, которые усиливают субъектную позицию человека и позволяют ему конфронтировать с аутомортальностью.

Одной из актуальных проблем изучения ценностно-смысловых образований является проблема методическая. В методическом арсенале психологов (и социологов) циркулирует ограниченное количество техник, позволяющих выявлять личностные ценности и смыслы.

Наиболее надежным методом признается метод прямого ранжирования тех или иных ценностей, который был предложен в свое время М. Рокичем и адаптирован в нашей стране А. Гошта-

утасом, А. А. Семеновым и В. А. Ядовым, а также – Д. А. Леонтьевым [7]. Недавно была адаптирована построенная также на принципе прямого ранжирования, но более дифференцированная методика С. Шварца и В. Билски [8]. Метод прямого ранжирования предполагает испытуемым ознакомиться со списками тех или иных ценностей и проранжировать их по степени собственного предпочтения, ставя на первое место наиболее значимую для себя ценность, а на последнее соответственно наименее значимую. Д. А. Леонтьев, оценивая данный метод как в целом самый удачный, отмечает в качестве его недостатка то, что в нем приходится манипулировать «закрытым» списком ценностей, в чем велика доля случайных ответов, подсказанных списком и не выражающих собственных ценностей опрашиваемых [6]. Другим недостатком данной методики является то, что при помощи ее невозможно различить декларируемые и реально значимые смысложизненные образования. Расхождения между ними могут происходить по разным причинам. Во-первых, как отмечает Д. А. Леонтьев [6], опираясь на выводы М. Б. Кунявского, В. Б. Моина и И. М. Поповой, недостаточно устоявшаяся и плохо структурированная система личностных ценностей и/или недостаточно развитая рефлексия не позволяют человеку адекватно определить реальную роль и значимость тех или иных ценностей в его жизни. Во-вторых, значимость тех или иных ценностей может субъективно преувеличиваться или преуменьшаться под действием механизмов стабилизации самооценки и психологической защиты. В-третьих, причиной рассогласований может выступать наличие в сознании любого человека самого разного рода ценностных представлений, одни из которых являются результатом некритичного усвоения социальных представлений, а другие – результатом индивидуальной рефлексии. Эти представления могут смешиваться и тем самым затруднять адекватное осознание собственных ценностей.

Учитывая эти трудности и выделенные выше проблемы, мы предположили, что значимость жизненных ценностей наиболее четко осознается субъектом в ситуации сопоставления их с перспективой смерти, а не в более абстрактной ситуации их ранжирования по субъективному предпочтению, как это, например, предлагается делать в опроснике Рокича. Реализацией этого предположения стала разработка опросника «Идеалы после жизни», составленном на основании контент-анализа свободных высказываний респондентов разного пола, возраста и социального статуса людей о том, какая посмертная перспектива могла бы их при-

мирить со смертью. В результате нами было выделено 9 наиболее часто выражаемых представлений. Они были названы «идеалами после жизни» и после ряда обобщений были сформулированы следующим образом:

- 1) после окончания жизни я смогу встретиться с теми, кто ушел раньше меня, и дождаться тех, кто уйдет позже меня;
- 2) после окончания жизни я смогу наблюдать жизнь живущих, незримо присутствовать в их жизни;
- 3) смогу узнать новые миры, испытать новые ощущения, понять смысл устройства Вселенной;
- 4) смогу не бояться боли, голода, холода и других страданий;
- 5) смогу получить то, чего был лишен в земной жизни: любви, славы, наслаждения и т. п.;
- 6) смогу приобрести сверхъестественные способности: проходить и видеть сквозь стены, летать и т. п.;
- 7) смогу стать совершенно свободным и независимым;
- 8) смогу когда-нибудь воскреснуть для вечной жизни в своем теле;
- 9) смогу вернуться к жизни в другом воплощении (человеке, животном, растении и т. п.).

Даже при поверхностном взгляде на эти «идеалы» возникает мысль о том, что они, по-видимому, отражают ведущее содержание мотивационной сферы человека, которое фрустрируется перспективой прекращения жизни. В данном случае смерть может быть понята как фрустратор значимых мотиваций личности, как утрата наиболее важных для нее экзистенциальных ценностей. И предлагая людям сформулировать идеалы своего возможного существования после жизни, можно помочь им в более адекватном осознании своих ведущих жизненных ценностей и потребностей. Большая адекватность производимого в такой форме осознания обусловлена тем, что в данном случае задача носит скорее проективный характер. При решении этой задачи необходимо активизировать воображение и отвлечься от рационального мышления, что ослабляет действие различных психологических защит и не предъявляет таких высоких требований к уровню рефлексии опрашиваемого, как это происходит в случае прямого ранжирования ценностей.

Более того, с психологической точки зрения идеалы вообще могут быть представлены как устойчивые интегративные мотивационные образования личности, обладающие наивысшей степенью притягательности, содержащиеся в свернутой форме ведущие ценности и личностные смыслы человека и выполняющие

предписывающую и преобразующую функции в организации его поведения.

Для изучения того, насколько данная методика отражает аспекты осмысленности жизни, нами было проведено два эмпирических исследования. Исследование 1 проводилось на выборке школьников 14–17 лет ($N = 72$, ср. возраст – 15,6 года; 29 мальчиков и 43 девочки). Исследование 2 охватило студентов и военнослужащих 18–22 лет ($N = 99$, ср. возраст – 19,5 года, 61 юноша и 38 девушек). Всем испытуемым предъявлялись две методики: «Тест смысложизненных ориентаций (СЖО)» Д. А. Леонтьева и авторский опросник «Идеалы после жизни (ИПЖ)».

Тест СЖО включает 6 шкал: «общая осмысленность жизни», «цели в жизни», «процесс жизни, или интерес и эмоциональная насыщенность жизни», «результативность жизни, или удовлетворенность самореализацией», «локус контроля – Я (Я – хозяин жизни)», «локус контроля – жизнь или управляемость жизни». При этом осмысленность жизни характеризуется оценкой первых четырех шкал, а последние две отражают внутренний локус контроля личности. Работа с тестом предполагает оценку каждого из 20 утверждений по 7-балльной шкале.

Опросник ИПЖ предписывает респондентам проранжировать 9 приведенных выше перспектив «после жизни».

Результаты обоих исследований представлены в таблице.

Таблица – Корреляции показателей смысложизненных ориентаций и значимости идеалов «после жизни» (по Пирсону)

ИДЕАЛЫ «ПОСЛЕ ЖИЗНИ»	ПОКАЗАТЕЛИ СМЫСЛОЖИЗНЕННЫХ ОРИЕНТАЦИЙ					
	Общая осмысленность жизни	Цели в жизни	Процесс жизни	Результативность жизни	Локус контроля – Я	Локус контроля – жизнь
1	2	3	4	5	6	7
Воссоединение с близкими						
Созерцание жизни живущих	0,32**		0,26*			0,30**
Познание нового и неизвестного	0,21*		0,24**			

Продолжение таблицы

1	2	3	4	5	6	7
Отсутствие страданий и боли						
Компенсация неудовлетворенных желаний	- 0,26** - 0,27**	- 0,24* - 0,25*	- 0,21*			- 0,31** - 0,23*
Сверхъестественные способности					0,25*	
Свобода и независимость	- 0,27* - 0,20*	- 0,32** - 0,26*	- 0,24*			
Воскрешение						
Реинкарнация						

Примечание: приведены только значимые корреляции, при этом ** обозначены $p / 0,01$, * $p / 0,05$. Курсивом обозначены данные исследования 2 (18–22 года).

Как видно из таблицы, наиболее всего связаны с осмысленностью жизни только два идеала «после жизни»: *созерцание жизни живущих* и *познание нового*. При этом первый из них оказался значимым для подросткового, а последний – для юношеского возраста. Несмотря на внешнее несовпадение этих идеалов, по содержанию они наиболее близки друг к другу по сравнению с остальными идеалами. Эта близость проступает в том, что оба эти идеала отражают когнитивный функционал субъекта и его познавательно-информационные потребности. Иными словами, мы обнаружили, что у молодых людей наиболее осмысливают жизнь ценности когнитивного характера. Обратим внимание и на то, что ценности когнитивного характера способствуют, прежде всего, осмысленности настоящего момента (*процесс жизни*).

Из таблицы также видно, что выделяются такие идеалы «после жизни», которые связаны с низкой осмысленностью жизни. Это – *компенсация неудовлетворенных желаний* и *свобода-независимость*. Оба эти идеала оказались независимыми от возраста респондентов и негативно коррелировали с осмысленностью будущего (*цели в жизни*). На наш взгляд, первый из этих идеалов можно интерпретировать как индикатор гедонистических ценностей, в то время как второй не нуждается в дополнительной интерпретации и отражает одну из терминальных ценностей субъекта – свободу и независимость. Так или иначе, но полученные

данные позволяют предположить, что, с одной стороны, опора на гедонистические ценности и ценность свободы и независимости вряд ли могут служить источником осмысленности жизни. С другой же стороны, возможно, что неуспех в поиске смысла жизни компенсаторно приводит к приверженности гедонистическим ценностям и ценностям анархического типа (свободы и независимости). Впрочем, все это также нуждается в дальнейшей проработке и постановке новых исследований.

В свете проблем, поставленных в данной статье, перспективным представляется не столько изучение психометрической обоснованности опросника ИПЖ, сколько изучение при помощи нее (равно, как и при помощи других методик) проблемы связи отношения субъекта к аутомортальности и различных аспектов осмысления им своей жизни.

В данной статье мы наметили общие контуры теоретического обоснования этой проблемы и представили возможность изучения ее при помощи нового методического приема.

Список литературы

1. Анцыферова, Л. И. Психологическое содержание феномена субъекта и границы субъектно-деятельностного подхода / Л. И. Анцыферова // Проблема субъекта в психологической науке / под ред. А. В. Брушлинского, М. И. Воловиковой, В. Н. Дружинина. – М.: Академический проект, 2000. – С. 27–42.
2. Баканова, А. А. Отношение к жизни и смерти в критических жизненных ситуациях: автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.11 / А. А. Баканова. – СПб., 2000. – 19 с.
3. Знаков, В. В. Самопонимание субъекта как когнитивная и экзистенциальная проблема / В. В. Знаков // Психологический журнал. – 2005. – Т. 26, № 1. – С. 18–28.
4. Знаков, В. В. Самосознание, самопонимание и понимающее себя бытие / В. В. Знаков // Методология и история психологии. – 2007. – Т. 2. Вып. 3. – С. 65–74.
5. Коваленко, С. В. Отношение к жизни и смерти подростков, совершивших гомицидные действия: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.06 / С. В. Коваленко. – Ростов н/Д, 2007. – 165 с.
6. Леонтьев, Д. А. Ценностные представления в индивидуальном и групповом сознании: виды, детерминанты и изменения во времени / Д. А. Леонтьев // Психологическое обозрение. – 1998. – № 1. – С. 13–25.
7. Леонтьев, Д. А. Методика изучения ценностных ориентаций / Д. А. Леонтьев. – М.: Смысл, 1992. – 17 с.
8. Лихтарников, А. Л. Ценностный опросник (ЦО) С. Шварца и духовное развитие личности: нормальное и патологическое / А. Л. Лихтарников // «Диагностика» spb.ru: [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://www.diaagnostika.spb.ru/co_1_1.html – Дата доступа: 10.10.2008.

9. Попогребский, А. П. Смысл жизни и отношение к смерти / А. П. Попогребский // Психология с человеческим лицом: гуманистическая перспектива в постсоветской психологии / под ред. Д. А. Леонтьева, В. Г. Щур. – М.: Смысл, 1997. – С. 177–200.
10. Рубинштейн, С. Л. Бытие и сознание. Человек и мир / С. Л. Рубинштейн. – СПб.: Питер, 2003. – 512 с.
11. Сартр, Ж. П. Бытие и ничто. Опыт феноменологической онтологии / Ж. П. Сартр. – М.: Республика, 2000. – 639 с.
12. Хайдеггер, М. Бытие и время / М. Хайдеггер. – М.: Независимая фирма «Ad Marginem», 1997. – 452 с.
13. Чудновский, В. Э. Становление личности и проблема смысла жизни: Избранные труды / В. Э. Чудновский. – М.: Изд-во Московского психолого-социального института; Воронеж: Изд-во НПО «МОДЭК», 2006. – 768 с.
14. Шутова, Л. В. Смысложизненные и ценностные ориентации в отношении к жизни и смерти у лиц юношеского возраста: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07 / Л. В. Шутова. – Таганрог, 2005. – 195 с.
15. Ялом, И. Экзистенциальная психотерапия / И. Ялом. – М.: Независимая фирма «Класс», 2000. – 576 с.
16. Янкелевич, В. Смерть / В. Янкелевич; пер. с фр. – М.: Изд-во Литературного института, 1999. – 448 с.
17. Firestone, R. W. Psychological defenses against death anxiety. In R. A. Neimeyer (Ed.), *Death anxiety handbook: Research, instrumentation and application* / R. W. Firestone. – Washington, DC: Taylor & Francis, 1994. – P. 217–241.

Гаврилова Татьяна Александровна — кандидат психологических наук, доцент, зав. кафедрой психологии образования Дальневосточного федерального университета.

ВОЗРАСТНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПРОБЛЕМЫ СМЫСЛА ЖИЗНИ



УДК 159.9

А. М. Прихожан

ИГРА В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ КАК СРЕДСТВО ПОСТАНОВКИ СМЫСЛОЖИЗНЕННЫХ ЗАДАЧ

Игра в подростковом возрасте рассматривается в контексте первоначальных форм постановки и способов решения смысложизненных задач. Анализируются различные формы подростковых игр – компьютерные, свободные и ролевые. Показана роль игр в развитии и удовлетворении возрастных потребностей.

Ключевые слова: игра, подросток, потребности возраста, смысложизненные задачи, развитие личности.

Первый вопрос, который возникает, когда мы говорим о работе психолога с подростками, это вопрос о том, о человеке какого возраста, собственно, идет речь. Подростковый возраст, как известно, охватывает значительную часть школьного детства: от 10–11 лет, когда мы, по сути, имеем дело еще с ребенком, до 14–15, когда на прием к психологу приходят «классические», типичные подростки. Кроме того, во многих случаях, когда речь идет о работе с подростками, имеют в виду и учащиеся старших классов. Можно сказать, что в современном педагогическом языке закрепилось представление о подростковом возрасте, принятое в периодизации развития Л. С. Выготского, Л. И. Божович и др. – рассмотрение данного периода как длительного, охватывающего возрастной этап вплоть до 17–18 лет.

Нам также представляется продуктивным для целей практической работы ориентироваться на возрастные границы, предложенные в работе Л. С. Выготского «Проблема возраста», в которой, как известно, выделяется школьный возраст (8–12 лет), кризис тринадцати лет и пубертатный возраст (14–18 лет). С нашей точки зрения, работа психолога с так называемыми «младшими подростками» (т. е. детьми 10–12 лет) во многом опира-

ется на те же принципы и подходы, которые свойственны работе с учащимися младших классов. Конечно, здесь существуют серьезные проблемы, связанные, в частности, с переходом из начальной в среднюю школу, однако, на наш взгляд, это, скорее, проблемы школы, подход же к ребенку психолога во многом должен оставаться таким, каким был на предшествующем этапе. Отметим, кстати, что по наблюдениям многие проблемы, которые возникают в пятых классах, обусловлены не трудностями адаптации школьника (хотя они, конечно, тоже имеют место), но тем, что педагоги зачастую не дифференцируют свой подход к учащимся и к пятикласснику относятся так же, как, например, к девятикласснику.

Поэтому мы остановимся прежде всего на особенностях игры школьников 13–17 лет. Здесь необходимо, однако, сделать еще одно предварительное замечание. Известно, что подростковый и ранний юношеский возраст – период развития, характеризующийся резкими качественными изменениями, затрагивающими все стороны развития. Вследствие этого для него характерна значительная асинхронность развития, причем асинхронность как интраиндивидуальная (различия между подростками, имеющими один хронологический возраст), так и интраиндивидуальная (т. е. характеризующая самого школьника): например, школьник с ярко выраженной потребностью в общении со сверстниками (что является собственно подростковой характеристикой) может характеризоваться отсутствием интереса к себе (что также является особенностью, характеризующей подростково-юношеский этап развития). Поэтому в данной работе мы ориентируемся на психологический возраст школьника, т. е. на соответствие уровня его психического, личностного развития психологическим особенностям, характерным именно для указанного периода.

Представление о том, что игра в старшем подростковом возрасте отходит на второй план, занимает в жизни школьника гораздо меньше места, чем раньше, является, по сути, общепринятым. Удивительным образом с этим представлением контрастирует эффективный педагогический опыт, в котором именно игра (специально организованная взрослыми) оказывается в центре жизни старших подростков. Достаточно сослаться хотя бы на работы таких педагогов, как О. С. Газман, И. П. Иванов и др. Очевидно, не случайно, что «пик» увлечения различными компьютерными играми также попадает на подростковый период. По имеющимся в литературе данным почти каждый подросток в возрасте от 13 до 16 лет играет в компьютерные игры,

причем до 15 % игроков играют постоянно, тратя на это в среднем до 2–3 часов в день. Мальчики увлекаются компьютерными играми значительно больше, чем девочки. Вместе с тем, имеются данные о национальных различиях в гендерной специфике компьютерных игр. Так, по данным ряда опросов, проведенных на выборках американских подростков, две трети девочек играют в компьютерные игры и заняты этим минимум два часа в неделю; но среди мальчиков процент «игроков» выше (90 %). Кроме того, мальчики тратят на компьютерные игры в среднем в два раза больше времени.

В качестве наиболее распространенных указывают так называемые «конечные» игры (т. е. игры с ограниченным количеством альтернатив), за ними следуют игры на ловкость и компьютерные варианты спортивных игр; наименее распространены логические игры. Тревожным сигналом является все большее распространение игр агрессивного содержания, а также проповедующих насилие, расизм, порнографию. Распространение тех или иных компьютерных игр тесно связано с их предпочтением подростками.

Обнаружены отчетливые гендерные различия в предпочтении компьютерных игр. Так, мальчики наиболее высоко оценивают игры, связанные с борьбой или соревнованием, затем – игры на ловкость, игры-приключения («Аркады»), игры типа «Стратегия»; наименее любимыми являются логические игры. Девочкам больше всего нравятся игры на ловкость, затем игры-приключения, игры, связанные с борьбой или соревнованием, и, наконец, игры типа «Стратегия». По данным американских исследований, «Аркады» предпочитают 20 % опрошенных девочек и 50 % мальчиков. Мнение о том, что мальчики предпочитают более «агрессивные» игры, нельзя считать окончательно подтвержденным. Отмечается, однако, что большинство популярных компьютерных игр требует качеств, которые традиционно считаются «мужскими».

Имеющиеся в литературе данные наводят на мысль о том, что выбор подростком компьютера в качестве хобби в большой степени обусловлен позицией родителей. Так, оказалось, что родители подростков, которые заняты с компьютером, имеют более высокий образовательный уровень, чем родители подростков, которые имеют другие увлечения. Видимо, высокообразованные родители лучше осознают роль компьютера в интеллектуальном развитии их ребенка и создают благоприятную атмосферу для занятий этим видом хобби.

Этот краткий экскурс в предпочтения подростков в области компьютерных игр был предпринят для того, чтобы показать – игры, пусть и виртуальные, и в подростковом возрасте продолжают выполнять свою основную функцию, создавая условную ситуацию, способствующую удовлетворению ведущих возрастных и гендерных потребностей.

Подобная ситуация, по всей видимости, отражает проблему игры в подростковом возрасте, как ее роли и функции в развитии подростка, так и тех смыслов, которые она приобретает для играющего.

Перейдем к рассмотрению игр подростков, осуществляющихся без компьютера, в реальности. Остановимся подробно на двух категориях игр – на так называемой «свободной», нерегламентированной, неформализованной игре и «ролевых» играх. К первой из них в полной мере можно отнести известное положение Л. С. Выготского о том, что в подростковом возрасте игра свертывается и приобретает форму мечты, которая, естественно, недоступна внешнему наблюдателю. И это, безусловно, справедливо. Однако у современных подростков отмечаются некоторые формы активности, доступные внешнему наблюдению и соответствующие, на наш взгляд, основным характеристикам игры, выделяемых Л. С. Выготским применительно к игре дошкольника – удовлетворение нереализуемых в повседневной жизни потребностей, создание воображаемой, «мнимой» ситуации, наличие определенных правил, реализуемых в том числе и через соответствующие роли, и, самое главное, создание нового отношения «между смысловым полем, т. е. между ситуацией в мысли и реальной ситуацией» (Л. С. Выготский, 1966, с. 64). Все это, как мы попытались показать выше, свойственно и компьютерным играм подростков.

Эти формы активности хорошо известны и многократно описаны в литературе. Мы же постараемся показать, что они могут рассматриваться как игра и проанализировать их роль в развитии подростка как форм игры.

Первая форма – это так называемое «экспериментирование», которое в плане мысленного экспериментирования с возможными объектами, их соотношениями, жизненными ситуациями представлено в исследованиях Ж. Пиаже и его школы, а в плане ролевого, или, скорее, социально-личностного экспериментирования – в исследованиях, посвященных построению идентичности (Э. Эриксон).

Именно последнее представляет для нас особый интерес, хотя очевидно, что именно новые интеллектуальные возможности обеспечивают для этого необходимые условия.

Ролевое экспериментирование буквально пронизывает всю жизнь подростка – от «поиска границ допустимого поведения» до постановки и виртуального решения смысложизненных задач. Последнее наиболее часто проявляется в мысленном «проигрывании» будущих профессиональных и личностных ролей.

Казалось бы, что значительные трудности у наблюдающего за подростком взрослого, в том числе психолога, должны быть связаны с различием реальной и игровой позиции школьника. Однако это далеко не так. Различение доступно даже нетренированному наблюдателю. Проиллюстрируем это на хрестоматийном примере «внешней взрослости». В ней ярко проявляются все признаки игры.

Во-первых, здесь ярко выражено стремление проиграть нереализуемую в повседневной жизни потребность в новом положении в социуме. Ведь подросткам (и это подтверждают беседы с ними) совершенно ясно, что подлинная взрослость, которая понимается ими прежде всего как возможность быть независимым и полностью распоряжаться собой, недоступна. Между тем, именно возможность свободно распоряжаться собой, своим временем, занятиями, пристрастиями нередко является своеобразным ядром смысложизненных задач, которые ставит перед собой подросток. Иллюстрацией этого являются такие высказывания подростков: «Надо рвать пуповину» (Ю., 15 л.), «Самое главное – никому не дать рулить собой» (Д., 16 л.). Игровой характер этой позиции, как представляется, подчеркивается выраженной инфантильно-потребительской позицией подростков по отношению ко взрослым («Я не просил, чтобы меня рожали...», «Они родители, и они должны»), а также тем, что она крайне редко проявляется при необходимости принять какое-либо серьезное решение.

Во-вторых, это ярко выраженная демонстративность. Все – и одежда, и прически, и макияж, и формы поведения подчеркнуты и адресованы не столько публике, окружающим взрослым, сколько самому себе и сверстникам. И эта демонстративность, как представляется, обусловлена тем, что подросток четко понимает, что эта «взрослость» не настоящая, что он представляет себя взрослым, но не является им. Другими словами, здесь налицо действие в воображаемой, «мнимой» ситуации, причем хорошо осознаваемой подростком.

В-третьих, это, безусловно, ролевое действие по правилам. В определенном смысле выполнение правил здесь аналогично знаменитой «игре в сестер», ярко описанной Д. Б. Элькониным. Под-

росток скрупулезно выполняет правила, которые, как ему представляется, требуют роль взрослого человека. Но эти правила, как и сама роль имеют мало общего с реальной жизнью зрелого человека – она практически лишена обязанностей, центром ее является та же потребность – самому распоряжаться собой.

И, наконец, в-четвертых, это создание новых смыслов. Например, прогулки в таком «взрослом» виде по городу – это не просто общение, не времяпрепровождение, но своеобразная «материализация» своей взрослости. Более того, подростки достаточно часто прибегают к формулировке: «Я еще маленький», отыгрывая в случае необходимости и эту «менее престижную», но часто более удобную роль.

Вторую форму можно обозначить как «ложная самопрезентация». Наиболее известное ее литературное воплощение – герой книги Л. А. Кассиля «Черемыш – брат героя». В этих случаях подросток рассказывает другим, прежде всего сверстникам, о своей жизни, переживаниях, как о сильных, исключительных, создающих, с его точки зрения, представление о них, как более интересных, значительных, чем есть на самом деле. Это могут быть рассказы о необыкновенных приключениях, невероятных возлюбленных, романтических встречах, удивительных победах – о чем угодно. Содержание здесь не так важно, оно выполняет функцию действия в детской игре. Важен смысл – создание представления о собственной уникальности, исключительности. И вновь мы должны отметить проявление нереализуемой в повседневности потребности – в самоутверждении, включающем представление о собственной исключительности.

Известно, что представление о собственной «особости», исключительности – важнейшая сторона Я-концепции, так называемая ее дифференцирующая составляющая. В то время как вторая – «присоединяющая» составляющая обеспечивает человека представлениями о его схожести с другими людьми, дифференцирующая – указывает на его уникальность (В. В. Столин). В подростковом возрасте потребности в реализации этих сторон Я-концепции особенно остры. Но подростку чрезвычайно трудно доказать свою уникальность, в том числе и потому, что одновременно для него чрезвычайно важно единство с группой, важно не нарушить чувство «мы». Именно поэтому подобные ложные самопрезентации, как правило, включают те характеристики и ценности, которые наиболее значимы для его референтной группы.

Почему подобная самопрезентация рассматривается нами как игра, а не как обычная ложь? Ведь в ней присутствует важ-

нейший признак лжи – получение выгоды. Для ответа на этот вопрос было проведено специальное исследование, которое показало, что подростки достаточно редко прибегают к подобной самопрезентации преднамеренно, чаще всего это происходит как бы непроизвольно: «Понимаю, что глупо, но остановиться не могу», «Чувствую, что меня не раз поймают, но все равно продолжаю врать». Самоанализ подростков, а также их анализ аналогичного поведения сверстника демонстрирует в значительной части случаев примерно такую схему: наличие острой потребности проявить себя – мечты о том, как это могло бы быть, настойчивое, сильное желание поделиться с кем-то – невозможность с этим справиться – создание «ложной самопрезентации» – необходимость поддерживать ее, несмотря на страх разоблачения. Один из наших 15-летних испытуемых описал это так: «Заигрался, сам чувствую, что надо остановиться, а втягиваешься все больше и больше, как в компьютерную игру». Таким образом, подросток хорошо осознает «мнимость» ситуации, смысл которой для него – претворение в жизнь нереализованной потребности. Правилom в данном случае становится необходимость поддерживать и развивать «ложную самопрезентацию».

Еще одной формой игры является известный феномен «воображаемой аудитории» как формы проявления подросткового эгоцентризма (Д. Элкин), выражающийся в склонности подростков к своеобразной театрализации собственной жизни: они как бы постоянно находятся на сцене, представляют, как выглядят со стороны, играют, «подают» себя, как бы смотрят на себя чужими глазами.

Формами подростковой игры могут быть также некоторые виды юмора, стремление к риску и многое другое.

Более того, рассматривая подростковый возраст с позиций постмодернизма, можно сказать, что вся жизнь подростка в определенном смысле игра, поскольку он постоянно придумывает и задает «новые смыслы» обычным, повседневным событиям, ситуациям, предметам. Посредством этих новых смыслов, придаваемых им повседневности, он как бы создает другую реальность, которая должна удовлетворить потребность в новом статусе, новом положении в социуме. Специфика этих игр в том, что они непосредственно вплетены в жизнь подростка и не требуют особой пространственно-временной организации.

Перейдем теперь к рассмотрению ролевых игр. Увлечение ролевыми играми в подростковый и юношеский периоды достаточно распространено. Более того, этот вид игры затрагивает и

взрослых. Для определенной части игроков игра становится едва ли не основным содержанием жизни.

Как известно, ролевые игры разделяются на три основных вида: настольные, павильонные и полигонные. Самыми простыми являются настольные ролевые игры. Для них необходимы только бумага и ручка, а также разработанная система правил и/или информационных карточек. Большинство игр предусматривают наличие подготовленного ведущего, но существуют игры, в которые можно играть и без него. В ролевых играх не бывает выигравших или проигравших – есть история, которая может разворачиваться бесконечно, от одной встречи к другой, в течение нескольких месяцев и даже лет.

К павильонным ролевым играм относятся игры, которые проводятся в помещении. В них также возможно моделирование значительных по протяженности территорий и процессов. Желательно наличие реквизита и соответствующего снаряжения. Для этих игр необходимо присутствие ведущих, регулирующих ход игры. Подготовка участников зависит от уровня сложности данной игры. Возможно включение элементов настольных игр. Полигонные ролевые игры или игры на местности наиболее сложны. Для проведения ролевой игры на местности необходимы элементы реквизита, костюмы для участников, игровое и туристическое снаряжение. Для проведения масштабных ролевых игр необходимо присутствие подготовленных игротехников и административной группы, которые заранее готовятся к проведению мероприятия и курируют подготовку участников.

На основании литературных данных можно выделить следующие мотивы вовлеченности в ролевые игры.

1. Удовлетворение ведущих потребностей возраста. Ролевая игра дает возможность удовлетворить такие ведущие социальные потребности подростково-юношеского периода развития, как потребности в самоутверждении и общении.

2. Стремление «уйти» от реальных проблем.

3. Потребность в игре как таковой.

4. Потребность в отдыхе, разрядке.

Анализируя выбор сюжета игры «мастером игры» и выбор персонажей игроками, можно получить значимые данные о мотивах, ценностях и потребностях игроков. Другими словами, игра представляет собой своего рода проективное поле для реализации потребностей подростков и юношей. Среди любителей ролевой игры выделяются две группы. Во-первых, это те, для кого главное – военное действие, сражения, битвы. Во-вторых, те, для

кого характерна глубокая идентификация с персонажем. Именно последние представляют с точки зрения понимания значения ролевой игры для развития в подростково-юношеский период особый интерес, поскольку игрок выбирает роль, которая в той определенной степени отвечает его интересам и потребностям, склонностям. Анализ литературных и наших собственных данных показывает, что центром является четко выделяемый смысловой центр – персонаж действует самостоятельно, без «давления» со стороны других (т. е. в понимании подростка, свободно), ради определенной четко понимаемой цели. Его действия направлены на победу, т. е. на удовлетворение потребности в самоутверждении.

Важно также отметить, что игра предоставляет возможность получить особый опыт общения. Для того чтобы решить поставленную задачу, игрок должен соотносить свои цели и стратегию игры с тем, что делают другие участники, координировать действия, анализировать возможные последствия действий «сторонников» и «врагов». Кроме того, необходимо учитывать, что ролевая игра проводится в группе, и в ней ярко проявляются все феномены воздействия группы. В процессе игры возникают реальные, сложные взаимоотношения, которые одновременно существуют и в реальном, и виртуальном мире. Это придает полученному в игре опыту эмоциональную насыщенность, «аффективную заряженность».

Какое значение имеют описанные выше разновидности игры для развития подростков и юношей? В самом общем виде понятно, что игра в подростковом возрасте обслуживает развитие Я-концепции как важнейшего новообразования данного периода. Однако о каком именно структурном компоненте Я-концепции идет речь? Имеющиеся в настоящее время данные позволяют высказать предположение, что она направлена прежде всего на построение так называемого «Я-идеального». Основанием для этой гипотезы служит следующее. В подростковый период, как известно, выстраивается временная транспектива (Я-прошлое > Я-настоящее > Я-будущее). При этом Я-будущее оказывается актуальным и аффективно заряженным, эмоционально значимым. В нем воплощается представление об идеальном Я. С некоторыми допущениями можно даже сказать, что в период подростничества «Я-будущее» и «Я-идеальное» совмещаются в некое единое целое. И в этом смысле Я-идеальное не может быть реализовано в повседневной жизни. (Возможно, с этим связана и слабость практики самовоспитания, саморазвития подростков при ярко выраженной и декларируемой потребности в этом). Построение

Я-идеального как некоторой проекции себя в новую взрослую жизнь поэтому могут быть решены лишь в формах игры и фантазии.

В настоящей статье мы стремились показать, что игра, направленная на удовлетворение основных возрастных потребностей и даже в значительной части порождаемая ими, вместе с тем служит своеобразной тренировочной площадкой для первых смысложизненных поисков подростков. На наш взгляд, эту особенность подростковой игры важно учитывать и использовать в практической работе психолога с подростками.

Список литературы

1. Божович, Л. И. Личность и ее формирование в детском возрасте / Л. И. Божович. – СПб.: Питер, 2008. – 464 с.
2. Выготский, Л. С. Проблема возраста / Л. С. Выготский // Собр. соч. В 6 т. – М., 1983. – Т. 4. – С. 244–268.
3. Выготский, Л. С. Игра и ее роль в психическом развитии ребенка / Л. С. Выготский // Вопросы психологии. – 1966. – № 6. – С. 62–68.
4. Столин, В. В. Самосознание личности / В. В. Столин – М.: Изд-во МГУ, 1983. – 284 с.
5. Эльконин, Д. Б. Психология игры / Д. Б. Эльконин. – М.: Педагогика, 1978. – 360 с.
6. Elkind, D. Egocentrism in adolescence / D. Elkind // Child Devel. – 1967. – V. 38, № 4. – P. 1025–1034.

Прихожан Анна Михайловна — доктор психологических наук, профессор, профессор Института психологии им. Л. С. Выготского, Российского государственного гуманитарного университета.

УДК 159.9

Т. А. Попова

ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНАЯ СОСТАВЛЯЮЩАЯ Я-КОНЦЕПЦИИ ПОДРОСТКА

Представлены теоретический анализ понятия экзистенциальной составляющей Я-концепции подростка, предложена модель позитивной Я-концепции подростка, результаты эмпирических исследований составляющих Я-экзистенциального, рассмотрена трехкомпонентная структура данного феномена, включающего Я-горизонтальное, Я-вертикальное, Я-рефлексивное.

Ключевые слова: Я-экзистенциальное, Я-концепция, Я-горизонтальное, Я-вертикальное, Я-рефлексивное, смысл жизни, смысложизненные ориентации, динамическая структура, подростковый период.

Исследование проблемы Я-концепции в психологии включает в себя несколько научных подходов, которые определяются рамками различных психологических направлений – интеракционистского, функционального, онтопсихологического, когнитивного, гуманистического. Существует многообразие теоретических взглядов, где нет единой трактовки понятия «Я-концепции».

Впервые разработки по проблематике Я-концепции встречаются в трудах У. Джеймса [7], который рассматривал данное понятие как совокупность всех представлений о самом себе, сопряженных с их оценкой, «Я-концепция» является проявлением самосознания. Э. Эриксон же считает, что Я-концепция – это идентичность «эго» индивида, или согласованное самовосприятие индивидом своей личности. Э. Эриксон, рассматривая возрастной аспект, отмечает: «...становление личностной идентичности является важнейшей задачей развития, и центральное место этот процесс приобретает в отрочестве» [36]. У Э. Фромма Я – это активный центр, организующий структуру всех видов реальной и потенциальной деятельности человека [38, с. 167].

Представители гуманистического направления (А. Маслоу, Г. Олпорт, К. Роджерс, Р. Бернс и др.) наполняют понятие «Я-концепция» новым содержанием. Заслугой Г. Олпорта считается возвращение понятия «Я» в психологию. Исследователь подчеркивает, что существует путаница в понятийном аппарате, когда психологи свободно обращаются с понятиями и применяют вместо понятия «Я» – понятия «образ себя, самоактуализация, самоутверждение, феномен ЭГО, ЭГО-причастность, ЭГО-стремление и много других изобретений с черточкой...» [16, с. 210]. А. Маслоу, исследуя возможности «Я», обосновал идею о самоактуализации личности. Он пишет, что «человек стремится стать тем, чем он может стать» [39, с. 49]. По его мнению, самоактуализация – это «непрерывная реализация потенциальных возможностей, способностей и талантов, свершение своей миссии, или призвания, судьбы и т. п., более полное познание и, стало быть, принятие своей собственной изначальной природы, неустанное стремление к единству, интеграции, или внутренней синергии личности» [39, с. 49]. Можно сказать, что А. Маслоу вносит в проблему Я-концепции интеграционно-действенный аспект: в систему образа Я вводятся представления человека о своих возможностях, о возможности к самоизменению, реализации своих потенций. Именно такой интегративно-действенный аспект образа Я сближает проблему Я с Я-концепцией, понятием смысложизненных ориентаций и, в частно-

сти, с феноменом locus контроля Я, возможностью управлять собственной жизнью [11].

Современное состояние теоретических разработок в изучении Я-концепции индивида в значительной мере достигнуто благодаря работам и клиническим исследованиям К. Роджерса. Использование термина «Я-концепция» было обусловлено стремлением К. Роджерса рассматривать человеческое «Я» целостно. Он утверждал, что «Я-концепция» складывается из представлений индивида о собственных характеристиках и способностях, возможностях его взаимодействия с другими и с окружающим миром, из ценностных ориентаций, связанных с объектами и действиями, а также представлений о целях или идеях, которые могут иметь позитивную или негативную направленность [22]. По мнению К. Роджерса, развитие Я-концепции – это не просто процесс накопления данных опыта, условных реакций и навязанных другими представлений. Я-концепция представляет собой определенную систему. Для нашего исследования важным является утверждение К. Роджерса о том, что изменение одного ее аспекта может полностью изменить природу целого [22]. Таким образом, К. Роджерс использует понятие Я-концепция для обозначения восприятия человеком самого себя. Далее развивая свою теорию, К. Роджерс рассматривает «Я-концепцию» не только как восприятие самого себя, но и как механизм, контролирующий и интегрирующий поведение индивида. Феномен Я-концепции наиболее полно и подробно был рассмотрен Р. Бернсом. Представления Р. Бернса [2] о Я-концепции, как об основном объекте психологического изучения самосознания, являются попыткой синтеза взглядов различных авторов на эту проблему и в основных аспектах разделяются многими исследователями. Данный феномен, считает Р. Бернс, определяет знания человека о том, что он собой представляет, отражая те характеристики, которые человек воспринимает как часть себя, как мы видим себя в связи с различными ролями, которые играем в жизни. Эти ролевые образы формируются в результате все более усложняющихся взаимодействий между людьми. Р. Бернс разработал схему, отражающую структуру Я-концепции, в которую входят аспекты Я: Я-физическое, Я-социальное, Я-умственное, Я-эмоциональное, модальности – реальное Я, идеальное Я, зеркальное Я, компоненты установки – самооценка и образ Я, входящие в Я-сознающее (процесс) и Я–как объект (содержание) все вместе это входит в Глобальную Я-концепцию. Р. Бернс рассматривает ее как совокупность установок индивида, направленных

на самого себя. Автор в Я-концепции выделяет три структурных элемента: когнитивный или «образ Я» (характеризует содержание представлений о себе); эмоционально-ценностный, аффективный отражает отношение к себе в целом или к отдельным сторонам своей личности, деятельности и проявляется в системе самооценок; поведенческий элемент характеризует проявление первых двух в поведении. Таким образом, «Я-концепция», по Р. Бернсу, включает в себя множество различных Я. При изучении Я-концепции подростка особенно важным был системный подход Р. Бернса к этому феномену. Автор считает, что Я-концепция сама становится активным началом, важным фактором в интерпретации личного опыта. Очень важная мысль, которая как будто предвосхищает будущее исследование субъективной картины жизненного пути.

Я-концепция является динамической системой и играет, по существу, тройную роль: она способствует достижению внутренней согласованности личности, определяет интерпретацию опыта и является источником ожиданий [2].

В отечественной психологии проблема Я и Я-концепции исследовалась как проявление самосознания С. Л. Рубинштейном [23], А. В. Петровским [18], И. И. Чесноковой [29], В. В. Столиным [28]. Изучение данного феномена, как содержание «образа Я» – категории, в которой происходит осознание индивидом своих особенностей, проведено Б. Г. Ананьевым [1], А. Г. Спиркиным [27], В. С. Мерлиным [18]. По мнению Л. И. Божович [4], Т. В. Драгуновой [9], М. И. Лисиной [12], Я-концепция формируется в процессе общения ребенка со взрослым. И. С. Кон [10], Ю. М. Орлов [17] изучали особенности функционирования Я-концепции в ситуациях противоречия между непосредственными желаниями и нравственными ценностями. Я-концепцию как результат самовоспитания рассматривали Д. Б. Эльконин [35], Т. В. Драгунова [9].

А. В. Петровский выделяет среди множества образов Я три стороны: представления о собственной внешности, своих способностях, социальной значимости; далее он характеризует эмоциональную сторону Я-концепции и представление о своих волевых качествах [18]. По мнению И. С. Кона, структура Я представляет собой не случайный набор компонентов, а систему когнитивных, эмоциональных и поведенческих признаков. В работах И. С. Кона впервые встречается термин «Я-экзистенциальное», которое, по мысли автора, является компонентом структурной

модели «самости» и представляет собой регулятивно-организующий принцип индивидуального бытия [10].

Хотя в работах С. Л. Рубинштейна нет непосредственного высказывания о Я-концепции, но его мысли о двух способах существования – внутри непосредственного процесса жизни и ориентации на жизнь в целом, о выходе за пределы этого процесса жизни для занятия позиции вне ее и над ней [23] – можно считать предпосылками, ведущими к пониманию экзистенциальной составляющей Я-концепции.

Обобщая данные о состоянии проблемы исследования, отметим ведущую тенденцию в изучении Я-концепции: от простого описания совокупности показателей к системному, интегрированному подходу с выделением структурных и регулятивных компонентов данного понятия. Мы исходим из того, что Я-концепция является личностным образованием, системой динамических представлений о себе, соединяющей «внутренние факторы» процесса социализации и существенно обуславливающей особенности и направленность этого процесса. В то же время отметим, что Я-концепция не просто динамическая система, она имеет иерархическое строение, включает несколько уровней.

Для экспериментальных исследований составляющих Я-концепции использовался следующий методический аппарат: наблюдение, беседа, метод монографического изучения личности, анкетирование, контент-анализ мини-сочинений и анкет, методы статистической обработки данных. Для изучения основных компонентов Я-концепции использовались: мини-сочинения, «Шкала Я-концепции для детей» Е. Пирса, Д. Харриса, в модификации А. М. Прихожан, методика диагностики межличностных отношений Т. Лири, Тест-опросник самоотношения В. В. Столина, С. Р. Панталева, методика «Самооценка» Т. Дембо, С. Я. Рубинштейн, в модификации А. М. Прихожан, опросник «Кто Я» М. Куна и Т. Макпартленда.

Для исследования составляющих Я-экзистенциального использовались следующие методики: «Тест смысло-жизненных ориентаций» Д. А. Леонтьева (исследование осмысленности жизни и ориентации в смысловом пространстве жизни), «Анкета о смысле жизни» В. Э. Чудновского (выявление представлений о смысле жизни подростков), «Методика исследования системы жизненных смыслов» В. Ю. Котлякова (исследование «смысловых профилей»), тест-интервью Е. И. Головахи и А. А. Кроника «Психологические часы» (изучение реализованности жизненных планов), проективной методики «Прошлое. Настоящее. Будущее»

Е. И. Головахи и А. А. Кроника, модифицированный нами для подростков графический тест Е. А. Максимовой «Пространство моей жизни» (исследование ориентации подростков в смысловом пространстве жизни).

Одним из методов исследования стал учебный курс «Хочешь ли ты быть хозяином своей судьбы?», представляющий собой цикл лекций о смысле жизни как психологическом образовании, его основных характеристиках, его роли в судьбе человека. Целью курса являлось формирование у подростков рефлексивного отношения к собственной жизни, не как к множеству возрастных периодов, событий, ситуаций, а как к единому смысловому пространству жизни. Ряд занятий был посвящен проблеме предопределенности судьбы, характеристике «жизненного пространства личности», «моделей» человеческой судьбы, обусловленных отношением человека к времени собственной жизни, роли школы и процесса образования в судьбе человека. В процессе преподавания курса проводились практические занятия с элементами тренинга, с использованием методик и упражнений, разработанных И. В. Вачковым [5], А. М. Прихожан [21], авторских упражнений. Школьники дискуссировали по наиболее значимым темам, писали сочинения о своей настоящей, прошлой и будущей жизни, выполняли специально подобранные упражнения (составление графика жизненного пути, «Карты будущего», коллективное сочинение сказки «Смысл жизни и любовь»). Таким образом, учебный курс соединил в себе теоретическую основу, экспериментальную и тренинговую работу. Преподаваемые знания стали связующим звеном, мостом от прошлого к настоящему, а главное к формированию собственного будущего. Одно из значимых достижений курса и эксперимента в целом, мы считаем то, что с ребятами состоялся взрослый разговор о жизни каждого. В процессе работы были сформулированы, выработаны и апробированы практические рекомендации по психолого-педагогической поддержке школьников.

В исследовании приняли участие 205 учащихся гимназии. Школьники в возрасте от 12 до 17 лет (среди них 100 мальчиков и 105 девочек).

На основе теоретического анализа в рамках нашего исследования была разработана «Модель позитивной Я-концепции подростка», которая имеет два уровня. Первый уровень составляют базовые компоненты Я-концепции: Я-физическое – представления о своей внешности, здоровье, физической привлекательности, Я-умственное – представления о собственных интеллектуаль-

ных способностях, Я-эмоциональное – представления об особенностях эмоционально-чувственных переживаний, темпераменте, Я-социальное – представления о принадлежности к определенной социальной группе, представления о собственных коммуникативных способностях, самооценка как обобщенное представление подростка о собственной личности, когнитивная составляющая – интерес к познанию окружающего мира и самого себя, поведенческая составляющая – представления о характере собственной реализации в конкретной деятельности. Отдельные элементы этого уровня, приобретая свойства экзистенциальности, становятся составляющими второго уровня сформированности Я-концепции подростка: жизненно значимые для него смысловые профили, представления о смысле собственной жизни, постепенно развивающаяся способность ориентироваться в ней как в едином смысловом пространстве, стремление выстраивать и реализовывать свои жизненные планы. Формирующееся на этой основе Я-экзистенциальное (общим экспериментальным показателем которого является осмысленность жизни) с возрастом оказывает все большее воздействие на общий процесс становления Я-концепции подростка. Мы исходим из того, что данная модель задает основное направление психолого-педагогической поддержке становления позитивной Я-концепции подростка. Следует отметить, что, хотя Я-экзистенциальное в подростковом возрасте только начинает формироваться, это новообразование оказывает заметное воздействие на общий процесс становления личности подростка. Известно положение, разработанное Л. И. Божович о необходимости внимательного отношения к новообразованиям, которые только намечаются, но будут определять процесс личностного развития в будущем [4]. Согласно полученным данным экспериментальный показатель теста смысловых жизненных ориентаций «Осмысленность жизни» взаимосвязан со всеми компонентами Я-концепции и со всеми параметрами Я-экзистенциального. Наибольшее количество значимых корреляционных связей осмысленности жизни с компонентами Я-концепции составил 44 из 67. Так, с Я-физическим – 5, с Я-социальным – 12, с Я-эмоциональным – 4, Я-умственным – 2. С поведенческими характеристиками – 9, с самооценкой – 8, с когнитивной составляющей – 4. Экспериментальный показатель «осмысленность жизни» также значимо коррелирует с составляющими Я-экзистенциального. Из 35 выявленных 24 корреляционные связи значимы. По смысловым профилям – 6 значимых, по представлениям о смысле жизни – 9, по ориентациям в смысло-

вом пространстве – 5, с реализованностью жизненных планов – 4. Таким образом, экспериментальные данные подтверждают правомерность предложенной модели.

Проведенное исследование показало, что позитивная Я-концепция подростка – та концепция, в иерархии которой значимое место занимает экзистенциальная составляющая, выражающаяся в смысложизненных ориентациях и в рефлексивном отношении к собственной жизни.

Существенный интерес представляло более детальное рассмотрение параметра «Осмысленность жизни», который является основным экспериментальным показателем уровня сформированности смысложизненных ориентаций. Среднее значение осмысленности жизни по всей выборке составило 98,84 балла при стандартном отклонении 15,11. Приведем среднегрупповые значения по субшкалам теста «Смысложизненные ориентации» Д. А. Леонтьева: «Цели в жизни» $27,06 \pm 5,6$, «Процесс жизни» $27,88 \pm 6,13$, «Результативность» $22,43 \pm 4,4$, «Локус контроля Я» $19,62 \pm 3,41$, «Локус контроля жизнь» $26,64 \pm 4,99$, «Осмысленность жизни» $98,84 \pm 15,11$. Данные показатели находятся в пределах нормы [19]. Полученные в эксперименте данные сопоставимы с результатами других исследователей – Е. В. Мартыновой [14], М. Б. Богатыревой и др. [3]. В ходе исследования выделено три группы с различной степенью осмысленности жизни. Группа с низкой осмысленностью жизни составила 42 человека – 24 % от общего количества, со средней осмысленностью самая многочисленная – 110 человек – 61,45 %, с высокой осмысленностью самая малочисленная и составляет 27 человек – 15 % от общего числа выборки. Отметим, что при анализе возрастного состава данных групп выяснилось, что восьмиклассников в последней группе большинство. Таким образом, с возрастом повышается уровень осмысленности жизни.

Интересные данные графического теста «Пространство моей жизни» выявлено, что более 60 % подростков планируют создание семьи и рождение ребенка достаточно поздно, в 26–30 лет, по-видимому, это отражение современной социальной ситуации, когда происходит повышение возраста вступления в брак. 5,6 % подростков данной выборки вовсе не планирует рождение ребенка. У большинства подростков проявляется чувство взрослости – стремление быть старше своих лет, они отмечают свой желаемый возраст больше, чем реальный. При исследовании параметра, отражающего стремление к реализации жизненных планов, оказалось, что у большинства под-

ростков (68 %) существует представление о собственной жизненной перспективе.

У 71 % подростков проявляется значительный интерес к себе, зачастую это принимает эгоистическую направленность. Положительная корреляционная связь между параметрами «возраст» – «эгоистический тип межличностных отношений» может свидетельствовать о большей выраженности по мере взросления эгоистических устремлений, это подтверждают данные, характеризующие представления подростков о смысле собственной жизни. Более половины подростков пишут о желании «получать удовольствия», «играть в компьютерные игры». Показательно, что альтруистические устремления составили лишь пятую часть содержательных категорий Я-концепции современного подростка. Вместе с тем следует отметить положительную корреляцию между факторами «возраст» – «осмысленность жизни» – «альтруистические представления о смысле жизни». Таким образом, по мере формирования с возрастом рефлексивного отношения к жизни у подростка повышается значимость альтруистических устремлений. Подобную тенденцию можно наблюдать по отношению к становлению «Я-умственное» – лишь 4 % подростков оценивают свои интеллектуальные способности. Вместе с тем, чем старше подростки, тем выше этот показатель ($r = 0,179$, $p < 0,01$). Следует отметить значимые расхождения между параметрами локус контроля «Я» и локус контроля «Жизнь», что можно интерпретировать как свидетельство того, что подростки более уверены в возможности управлять жизнью вообще, чем стать хозяином собственной жизни.

Показательно нежелание большинства подростков давать оценку своим умственным способностям: подросток стремится, как бы уйти от такой оценки, ибо она весьма лично значима и, как показывают исследования Л. С. Славиной по самооценке, может быть причиной возникновения аффекта неадекватности [25]. Можно считать, что повышение тревожности и связанные с ней негативные аффективные реакции – одно из проявлений неустойчивости Я-концепции подростка. Об этом свидетельствуют, в частности, и обилие так называемых «нейтральных характеристик» – смысловых категорий, малосвязанных с основными компонентами Я-концепции и предпочитаемые подростком, поскольку они менее лично значимы. Далее о неустойчивости свидетельствует сосуществование в содержании Я-концепции противоположных качеств, например, «эгоизм» – «альтруизм», проявления тревожности, что существенно обусловлено значимос-

тью эмоциональной составляющей подростковой Я-концепции. Как показывают результаты исследования, эмоциональная составляющая играет особую роль в становлении Я-концепции подростка: она как бы пронизывает все остальные «Я», с одной стороны, создавая «энергетику» становления Я-концепции, с другой – проявляясь в негативных переживаниях, тревожности. Сама неустойчивость Я-концепции подростка может быть причиной отрицательных переживаний. По-видимому, упоминавшееся выше обилие нейтральных характеристик в содержании Я-концепции во многом объясняется стремлением «защитить» удовлетворяющую подростка, но неустойчивую самооценку, не акцентировать внимания на личностно-значимых категориях Я-концепции. Контент-анализ сочинений показал, что наибольшую значимость в представлениях подростка о своей настоящей, прошлой и будущей жизни имеет эмоциональная составляющая и, в частности, проявления тревожности, особенно у девочек. Вместе с тем, как показывают результаты монографического изучения школьников и данные наблюдения за их поведением в ходе формирующего эксперимента, обращение подростка к экзистенциальным проблемам своего «Я» помогает «обуздать» негативные переживания, уменьшить проявления тревожности. Но наряду с проявлениями неустойчивости Я-концепции подростка – это определенная иерархическая система, в основе которой относительное преобладание отдельных ее компонентов. Показательны в этой связи экспериментальные факты, свидетельствующие о постепенном повышении значимости Я-умственного и сохранении этой тенденции на протяжении всего подросткового возраста. Можно говорить о системообразующем влиянии на становление Я-концепции подростка феномена осмысленности жизни.

Продолжением исследования смысложизненного аспекта становления Я-концепции у подростков стало более подробное рассмотрение экзистенциальной составляющей, психологической природы феномена Я-экзистенциального, выделение и описание его структурных составляющих. Ранее было показано, что одной из основных составляющих Я-концепции является «Я-экзистенциальное, воплощающее в себе рефлексивное отношение к жизни и включающее в себя представления о собственной жизни и отношении к ней как к единому смысловому пространству, осознание своего места в этом пространстве в настоящем, прошедшем и будущем, потребность в активной реализации собственного будущего» [19].

Анализ полученных данных позволил сделать вывод о том, что Я-экзистенциальное имеет три составляющие:

1. Я-горизонтальное – характеристика степени сформированности отношения подростка к собственному настоящему, прошедшему и будущему, как к единой линии жизни.

2. Я-вертикальное – смысловые образования, обусловленные воздействием норм общечеловеческой нравственности, религиозных догматов, родовых, семейных традиций.

3. Я-рефлексивное – осмысленное представление о собственном Я как факторе становления смысложизненных ориентаций.

Рассмотрим данные составляющие.

Я-горизонтальное – настоящее, прошедшее, смысловые образования, характеризующие отношение к собственной индивидуальной жизни. Временной подход в изучении человека, считает Т. В. Снегирева, позволяет проникнуть в самую сердцевину его отношений, поскольку переживание времени жизни неизбежно связано с переработкой ценностей, внутренним ценностным самостроительством [26]. Исследуя процесс самоопределения у школьников, автор выделила несколько паттернов ценностно-временной структуры «Я», детально и дифференцированно описала отношение подростков к ощущениям собственного времени. В первом паттерне – прошлое, настоящее и будущее преемственно связаны, во втором – наличное «Я» в большей мере тяготеет к будущему, нежели к прошлому, «Я»-прошлое представляется совершенно чуждым, отношение к нему неизменно критично. Третий паттерн отличается от предыдущего одной особенностью, в корне меняющей картину: будущее оторвано от настоящего, вследствие чего все три времени «Я» мыслятся как совершенно разные состояния. Четвертый – пример того, как меняется интерпретация временной транспективы в зависимости от роли, которую играет в ней «Я»-идеальное: одно дело, когда ему соответствуют настоящее и будущее, как во втором паттерне, и совсем другое, когда при той же временной структуре оно остается «изолированным», не включенным в развитие. Пятый паттерн – прошлое и наличное «Я» преемственно связаны, образуя один полюс, другой составляют тесно связанные будущее и идеальное «Я». Шестой паттерн – наличное «Я» как бы «выпало» из развития: оторвано от прошлого, почти не имеет точек сближения с будущим, не отвечает ценностям идеального «Я». В исследовании Т. В. Снегиревой численно наиболее представительным оказался второй паттерн ценностно-временной структуры «Я», где наличное Я больше тяготеет к

будущему [26]. Изучением субъективной картины жизненного пути подростка, исследуя прошлое, настоящее, будущее, занималась Ю. Б. Шлыкова. Автором были выявлены общие закономерности для данной возрастной категории: подростки четко дифференцируют образы себя как ребенка и «уже не ребенка», отождествляют себя со взрослыми, хотя не всегда готовы к жизни в обществе взрослых людей, линия жизни, как и предполагалось, у всех ребят кардинально отличается. Ю. Б. Шлыкова отмечает общую тенденцию – многие ребята не обращаются к своему прошлому, настоящее для них более интересно, этот факт нашел свое подтверждение и в нашем исследовании [34].

Изучение параметра Я-горизонтальное проводилось нами с использованием мини-сочинений «Мое прошлое», «Мое настоящее», «Мое будущее», проективной методики «Прошлое. Настоящее. Будущее» Е. И. Головахи и А. А. Кроника [6].

Отметим, что учащиеся, описывая свое временное пространство – категорию «Настоящее» выделяют более подробно, пишут о своих впечатлениях, переживаниях, увлечениях, спортивных достижениях. В сочинениях не всегда прослеживается единая линия, объединяющая эти составляющие временного пространства. После проведения формирующего эксперимента произошли изменения в экспериментальной группе, так, например, количество сочинений («Мое настоящее»), содержащих категории «чтобы понять себя самого», «чтобы понять жизнь», «получать новые познания», «открывать мир», «познать мир людей» увеличилось с 29,5 % до 52,3 %, тогда как в контрольной группе количество упоминаний незначительно уменьшилось. В мини-сочинении «Мое будущее» подростки из экспериментальной группы гораздо чаще употребляют эти категории, изменения с 59,1 % до 73,9 %, в контрольной группе с 57,1 % до 58,2 %. Статистическая обработка данных этой методики выявила значимые различия. После проведения формирующего эксперимента, в экспериментальной группе сочинения перестали носить «формальный» характер, описания своего временного пространства стали более подробными и осмысленными, во многих работах прослеживалась связь трех времен.

Результаты проективной методики «Прошлое. Настоящее. Будущее» Е. И. Головахи и А. А. Кроника показали, что символические круги – рисунки «Мои прошлое, настоящее, будущее» у 69 % подростков не имеют пересечений между собой, 20 % рисуют их пересекающимися и лишь 11 % рисуют их как единое целое. Таким образом, эта тенденция схожа с выделенным

Т. В. Снегиревой третьим паттерном, где будущее оторвано от настоящего, вследствие чего все три времени «Я» мыслятся как совершенно разные состояния, каждое из которых наступает «вдруг», разрывая связи с предшествующим этапом и не закладывая их – с последующим [26, с. 31].

Эти данные подтверждают, что у подростков пока не сформировано отношение к жизни как к единому смысловому пространству. Чрезвычайно важно донести до сознания подростка, что «познать себя значит познать не только себя сегодняшнего. Конечно, можно ограничиться лишь одной точкой пространства собственной жизни, сегодняшним днем. Но это значит обокрасть себя, украсть у себя целый мир, который предстоит построить» [30, с. 21].

Одним из главных направлений в работе с подростками должна быть помощь при освоении собственного жизненного пространства, возможность осознания важности единства и целостности трех времен.

Исследуя смысловую вертикаль, мы проанализировали смысловые образования, обусловленные воздействием норм общечеловеческой нравственности, религиозных догматов, родовых, семейных традиций. Были проанализированы ответы на вопрос анкеты: «Что по Вашему мнению в наибольшей степени влияет на смысл жизни?». Обнаружено две тенденции в ответах подростков – больше половины участников проекта на первое место ставят «пример родителей», на втором месте «общение со сверстниками», третье место разделили – «собственный опыт» и «общение с педагогами». Далее следует – «влияние СМИ» и на последнем месте – «влияние художественной литературы». Интересно отметить, что проведенное ранее на другой выборке анкетирование показало, что на первом месте у подростков было «общение со сверстниками», на втором – «собственный опыт», на третьем – «пример родителей», а вот «общение с педагогами» и «чтение литературы» было на последнем месте.

Смысловая вертикаль – то, что выходит за пределы индивидуальной жизни. Характеристика смысловой вертикали особенно наглядно выступает при анализе смысловых профилей, которые отражают предпочитаемые категории смысла жизни – альтруистические, экзистенциальные, самореализационные, статусные, коммуникативные, семейные, когнитивные. Исследование смысловых профилей показало, что у подростков преобладают статусные, коммуникативные, самореализационные категории смыслов, на последнем месте – альтруистические. Диаграммой проиллюстрированы полученные средние значения (рис. 1).

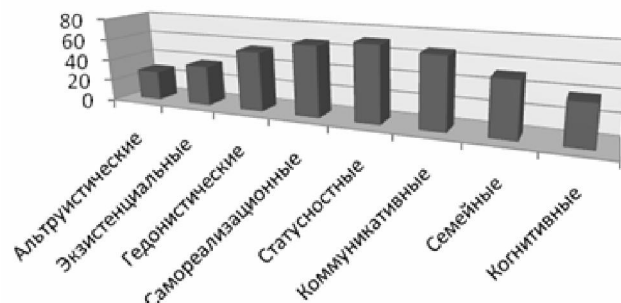


Рисунок 1 – Средние значения по смысловым категориям «Методики системы жизненных смыслов» В. Ю. Котлякова

Следует отметить, что со статистической достоверностью было установлено, что чем выше уровень осмысленности жизни, тем более значимы: альтруистические намерения ($t = 2,434$, значимость $0,016$), стремление к самореализации ($t = 4,038$, значимость $0,000$), экзистенциальные категории ($t = 4,082$, значимость $0,000$), отношения в семье ($t = 1,989$, значимость $0,048$) и желание познания ($t = 4,724$, значимость $0,000$).

Как показывают приведенные данные, с возрастом дети чаще выбирают экзистенциальные ($r = 0,257^{**}$) и самореализационные категории ($r = 0,229^{**}$), что, по нашему мнению, связано с формированием смысловой вертикали. После формирующего эксперимента в экспериментальной группе упоминаний альтруистических категорий стало больше, снизилось количество гедонистических категорий. Это может свидетельствовать о выстраивании смысловой вертикали, когда ведущую роль играют те категории смысла жизни, которые позволяют сформировать «способность подняться над непосредственностью повседневной жизни, мысленно занять позицию вне ее» [32].

Исследуя проблему становления учебной рефлексии, В. В. Давыдов подчеркнул значимость развития у школьников способности отнестись к себе как к другому, способности осознавать изменения, происходящие с ним самим в процессе обучения [7]. В нашем исследовании было важно изучить в какой мере подросток способен отнестись к себе как к изменяющемуся, сегодня понимающему больше, чем вчера, становящемуся более умным, умелым.

Рефлексивное отношение к жизни исследовалось с помощью методик «Пространство моей жизни», «Психологические часы». В проективной методике «Пространство моей жизни» школьники отмечали свой реальный, ощущаемый и желаемый возраст.

В констатирующем эксперименте в контрольной группе 20,9 % считают, что их возраст совпадает с настоящим, 70,3 % ощущают себя старше, 8 % – себя младше. В экспериментальной группе совпадение ощущают 25 %, чувствуют себя старше 62,5 %, а ощущение себя маленькими – в 12,5 %. Второй срез данных показал, что в контрольной группе совпадение возраста стали ощущать 22 % (наблюдается небольшой сдвиг), 67 % чувствуют себя старше, а младше ощущают себя 11 % детей. В экспериментальной группе произошли значительные изменения – увеличилась группа детей, которые чувствуют, что их возраст совпадает 43,5 %, ощущающих себя старше стало немного меньше – 51,1 %. По критерию хи-квадрат различия были признаны значимыми. Таким образом, подростки экспериментальной группы более реально ощущают свое место в целостном пространстве своей жизни. Большее количество детей стало отмечать свой возраст и ощущаемый возраст одинаково. Меньше детей стало и в группе, ощущающих себя младше. Школьники, задумываясь над тем, как они себя ощущают, анализируя, занимают более адекватную позицию, демонстрируя совпадение ощущаемого и реального возраста.

В констатирующем эксперименте, в контрольной группе и экспериментальной группах на вопрос: «Нужны ли психологические часы?» положительных ответов было 47,3 % и 44,3 % соответственно. После проведения второго среза оказалось, что в экспериментальной группе детей, считающих, что такие часы необходимы, стало больше – 61,4 %, в контрольной группе также произошло увеличение, но очень незначительное. В экспериментальной группе снизился показатель «Степень реализованности», отметим, что это положительный сдвиг, поскольку прежде (особенно мальчиками) указывалось нереально высокая жизненная реализованность (50–70 %).

В результате формирующего эксперимента произошли значимые изменения в отношении подростков к собственному Я по параметрам «самоуважение» ($p < 0,05$), «самоотношение» ($p < 0,05$), «самопонимание» ($p < 0,05$), «дружелюбие» ($p < 0,05$), а также к своим возможностям самостоятельно принимать решения ($p < 0,05$). Показательным является несколько более ча-

стое обращение подростков к характеристикам своих интеллектуальных способностей (методика тест-опросник самооотношения В. В. Столина, С. Р. Пантлеева) (рис. 2).

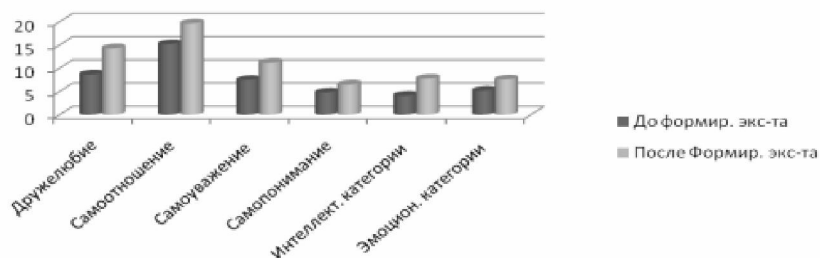


Рисунок 2 – Результаты сравнения по параметрам самооотношения

Исследование школьников показало, что особенно ярко в экзистенциальной составляющей проявляются гендерные различия. У девочек в большей мере сформирована смысловая вертикаль – цели в жизни, придающие жизни осмысленность, ориентация на общечеловеческие ценности, альтруизм (исследования гендерных различий показало, что по параметру «представления о смысле жизни» мальчики чаще употребляют в ответах гедонистические (данные по критерию $\chi^2 = 7,723$, значимость 0,005) и статусные категории (критерий $\chi^2 = 7,793$, значимость 0,009), а девочки семейные (критерий $\chi^2 = 41,041$, значимость 0,000). Девочки лучше выстраивают временную перспективу и линию жизни – они более позитивно относятся к прошлому, больше уверены в возможности контролировать свою жизнь в настоящем и будущем. С другой стороны, у них более высокие показатели по параметру «самообвинение», что можно интерпретировать как более критическое отношение к себе. У девочек осмысленность жизни выше, чем у мальчиков ($p < 0,05$). Известный факт, девочки раньше взрослеют. Это показывают и наши исследования – у них в большей мере проявляется ответственность за реализацию своих жизненных планов. На вопрос: «Нужны ли вам “психологические часы”, позволяющие измерить степень реализованности жизненных планов?», положительный ответ дали 72 % девочек и лишь 20 % мальчиков. Девочки-подростки считают свою реализованность на данный момент пока неполной (15–40 %), адекватно соизмеряя свой возраст с общей продолжительностью жизни. Мальчики считают себя более ре-

ализованными, часто указывая нереально высокий процент реализации – 50–70 %, отвечая на вопрос, они имеют в виду скорее отдельно взятые ситуации.

Исследование показало, что у подростков есть заинтересованность в том, чтобы иметь ориентир своей успешности и реализованности. Подростки хотят знать свое место в жизни. Экспериментальные данные подтверждают, что для подросткового возраста характерен «поиск цели и смысла своего существования» [4].

Проведенный эксперимент помог многим его участникам впервые задуматься, показал широкие возможности в исследовании феномена экзистенциальной составляющей Я-концепции. Исследования Е. В. Мартыновой [14], Е. А. Максимовой [13] убедительно доказывают, что само обращение к проблемам смысла жизни позитивно влияет на развитие, становление личности. Внимание, направленное к экзистенциальной проблематике особенно важно в подростковом периоде, когда происходит формирование смысложизненных ориентаций.

Некоторые выводы. Проведенное исследование подтверждает значимость экзистенциальной составляющей подростка, не занимая доминирующее положение в иерархической системе его Я-концепции, она, тем не менее, оказывает существенное влияние на общий процесс личностного развития. Экспериментальные результаты исследования обосновывают положение о трёхкомпонентной структуре экзистенциальной составляющей Я-концепции, включающей в себя Я-горизонтальное, Я-вертикальное, Я-рефлексивное. Получены данные о том, что феномен осмысленности жизни оказывает систематизирующее влияние на функционирование Я-концепции. Исследование показало, что у старшеклассников еще не сложилось представление о собственной жизни как о едином смысловом пространстве. Вместе с тем, им присуще стремление осмыслить свою жизнь и возможности самореализации в этой жизни. Психолого-педагогическая поддержка этого стремления оказывает позитивное влияние на процесс становления личности подростка. Выявлены значимые гендерные различия в проявлении экзистенциальной составляющей, которые необходимо учитывать в работе со старшеклассниками.

Список литературы

1. Ананьев, Б. Г. О проблемах современного человекознания / Б. Г. Ананьев. – СПб.: Питер, 2001. – 272 с.
2. Бернс, Р. Развитие Я-концепции и воспитание / Р. Бернс. – М.: Прогресс, 1986. – 420 с.

3. Богатырева, М. Б. Психологические особенности образа Я подростков, проживающих вне семьи: автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07 / М. Б. Богатырева. – М., 2007. – 25 с.
4. Божович, Л. И. Личность и ее формирование в детском возрасте / Л. И. Божович. – СПб.: Питер, 2008. – 464 с.
5. Вачков, И. В. Психология тренинговой работы: содержательные, организационные и методические аспекты ведения тренинговой группы / И. В. Вачков. – М.: Эксмо, 2007. – 416 с.
6. Головаха, Е. И. Психологическое время личности / Е. И. Головаха, А. А. Кроник. – Киев: Наукова думка, 1984. – 208 с.
7. Давыдов, В. В. Теория развивающего обучения / В. В. Давыдов. – М.: ИНТОР, 1996. – 544 с.
8. Джеймс, У. Психология / У. Джеймс. – М.: Педагогика, 1991. – 368 с.
9. Драгунова, Т. В. Подростковый возраст / Т. В. Драгунова // Возрастная и педагогическая психология / под ред. А. В. Петровского. – М., 1973. – С. 98–141.
10. Кон, И. С. Открытие «Я» / И. С. Кон. – М.: Политиздат, 1978. – 366 с.
11. Леонтьев, Д. А. Психология смысла. Природа, строение, динамика смысловой реальности / Д. А. Леонтьев. – 2-изд., испр. – М., 2003. – 487 с.
12. Лисина, М. И. Проблемы онтогенеза общения / М. И. Лисина. – М.: Педагогика, 1986. – 144 с.
13. Максимова, Е. А. Смысл жизни как фактор педагогического творчества: автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07 / Е. А. Максимова. – М., 2001. – 23 с.
14. Мартынова, Е. В. Смыслжизненные ориентации как фактор личностной подготовки студентов педвуза к профессиональной деятельности: дис. ... канд. психол. наук. 19.00.07 / Е. В. Мартынова. – М., 2002. – 183 с.
15. Мерлин, В. С. Психология индивидуальности / В. С. Мерлин. – М.: Изд. «Институт практической психологии», Воронеж: НПО «МОДЭК», 1996. – 448 с.
16. Олпорт, Г. Личность: проблема науки или искусства? / Г. Олпорт // Психология личности: тексты. – М., 1982. – С. 208–218.
17. Орлов, Ю. М. Самопознание и самовоспитание характера: Беседы психолога со старшеклассниками / Ю. М. Орлов. – М., 1987. – 224 с.
18. Петровский, А. В. История психологии: учеб. пособие для высш. школы / А. В. Петровский. – М.: РГТУ, 1994. – 412 с.
19. Попова, Т. А. Смыслжизненный аспект становления Я-концепции подростка: автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07 / Т. А. Попова. – М., 2009. – 23 с.
20. Прихожан, А. М. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика / А. М. Прихожан. – Москва – Воронеж, 2000. – 303 с.
21. Прихожан, А. М. Психология неудачника. Тренинг уверенности в себе / А. М. Прихожан. – М., 1997. – 192 с.
22. Роджерс, К. Взгляд на психотерапию. Становление человека / К. Роджерс; пер. с англ. – М.: Изд. Группа «Прогресс», «Универс», 1994. – 480 с.

23. Рубинштейн, С. Л. Бытие и сознание. О месте психического во всеобщей взаимосвязи явлений материального мира / С. Л. Рубинштейн. – М., 1957. – 328 с.
24. Савонько, Е. И. Возрастные особенности соотношения ориентации на самооценку и оценку другими людьми / Е. И. Савонько // Изучение мотивации детей и подростков / под ред. Л. И. Божович, Л. В. Благонадежиной. – М.: Педагогика, 1972. – С. 81–111.
25. Славина, Л. С. Трудные дети / Л. С. Славина. – Воронеж, 1998. – 447 с.
26. Снегирева, Т. В. Личностное самоопределение в старшем школьном возрасте / Т. В. Снегирева // Вопросы психологии. – 1989. – № 2. – С. 27–35.
27. Спиркин, А. Г. Сознание и самосознание / А. Г. Спиркин. – М.: Политиздат, 1972. – 302 с.
28. Столин, В. В. Познание себя и отношение к себе в структуре самосознания личности: автореф. дис. ... д-ра психол. наук: 19.00.01 / В. В. Столин. – М., 1985. – 37 с.
29. Чеснокова, И. И. Психологическое исследование самосознания / И. И. Чеснокова // Вопросы психологии. – 1984. – № 5. – С. 162–164.
30. Чудновский, В. Э. Жизненное пространство личности / В. Э. Чудновский // Психологические проблемы смысла жизни и акме: электронный сборник XVIII симпозиума / под ред. Г. А. Вайзер, Н. В. Кисельниковой, Т. А. Поповой. – М.: ФГНУ «Психологический институт» РАО, 2013. – С. 14–28.
31. Чудновский, В. Э. Смысл жизни и судьба / В. Э. Чудновский. – М.: Ось 89, 1997. – 203 с.
32. Чудновский, В. Э. Смыслжизненный аспект современного образования / В. Э. Чудновский // Вопросы психологии. – 2009. – № 4. – С. 50–60.
33. Чудновский, В. Э. Становление личности и проблема смысла жизни: избр. труды / В. Э. Чудновский. – М.: МПСИ, 2006. – 767 с.
34. Шлыкова, Ю. Б. Субъективная картина жизненного пути подростков / Ю. Б. Шлыкова // Психология человека в современном мире. Комплексные и системные подходы в исследовании психологии человека. Личность как субъект жизненного пути. Т. 1 / отв. ред.: А. Л. Журавлев, В. А. Барабанщиков, М. И. Воловикова. – М.: Изд-во «Институт психологии РАН» – С. 326–334.
35. Эльконин, Д. Б. Избранные психологические труды / Д. Б. Эльконин. – М., 1960. – 560 с.
36. Эриксон, Э. Идентичность: юность и кризис / Э. Эриксон. – М.: Прогресс, 1996. – 344 с.
37. Frankl, V. The Doctor and the Soul / V. Frankl. – N.Y., 1973. – 255 p.
38. Fromm, E. Escape from freedom / E. Fromm. – N.Y., 1970. – 173 p.
39. Maslow, A. Self-actualizing and beyond / A. Maslow // Challengers of Humanistic Psychology. – N.Y., 1967.

Попова Татьяна Анатольевна – кандидат психологических наук, старший научный сотрудник ФГНУ «Психологический институт» РАО.

СООТНОШЕНИЕ ОСМЫСЛЕННОСТИ ЖИЗНИ И ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ВРЕМЕНИ ЛИЧНОСТИ В ПЕРИОД МОЛОДОСТИ

Показано соотношение количественного аспекта смысла жизни, выражаемого в степени ее осмысленности, и характеристики психологической транспективы личности. Выявлено, что показатели осмысленности жизни и параметры реализованности и эмоциональной насыщенности жизни плотно взаимосвязаны, тогда как уровень осмысленности жизни и психологический возраст образуют ортогональные измерения в познании человека как субъекта жизни.

Ключевые слова: осмысленность жизни, временная транспектива, психологический возраст, событийная реализованность жизни, общая эмоциональная насыщенность жизни.

Понятие смысла жизни, как пишет Д. А. Леонтьев [7], не являясь объяснительным конструктом, описывает некоторую феноменологию переживания человеком интенциональной направленности собственной жизни. Тем не менее без него невозможно понять закономерности регуляции и построения жизненного пути человеком как субъектом жизни. Поскольку понятие смысла жизни является междисциплинарной категорией, многочисленны попытки раскрыть его сущность предпринимались в ряде наук, в том числе и в психологии. Мы остановимся на той грани понятия смысла жизни, которая связывает его с темой психологического времени. Согласно мнению В. Э. Чудновского, в основе смысла жизни лежит «структурная иерархия, система больших и малых смыслов» [11, с. 80]. Одним из аспектов данной иерархии является темпоральная распределенность составляющих ее смыслов в жизни человека.

По проблеме соотношения смысла и времени в психологии высказываются разнообразные суждения. Так, Б. С. Алишев, рассматривая соотношение понятий «смысл» и «мотив», утверждает, что различие между ними определяется лишь направлением вектора времени [2]. Смысл он связывает с настоящим и прошлым, а мотив – с будущим. Более распространенная точка зрения связывает понятие смысла и особенно смысла жизни преимущественно с будущим. В концепции Д. А. Леонтьева смысл может быть локализован и в прошлом, и в будущем, и в настоящем. С точки зрения К. А. Абульхановой, Т. Н. Березиной [1],

смысл – это средство квантования времени жизни, причем не зависящее от личности, работающее на бессознательном уровне, тогда как отношения личности – это нечто, определяемое ею самой, удерживаемое во времени и задающее жизненную позицию. К. В. Карпинский показывает связь темпоральных свойств смысла жизни и их роль в детерминации смысложизненного кризиса в развитии личности [5].

В рамках обозначенной проблемы в данной работе решался более частный вопрос, имеющий преимущественно методическое значение, о соотношении количественного аспекта смысла жизни, выражаемого в степени ее осмысленности, и некоторых характеристик психологической транспективы личности.

Смысл жизни каждого человека уникален, если рассматривать его с точки зрения содержания, и в этом контексте вопрос о возможности его количественного измерения не ставится. Другое дело – наполненность жизни смыслом, которая может быть количественно измерена, для чего многими исследователями используется получившая широкое распространение методика СЖО [8]. В соответствии с данными Д. А. Леонтьева, осмысленность жизни, позволяющая измерять количественный аспект смысла жизни, не однородна по структуре и состоит из пяти факторов. Три из пяти факторов, а именно цели в жизни, насыщенность жизни и удовлетворенность самореализацией, Д. А. Леонтьев обозначает как смысложизненные ориентации, связывая с направленностью на то или иное психологическое время: будущее, настоящее, прошлое. Соответственно, то, что придает жизни смысл, т. е. каждый из трех названных факторов соотносится с различными временными отрезками жизни человека. Так, будущее существует в форме целей, настоящее представлено степенью эмоциональной наполненности жизни, прошлое выступает в форме результативности жизни и удовлетворенности самореализацией. Следовательно, можно сказать, что тест СЖО измеряет общую осмысленность жизни во многом сквозь призму временной транспективы личности, позволяя диагностировать темпоральную распределенность смыслов.

Оценка временной транспективы осуществляется и другими методическими подходами, оценивающими соотношение и удельный вес прошлого, настоящего и будущего времени в пространстве автобиографических представлений о жизненном пути человека. К таковым, в частности, относится методика «Оценивание пятилетних интервалов жизни» (ОПИ) [6]. Как пишут авто-

ры, она является методикой экспресс-диагностики субъективной картины жизненного пути личности и применяется для выявления динамики субъективной продуктивности жизни в самосознании личности на основе самооценки. В процедуре ОПИ предлагается оценить все пятилетия жизни с рождения до ожидаемой продолжительности жизни по степени насыщенности важными событиями. Результаты методики позволяют вычислить следующие психобиографические характеристики. Во-первых, определяется *реализованность*, которая задается через соотношение насыщенности важными событиями прожитых лет и ожидаемой человеком суммарной насыщенности жизни в целом: чем больше удельный вес прошлого в картине жизни, тем выше реализованность, тем больше значимых событий жизни уже произошло. Во-вторых, определяется *психологический возраст*, являющийся мерой психологического прошлого. Завышенный психологический возраст связывают с пессимистичной и обедненной жизненной перспективой, тогда как заниженный – с нереализованностью, отсутствием значимых достижений в самореализации. В-третьих, рассчитывается *коэффициент зрелости*, позволяющий оценить соотношение психологического и хронологического возрастов. В-четвертых, диагностируется эмоциональная насыщенность жизни как суммарная оценка событийной наполненности жизни в целом. Определяется также ряд других показателей, таких как ожидаемая продолжительность жизни, количество максимальных оценок событийной насыщенности пятилетия и некоторые прочие. Как видим, в ряде психобиографических показателей методика содержит и характеристики временной транспективы личности.

Методика СЖО существует в форме *вербального теста*, состоящего из ряда парных полярных утверждений, респондент может выразить ту или иную степень своего согласия с одним из них, т. е. методика требует от респондента оценить те или иные стороны своей жизни по отношению к конкретным вербальным формулировкам. Методика оценивания пятилетних интервалов жизни (ОПИ) актуализирует другие механизмы осознания человеком своей жизни. Она запускает в сознании человека работу по выстраиванию вероятностных представлений о собственном прошлом, настоящем и будущем, существующих в форме множества различных эмоционально окрашенных образов.

Если сопоставить ряд показателей указанных методик, то как по названиям, так и по смыслу они представляются во многом совпадающими. Например, оценка реализованности присут-

ствует в обеих методиках. Аналогично можно сказать о показателе эмоциональной насыщенности жизни, хотя в тесте СЖО он соотносится лишь с настоящим временем, тогда как в методике ОПИ – с жизнью в целом. Таким образом, обе методики отражают в той или иной мере временную транспективу жизни человека в целом, но осуществляют это методически разными способами и несколько иными углами зрения. Поэтому закономерен вопрос о том, насколько они совпадают в оценках близких, на первый взгляд, аспектов реальности или же дают информацию о совершенно независимых друг от друга параметрах?

Некоторые косвенные данные, касающиеся соотношения измеряемых указанными методиками параметров и их возможной взаимосвязи, уже были получены нами на небольшой выборке испытуемых. Это позволило частично разграничить их по отношению друг к другу и уточнить смысл измеряемых ими переменных [9]. Так, под реализованностью в методике ОПИ понимается количественная оценка человеком всего того, что произошло в его жизни, по отношению к тому, что еще должно произойти, только предстоит. Этот параметр, в первую очередь, отражает способ структурирования событий своей жизни, восприятие соотношения событийной наполненности прошлого, настоящего и будущего. Что касается шкалы «Результативность» теста СЖО, то она оценивает не количественный удельный вес прошлого, а прежде всего удовлетворенность его результативностью. Тем не менее были обнаружены и общие тенденции направления связей данных параметров с некоторыми другими, характеризующими человека как субъекта жизни, в общей структуре корреляций. В целом, вопрос о соотношении данных параметров в упомянутом исследовании прямо не ставился и соответственно не был решен.

Для определения соотношения количественного аспекта смысла жизни, выражаемого в степени ее осмысленности, измеряемого тестом смысложизненных ориентаций (СЖО) и некоторых характеристик психологической транспективы личности, которые определяются в показателях методики «Оценивание пятилетних интервалов жизни» (ОПИ), было организовано и проведено эмпирическое исследование.

Организация и методы исследования

В соответствии с поставленной целью исследования для сбора эмпирического материала использовались следующие методики.

1. Тест смысложизненных ориентаций [8], в котором определялись такие показатели, как: цели в жизни (Ц); процесс (П),

или эмоциональная насыщенность жизни; результативность (Р), или удовлетворенность самореализацией; локус контроля – Я (ЛК-Я); локус контроля – жизнь (ЛК-жизнь); общая осмысленность жизни (ОЖ) как суммарный показатель по всем пунктам теста.

2. Методика «Оценивание пятилетних интервалов жизни» [6], в которой опрашиваемым предлагалось оценить вероятную продолжительность своей жизни, а затем оценить каждый пятилетний интервал своей жизни по степени насыщенности значимыми событиями по десятибалльной шкале. Определялись следующие показатели: а) *психологический возраст*, который рассчитывался по формуле: $ПВ = (R \times ОПЖ) / 100 \%$, где R – реализованность, ОПЖ – ожидаемая продолжительность жизни; б) *общая эмоциональная насыщенность жизни (ОЭН)*; в) *реализованность жизни к настоящему моменту (Р)*, которая вычислялась как соотношение суммарной оценки эмоциональной насыщенности прожитой жизни к ожидаемой человеком степени эмоциональной насыщенности жизни в целом. Для определения соотношения психологического и хронологического возрастов были использованы два показателя: г) *коэффициент взрослости*, вычисляемый по формуле $КВ = (ПВ / ХВ) \times 100 \%$; д) *абсолютная разница* между хронологическим и психологическим возрастом ($ХВ - ПВ$). Если *коэффициент взрослости* удобен для сравнения психологического возраста людей разных хронологических возрастов, находящихся в одной группе (при $КВ < 100 \%$ человек психологически моложе, при $КВ > 100 \%$ – старше, при $КВ = 100 \%$ соответствует своим годам), то разница ($ХВ - ПВ$) дает представление о количественной мере того, насколько психологически младше или старше человек себя ощущает. В нашей выборке разброс хронологического возраста между респондентами был небольшой, поэтому абсолютная разница также представляла интерес.

Для обработки данных использовались методы описательной статистики, t-критерий Стьюдента для несвязанных выборок, а также корреляционный анализ по формуле Пирсона, статистическое сравнение корреляционных матриц посредством дивергентного анализа.

В исследовании приняли участие 140 аспирантов первого года обучения (91 мужчина и 49 женщин) в возрасте от 22 до 27 лет, обучающиеся по естественнонаучным и математическим специальностям в Казанском университете.

Исследование проводилось как квазиэкспериментальное сравнение контрастных групп. Деление на экспериментальные группы проводилось по результатам подсчета уровня осмысленности жизни и коэффициента взрослости каждого участника эксперимента. После сбора данных по указанным методикам из совокупной выборки были выделены две пары контрастных групп.

Во-первых, выборка была разделена по признаку уровня осмысленности жизни на группы, условно обозначенные как «ВысОЖ» и «НизОЖ». Группа «ВысОЖ», характеризующаяся высоким показателем осмысленности жизни по тесту СЖО, составила 31,4 % от общей выборки – всего 44 человека (из них 28 мужчин, 16 женщин). Группа «НизОЖ», характеризующаяся низким показателем осмысленности жизни по тесту СЖО, составила 32,1 % от общей выборки – 45 человек (из них 31 мужчина, 14 женщин).

Во-вторых, та же совокупная выборка была разделена по критерию соотношения психологического возраста с хронологическим. В результате были выделены группы, условно обозначенные как «Старшие» и «Младшие». Группа «Старшие» с показателем психологического возраста выше хронологического (28,6 % от общей выборки) включила 40 человек (из них 25 мужчин, 15 женщин). Группа «Младшие» с показателем психологического возраста ниже хронологического (30,7 % от общей выборки) включила 43 человека (из них 31 мужчина, 12 женщин).

Таблица 1 – Показатели теста смысложизненных ориентаций в экспериментальных группах

Группы	Шкалы теста СЖО \bar{a} (τ)					
	Цели	Процесс	Результат	ЛК-Я	ЛК-жизнь	ОЖ
ВысОЖ (n = 44)	38,1 (2,8)	36,7 (3,3)	31,2 (2,4)	24,6 (2,2)	35,9 (3,7)	123,5 (5,2)
НизОЖ (n = 45)	28,3 (5,3)	27,3 (6,1)	22,4 (4,7)	18,6 (4,0)	16,3 (5,0)	91,6 (11,4)
T-факт.	10,8	9,0	10,9	8,8	9,2	17,0
Уровень значимости различий	p < 0,001	p < 0,001	p < 0,001	p < 0,001	p < 0,001	p < 0,001

Примечание: t-крит. = 3,64 (p < 0,001).

Таблица 2 – Показатели методики ОПИ в экспериментальных группах

Группы	Показатели методики ОПИ \bar{a} (τ)				
	ПВ	Р	КВ	ХВ–ПВ	ОЭН
Старшие (n = 40)	29,9 (6,2)	34,2 (5,7)	133 (5,3)	-7,0 (7,9)	106,9 (3,5)
Молодые (n = 43)	17,9 (5,2)	22,9 (5,5)	78,0 (3,1)	5,1 (4,7)	117,5 (2,9)
Т-факт.	13,8	7,5	15,4	-14,8	-1,5
Уровень значимости различий	p < 0,001	p < 0,001	p < 0,001	p < 0,001	–

Примечание: t-крит. = 3,64 (p < 0,001).

Как видно из таблиц 1 и 2, различие средних показателей по t-критерию Стьюдента между парными контрастными экспериментальными группами по выбранным критериям разделения выборки находится на высоком уровне (p < 0,001) статистической достоверности. Часть испытуемых (51 и 57 человек, соответственно), имевшие показатели уровня осмысленности жизни или коэффициента взрослости в диапазоне средних значений совокупной группы, не были отнесены ни к одной из сформированных контрастных групп, и в дальнейшем в сравнении не участвовали.

Данные совокупной выборки использовались для корреляционного анализа всех рассматриваемых параметров между собой. Корреляционный анализ проводился также отдельно для групп женщин и мужчин совокупной выборки, поскольку закономерности субъектной регуляции жизнедеятельности по данным исследований обнаруживают гендерную специфику [9].

Результаты и их обсуждение

Сравнение показателей теста смысложизненных ориентаций в группах, разделенных по критерию психологического возраста, различий между ними не выявило (табл. 3). Выраженность ни одной из составляющих осмысленности жизни в группах противоположных по критерию коэффициента взрослости не отличается. Значит, и те, кто психологически младше, и те, кто психологически старше своего хронологического возраста, в одинаковой мере находят свою жизнь осмысленной, имеющей опреде-

ленную направленность и временную перспективу. И те, и другие в равной мере переживают процесс жизни как достаточно насыщенный и интересный и чувствуют в себе силы и возможность строить жизнь в соответствии с собственными целями и контролировать ее.

Таблица 3 – Сравнение показателей теста смысловых ориентаций в группах психологически младших и старших людей

Группа	Шкалы теста СЖО \bar{a} (τ)					
	Цели	Процесс	Результат	ЛК-Я	ЛК-жизнь	ОЖ
Старшие (n = 40)	33,7 (5,2)	31,8 (4,7)	27,0 (6,3)	22,1 (3,6)	31,6 (7,2)	107,2 (14,5)
Младшие (n = 43)	33,4 (6,1)	32,6 (5,9)	26,7 (3,4)	22,8 (3,9)	31,8 (5,7)	107,8(12,5)
T-факт.	0,24	-0,64	0,32	0,36	-0,22	-0,18
Значимость различий	–	–	–	–	–	–

Примечание: t-крит. = 2,01 ($p < 0,05$).

Таблица 4 – Сравнение показателей методики ОПИ в группах людей с высоким и низким уровнями осмысленности жизни

Группы	ПВ	Р	КВ	ОЭН	ХВ-ПВ
ВысОЖ (n = 40)	23,0 (6,4)	26,1 (6,3)	99,8 (26,2)	125,3 (31,3)	0,06 (6,2)
НизОЖ (n = 43)	23,9 (5,4)	33,3 (14,3)	105,4 (22,2)	101,0 (28,6)	-1,27 (5,1)
T-факт.	-0,73	-3,09**	-1,10	3,82***	1,11
Значимость различий	–	$p < 0,01$	–	$p < 0,01$	–

Несколько иная картина результатов получилась при сравнении групп, разделенных по уровню осмысленности жизни.

С одной стороны, сравнение показателей методики ОПИ выявило отсутствие каких-либо различий как по коэффициенту взрослости, так и разнице (ХВ–ПВ). Значит, люди и с высоким, и низким уровнем осмысленности жизни могут ощущать себя как психологически младше, так и психологически старше своего хронологического возраста.

С другой стороны, выявлены существенные различия между группами по показателю реализованности (Р) и эмоциональной насыщенности жизни (ЭОН) (табл. 4). Люди с более высоким уровнем осмысленности жизни оценивают свою жизнь как более эмоционально насыщенную, событийно наполненную, тогда как люди с низким уровнем осмысленности жизни ощущают ее менее наполненной. При этом у людей с более высоким уровнем осмысленности жизни показатель реализованности жизни достоверно ниже, нежели у людей с низким уровнем осмысленности жизни. Данный показатель в методике ОПИ проявляет количественную оценку человеком всего того, что произошло в его жизни, по отношению к тому, что еще должно произойти, только предстоит. И, как уже упоминалось выше, в отличие от результативности в тесте СЖО реализованность в методике ОПИ не означает удовлетворенности результативностью прошлого и своим уровнем самореализации. Следовательно, более низкая оценка реализованности у тех, кто ощущает более высокий уровень осмысленности жизни, означает превалирование событий в будущем, более наполненную перспективу будущего. Обычно это связывают с психологической молодостью. Однако полученные данные этого не подтверждают, так как различия по коэффициенту взрослости и разнице (ХВ–ПВ) между группами сравнения отсутствуют.

На наш взгляд, это можно объяснить только тем, что в подсчете психологического возраста кроме параметра реализованности участвует другой показатель – ожидаемая продолжительность жизни. По всей видимости, именно он задает другую точку отсчета, которая никак не соотносится со смысловой составляющей оценки человеком разных сторон своей жизни. Об этом свидетельствуют и результаты, полученные в исследованиях Р. А. Ахмерова, в которых различия по ожидаемой продолжительности жизни были получены только при сравнении групп людей, отличающихся по мировоззрению и убеждениям, например в связи с принадлежностью к определенному религиозному течению [3]. Вероятно, поэтому показатели психологического возраста оказываются вне смысловых связей и эмоционально окрашенных оценок, характерных для параметра реализованности и эмоциональной насыщенности жизни, связанных с ходом своей собственной жизни.

Полученная при сравнении контрастных выборок картина результатов подтверждается и данными корреляционного анализа исследуемых показателей в общей выборке, представленными в таблице 5.

Таблица 5 – Корреляционные связи показателей методики ОПИ и теста СЖО в совокупной выборке

Шкалы теста СЖО	Показатели методики ОПИ			
	Р	ОЭН	КВ	ХВ–ПВ
Осмысленность жизни	-0,28***	0,35***	-0,05	0,05
Цели	-0,15	0,25**	0,05	-0,05
Процесс	-0,26**	0,28***	-0,11	0,11
Результат	-0,24**	0,24**	-0,03	0,03
Локус контроля – Я	-0,16	0,32***	0,06	-0,06
Локус контроля – жизнь	-0,19*	0,16	-0,10	0,10

Условные обозначения: * – корреляционная связь при $p < 0,05$, ** – корреляционная связь при $p < 0,01$, *** – корреляционная связь при $p < 0,001$.

Показатели теста СЖО (практически все, кроме «Локус контроля – Я») оказались прямо связаны с оценкой эмоциональной насыщенности жизни. Т. е. для тех, кто оценивает жизнь как более осмысленную, характерно ощущение ее большей эмоциональной и событийной наполненности, тогда как для тех, у кого осмысленность ниже, характерно ощущение малой событийной наполненности жизни, ее эмоциональной пустоты. Это напоминает содержание понятия об экзистенциальном вакууме как следствии отсутствия смысла жизни, введенном В. Франклом [10].

Показатели по коэффициенту зрелости и разнице (ХВ–ПВ) методики ОПИ оказались практически ортогональны всем показателям теста осмысленности жизни. Следовательно, они отражают какие-то совершенно другие реалии в оценке человеком своей жизни, независимые от степени ее смысловой наполненности.

Итак, психологический возраст как ощущение себя старше или моложе своего хронологического возраста оказался не связан ни со смысловой наполненностью жизни в целом, ни с каким-либо составляющим ее фактором, в том числе и связываемым с тем или иным временем во временной трансспективе жизни. Это особенно неожиданно, поскольку процедура вычисления психологического возраста исходно опирается на оценки реализованности и эмоциональной насыщенности жизни, которые по полученным данным оказались достаточно тесно связаны с показателями осмысленности жизни.

Интересно, что почти все шкалы теста СЖО коррелируют с показателем реализованности методики ОПИ: чем выше реализованность, тем ниже оценка процесса жизни в настоящем, удовлетворенность результативностью прошлого, меньше ощущение

контроля над жизнью и в целом жизнь менее осмысленна. И только шкала «Цели» не связана с показателем реализованности, который отражает представление человека о соотношении между тем, что уже случилось в жизни, и тем, что еще только предстоит. Объяснить этот результат можно, лишь различив цели жизни от представлений человека о будущем как о том, что может или должно случиться в его жизни. Последние могут иметь социокультурные истоки (сценарии, прецеденты), не являясь собственно целями самого человека, или быть очень отдаленными во временной перспективе от настоящего момента образами, так что они и не переживаются как цели, придающие осмысленность жизни в настоящем. Поэтому они не присутствуют в сознании при заполнении теста СЖО, но возникают при оценке всех предстоящих пятилетий жизни.

Еще более неожиданными оказались результаты корреляционного анализа исследуемых показателей при разделении общей выборки на мужскую и женскую составляющие (табл. 6). Имеющиеся в общей выборке взаимосвязи показателей СЖО с реализованностью и эмоциональной насыщенностью жизни методики ОПИ разделились между мужчинами и женщинами. Так, обратная взаимосвязь показателей осмысленности жизни с реализованностью характеризует только выборку женщин, тогда как взаимосвязь показателей осмысленности жизни с эмоциональной насыщенностью жизни характерна только для мужчин. Следовательно, мужчины при более высоком уровне осмысленности жизни используют более высокие баллы при оценке всех пятилетий жизни (и прошлого, и будущего), вся жизнь им представляется более полной и насыщенной значимыми событиями. Тогда как женщины с более высоким уровнем осмысленности жизни выше оценивают ее событийную насыщенность в будущем, а прошлое представляется им более пустым, не наполненным в той же мере, что и будущее. Соответственно, показатели реализованности у них ниже.

Таблица 6 – Корреляционные связи показателей методики ОПИ и теста СЖО у мужчин и женщин

	Женщины				Мужчины			
	Р	ОЭН	КВ	ХВ- ПВ	Р	ОЭН	КВ	ХВ- ПВ
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Осмысленность жизни	-0,44**	0,31*	-0,13	0,13	-0,22*	0,37***	0,00	0,00

Продолжение таблицы 6

1	2	3	4	5	6	7	8	9
Цели	-0,26	0,18	-0,05	0,06	-0,10	0,28**	0,11	-0,11
Процесс	-0,49***	0,18	-0,23	0,24	-0,16	0,32**	-0,05	0,05
Результат	-0,41**	0,17	-0,19	0,20	-0,17	0,27**	0,06	-0,06
Локус контроля – Я	-0,23	0,16	0,02	-0,02	-0,13	0,38***	0,08	-0,08
Локус контроля – жизнь	-0,31*	0,12	-0,09	0,10	-0,14	0,18	-0,09	0,09

Условные обозначения: * – корреляционная связь при $p < 0,05$, ** – корреляционная связь при $p < 0,01$, *** – корреляционная связь при $p < 0,001$.

Результаты корреляционного анализа показателей методики ОПИ со шкалами СЖО в контрастных выборках, разделенных по уровню осмысленности жизни и коэффициенту взрослости, представлены в табл. 7 и табл. 8.

Корреляционные связи в группах, отличающихся по психологическому возрасту, существенно отличаются друг от друга. Картину, близкую той, что наблюдается в совокупной выборке, показывает только группа «Старшие». В группе «Младшие» достоверные связи исследуемых параметров практически отсутствуют, они обнаруживаются только у шкалы «Локус контроля – Я» теста СЖО с показателем результативности методики ОПИ (чего не наблюдалось в совокупной выборке) и с эмоциональной насыщенностью жизни. Т. е. у психологически более молодых людей связи собираются вокруг показателя, характеризующего способность человека к контролю своей жизни, т. е. его собственного Я. Связи с остальными шкалами СЖО существенно не дотягивают до уровня статистической достоверности.

Таблица 7 – Корреляционные связи показателей методики ОПИ со шкалами СЖО в группах, отличающихся по психологическому возрасту

1	Старшие				Младшие			
	Р	ОЭН	КВ	ХВ–ПВ	Р	ОЭН	КВ	ХВ–ПВ
2	3	4	5	6	7	8	9	
Осмысленность жизни	-0,45**	0,50***	0,03	-0,05	-0,28	0,25	-0,19	0,22
Цели	-0,29	0,38*	0,14	-0,15	-0,18	0,16	-0,08	0,11

Продолжение таблицы 7

1	2	3	4	5	6	7	8	9
Процесс	-0,35*	0,29	-0,08	0,08	-0,28	0,21	-0,18	0,22
Результат	-0,36*	0,35*	-0,14	0,13	-0,28	0,22	-0,13	0,15
Локус контроля – Я	-0,19	0,47**	0,19	-0,21	-0,32*	0,33*	-0,04	0,08
Локус контроля – жизнь	-0,21	0,17	-0,10	0,08	-0,25	0,08	-0,26	0,29

Условные обозначения: * – корреляционная связь при $p < 0,05$, ** – корреляционная связь при $p < 0,01$, *** – корреляционная связь при $p < 0,001$.

Картина корреляционных связей в группах, отличающихся по уровню осмысленности жизни, очень близка, достоверные связи между исследуемыми показателями отсутствуют в обеих группах: как с высоким, так и с низким уровнями осмысленности жизни. Только в группе с высоким уровнем осмысленности жизни обнаруживается парадоксальная, на наш взгляд, обратная связь показателя «Процесс» методики СЖО и показателя эмоциональной насыщенности жизни методики ОПИ. Если первый свидетельствует о высоком уровне эмоциональной наполненности настоящего, то второй – о высокой событийной наполненности жизни в целом. Следовательно, насыщенность и полнота настоящего при высокой осмысленности жизни поглощают человека целиком и в какой-то мере отрезают от мыслей как о будущем, так и о прошлом. Поэтому, вероятно, будущее и прошлое представляются пустыми, как бы бледнеют на фоне полноты настоящего.

Таблица 8 – Корреляционные связи показателей методики ОПИ со шкалами СЖО в группах, отличающихся по уровню осмысленности жизни

	ВысОЖ				НизОЖ			
	Р	ОЭН	КВ	ХВ–ПВ	Р	ОЭН	КВ	ХВ–ПВ
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Осмысленность жизни	0,03	0,16	0,02	-0,03	-0,06	0,18	0,21	-0,21
Цели	0,18	-0,03	0,17	-0,19	0,10	-0,03	0,20	-0,20
Процесс	-0,23	-0,36*	-0,26	0,28	-0,09	0,23	0,13	-0,12
Результат	0,04	0,06	0,05	-0,07	-0,07	0,12	0,18	-0,17

Продолжение таблицы 8

1	2	3	4	5	6	7	8	9
Локус контроля – Я	0,19	-0,05	0,16	-0,17	0,08	0,17	0,22	-0,22
Локус контроля – жизнь	-0,24	0,05	-0,20	0,20	0,02	-0,02	0,10	-0,10

Условные обозначения: * – корреляционная связь при $p < 0,05$, ** – корреляционная связь при $p < 0,01$, *** – корреляционная связь при $p < 0,001$.

Во всех группах наблюдается обратная корреляционная связь между реализованностью и эмоциональной насыщенностью жизни (при $p < 0,001$). Значит, если человек считает, что в его жизни уже многое произошло в прошлом, то и каждое пятилетие жизни, и в прошлом, и в будущем, оценивается меньшим количеством баллов, нежели при более низкой оценке реализованности. Превалирование в событийной структуре жизни того, что еще только предстоит, эмоционально заряжает и окрашивает всю жизнь, так что все пятилетия оцениваются как более событийно наполненные.

Возможно, полученные соотношения исследованных показателей не являются инвариантными, а имеют возрастную, профессиональную и пр. специфику. Как уже упоминалось, характеристики человека как субъекта жизни и тем более те функциональные структуры, которые они образуют, могут варьировать как в зависимости от возраста, так и других существенных характеристик. Возраст тех, кто принял участие в данном исследовании, представляет собой раннюю взрослость – период, когда произошло осознание себя как субъекта собственной жизни, и начинается сознательная реализация жизненных планов, формируется свой собственный жизненный стиль. Это время поиска своего способа бытия в мире, когда вся жизнь еще впереди. Для того, чтобы проверить универсальность полученных закономерностей, необходимо расширение выборки и привлечение людей разного уровня образования, профессиональной карьеры и пр.

По результатам проведенного исследования можно сделать следующие **выводы**:

1. Уровень осмысленности жизни и психологический возраст образуют ортогональные измерения в познании человека как субъекта жизни. Высокий или низкий уровень осмысленности жизни возможен при разной локализации личности во временной трансспективе своей жизни. Выраженность ни одной из со-

ставляющих осмысленности жизни в группах, противоположных по критерию коэффициента взрослости, не отличается: и те, кто психологически младше, и те, кто психологически старше своего хронологического возраста, в одинаковой мере находят свою жизнь осмысленной. Люди и с высоким, и низким уровнем осмысленности жизни могут ощущать себя как психологически младше, так и психологически старше своего хронологического возраста.

2. Показатели осмысленности жизни по методике СЖО и параметры реализованности и общей эмоциональной насыщенности жизни методики ОПИ плотно взаимосвязаны, что говорит о том, что отражают близкие по психологической сущности реалии.

3. Структура взаимосвязей осмысленности жизни с реализованностью и общей эмоциональной насыщенностью жизни методики ОПИ не различается в зависимости от уровня осмысленности жизни.

4. Структура взаимосвязей осмысленности жизни и реализованности и общей эмоциональной насыщенности жизни методики ОПИ различается в зависимости от локализации личности во временной транспективе. Она плотнее у тех, кто психологически старше, и распадается у тех, кто психологически младше.

5. Выявлена гендерная специфика взаимосвязи показателей осмысленности жизни по методике СЖО и параметрами реализованности и общей эмоциональной насыщенности жизни методики ОПИ. Мужчины при более высоком уровне осмысленности жизни более высоко оценивают эмоциональную насыщенность всех пятилетий жизни (и прошлого, и будущего). Тогда как женщины с более высоким уровнем осмысленности жизни выше оценивают ее событийную насыщенность в будущем, тогда как прошлое представляется им более пустым, не наполненным в той же мере, что и будущее.

6. Реализованность и общая эмоциональная насыщенность жизни оцениваются прямо противоположным образом. Если человеку представляется, что уже много чего произошло в жизни (высокая реализованность), то каждое пятилетие всей жизни оценивается как менее событийно наполненное. При более низкой оценке событийной реализованности общая эмоциональная наполненность жизни в целом выше.

Список литературы

1. Абульханова, К. А. Время личности и время жизни / К. А. Абульханова, Т. Н. Березина. – СПб.: Алетейя, 2001. – 304 с.

2. Алишев, Б. С. Смысл и мотив: к соотношению понятий / Б. С. Алишев // Ученые записки Казанского университета. Серия «Гуманитарные науки». – 2010. – Т. 152, кн. 5. – С. 159–171.
3. Ахмеров, Р. А. Субъективная картина жизненного пути у представителей религиозной секты Иеговы / Р. А. Ахмеров // Известия Самарского научного центра Российской академии наук. Специальный выпуск «Актуальные проблемы гуманитарных наук». – 2005. – № 1. – С. 126–137.
4. Головаха, Е. И. Психологическое время личности / Е. И. Головаха, А. А. Кроник. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Смысл, 2008. – 267 с.
5. Карпинский, К. В. Темпоральные свойства смысла жизни и смыслотно-жизненный кризис в развитии личности / К. В. Карпинский // Известия Тульского государственного университета. Гуманитарные науки. – 2011. – № 3. – С. 368–378.
6. Кроник, А. А. Каузометрия: методы самопознания, психодиагностики и психотерапии в психологии жизненного пути / А. А. Кроник, Р. А. Ахмеров. – М.: Смысл, 2003. – 267 с.
7. Леонтьев, Д. А. Психология смысла: природа, структура и динамика смысловой реальности / Д. А. Леонтьев. – М.: Смысл, 1999. – 452 с.
8. Леонтьев, Д. А. Тест смыслотно-жизненных ориентаций (СЖО) / Д. А. Леонтьев. – М.: Смысл, 1992. – 32 с.
9. Салихова, Н. Р. Ценностно-смысловая организация жизненного пространства личности / Н. Р. Салихова. – Казань: Казан. ун-т, 2010. – 452 с.
10. Франкл, В. Человек в поисках смысла / В. Франкл. – М.: Прогресс, 1990. – 452 с.
11. Чудновский, В. Э. К проблеме адекватности смысла жизни / В. Э. Чудновский // Мир психологии. – 1999. – № 2. – С. 74–80.

Салихова Наиля Рустамовна – доктор психологических наук, доцент, профессор кафедры общей психологии Института психологии и образования Казанского (Приволжского) федерального университета.

Закиева Гульнара Решатовна – психолог школы № 7 г. Нефтекамска, соискатель кафедры общей психологии Института психологии и образования Казанского (Приволжского) федерального университета.

УДК 159.9

В. С. Волченков, В. И. Степкова

ПЕРЕЖИВАНИЕ СМЫСЛА ЖИЗНИ В РАННЕЙ ВЗРОСЛОСТИ

Рассмотрены 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 испытываемыми 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. Моргунов, 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. Благода-

ря 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, обеспечивается 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 дея-

тельности 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» [8]; в-четвертых, переживание индивидуально, так как «всякое переживание есть мое переживание» [8]; 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 которого 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 с 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 выразить их, вести себя естественно. «Принимающие себя» имеют средневысокий уровень личностного развития. «Ищущие себя» имеют средний уровень личностного развития, характеризуются недостаточно развитыми способностями к взаимо-

действию 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	4	10	41
	65,85	9,76	24,39	
«Инфантильные»	20	5	17	42
	47,62	11,90	40,48	
«Негативисты»	37	11	15	63
	58,73	17,46	23,81	
«Ищущие себя»	37	13	18	68
	54,41	19,12	26,47	
«Личностно ответственные»	37	9	5	51
	72,55	17,65	9,80	
Всего	158	42	65	265
χ^2 Пирсона	df	p		
14,04868	df = 8	p = 0,08052		

В качестве развёрнутого 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 пятью 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 развернутый 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-й 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

ни 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».

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).

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	0	8	41
	80,49	0,00	19,51	
«Инфантильные»	26	2	14	42
	61,90	4,76	33,33	
«Негативисты»	46	7	10	63
	73,02	11,11	15,87	
«Ищущие себя»	54	5	9	68
	79,41	7,35	13,24	
«Лично ответственные»	46	4	1	51
	90,20	7,84	1,96	
Всего	205	18	42	265
χ^2 Пирсона	df	p		
22,45774	df = 8	p = 0,00414		

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.

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 «лично ответ-

ственных», «принимающих себя» и «ищущих себя» групп утвердительно отвечают на данный вопрос, то подобные ответы встречаются только у третьей части испытуемых «инфантильной» группы и «негативистов».

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		

Количество респондентов, указывающих, что у них нет смысла жизни, также значимо 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 смысл их 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 не осознают необходимости в дальнейшем определении 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 развёрнутое определение смысла жизни, более половины из них имеют чёткое осознание смысла своей жизни и почти третья часть не могут его сформулировать, что значительно отличает «принимающих себя» от «личностно ответственных» испытуемых.

Испытуемые, отнесённые 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 развёрнутое

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 также не позволяет их обозначить как источник смысла жизни. Таким образом, «негативисты» по своим личностным позициям характеризуются явной противоречивостью переживания смысла жизни: будучи в основном уверенными 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 по-

ниманием 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. – 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 // Психологический журнал. – 1981. – Т. 1, № 2. – С. 52–61.
4. Бассин, Ф. В. «Значащие» переживания и проблема собственно-психологической закономерности / Ф. В. Бассин // Вопросы психологии. – 1972. – № 3. – С. 105–124.
5. Божович, Л. И. Личность и ее формирование в детском возрасте: психологическое исследование / Л. И. Божович. – М.: Просвещение, 1968. – 464 с.
6. Василюк, Ф. Е. Психология переживания: анализ преодоления критических ситуаций / Ф. Е. Василюк. – М.: МГУ, 1984. – 200 с.

7. Волченков, В. С. Переживание смысла жизни как личностное новообразование ранней взрослости / В. С. Волченков // Веснік Беларускага дзяржаўнага педагагічнага ўніверсітэта. 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. – 1984. – 432 с.
9. Дильтей, В. Описательная психология / В. Дильтей. – 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 // Психологический журнал. – 2012. – № 1/2. – С. 24–34.
12. Карпинский, К. В. Бездуховный смысл жизни как предпосылка биографического кризиса / К. В. Карпинский // Психологический журнал. – 2012. – № 3/4. – С. 23–32.
13. Карпинский, К. В. Психология жизненного пути личности: учебное пособие / К. В. Карпинский. – Гродно: ГрГУ, 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.: П. С. Гуревич (отв. ред.) [и др.]. – М., 1988. – Вып. 1. – С. 73–100.
17. Лэнгле, А. Жизнь, наполненная смыслом: прикладная логотерапия / А. Лэнгле. – М.: Генезис, 2004. – 127 с.
18. Маслоу, А. Новые рубежи человеческой природы / А. Маслоу. – М.: Смысл, 1999. – 423 с.
19. Моргун, В. Ф. Проблема периодизации развития личности в психологии: учебное пособие / В. Ф. Моргун, Н. Ю. Ткачева. – М.: МГУ, 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 // Вопросы психологии. – 1998. – № 2. – С. 3–10.
22. Психолого-педагогические и философские аспекты проблемы смысла жизни: материалы I–II симп. / Рос. акад. образования, Пси-

хол. 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. – М.: Прогресс: Универс, 1994. – 480 с.

24. Рубинштейн, С. Л. Проблемы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. – М.: Педагогика, 1973. – 424 с.

25. Франкл, В. Человек в поисках смысла / В. Франкл. – М.: Прогресс, 1990. – 368 с.

26. Фрейд, З. Психопатология обыденной жизни / З. Фрейд. – СПб.: Азбука-классика, 2005. – 222 с.

Волченков Владимир Степанович – старший преподаватель кафедры общей и педагогической психологии Белорусского государственного педагогического университета имени Максима Танка.

Слепкова Валентина Ивановна – кандидат психологических наук, доцент, доцент кафедры прикладной психологии Белорусского государственного педагогического университета имени Максима Танка.

КРИЗИСНЫЕ АСПЕКТЫ ПРОБЛЕМЫ СМЫСЛА ЖИЗНИ



УДК 159.9

Л. А. Пергаменщик

В ПОИСКАХ СМЫСЛА ТРАГИЧЕСКОГО СОБЫТИЯ

Проведен анализ человеческого страдания как процесса переживания потери. Динамика переживания процесса страдания прослеживается при особом прочтении повести классика японской литературы Ю. Мисимы «Смерть в середине лета». Обращение к литературному произведению позволило операционализировать основные понятия процесса страдания, выделить этапы и функции страдания. В статье изложено понимание смысла страдания, а также такие сопровождающие страдание психологические характеристики личности, как отчаяние и вина.

Ключевые слова: вина, острое горе, отчаяние, потеря, преодоление, смерть, смысл, событие, страдание.

Музыка играет так весело, так радостно, и,
кажется, еще немного, и мы узнаем,
зачем живем, зачем страдаем...
Если бы знать, если бы знать!

А. П. Чехов

В кризисной психологии анализируются проблемы, с которыми сталкивается человек на своем жизненном пути: психическая травма и как следствие травматический стресс, потеря и работа горя. А следом идут поиски смысла существования после трагического события. Человеческое существо эмоционально реагирует на все, что с ним происходит, а на кризисные события отвечает страданием.

Страдание – неотъемлемая часть нашей жизни. Но почему-то этой важной психологической проблеме уделяется непростоительно мало внимания. Психология страдания – это та область человеческих эмоций, которая меньше всего поддается экспериментальному анализу, так как когда человек страдает, он не может стать объектом исследования, а когда он уже в состоянии отвечать на вопросы психолога, он уже не страдает. Исключением являются страдания, которые вызываются в процессе

психотерапевтической практики. Но и здесь есть помехи: это прежде всего сам психолог. Он при всей своей объективности и невмешательстве не может не сострадать, а следовательно, и не потерять из поля научного анализа «объективную» нить исследуемого процесса. Конечно, хотелось бы дать эту проблему в максимально «живом» виде, не отягощенную понятийным научным аппаратом. Очень не хочется страдание объяснять, его надо принять и найти смысл. Человеческое горе на операционном столе научной психологии уходит, это уже не горе, а система понятий, в которых отсутствует самое главное, то, что характеризует горе – переживание смысла страдания.

Перед учеными исследователями встает проблема проникновения в область человеческих страданий. Насколько это возможно? Нельзя не согласиться со следующей точкой зрения, высказанной литературоведом Г. Чхарташвили, который писал, что изучение душевных страданий может быть организовано «наблюдателем, который себя к данному виду, вроде бы, не относит, а потому может рассматривать происходящее с чисто научным интересом – не сопереживать, регистрировать факты» [8, с. 17].

Как же быть, проанализировать смысл человеческого страдания ученому исследователю не под силу: слишком значителен и глубок этот пласт человеческих эмоций. И это не единственная категория, которая присутствует в системах психологии, но не подвластная академической психологии. Требуется очень хорошо оснащенная экспериментальная психологическая лаборатория по изучению страдания, переживания, смысла существования и т. д.

Обратимся за помощью к писателю. Японский писатель Ю. Мисима, который при жизни стал классиком, освещал темные стороны человеческой жизни: анализировал смерть и страдания и как бы смаковал, пел гимн смерти. Он и жизнь закончил по законам самураев, сделав себе харакири, после неудачного государственного переворота, в котором участвовал.

Итак, перед нами повесть Ю. Мисима «Смерть в середине лета», которая послужит литературной объяснительной иллюстрацией рассматриваемому феномену переживания смысла страдания [7].

Событие. Молодая красивая женщина Томоко Икута с тремя детьми и с золовкой отдыхали в курортном местечке на берегу моря. В описываемый момент Томоко спала после обеда в номере гостиницы, а трое ее детей были на попечении Ясуэ, так звали золовку, и игрались на берегу моря, строя песчаную крепость. Через некоторое время детям надоело возиться в песке.

Двое из них побежали по мелководью, поднимая фонтаны брызг. Ясуэ тут же вышла из оцепенения, вскочила на ноги и бросилась вслед за племянниками. Киео и Кэйко, взявшись за руки, зашли в море по грудь и стояли там, чувствуя, как вода толкает их в спину. Песок медленно уходил из-под ног, было жутковато, и глаза обоих оживленно блестели. Ясуэ подошла к детям и предупредила их, чтобы глубже они не заходили. Потом показала на оставшегося в одиночестве маленького Кацуо и поругала старших: как же они оставили братика одного, пусть вылезает из воды. Киео и Кэйко не слушали тетку, оба чувствовали, что песок потихоньку уплывает из-под подошв. Брат с сестрой, не разжимая рук, переглянулись и засмеялись. Стоять на солнце Ясуэ не нравилось. Она опасно посмотрела на свои плечи, потом на грудь. Белая кожа напомнила ей снега родного края, Ясуэ слегка ущипнула себя повыше лифчика и улыбнулась – кожа была горячей. Тут она заметила, что под длинные ногти попали песчинки, и подумала: вернемся с пляжа, надо будет подстричь. Когда она подняла глаза, Киео и Кэйко исчезли. Вышли на берег, решила Ясуэ. Однако на песке по-прежнему стоял один Кацуо. Малыш показывал пальцем в море, его личико странно кривилось. У Ясуэ сжалось сердце. Она обернулась к воде. Волна как раз откатывалась от берега, и впереди, метрах в двух, в бурлящей пене, Ясуэ увидела маленькое смуглое тельце – вода вертела его и тащила прочь. Маленькое синее пятно – плавки Киео. Сердце Ясуэ заколотилось еще сильнее. Молча, с искаженным от ужаса лицом, она сделала шаг вперед. В этот миг высокая волна, каким-то чудом до самого берега не растерявшая силу, ударила Ясуэ в грудь и разбилась о песок. Женщина рухнула как подкошенная. С ней случился инфаркт.

В дальнейшем события развивались стремительно, как в остросюжетном фильме. Люди на пляже бросились к Ясуэ, не понимая, что случилось. Послали за Томоко. Спасатель пытался, делая искусственное дыхание, вдохнуть жизнь в безжизненное тело. Прибывшая мать испуганно запричитала и первая мысль в ее голове: «Ой, неужели ее не спасут, что же это такое, да что я мужу скажу!» И только после этого она вспомнила о своих детях. Увидев младшего, она успокоилась и стала следить, как пришедший врач делает искусственное дыхание. По лбу Ясуэ полз муравей. Томоко раздавила его пальцем и смахнула. Потом появился еще один – он прополз по колеблемым ветерком волосам, вскарабкался на ухо. Томоко раздавила и этого. У нее появилось дело – давить муравьев. Четыре часа продолжались по-

пытки оживить тело. Все это время Томоко ни разу не вспомнила о своих двух детях. Томоко совсем выбилась из сил, ею овладела апатия, горя она не чувствовала. Вспомнив о малышах, Томоко спросила: «А где дети?»

Анализ события. Самое невероятное в этом событии то, что мать в течение четырех часов не вспомнила о своих детях, не почувствовала опасность. Что же произошло, почему трагическое происшествие свело на нет нормальную бдительность любого человека, а тем более матери по отношению к своим детям. Трагическое происшествие создает своего рода затмение сознания (в психологии существует для этого специальный термин «сужение сознания»), психологический водоворот. Происходит примитивизация интеллектуальной деятельности. Большинство людей, которые включены в трагическое событие, начинают мыслить по одному определенному шаблону, и выбраться из него очень не просто, еще сложнее в момент события противопоставить ей свою версию. Даже если человек с опозданием подключился к участию в событии, он мгновенно принимает версию группы. Так произошло с Томоко – она сразу же, без малейших сомнений, приняла установившуюся точку зрения на случившееся происшествие.

Итак, произошло трагическое событие: гибель двоих детей и золовки.

Научное отступление.

Событие – пусковой механизм развития личности. В зависимости от модальности, силы, уникальности события происходит восприятие и переживание события, характер его воздействия на личность. Такое событие приносит за собой психическую травму, которая в корне изменяет взгляд человека на жизнь. Травматическое событие есть «опасной жизни шанс». Какой шанс дает событие, во многом зависит от того, какой смысл событию придают его участники. Трагическое событие вызывает страдание.

Страдание – способ переработки негативного, трагического для данной личности события. Признаки понятия «страдать» по В. Далью: «биться, бороться, бедовать, мучиться, маяться, терпеть боль, скорбеть, тосковать, болеть душою, нравственно» [3, с. 334]. Страда – тяжелая, ломовая работа, добавляет В. Даль в этой же статье. **Итак, страдание как переработка негативного для данной личности события есть тяжелая, ломовая работа.** Страдание, как и любая фундаментальная эмоция, играет важную роль в жизнедеятельности

ти человеческой личности. Как происходит переработка негативного опыта? Как человек страдает? **В чем значение, смысл страдания?** Какие функции выполняет страдание?

Рассмотрим функции страдания [4]. Мы предлагаем выделить следующие функции страдания: информационная, побудительная, мотивационная, объединительная и ценностно-смысловая.

1. Информационная. Страдание сообщает и самому страдающему и тем, кто его окружает, что ему плохо. Информационная функция проявляется, прежде всего, через мимику. Страдающая душа запечатлевает на лице неповторимый свой рисунок.

2. Побудительная функция страдания заставляет человека действовать. Произошло событие, часто независимо от воли и желания человека. Как относиться к этому событию, как относиться к отношению (рефлексия рефлексии): предпринять определенные действия, сделать то, что необходимо для уменьшения страдания или устранить, если это возможно, его причину.

3. Мотивационная функция. Эта функция обеспечивает «умеренную негативную мотивацию» [4]. Страдание сопровождается напряжением. Напряжение оформляет мотивацию со знаком минус, что является необходимым для того, чтобы заставить человека решать свои проблемы. Если событие вызывает мучительное страдание, человек скорее будет избегать проблему, а не бороться с ней.

4. Объединительная функция. Страдание облегчает сплочение людей внутри группы (семья, клуб или общество в целом). В объединительной функции можно выделить два аспекта. Первый, о котором говорит К. Изард. «Поскольку разлука вызывает страдание, избегание или предвидение страдания является силой, удерживающей человека рядом с любимыми и друзьями. Если бы мы могли не страдать при разлуке с любимым человеком и друзьями, одна из наиболее важных сил, связывающих нас с друзьями, людьми была бы утрачена» [4]. Другой аспект объединительной функции страдания. Это тот случай, когда трагическое событие объединяет людей, создает корпорацию обиженных. Человеку гораздо легче встретить беду, переработать беду, когда он не один, а еще лучше, когда такая же беда случилась с другими людьми. Возникает союз не столько во имя преодоления страдания, сколько для предъявления обществу и государству своих прав на особый статус.

Происходит фашизация сознания, убежденность в собственной исключительности. Мы особые, мы пострадали, и нас может понять только тот, кто сам пострадал.

5. Ценностно-смысловая функция страдания. Страдание как особый психический процесс, как деятельность должно иметь некий смысл. Страдание для чего, что человек получает, страдая, зачем он тратит столько энергии, перерабатывая горе? Какой смысл нечеловеческих мучений? Человек, который нашел смысл в деятельности страдания, вышел из процесса с победой над горем, поднялся над страданием.

Вернемся к тексту повести. Рассмотрим этапы переживания горя у героини повести.

Этап острого горя. Что происходит сразу после события, когда событие еще не отделилось от участников события? Это еще совместное бытие человека и фрагмента действительности, когда фрагмент заслоняет от остального мира человека, его сознание, мысли, чувства. Что происходит, чем характеризуется этот этап? Прежде всего, сужением сознания. Или как пишет Мисима, происходит «психологический водоворот». Длительность первого этапа страдания определяется не столько степенью трагичности события, сколько временем распространения информации о событии и взаимодействия с социальным окружением. Этот этап иногда называют этапом острого горя. Острое горе не может длиться долго, человек не может долго находиться в ситуации отчаяния.

Этап отрицания (страх принятия события). Томоко не могла спать из-за большого возбуждения. Но ночь была только предвестником дня. Ночью еще можно верить в нереальность свершившегося трагического события, а днем? Возник еще спасительный страх, что трагедия не приобретет реальность. Первое, что проделывает сознание в преодолении трагического события, – это настойчивое стремление его отрицать. Может быть, этого не было? Задает вопрос с надеждой человек самому себе. Легче себя обмануть не в свете дня – ночью. Отрицание в условиях ночи происходит более эффективно. Ночь вообще в сознании человека связана с чем-то иллюзорным, с возможностью небытия. Уход в ночь означает уход в никуда, уход в небытие. Но ночь длится недолго, летом менее 6 часов. Столько продолжается и этап отрицания. Неотвратимо наступает день, который приносит трагическую ясность – нет, это не сон, это не иллюзия, событие действительно произошло и с ним надо что-то делать, с этим надо как-то жить. Мисима фиксировал: «...восход был для

нее страшен. Ей казалось, что с наступлением дня весь ужас происшедшего станет несомненным, трагедия приобретет реальность» [7, с. 271].

Этап ритуальный. Горе, как никакое другое событие в жизни человека, требует ритуального действия. Смерть – деловая операция. Однако со стороны ребенка (Кацуо) ритуальные процедуры напоминали ему какую-то игру. Так ли ошибочно было восприятие ребенка? Ритуал имеет смысл? В чем? Ритуал есть средство заключения психологического контракта между родственниками и памятью об умершем человеке. Основные задачи ритуального этапа состоят в следующем. Мы отдаем последние почести, одновременно снимаем с себя вину за смерть близкого. Мы приступаем к процессу сохранения памяти: венки, цветы, памятник. Мировая цивилизация в качестве действенной процедуры, которая следовала за трагическим событием, изобрела обряд плача [1]. Ритуальный обряд прощания с погибшими состоит из «всяких мелочей», что не может не удивлять непосвященных. Томоко просто не могла понять, как может уживаться в ней горе, от которого в пору помрачиться рассудку, с «преувеличенным вниманием ко всяким мелочам». Именно мелочи и спасают рассудок от мрака небытия. Обряд против безумия – лозунг, который можно вывесить на магазинах ритуальных услуг.

Этап отчаяния. Когда человек впадает в отчаяние? Что этому предшествует? Почему событие одного приводит в отчаяние, другого нет? Иногда отчаяние наступает сразу после этапа шока. Как только человек до конца осознает непоправимость случившегося, понимает, что ничего нельзя изменить, что положение безвыходное, он впадает в отчаяние. Томоко ощущала себя заброшенной и одинокой. Два ключевых слова понятия «отчаяния»: заброшенность и одиночество. Одиночество определяется и детерминируется следующими мыслями: «никто не может оценить и понять ее страдания» [7, с. 279]. Для иллюстрации основополагающего экзистенциального тезиса – одиночества М. Мамардашвили приводит стихотворение Г. Бенна, где есть такие строчки: «Всегда несчастлив и редко с кем-то, все больше был укрыт...» [6, с. 108].

Вместе с отчаянием возникает раздражение. Пострадавший упорно отстаивает мысль, что, так как он перенес такое горе, то он «имеет право на любые самые невероятные привилегии» [7, с. 279]. Горе обычно сопровождается формированием у человека рентных ориентаций. Впервые обратил внимание на то, что в психопатологической картине существенную роль играют исте-

рическое реагирование и рентные установки пострадавших, немецкий психиатр Е. Крипинин в начале XX века. Но привилегии человек не получает или получает недостаточно, по его мнению, что вызывает недовольство и раздражение.

Томоко была не в силах справиться с раздражением, от которого, как от экземы, огнем горело все тело. Это пример того, как психическая травма отражается на телесном уровне, здесь в действие вступает физическое Я человека. В подтверждение этого тезиса приведем пример из повести «Повесть о разуме» русского писателя и психоаналитика М. М. Зощенко. Известная психическая травма, которую получил бедный Федя, имела свой смысл, и этот смысл как-то был связан с женщиной. Травма говорила на языке экземы, которая возникала по мере приближения Феди к женщине, но не к любой женщине, а только к той, к которой он испытывал романтические отношения. Травма перестала сигнализировать о давнем событии, как только Федя удалялся от предмета своего вожделения [7]. Так и у Томоко появление огня, которым сопровождается напряжение, может закрепиться в сознании человека и придать некоторый смысл будущим проблемам (феномен «Бедного Феди»).

Невыносимость отчаяния усиливается еще и потому, что у человека «не хватает» чувств, чтобы выразить всю глубину страданий. Отчаяние от нехватки эмоций, чтобы переработать горе, перестрадать. Вспомним отчаянный монолог Гамлета на могиле Офелии, который сплошь из слов отчаяния: плакать, драться, терзать себя, пить острый яд, зарытым быть – все эти слова не могут до конца исчерпать глубину страдания. «И еще в большее отчаяние приходила она, когда пыталась заглянуть в собственную душу и видела там лишь мрак и неопределенность» [7, с. 279]. И тогда человек с удивлением вопрошает самого себя: почему он до сих пор жив, не сошел с ума. *Ведь жизнь есть возможность эмоционально реагировать на постоянно меняющийся мир.* Если мы не можем реагировать, если у нас нет средств для этой, кажется, обычной в обычной жизни эмоциональной операции – следовательно, мы не можем жить, да мы и не живем («жизнь завалилась» – такое определение травматическому переживанию П. Безухова дал великий писатель).

Отчаяние – это пограничное состояние, жизнь на границе. Человек не может долго ни реагировать, ни страдать, горе требует отклика. *Отчаяние – состояние без отклика, только мрак и неопределенность.* Что же спасает человека от последнего шага к небытию, к смерти в состоянии отчаяния? Каждый раз в полу-

шаге от границы выручает еще более тягостное «острое, невыразимое словами чувство – страх смерти» [7, с. 279]. Страх смерти или более точно тревогу смерти трудно, невозможно выразить словами, как нельзя узнать, а тем более назвать то, что ты никогда не видел. Экзистенциальная тревога смерти имеет основной отличительный признак – она не имеет объект. Бытие смерти есть отсутствие всякого бытия. Вот почему невозможно выразить словами чувство смерти. Итак, когда человек находится в ситуации отчаяния, на границе жизни-смерти, тревога смерти вынуждает человека продолжать жить, хотя поводов для продолжения жизни, вроде бы, и нет. Парадокс ситуации состоит в том, что небытие выручает бытие в самые трагические времена жизненного пути.

Отчаяние – слишком невыносимое состояние, чтобы его можно было эмоционально обозначить и выразить, в нем нет позитивного материала для выхода из кризиса. Из состояния отчаяния можно попытаться выйти, если предпринять поиск виновного в этом трагически безвыходном положении. Не важно, кто будет тем «козлом отпущения» за причиненную боль, важно, что на него можно «вылить» целую гамму чувств, которые есть у человека. Виновный может какое-то время играть роль иллюзорного объекта, так как в действительности объект отчаяния есть отсутствие всякого объекта.

Первый этап преодоления. Поиск виновного.

Человек уже в самом начале преодоления пытается найти виновного в трагическом событии, но первые поиски, как правило, не дают надежных результатов. Вот почему через ряд этапов пострадавший, чтобы избавиться от невыносимости отчаяния, вновь возвращается к теме поиска виноватого.

Первые чувства, которые человек выражает, уходя от отчаяния, это состояния гнева и злости. О взаимосвязи страдания и гнева указывает К. Изард: «Гнев может также быть противодействием страха, что дает возможность предположить существование связи: страдание – гнев – страх» [4, с. 260]. Гнев – это базисное средство, противостоящее отчаянию. Механизм такого противостояния имеет два направления: во вне и во внутрь. Первоначально такая активность носит неопределенный характер. Состояние отчаяния требует немедленного выхода, но когнитивная сфера работает плохо и действует в черно-белом варианте. Поэтому активность отчаяния направлена на попытку ответить на вопрос, который приходит чаще первым: «кто виноват?» Гнев должен иметь объект, иначе он будет носить разрушительный

характер. Найти виновного и обратить на него весь своей гнев, всю агрессию. Процесс поиска виновного достаточно прост и схематичен, и здесь возможные варианты: 1) Я виноват; 2) другой (другие) виноваты; 3) некие сверхъестественные силы (бог, судьба и др.).

Чаще всего человек начинает с себя. В помутненном состоянии сознания законы гештальтпсихологии не работают, человек не видит фона, не видит почти ничего вокруг себя, он заикнулся на невозможности выйти из состояния отчаяния. Так произошло с нашей героиней. Чувство вины стало маячить в ее сознании, когда она поняла, что предстоит встреча с мужем. «Томоко страшно было помыслить о предстоящей встрече с мужем. Это все равно, что предстать перед судом, думала она» [7, с. 271].

Вина требует осуждения (суд) и наказания. Томоко решила, что ей предстоит суд совести. Трагическое событие невыносимо, и что можно сделать с ним, как с ним справиться, как преодолеть? Почему же она решила взять вину на себя, что здесь от реальной вины, а что от невротичной? Мы уже отмечали, что состояние отчаяния требует перейти в другой психологический статус, в другое состояние. Легче всего перейти в статус виновной. Вина требует наказания, наказание есть уже какое-то действие, в котором возможна осмысленность. Да, вина сопровождается муками совести, но в мучении есть процесс переживания, а следовательно, и преодоления, избавления, так как после вины следует суд и осуждение, после осуждения срок, а в итоге и возможное освобождение. «Новая неотвратимая мука неумолимо приближалась...» [7, с. 271]. Томоко ждала мужа, «словно преступница, ожидающая приговора» [7, с. 276]. Она опустилась на колени, рухнула на пол и залилась слезами: «Прости меня, прости», – прошептала она. Вторую порцию вины Томоко разрешила себе получить при встрече с родителями мужа. «Вновь она заставила себя произнести страшные слова: “Это я во всем виновата”. Но тут же решила отказаться от этой роли. “Они думают, что это я во всем виновата”, – воскликнула Томоко. – Но ведь я потеряла двоих детей. Это меня надо пожалеть в первую очередь!» – жаловалась она уже своим родителям [7, с. 278].

И наконец она находит «истинного» виновника трагедии: «Виновата-то не я, а их ненаглядная Ясуэ. Ее счастье, что она умерла» [7, с. 278].

Итак, чувство вины в своем развитии у Томоко появлялось в трех различных ликах.

Первый лик. Возникновение **безусловной вины**. Выполняла **оправдательную функцию** перед собой и особенно перед мужем.

Второй лик. Здесь вина выполняла **защитную функцию** перед родственниками и требовала подчеркнутой жалости (меня надо пожалеть).

Третий лик. Томоко категорически отвела от себя вину и нашла внешнюю причину трагического события. Как только был найден «истинный» виновник случившегося, у Томоко появилось чувство гнева, в котором содержится ресурс для преодоления. Золовку Ясуэ – не жалко, и она испытывала нечто схожее с ненавистью к покойной. Мысли о собственной вине в случившемся стали меняться на мысли о неправильном распределении обязанностей. Нельзя было поручать кому-либо «заботу о своих детях» [7, с. 280]. Здесь вина выполняет перманентную функцию перехода от отчаяния через гнев к выздоровлению, здесь она выполняет **функцию канализации страдания**.

Вина, утверждает И. Ялом, – это средство отрицания смерти [9]. Она имеет следующий подтекст: если бы я делала что-то иначе, то могла бы предотвратить его (ее, их) смерть. Более широко: смерть не неизбежна, раз у нее есть причина, которую можно избежать, на которую можно воздействовать, а следовать и управлять. Неправда, что человек «заброшен» в этот мир, что он обречен на одиночество. Есть в мире какой-то порядок, в который можно вовремя встроиться и свои усилия, а следовательно, избежать и саму смерть. Если же ты упустил свой шанс, прозевал возможность влияния, то тебе и придется отвечать перед судом собственной совести – совместной вести.

Чувство вины может перейти в хроническую стадию, если человек начнет себе отказывать в праве на счастье когда-либо в будущем. «Я не имею права на счастье, – восклицала Томоко, – я должна плакать, иначе я бездушна и легкомысленна».

Этап выхода через поиск смысла трагического события.

Найти смысл в трагическом событии означает найти конструктивный выход из состояния кризиса.

Первый смысл смерти в том, что это «деловая операция». Другими словами, смерть есть некий край бытия, за которым уже ничего нет, но все же это еще событие жизни, событие промежутка. И как событие жизни оно имеет смысл в том, что оно обозначает, очерчивает наше бытие. Таким образом, предельный смысл смерти в ее пределе. Но этот смысл может «успокоить» умерших, а для живых? Им-то надо продолжать как-то жить, и смерть детей – это, конечно, знак, но знак чего? Как с

этим сосуществовать? Ответить на эти вопросы означает найти смысл в трагическом событии.

Смысл можно найти не в смерти, а в страданиях после смерти, которые не должны пройти зря. «Вдруг Томоко стало страшно, что все ее слезы и страдания пропадут зря» [7, с. 285]. Пройдет лето, пройдет время, может быть, окажется, что и трагедии не было. Ведь она, трагедия, имеет пространственно-временные координаты. Если мы уберем координаты события, может быть, и оно само исчезнет. Так нередко все и происходит. Но страдание не должно пройти незаметно, без следа, оно должно что-то изменить в нашей жизни, иначе какой смысл нечеловеческих мучений?

Смысл в печали. В разговоре о погибших детях родители находят утешение. Память об ушедших дает удовлетворение и опору в жизни.

Ранний Л. С. Выготский сделал попытку ответить на вопросы: зачем беречь траур? Как относиться к страданию? Для ответа на эти вопросы он предлагает метафору: «печальна в вышине звезда моя» [2]. Два ключевых слова в этой метафоре: «печаль» и «вышина». Одно без другого не существует: только печаль достигает вышины переживания как человеческой жизни, так и человеческой трагедии. Смысл страдания не в бегстве от него и не в мазохизме его болезненной ткани, он обретается при вознесении страдания, в молитве к богу в себе и в реализации себя в боге, то есть в жизни. Смысл страдания в зарубках памяти, страдая, мы определяем место умерших в своей жизни, а память хранит и это место, и то, что в этом месте находится.

Список литературы

1. Бородин, Д. Ю. Обряд плача как форма психотерапии в ситуациях самооценочной дезадаптации / Д. Ю. Бородин, Т. В. Галкина // Московский психотерапевтический журнал. – 1997. – № 2. – С. 149–159.
2. Выготский, Л. С. Траурные строки (день 9 ава) / Л. С. Выготский // Новый путь. – 1916. – № 27.
3. Даль, В. Толковый словарь живого Великорусского языка: в 4 т. / В. Даль. – М., 1956. – Т. 4. – 683 с.
4. Изард, К. Эмоции человека / К. Изард. – М.: МГУ, 1980. – 440 с.
5. Зощенко, М. М. Повесть о разуме / М. М. Зощенко. – М.: Педагогика, 1990. – 192 с.
6. Мамардашвили, М. Сознание и цивилизация / М. Мамардашвили // Как я понимаю философию. – М.: Прогресс, 1992. – С. 107–121.
7. Мисима, Ю. Смерть в середине лета / Ю. Мисима // Золотой Храм: роман, новеллы, пьесы. – СПб.: Северо-Запад, 1993. – С. 2 62–309.

8. Чхарташвили, Г. Жизнь и смерть Юкио Мисимы, или Как уничтожить храм / Г. Чхарташвили // Золотой храм: роман, новеллы, пьесы. – СПб.: Северо-Запад, 1993. – С. 5–30.

9. Ялом, И. Мамочка и смысл жизни. Психотерапевтические истории / И. Ялом. – М.: Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2002. – 288 с.

Пергаменщик Леонид Абрамович – доктор психологических наук, профессор, декан факультета психологии Белорусского государственного педагогического университета имени Максима Танка.

УДК 159.9

Т. И. Ачинович, Е. В. Буслаева

ИСТОЧНИКИ СМЫСЛА ЖИЗНИ И ПЕРЕЖИВАНИЕ СМЫСЛОЖИЗНЕННОГО КРИЗИСА У ВЕРУЮЩИХ И НЕВЕРУЮЩИХ

Представлен теоретический анализ работ отечественных и зарубежных психологов, рассматривающих ценности как источники смысла жизни. Обосновывается роль религии в обретении личностью смысла жизни. Проводится анализ субъективного выбора источников смысла жизни верующими и неверующими, а также переживание ими смысложизненного кризиса. На основании результатов эмпирического исследования доказывается гипотеза о том, что по мере усиления и углубления индивидуальной религиозности принятие личностью самотрансцендентных духовных ценностей в качестве источников смысла в собственной жизни возрастает, что, в свою очередь, препятствует возникновению смысложизненного кризиса.

Ключевые слова: *смысл жизни, источники смысла жизни, смысложизненный кризис, ценности, религия, религиозность, верующие, неверующие, внешняя и внутренняя религиозная ориентация.*

Если с самого начала не предположить существование Бога, вопрос о смысле жизни становится бессмысленным.

Б. Рассел

Поиск личностью смысла своей жизни – сложный и противоречивый процесс, который значительно осложняется в эпоху культурных перемен и социальных трансформаций. Примечательной особенностью современности является высокий темп порождения изменений, затрагивающих в том числе сферу социальных и культурных ценностей. В условиях динамично меняющегося общества прежние ценности, традиции и убеждения утрачивают

свою значимость, что приводит к ощущению смыслоутраты. В этой связи актуальность исследования проблемы смысла жизни и его утраты личностью существенно возрастает.

Исследуя природу смысла жизни, многие авторы указывали на то, что в основе его формирования лежат ценности личности. В зарубежной литературе ценности обозначаются термином «источники смысла жизни» [12, с. 28].

А. Адлер считает, что источником смысла жизни выступает индивидуальный смысловой опыт личности, приобретенный ею еще в раннем детстве. По мнению ученого, смысл жизни ассоциируется с первым детским воспоминанием, сопровождающимся глубоким переживанием, которое задает общую направленность последующей жизни личности [2]. Смысл жизни проявляется во множестве значений и смыслов, отражающих ценностный и мотивационный аспекты личности, и позволяющих ей осуществлять определенную деятельность в реальных условиях. А. Адлер отмечал, что конструктивный смысл жизни базируется на социальном интересе, а деструктивный – на стремлении к превосходству.

К. Юнг рассматривает смысл жизни как рефлексивную жизненную задачу, решить которую можно только через индивидуацию, сопровождающуюся общепризнанными этическими, эстетическими, религиозными, духовными ценностями [25].

А. Маслоу утверждает, что потребность в смысле жизни, наряду с потребностями в свободе и самоактуализации, является высшей потребностью, которая определяется как «метапотребность» [16]. Осуществить свой жизненный потенциал личность может опираясь на такие высшие ценности, как ценность в добре, самодостаточности, спокойствии, мужестве, честности, любви, бескорыстии.

По В. Франклу, смысл жизни – это «врожденная мотивационная тенденция, присущая всем людям и являющаяся основным двигателем поведения и развития личности» [18, с. 248]. Исследователь отмечает, что существует три пути приобретения личностью смысла собственной жизни. Во-первых, он может быть обнаружен через действие, создание чего-либо, во-вторых, через переживание чего-либо и, в-третьих, через любовь. В качестве источников смысла жизни В. Франкл рассматривает три группы ценностей – это ценности творчества, переживания и отношения [18, с. 173–175].

И. Ялом рассматривает проблему смысла жизни как внутреннюю потребность человека обладать перцептивной схемой системы ценностей, служащей основой для поступков личности.

Исследователь фокусирует особое внимание на рассмотрении вопроса об источниках смысла жизни, определяемых как внутренние состояния, проявляемые в деятельности человека. К таковым И. Ялом относит: альтруизм, преданность делу, творчество, наслаждение жизнью, самоактуализацию и самотрансценденцию. Кроме названных источников, придающих жизни земной смысл, И. Ялом упоминает религиозные, эзотерические, мистические верования, которые могут сообщать индивиду космический смысл – всеобъемлющую смысловую схему, помогающую постичь свое жизненное призвание или миссию в рамках грандиозного Божественного замысла [27].

В отечественной психологии проблеме смысла жизни посвящены работы К. А. Абульхановой-Славской, А. А. Бодалева, Б. С. Братуся, Г. А. Вайзер, К. В. Карпинского, Д. А. Леонтьева, С. Л. Рубинштейна, В. Э. Чудновского и др., в которых смысл жизни рассматривается в качестве инстанции, интегрирующей множество жизненных ценностей, смыслов и целей и задающей вектор активности человека [1; 4; 5; 6; 9; 10; 11; 12; 13; 14; 15; 17; 22; 23; 24].

С. Л. Рубинштейн, соглашаясь с идеями представителей экзистенциализма, подчеркивает, что подлинный смысл жизни должен быть найден в высших ценностях человека, превышающих личные интересы и потребности, соответствующих этическим принципам человеческого бытия и удовлетворяющих высоким моральным требованиям [17].

Б. С. Братусь определяет смысл жизни посредством личностных ценностей [5]. Ученый выделяет следующие уровни развития смысловой сферы личности: 1. Нулевой – прагматические, ситуационные ценности, определяемые самой предметной логикой достижения цели в конкретных целях. 2. Эгоцентрический уровень – первый уровень личностной смысловой сферы, в котором исходным моментом является личная выгода, удобство, престижность и т. д. 3. Группоцентрический уровень – ценности и смыслы ориентированы и зависят от близкого окружения человека, референтного для него. 4. Просоциальный уровень – характеризуется внутренней смысловой устремленностью человека на создание результата, который принесет пользу и благо другим, дальним людям, обществу, человечеству в целом. 5. Духовный или эсхатологический уровень – смысл жизни, благо и счастье воспринимается как соединение с Богом и служение ему [5]. В основе проектирования личностью смысла своей жизни лежит ответственность, регулируемая совестью, контролирующую

щей степень соответствия направленности личности на реализацию своего бытия с целым общечеловеческим бытием [5].

К. А. Абульханова-Славская определяет смысл жизни как «ценность и одновременно переживание этой ценности человеком в процессе ее выработки, присвоения или осуществления» [1, с. 72].

А. А. Бодалев под смыслом жизни понимает отраженную в «сознании и переживаниях человека как субъективно предельно значимую для него и превратившуюся в главный регулятор его поведения какую-то ценность, ставшую его собственной, самой большой ценностью» [4, с. 37]. Становление жизненного смысла, способствующего достижению и активации высшей точки развития личности, или ее акме, представляет собой переход ориентации человека из будничного, житейского уровня образа жизни к объективно значимому, имеющему духовно-нравственную основу [4].

Д. А. Леонтьев отмечает, что смысл жизни в феноменологическом аспекте можно определить как «более или менее адекватное переживание интенциональной направленности собственной жизни» [15]. При этом источники смысла жизни могут лежать в будущем, в виде определенной цели, в настоящем, в виде полноты и насыщенности жизни, и в прошлом, в виде удовлетворенности итогами прожитой жизни.

В. Э. Чудновский рассматривает смысл жизни как особое психическое образование, суть которого заключается в отражении в сознании субъекта «особенностей иерархии целевых установок его жизни и деятельности, ставших для него жизненно значимой ценностью чрезвычайно высокого порядка» [23, с. 19]. В рамках своей концепции, обращаясь к вопросу о свойствах смысла жизни, В. Э. Чудновский характеризует данный феномен с точки зрения его субстанциональности, многозначности и адекватности. Так, смысл жизни может играть как конструктивную, так и деструктивную роль в формировании личности, что характеризует многозначность данного феномена и указывает на его адекватность относительно возможности его осуществления. Субстанциональность же смысла жизни характеризует изучаемый феномен с точки зрения его внутреннего единства, относительной устойчивости и самостоятельности. Интеграция жизненным смыслом отдельных возрастных этапов в единую линию жизни сопровождается процессом рефлексии: «от рефлексии отдельного поступка через рефлексию отдельных этапов жизни – к рефлексии собственной жизни в целом» [22]. Таким образом,

процесс обретения смысла жизни определяется В. Э. Чудновским как путь к высшему уровню рефлексии личностью собственного жизненного пути [23].

Таким образом, теоретический анализ показал, что смысл жизни представляет собой особое ценностно-мотивационное образование личности, проявляющееся, с одной стороны, в принятии определенных ценностей, а с другой – в саморазвитии и самореализации личностных качеств субъекта, стремящегося постигнуть «запредельный» смысл, или, согласно В. Франклу, сверхсмысл, выводящий его за пределы собственного бытия [18].

Как показывают исследования К. В. Карпинского, разные по содержанию ценности имеют различный смыслообразующий потенциал [10; 11; 12; 13]. Выбор определенных ценностей в качестве источников смысла жизни влияет на проявление осмысленности жизни и личностную уязвимость к кризисам. Так, нереалистичный, конфликтный, дезинтегрированный, неконгруэнтный, бездуховный смысл жизни приводит к смысложизненному кризису [9; 10; 11; 12; 13].

В работах К. В. Карпинского, В. Франкла, В. Э. Чудновского, И. Ялома смысложизненный кризис рассматривается как состояние абсолютной бессмысленности, обусловленное отсутствием смысла в жизни и неспособностью его отыскать [14; 18; 22; 27]. Определяющим признаком этого состояния выступает полное отсутствие ценностей, которые могли бы устойчиво побуждать к жизни, придавать ей мотивационную привлекательность и эмоциональную насыщенность, а также направлять личность на преобразование наличных жизненных обстоятельств в соответствии с субъективным образом желаемой и должной жизни.

В ряде исследований отмечается приоритет материальных, эгоцентрических ценностей в современном обществе, которые несут в себе кризисный потенциал [3; 9; 10; 24]. Поэтому актуальнейшей задачей сегодняшнего дня, по мнению В. Э. Чудновского, является восстановление смысловой вертикали человеческой жизни, позволяющей человеку занять позицию не только над своим настоящим, прошлым и будущим, но и над своей индивидуальной жизнью вообще, обусловленной воздействием норм общечеловеческой нравственности, религиозных догматов, родовых традиций и т. д. [24, с. 17]. В связи с этим в решении проблемы смысла жизни «наука и религия могут и должны быть союзниками» [24, с. 24].

В современных социокультурных условиях произошло обращение к религии как одному из ведущих культурных источников

смысла жизни. Как отмечают Б. С. Братусь, У. Джеймс, В. Франкл, обращение к религии зачастую побуждается потребностью вобретении смысла жизни либо восстановления смысла жизни, разрушенного тяжелой жизненной ситуацией [5; 8; 19]. В этой связи следует предполагать, что индивидуальный уровень религиозности может быть значимым коррелятом кризисно-экзистенциальных переживаний личности, к числу которых можно отнести переживание осмысленности жизни и смысложизненного кризиса.

Так, У. Джеймс считает, что именно религия помогает человеку в решении экзистенциальных проблем (понимание смысла жизни, достижение счастья, понимание смерти и того, что произойдет после нее) [8]. К. Г. Юнг подчеркивает, что религиозный опыт составляет подлинный источник смысла человеческой жизни. Утрата религиозного опыта рассматривается К. Г. Юнгом как отход человека от своих глубинных ресурсов, как катастрофа в масштабах не только отдельной личности, но и всего общества в целом [26]. По мнению Э. Фромма, религия предоставляет человеку ориентиры для поиска смысла жизни, указывает путь самоосуществления человека и достижения им целостности с собой и другими [20]. В. Франкл отмечает, что, с одной стороны, приверженность к религии конкретного человека зависит от стремления к поиску и реализации им смысла своей жизни, а с другой – жизнь наполняется смыслом только благодаря приобщению к трансцендентным ценностям – смысловым универсалиям, обобщающим опыт человечества [19].

Б. С. Братусь отмечает, что религиозная вера проясняет связь с конечными, предельными вопросами жизни и смерти. Религия предлагает свою картину мира, которая субъективно воспринимается и усваивается верующими, порождая в своей душе личностные смыслы своего существования, формируя свое нравственное сознание [5]. Р. М. Грановская указывает, что «вера может выступать как инструмент, позволяющий понимать события, устанавливать их связь с «нормальной» ситуацией, что и обеспечивает возможность противостоять хаосу и конструировать наполненный смыслом мир» [7, с. 17–18]. И. М. Богдановская указывает на то, что религиозный опыт является необходимым компонентом становления личности, описывает смысловую функцию религиозного опыта, которая связана с ориентацией человека в пограничных ситуациях, структурированием жизненного мира, решением конечных, предельных, экзистенциальных проблем, с мысленным выходом личности за пределы обыденного жизненного опыта [3].

К. В. Храмова выделяет следующие особенности религии, помогающие человеку в обретении смысла жизни и его реализации: во-первых, религия является определенной системой принципов, взглядов, идеалов и убеждений, она объясняет человеку устройство мира, определяет его место в этом мире, указывает ему, в чем состоит смысл жизни; во-вторых, религия дает людям утешение, надежду, духовное удовлетворение, опору; в-третьих, человек, имея перед собой некий религиозный идеал, внутренне меняется и становится способен нести идеи своей религии, утверждать добро и справедливость (так, как понимает их данное учение), смиряясь с лишениями, не обращая внимания на тех, кто осмеивает или оскорбляет его; в-четвертых, религия управляет поведением человека через определенную систему ценностей, моральных установок и запретов [21].

Таким образом, теоретический анализ проблемы показал, что религия выполняет смыслообразующую функцию для личности, является одним из значимых культурных источников формирования смысла жизни посредством предлагаемых ею ценностей, норм, идеалов, картины мира, определяющих отношение человека к миру и выступающих в качестве ориентиров и регуляторов его поведения.

Общая гипотеза эмпирического исследования заключалась в предположении о том, что между религиозностью как индивидуально-психологическим свойством, субъективным принятием определенных ценностей в качестве источников смысла жизни и силой переживания личностью симптомов смыслового кризиса существует сложная система функциональных связей.

Данная гипотеза конкретизировалась совокупностью **частных гипотез**:

1. Существует обратная взаимосвязь между индивидуальным уровнем религиозности и интенсивностью переживания личностью смыслового кризиса.

2. Имеется прямая взаимосвязь между индивидуальным уровнем религиозности и степенью принятия личностью самотрансцендентных (религиозных) ценностей в качестве источников смысла в индивидуальной жизни.

3. Взаимосвязь индивидуального уровня религиозности и глубины переживания личностью смыслового кризиса опосредована личностным принятием самотрансцендентных (религиозных) ценностей, т. е. механизм антикризисного воздействия религиозной веры на личность заключается в том, что религия выступает

источником самотрансцендентных ценностей, которые присваиваются личностью в качестве смыслов индивидуальной жизни.

Методика исследования. Выборочную совокупность эмпирического исследования составили 150 человек в возрасте от 18 до 57 лет, в том числе 48 мужчин и 102 женщины. Выборка исследования характеризуется высоким уровнем разнородности по социально-демографическим и статусным критериям: образовательному уровню (32 человека – высшее образование, 47 человек – среднее специальное образование, 11 человек – профессионально-техническое образование, 60 человек – среднее общеобязательное образование); сфере и типу профессиональной занятости (122 человека – наемные работники в сфере торговли, обслуживания, культуры, образования, здравоохранения, производства и 28 человек – индивидуальные предприниматели); семейному положению (29 человек – семейные, 121 человек – холостые, разведенные или овдовевшие); родительскому статусу (31 человек – воспитывают детей, 119 человек – бездетные); конфессиональной принадлежности (40 человек – православные, 48 человек – католики, 62 человека – протестанты).

Для каждого испытуемого, принявшего участие в исследовании, определялась индивидуальная выраженность следующих психологических переменных:

1. Самооценка отсутствия-наличия и силы религиозной веры.
2. Религиозная ориентация – преимущественная направленность испытуемого на религиозные практики, культовые церемонии и обрядовые действия (внешняя религиозная ориентация) либо на ценности и заповеди, образующие внутреннее содержание вероисповедания (внутренняя религиозная ориентация) [3].
3. Смыслжизненный кризис – дрящееся психическое состояние, связанное с негативными переживаниями личности по поводу непродуктивности индивидуального жизненного пути и обусловленное неразрешимыми или неразрешенными противоречиями в поиске и практической реализации смысла жизни [14].
4. Степень личностной приемлемости различных источников смысла жизни. Под источниками смысла жизни понимались объективно существующие ценности, которые составляют содержание индивидуального смысла жизни личности [11].

Для сбора эмпирического материала был использован следующий исследовательский инструментарий:

1. Анкетирование, которое преследовало цель сбора социально-демографических сведений об участниках исследования. Мотивировочная часть анкеты содержит обращение к испытуе-

тому, которое решает три задачи: актуализация интереса к исследованию, маскировка истинных целей исследования и гарантия конфиденциальности по отношению ко всем сообщенным сведениям. Ориентировочная часть анкеты включает вопросы закрытого типа, которые выясняют пол, возраст, образовательный статус, семейный статус, родительский статус, удовлетворенность материальным положением, а также вопрос-самоотчет о силе религиозной веры, на который испытуемый должен был дать баллированный ответ (от 1 до 10 баллов).

2. Опросник смысложизненного кризиса (К. В. Карпинский) – стандартизированный личностный тест, предназначенный для диагностики наличия-отсутствия и интенсивности переживания личностью феноменологии кризиса смысла жизни [14].

3. «Источники смысла жизни» – методика К. В. Карпинского, направленная на диагностику содержательных и структурно-функциональных свойств смысла жизни (широта, иерархизация, устойчивость). Испытуемому в качестве стимульного материала предъявлялся репрезентативный перечень из 46 ценностей с расшифровкой предметного содержания каждой из них. Инструкция требовала оценить, в какой степени испытуемый принимает или отвергает каждую из предложенных ценностей в качестве источника смысла собственной жизни. При этом использовалась семиразрядная шкала с градацией ответа от «-3 – категорически отвергаю» до «+3 – полностью принимаю» [13].

4. Шкала религиозных ориентаций (Г. Олпорт, Д. Росс) – стандартизированный личностный опросник, предназначенный для выявления типа религиозной ориентации испытуемого: внутренней и внешней религиозности. Опросник состоит из 20 суждений, 9 из которых представляют субшкалу внутренней религиозной ориентации (I), а 11 включены в субшкалу внешней религиозной ориентации (E) [3].

Результаты и их обсуждение.

С целью проверки первой частной гипотезы исследования при помощи *t*-критерия Стьюдента производилось сравнение уровня выраженности психологических признаков смысложизненного кризиса в группах верующих и атеистов. Сравнительный анализ ($t = -2,31, df = 148, p = 0,022$) показал, что неверующие испытуемые ($M = 118,6$ балла) гораздо сильнее испытывают психологические проблемы, вызванные поиском и практической реализацией смысла в жизни, чем верующие индивиды ($M = 93,67$ балла). Исходя из этого, далее можно предположить, что на интенсивность переживания кризиса влияет не только само

отсутствие или наличие религиозной веры, но также сила и тип данной веры. Поэтому на следующем этапе обработки данных был проведен ранговый корреляционный анализ суммарного показателя смысложизненного кризиса и индикаторов индивидуального уровня религиозности личности, представленных в интервальной шкале, а именно баллов по субшкалам опросника религиозной ориентации и непосредственной самооценки силы религиозной веры.

Результаты исследования показали, что все показатели индивидуальной религиозности значимо коррелируют с глубиной и интенсивностью переживания личностью симптоматики кризиса смысла жизни. При этом интересно то, что внешняя религиозная ориентация обнаруживает положительную корреляцию ($R = 0,33$; $p < 0,01$), а внутренняя религиозная ориентация ($R = -0,49$; $p < 0,01$) и самооценка силы религиозной веры ($R = -0,30$; $p < 0,01$) – отрицательную корреляцию с тяжестью течения кризиса. Это свидетельствует о том, что подлинная и глубокая религиозная вера, связанная с принятием личностью религиозных канонов в качестве руководящих ценностей и принципов собственной жизни, выступает своеобразным психологическим «буфером» по отношению к риску развития смысложизненного кризиса. В то же время формальное отношение к религии, выраженное через ориентацию на ее внешнюю форму, а не на внутреннее ценностно-нормативное содержание, наоборот, сопряжено с более сильным и устойчивым переживанием личностью бессмысленности собственной жизни. Можно предложить несколько конкурирующих интерпретаций данному факту: во-первых, переживание смысложизненного кризиса может побудить обращение личности к религии как источнику общечеловеческих смысложизненных ценностей; во-вторых, разочарование в религии, которое среди прочих проявлений может найти отражение во внешней религиозной ориентации, может стать пусковым моментом для наступления смысложизненного кризиса в развитии личности; в-третьих, религия только тогда способна выполнять свою антикризисную функцию в развитии личности, когда ее содержание достаточно глубоко интериоризировано, независимо от соблюдения личностью внешней атрибутики веры.

Далее были исследованы различия в субъективном выборе определенных ценностей в качестве источников смысла жизни у верующих и неверующих путем сопоставления групп по *t*-критерию Стьюдента. Результаты исследования показали (табл. 1), что верующие испытуемые отличаются от неверующих более высо-

ким уровнем принятия таких смысложизненных ценностей, как альтруизм, здоровье, семья, религиозность, духовность, моральность, справедливость, дети, познание, компетентность, дружба, патриотизм, образование, саморазвитие, аскетизм, правда, красота и долг. Следует заострить внимание на том, что группы верующих и неверующих наиболее резко дифференцируются по степени принятия в качестве источников смысла жизни тех ценностей, которые традиционно ассоциируются с человеческим идеалом в христианстве, а именно религиозность ($p < 0,001$), духовность ($p < 0,001$), правда ($p < 0,001$), мир ($p < 0,001$), моральность ($p < 0,001$), образование ($p < 0,001$), аскетизм ($p < 0,001$). Подавляющая часть перечисленных ценностей входит в состав трансцендентной и семейной ориентаций смысла жизни, что, на наш взгляд, свидетельствует о том, что приобщение к религии способствует более прочному и избирательному закреплению данных ценностей в смысловой сфере личности.

Таблица 1 – Результаты анализа групповых различий по степени принятия смысложизненных ценностей между верующими и неверующими

Источники смысла жизни и смысложизненные ориентации	Различия в группах верующих и неверующих				
	M _{верующие}	M _{атеисты}	t	df	p
1	2	3	4	5	6
Самореализация	2,406897	2,40000	0,01807	148	0,985607
Индивидуальность	2,200000	2,20000	-0,00000	148	1,000000
Свобода	2,096552	2,20000	-0,21911	148	0,826864
Дружба	2,731034	2,00000	2,99878	148	0,003181
Любовь	2,620690	2,00000	1,74854	148	0,082444
Счастье	2,593103	2,00000	1,90977	148	0,058097
Процесс жизни	2,262069	2,00000	0,66219	148	0,508881
Самоуважение	2,117241	2,00000	0,28273	148	0,777780
Персонализация	1,896552	2,00000	-0,22336	148	0,823567
Семья	2,600000	1,80000	2,34014	148	0,020612
Карьера	2,027586	1,80000	0,46054	148	0,645805
Богатство	1,765517	1,80000	-0,07510	148	0,940240
Развлечения	1,386207	1,80000	-0,61186	148	0,541572
Секс	1,282759	1,80000	-0,70948	148	0,479146
Дети	2,510345	1,60000	2,15683	148	0,032633
Здоровье	2,427586	1,60000	2,12311	148	0,035408
Познание	2,400000	1,60000	2,42268	148	0,016614

Продолжение таблицы 1

1	2	3	4	5	6
Компетентность	2,317241	1,60000	2,25129	148	0,025840
Общение	2,275862	1,60000	1,86280	148	0,064472
Хобби	1,944828	1,60000	0,78864	148	0,431584
Искусство	1,868966	1,60000	0,68679	148	0,493287
Безопасность	2,131034	1,40000	1,50977	148	0,133233
Творчество	2,075862	1,40000	1,65452	148	0,100140
Социальный статус	1,262069	1,40000	-0,24155	148	0,809460
Красота	2,220690	1,00000	2,87521	148	0,004634
Альтруизм	2,020690	1,00000	2,31599	148	0,021932
Контроль	1,882759	1,00000	1,68211	148	0,094655
Судьба	1,737931	1,00000	1,16290	148	0,246741
Общественная активность	1,475862	1,00000	0,88213	148	0,379139
Моральность	2,420690	0,80000	4,42086	148	0,000019
Саморазвитие	2,200000	0,80000	3,50695	148	0,000600
Гуманизм	2,193103	0,80000	3,15585	148	0,001939
Природа	2,075862	0,80000	3,29941	148	0,001214
Образование	2,441379	0,60000	5,34332	148	0,000000
Признание	0,744828	0,60000	0,22336	148	0,823567
Власть	0,558621	0,60000	-0,05841	148	0,953497
Духовность	2,441379	0,40000	5,78896	148	0,000000
Мир	2,413793	0,40000	4,86886	148	0,000003
Справедливость	2,289655	0,40000	4,84011	148	0,000003
Долг	1,979310	0,40000	3,67458	148	0,000332
Патриотизм	1,510345	0,40000	2,10287	148	0,037170
Выживание	0,765517	0,40000	0,54376	148	0,587424
Гедонизм	0,179310	0,40000	-0,26435	148	0,791874
Правда	2,393103	0,20000	5,32373	148	0,000000
Аскетизм	1,400000	-1,00000	4,42110	148	0,000019
Религиозность	2,489655	-1,40000	10,43270	148	0,000000

По ценностям, относящимся к статусной и субъектной ориентации смысла жизни, межгрупповые различия не достигают уровня статистической значимости. Это означает, что верующим испытуемым в принципе не чужды карьерные, материальные, индивидуалистические стремления в жизни, но для них важное значение имеют духовные, самоотрансцендентные смыслы жизни. Ранжирование среднегрупповых значений и квартилизация ранжированного ряда показали, что верующие испытуемые

ориентируются в своей жизни в первую очередь на дружбу (2,73), любовь (2,62), семью (2,60), счастье (2,59), детей (2,51). В первый и начало второго квартала в группе верующих испытуемых также попадают следующие источники смысла жизни: религиозность (2,49), духовность (2,44), моральность (2,42), мир (2,41), правда (2,39). В последнюю очередь их в жизни привлекают развлечения (1,38), секс (1,28), социальный статус (1,26), выживание (0,77), признание (0,74), власть (0,55), гедонизм (0,17).

По-другому расставлены смысложизненные приоритеты в ценностях неверующих испытуемых. Их смысложизненную иерархию возглавляют такие ценности, как самореализация (2,40), индивидуальность (2,20), свобода (2,20), дружба (2,00), любовь (2,00). Духовные ценности вытеснены в последний квартал – духовность (0,40), мир (0,40), правда (0,28), моральность (0,15). Канонизированные религией ценности – религиозность (–1,40) и аскетизм (–1,00) вообще относятся к разряду активно отвергаемых личностью.

Таким образом, смысл жизни верующего человека наряду с микросоциальными или группоцентрическими ценностями семьи обязательно насыщен общечеловеческими духовными ценностями, в том числе религиозными. Верующий человек не приемлет эгоцентрические ценности гедонистического и статусного характера. Смысл жизни неверующего человека базируется на индивидуалистических ценностях и не включает в свое содержание духовные, в частности, религиозные ценности.

Далее нас интересовал вопрос о том, существует ли связь между личностным принятием-отвержением смысложизненных ценностей и разными психологическими параметрами индивидуальной религиозности: силой религиозной веры, внешней и внутренней религиозными ориентациями. Ответ на него был получен с помощью корреляционного анализа по Спирмену, результаты которого представлены в таблице 2.

В целом, результаты корреляционного анализа указывают на то, что разные психологические параметры индивидуальной религиозности по-разному связаны с принятием и отвержением личностью ценностей-источников смысла в жизни. Наиболее согласованными оказались корреляции силы религиозной веры и внутренней религиозной ориентации, в то время как внешняя религиозная ориентация прокоррелировала со смысложизненными предпочтениями испытуемых несколько иначе.

Таблица 2 – Результаты корреляционного анализа взаимосвязи индивидуальной религиозности с принятием-отвержением смысложизненных ценностей

Источники смысла жизни	Психологические параметры религиозности		
	Сила религиозной веры	Внутренняя ориентация	Внешняя ориентация
1	2	3	4
Альтруизм	0,24*	0,34*	0,17*
Творчество	0,07	0,11	0,16*
Гедонизм	-0,13	-0,25*	0,20*
Карьера	-0,12	-0,18*	0,20*
Здоровье	0,18*	0,08	0,06
Развлечения	-0,14	-0,35*	0,25*
Гуманизм	0,21*	0,08	0,09
Индивидуальность	-0,04	-0,14	-0,01
Семья	0,08	0,08	0,11
Религиозность	0,49*	0,61*	0,21*
Духовность	0,44*	0,53*	0,29*
Моральность	0,28*	0,36*	0,28*
Справедливость	0,20*	0,26*	0,06
Богатство	-0,04	-0,14	0,23*
Дети	0,16*	0,03	-0,01
Познание	0,16*	0,22*	-0,07
Власть	-0,12	-0,17*	0,16*
Социальный статус	-0,16*	-0,32*	0,29*
Персонализация	-0,02	-0,05	0,13
Компетентность	0,14	0,15	-0,07
Дружба	0,14	0,13	-0,01
Любовь	0,02	0,05	-0,15
Процесс жизни	0,05	-0,02	-0,11
Самореализация	0,03	0,11	-0,07
Судьба	0,18*	0,17*	-0,02
Мир	0,19*	0,18*	-0,07
Природа	0,17*	-0,09	0,07
Секс	-0,13	-0,33*	0,04
Выживание	-0,10	-0,22*	0,33*
Свобода	-0,12	-0,14	0,06
Патриотизм	0,10	0,08	0,09
Саморазвитие	0,06	0,07	0,12
Аскетизм	0,29*	0,25*	-0,05
Образование	0,16*	0,12	-0,15

Продолжение таблицы 2

1	2	3	4
Признание	-0,24*	-0,29*	0,34*
Самоуважение	-0,05	-0,12	0,15
Хобби	0,06	-0,03	0,03
Общественная активность	0,11	0,02	0,24*
Безопасность	0,04	-0,03	0,13
Искусство	0,08	0,06	-0,02
Правда	0,19*	0,26*	0,16*
Счастье	-0,01	0,05	0,03
Красота	0,11	0,09	-0,10
Контроль	-0,02	0,03	0,21*
Общение	0,06	0,06	0,06
Долг	0,14	0,12	0,09

Примечания: * – корреляция значима на уровне $p / 0,05$ ($N = 150$).

Так, с ростом силы религиозной веры и внутренней религиозной ориентации увеличивается и степень интернализации таких источников смысла жизни, как религиозность, духовность, моральность, альтруизм, гуманизм, справедливость, правда. Вместе с тем, усиливается личностное отторжение ценностей, которые предполагают стремление личности к материальной обеспеченности, привлекательному имиджу, славе, популярности, социальной влиятельности, плотским наслаждениям. По своему смысловому содержанию эти ценности носят антирелигиозный характер, поскольку многие из них очевидным образом соотносятся с религиозными критериями и разновидностями греха. В качестве еще одной интересной закономерности можно констатировать большую тесноту связи ценностных предпочтений личности с внутренней религиозностью, нежели с силой религиозной веры. Это объясняется тем, что сила религиозной веры в данном случае выступает как формально-количественный показатель вовлеченности в религию, в то время как внутренняя ориентация – это качественная характеристика личности, указывающая на высокую степень и глубину интериоризации ею ценностей и установок религиозного мировоззрения. Как показывают полученные результаты, при одинаковой силе религиозной веры у двух индивидов более резкое неприятие антирелигиозных ценностей продемонстрирует тот, который характеризуется внутренней, а не внешней ориентацией на религию.

Наиболее интересна закономерность, согласно которой личность, ориентированная в религии преимущественно на внешнюю атрибутику и церемониал, во-первых, в меньшей степени приемлет для себя трансцендентные духовные ценности, которые конституируют внутреннее содержание религии (что видно по пониженной силе корреляционных связей с ценностями религиозности, моральности, духовности, альтруизма, гуманизма, правды и других); во-вторых, обнаруживает признаки псевдосолидарности с ценностно-нормативными заповедями религии, поскольку склонна придерживаться противостоящих им ценностей – гедонизм ($R = 0,20$, $p / 0,05$), развлечения ($R = 0,25$, $p / 0,05$), карьера ($R = 0,20$, $p / 0,05$), богатство ($R = 0,23$, $p / 0,05$), контроль ($R = 0,21$, $p / 0,05$), признание ($R = 0,34$, $p / 0,05$), выживание ($R = 0,33$, $p / 0,05$), власть ($R = 0,16$, $p / 0,05$), социальный статус ($R = 0,29$, $p / 0,05$). В силу отмеченной особенности такая личность должна быть подвержена внутреннему ценностному конфликту, который может служить причиной более высокого уровня переживания кризиса смысла жизни. Очень вероятно, что обращение такой личности к религии может быть обусловлено наличием психологических проблем, вызванных принятием «дефицитарных» (А. Маслоу) ценностей.

Заключение.

Результаты исследования позволили сделать следующие выводы:

1. Выявлена обратная взаимосвязь между индивидуальным уровнем религиозности и силой переживания личностью кризиса смысла жизни. Верующие в меньшей степени подвержены кризису смысла жизни в сопоставлении с неверующими. По мере усиления религиозной веры вероятность возникновения и глубина переживания смыслового кризиса снижаются.

2. Ориентация личности на внутреннюю сторону религии, представленную религиозными ценностями и нормативами, уменьшает напряженность симптомов смыслового кризиса, а ориентация на внешнюю сторону, представленную религиозной атрибутикой и церемониями, сопряжена с более выраженной картиной кризиса.

3. Имеются существенные различия по степени личностной значимости ценностей-источников смысла жизни между верующими и неверующими людьми. Общая тенденция этих различий заключается в том, что для верующего человека большую значимость представляют трансцендентные духовные ценности.

4. Доминирующими источниками смысла жизни верующих людей являются ценности семейного круга, а также трансцен-

дентные духовные ценности; самой низкой приемлемостью для них характеризуются гедонистические и эгоцентрические ценности.

5. Ведущими источниками смысла жизни для неверующих людей являются индивидуалистические и статусные ценности, в то время как трансцендентные духовные ценности характеризуются минимальной приемлемостью, а религиозные ценности активно отвергаются.

Таким образом, полученные результаты убеждают в правомерности гипотезы исследования и позволяют утверждать, что по мере усиления и углубления индивидуальной религиозности принятия личностью самотрансцендентных духовных ценностей в качестве источников смысла в собственной жизни возрастает. Принятие самотрансцендентных (религиозных) ценностей в качестве смысла жизни препятствует возникновению смысложизненного кризиса в развитии личности. В этом проявляется «антикризисный эффект» (К. В. Карпинский) источников смысла жизни, относящихся к самотрансцендентной (религиозной) ориентации.

Список литературы

1. Абульханова-Славская, К. А. Стратегия жизни / К. А. Абульханова-Славская. – М.: Мысль, 1991. – 299 с.
2. Адлер, А. Смысл жизни / А. Адлер // *Философские науки*. – 1998. – № 1. – С. 15–26.
3. Богдановская, И. М. Смысловая организация современного религиозного опыта личности: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01 / И. М. Богдановская. – СПб., 2002. – 187 с.
4. Бодалев, А. А. Смысл жизни и акме человека: соотношение «будничного» и «высшего Я» / А. А. Бодалев // *Психолого-педагогические и философские проблемы смысла жизни*. – М.: ПИ РАО, 1997. – С. 29–33.
5. Братусь, Б. С. Смысловая вертикаль сознания личности / Б. С. Братусь // *Вопросы философии*. – 1999. – № 11. – С. 81–89.
6. Вайзер, Г. А. Смысл жизни и «двойной кризис» в жизни человека / Г. А. Вайзер // *Психологический журнал*. – 1998. – Т. 19, № 5. – С. 3–14.
7. Грановская, Р. М. Психология веры / Р. М. Грановская. – СПб.: Речь, 2004. – 576 с.
8. Джеймс, У. Многообразие религиозного опыта / У. Джеймс. – М.: Наука, 1993. – 432 с.
9. Карпинский, К. В. Неконгруэнтность смысла жизни и противодействие значимых других: факторы кризисного развития личности / К. В. Карпинский // *Психология жизненного пути личности: методологические, теоретические, методические и прикладные проблемы: сб. науч. ст.* / под ред. Н. А. Логиновой, К. В. Карпинского. – Гродно: ГрГУ, 2012. – С. 131–184.
10. Карпинский, К. В. Конфликт ценностей как предпосылка смысложизненного кризиса в развитии личности / К. В. Карпинский // *Вопросы психологии*. – 2013. – № 1. – С. 78–93.

11. Карпинский, К. В. Бездуховный смысл жизни как источник кризиса в развитии личности / К. В. Карпинский // Психология: журнал Высшей школы экономики. – 2011. – Том 8, № 1. – С. 27–58.
12. Карпинский, К. В. Бездуховный смысл жизни как предпосылка биографического кризиса / К. В. Карпинский // Психологический журнал. – 2012. – № 1-2. – С. 24–34.
13. Карпинский, К. В. Бездуховный смысл жизни как предпосылка биографического кризиса / К. В. Карпинский // Психологический журнал. – 2012. – № 3–4. – С. 23–32.
14. Карпинский, К. В. Опросник смысложизненного кризиса: монография / К. В. Карпинский. – Гродно: ГрГУ, 2008. – 108 с.
15. Леонтьев, Д. А. Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой реальности / Д. А. Леонтьев. – М.: Смысл, 1999. – 487 с.
16. Маслоу, А. Дальние пределы человеческой психики / А. Маслоу. – СПб.: Евразия, 1997. – 430 с.
17. Рубинштейн, С. Л. Проблемы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. – М.: Педагогика, 1973. – 424 с.
18. Франкл, В. Человек в поисках смысла / В. Франкл. – М.: Прогресс, 1990. – 368 с.
19. Франкл, В. Основы логотерапии. Психотерапия и религия / В. Франкл. – СПб.: Речь, 2000. – 286 с.
20. Фромм, Э. Психоанализ и религия / Э. Фромм // Сумерки богов / сост. и общ. ред. А. А. Яковлева. – М.: Политиздат, 1989. – С. 53–71.
21. Храмова, К. В. Особенности самосознания современной молодежи с различной религиозной ориентацией: дис. ... канд. филос. наук: 09.00.11 / К. В. Храмова. – Уфа, 2004. – 153 л.
22. Чудновский, В. Э. К проблеме адекватности смысла жизни / В. Э. Чудновский // Мир психологии. – 1999. – № 2. – С. 74–80.
23. Чудновский, В. Э. Проблема оптимального смысла жизни / В. Э. Чудновский // Смысл жизни и акме: 10 лет поиска: материалы VIII–X симпозиумов. Часть 1. – М.: Смысл, 2004. – С. 7–23.
24. Чудновский, В. Э. Смысловая вертикаль человеческой жизни / В. Э. Чудновский // Психологические проблемы смысла жизни и акме: Электронный сборник материалов XVIII симпозиума / под ред. Г. А. Вайзер, Н. В. Кисельниковой, Т. А. Поповой. – М.: ФГНУ «Психологический институт РАО», 2013. – С. 11–25.
25. Юнг, К. Г. Структура психики и процесс индивидуации / К. Г. Юнг. – М.: Наука, 1996. – 267 с.
26. Юнг, К. Г. Архетип и символ / К. Г. Юнг. – М.: Ренессанс, 1991. – 302 с.
27. Ялом, И. Экзистенциальная психотерапия / И. Ялом. – М.: Класс, 1998. – 576 с.

Ачинович Тереза Иосифовна – магистр педагогических наук, старший преподаватель кафедры психологии и конфликтологии филиала Российского государственного социального университета в г. Минске.

Буслаева Юлия Валентиновна – магистр психологических наук, директор Гродненского общественного семейного объединения «Парадигма».

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПРОБЛЕМЫ СМЫСЛА ЖИЗНИ



УДК 159.9

И. В. Ульянова

СОВРЕМЕННАЯ ШКОЛА КАК СМЫСЛОЖИЗНЕННО-ОРИЕНТАЦИОННОЕ ПРОСТРАНСТВО ПОСТИНДУСТРИАЛЬНОГО ОБЩЕСТВА

Рассматриваются актуальные проблемы современного постиндустриального общества, которые, на взгляд автора, недостаточно отражены в новом Законе РФ «Об образовании», слабо сопряжены с конкретным образовательным процессом школы; в то же время именно школа обладает сегодня масштабными ресурсами для содействия учащимся в формировании гуманистических смысложизненных ориентаций, семье, обществу – в духовно-нравственном воспитании детей, стабилизации социума.

Ключевые слова: *постиндустриальное общество, смысложизненные ориентации, смысложизненно-ориентационное пространство, воспитательная система, социально-психологические занятия.*

Школа как образовательное учреждение всегда отражает специфику, уровень развития общества, политические устремления государства. Например, только в XX веке, в силу интенсивного развития идей гуманизма, демократизма, их противостояния фашизму, расизму, национал-социализму, различного толка диктатурам, появляется возможность полноценно выстраивать в педагогическом процессе субъект-субъектные отношения между ребенком и взрослым, обеспечивать устойчивые интерактивные коммуникации в противовес авторитарным, педагогам – закреплять позиции фасилитатора, тьютора. Именно такая гуманная, образовательная среда ориентирована на актуальные запросы психологически здоровой личности, семьи, сосредоточена на позитивном будущем с опорой на достижения прошлого и настоящего. Однако традиционализм в его худшем понимании (как консерватизм, сциентизм) пока в большей степени присущ массовой школе, чем прогрессивная инноватика. Как правило,

педагогические коллективы авторских, альтернативных школ держат руку на пульсе времени и более чутко откликаются на его вызовы (что было доказано педагогическим творчеством Ш. А. Амонашвили, В. А. Сухомлинского, А. Н. Тубельского, С. Френе, Р. Штайнера и др.); более того, прогнозируют будущее с учетом потенциальных противоречий, предлагая новые формы, методы, технологии воспитания и обучения.

В свою очередь, современная постиндустриальная эпоха, будучи крайне противоречивой, неустойчивой, эклектичной, гипердинамичной, требует глобального переосмысления роли массовой школы в жизни общества. Сегодня ее можно определить как важнейший, приоритетный и единственный в своем роде институт воспитания человека, способного в перспективе осознанно и ответственно относиться к себе, жизни, природе, культуре, прежде всего, в силу: 1) сензитивности школьного возраста к педагогическому влиянию; 2) возможности долговременного и системного психолого-педагогического сопровождения семьи ученика; 3) возможности организовать гуманное образовательное пространство и противостоять антигуманным факторам социума. Для этого необходимо на уровне теории и практики охарактеризовать не только идеальные, но и реальные условия жизнедеятельности подрастающего поколения, конкретизировать его этические, социальные, духовно-нравственные потребности с учетом возрастных норм развития.

Одна из самых ярких черт постиндустриального общества начала XXI века – его парадоксальность (параδόкс – от др.-греч. *παράδοξος* – неожиданный, странный от др.-греч. *παρα-δοκέω* – кажусь), когда наряду с тотальной пропагандой в обыденной повседневности гедонистической, потребительской идеологии одновременно утверждается: главное богатство эпохи – интеллектуально-творческая личность (В. Л. Иноземцев, А. Турен), научная сфера преодолевает монизм, на смену абсолютному знанию и измерению приходят синтез, интеграция, герменевтика и синергетика, тринитаризм, множественная интерсубъектность (Р. Ф. Абдеев, Р. Ассаджиоли, В. Г. Буданов, Н. Н. Моисеев и др.), что *a priori* должно расширять свободу самопознания, самовыражения, самоактуализации, в частности, школьников; однако уровень их мотивации к учению в целом остается невысоким. Еще один парадокс: невротичность человека XX–XXI веков, утрата детьми доверия к миру, их дезориентация во времени, пространстве, неудовлетворенность потребностей в любви, заботе, понимании (К. Хорни, Д. И. Фельдштейн, Э. Фромм, Э. Эриксон и др.) при

спорадическом включении психологии в образовательные процессы детского сада, школы и вуза. Практическая психология становится все более необходимой для общества не только на диагностическом, но и на профилактическом, коррекционном, личностно развивающем уровнях, разработаны и успешно апробируются программы психологического сопровождения детей, подростков, юношества – указывают Дж. Аллан, М. Р. Битянова, И. В. Дубровина, Л. Кольберг, К. Фопель и др. Но дистанция между желаемым и действительным уровнями психологизации системы образования пока крайне велика...

Обратимся к рискам постиндустриального общества, на которые необходимо откликаться современной, в частности российской школе (не «подстраиваясь» под них, но и не избегая, создавая тем самым рафинированно-утопичную среду, где реализуется своеобразная «игра правильных отношений»). Это, в том числе:

- переживание цивилизованным миром давления геополитических, экономических, социальных, экологических проблем;
- усиление технократизма, глобализации, информационной экспансии (бесконтрольность объема, содержания информации: культивирование посредством рекламы, телевидения, радио, прессы, мобильной связи эротики, криминальной идеологии и проч.);
- тотальные террористические угрозы;
- невнятность миграционной политики;
- культурная неопределенность, когда искусство провозглашает копирование, деструкцию в ущерб позитивизму;
- поиск россиянами собственной идентичности в процессе построения гражданского общества (В. Г. Федотова и др.) на фоне социальной аномии, демографической нестабильности, бифуркации ценностей поколений, неразвитости условий для социального досуга, неразработанности детско-молодежной политики (И. М. Ильинский, М. М. Плоткин, В. А. Ядов и др.);
- несформированность в обществе целостного образа семьи (более 30 % поступающих в школу первоклассников живут с одним из родителей), прежде всего отца; интенсивного отчуждения родителей от детей в силу объективных (продолжительного рабочего дня, отъезда на заработки и проч.) и субъективных (депривации материнского чувства у женщин, неразвитости чувств любви, заботы, ответственности у отцов и проч., подтверждение тому – участвовавшие случаи появления в российской провинции детей-маугли, родственных убийств) причин;

- резкое обострение проблемы здоровья молодежи: число нездоровых детей в отдельных регионах превышает 90 %; расширяется география и интенсивность заболеваний наиболее опасными болезнями (туберкулезом, СПИДом и проч.), что снижает уровень интеллектуального развития личности и повышает риск разрушения генофонда России;

- рост беспризорности несовершеннолетних (по разным источникам, их 4–6 млн), около 60 % из них пополняют со временем ряды уголовников;

- рост жестокого обращения с детьми (только в 2008 г., по статистике МВД, подверглись насилию 2330 тыс. детей); сотни новорожденных выбрасываются на свалки; несовершеннолетние активно вовлекаются в проституцию, Россия – один из мировых лидеров по производству детской порнографии;

- ежегодно в России более 3 тыс. несовершеннолетних кончают жизнь самоубийством (12,7 % от общего числа умерших от неестественных причин); в течение последних двух десятилетий частота суицидальных действий среди молодежи удвоилась (А. Г. Амбрумова); основные социальные причины: отсутствие перспектив, одиночество, примеры для подражания на телевидении;

- рост аддикций; так, количество алкоголе-, наркозависимых подростков за последние 6 лет в России увеличилось в 10 раз; более 3 миллионов подростков: 0,5 миллиона девушек и 2,5 миллиона юношей – табакозависимые; компьютерозависимых подростков – 67 % от общего числа несовершеннолетних потребителей услуг и проч.;

- углубление экономического и социального расслоения молодежи, особенно в региональном разрезе, что влечет за собой неравенство доступа к образованию; маргинализация молодежи в условиях социальной неопределенности, ситуативной деятельности, состоящей в неясности ее исхода и в возможных неблагоприятных последствиях в случае неуспеха;

- ценностно-нормативная аномия в обществе, размытость понятий «социально-культурная, морально-нравственная нормы»; дезориентация в выборе «героя нашего времени» (82 % респондентов не могут назвать конкретных героев), что не позволяет противостоять реализации асоциальных, антисоциальных отношений и повышает опасность вовлечения молодежи в деструктивные молодежные движения (скинхедов (их в России насчитывается более 50 тыс., столько же, сколько во всем мире), эмо, готов и проч.);

- повышение роли ситуативного поведения, когда долгосрочные планы «уходят в тень», ведущее значение приобретают краткосрочные модели планирования жизни; индивидуальная предприимчивость, прагматизм, стремление к достижению успеха ассоциируется только с карьерой и материальным благополучием; выражение мозаично-эклетического менталитета;

- разрушение морально-этических представлений молодежи о нормах труда, правовых отношениях; тем самым расширяется пространство воспроизводства иррационального сознания: у одних это проявляется в нежелании работать («лучше ничего не делать, чем работать за копейки»); у других – в нежелании приобретать знания и квалификацию («лучше купить диплом»); у третьих – в нежелании отказывать себе в сиюминутных удовольствиях («лучше промотать деньги, чем вкладывать их в дело, бизнес»); каждый 4-й имеет иную, не связанную с трудом, ориентацию (14,3 % не стали бы работать, 9,4 % не определились твердо в своем выборе); отсутствует четкая связь между работой и деньгами;

- рост молодежных конфликтов, проблема повышения социального статуса в обществе;

- религиозная неоднозначность общества; институт церкви претерпел изменения: с одной стороны, активизируется влияние традиционных для России конфессий и нетрадиционных религий, различных сект (Общества сознания Кришны, Белого Братства и др.), с другой стороны, религия в сознании большинства молодых людей присутствует преимущественно в стереотипной форме, не затрагивая глубинных пластов сознания;

- **обострение вопроса смысла жизни**, ибо утрачивается конкретность образа будущего, отрицательные черты социума нередко превалируют над положительными (Д. Белл, А. Н. Бердяев, Л. А. Коган и др.).

В данном контексте деперсонализируется реальное человеческое общение, ослабевает рефлексия, ущемляются эмоции (В. П. Зинченко). В итоге подрастающее поколение в значительной части затрудняется в определении мировоззренческой позиции, профессионального выбора, жизненного пути (А. Адлер, К. А. Абульханова-Славская, Д. А. Леонтьев, С. Л. Рубинштейн, А. В. Серый, В. Франкл, М. Хайдеггер, В. Э. Чудновский, К. Ясперс и др.); диапазон состояний в процессе поиска собственного Я расширяется от страдания до скуки (А. Шопенгауэр).

В. Франкл отозвался на центральную социокультурную проблему времени – утрату смысла жизни – разработкой логоте-

рапевтического направления, интерпретируемого как «лечение смыслом» и «лечение духа»; оно учитывает ноодинамику жизни, противоречие между гомеостазом и недостаточностью напряжения, вызванного потерей смысла [16]. Поиск смысла жизни – «фундаментальная мотивирующая сила в человеке»; способность современного человека к «самоотделению» – трансценденции и идентичности, быть свободным и ответственным – условие обретения себя. Орган смысла жизни – совесть. Фрустрация «воли к смыслу» ведет к экзистенциальному вакууму личности, чем страдает человек индустриального общества (его ключевые проблемы: утрата инстинкта, традиций, скука, невротичность). Духовная фрустрация является фактором делинквентности юношества [16].

В. Э. Чудновский говорит о смысле жизни как особом психическом образовании, которое имеет свою специфику возникновения, свои этапы становления и, приобретая относительную устойчивость и эмансипированность от породивших его условий, может существенно влиять на жизнь человека, его судьбу [17].

В настоящее время отмечаются противоречивые прогнозы развития современной культуры: преобладают пессимистические, предрекающие гибель цивилизации в связи с порабощением человека техникой, утратой смысла жизни (Д. Медоуз и др.). Нами акцентируется прогрессивный путь, связанный с гуманизацией общества и сознания человека. В качестве ресурсов культуры выделяются следующие: актуализация положений прогрессивных социокультурных теорий (А. Тойнби, К. Ясперс и др.), содействие личности в укреплении гуманистической культурной самоидентичности (в постэкономической концепции В. Л. Иноземцева культурным идеалом определена интеллектуально-творческая личность как представитель «среднего» – интеллектуального класса) [9]; признание нового уровня человека в социокультурной эволюции, где человек духовный (любовно-творческий) сменяет человека массового (агрессивно-потребительского) и создает духовную культуру (Б. Ф. Поршнев) [10]; актуализация жизнеутверждающего потенциала мировых религий.

Важнейшим ресурсом прогрессивного развития российской общества выступает система образования. Ее культурологизация выражается не только в насыщении программ школ и вузов культурологической информацией, но и учетом новых культурных явлений, противоречий при культивировании гуманистических ценностей как квинтэссенции социального опыта, конвенциональных норм (А. А. Горелов, П. Ф. Дик и др.). Итог представленного нами анализа социокультурных противоречий очеви-

ден: первостепенная задача современной школы как пространства постиндустриального общества – насытить его смысложизненно-ориентационной проблематикой, наполнить подлинной любовью к ученику, которого тоже, подчеркивает Б. М. Бим-Бад, необходимо учить любить (себя, окружающих, жизнь), даря миру свою заботу, постигать науку, искусство, творчески относиться к делу, учить защищать себя, не позволяя превращать в жертву [4]. В. Э. Чудновский утверждает: постижение смысла есть достижение определенной целостности, образованной сопряжением, согласованием логического и эмоционально-чувственного, морально-нравственного. Основное назначение процесса образования – создание личностного фундамента, на котором впоследствии происходит «строительство» индивидуального, своеобразного для каждого человека смысла жизни [17; 18].

Значима ли смысложизненно-ориентационная проблематика для современной образовательной политики России? Ориентированы ли на нее базовые стратегические документы: Федеральный Закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Федеральная программа развития образования на 2012–2016 гг., Национальная доктрина образования в Российской Федерации до 2025 года, Государственные образовательные стандарты общего и профессионального образования нового поколения? На первый взгляд, да. В частности, в идеальном «портрете выпускника основной школы» находим такие характеристики: это человек, любящий свой край и своё Отечество, знающий русский и родной язык, уважающий свой народ, его культуру и духовные традиции; осознающий и принимающий ценности человеческой жизни, семьи, гражданского общества, многонационального российского народа, человечества; активно и заинтересованно познающий мир, осознающий ценность труда, науки и творчества; умеющий учиться, осознающий важность образования и самообразования для жизни и деятельности, способный применять полученные знания на практике; социально активный, уважающий закон и правопорядок, соизмеряющий свои поступки с нравственными ценностями, осознающий свои обязанности перед семьей, обществом, Отечеством; уважающий других людей, умеющий вести конструктивный диалог, достигать взаимопонимания, сотрудничать для достижения общих результатов; осознанно выполняющий правила здорового и экологически целесообразного образа жизни, безопасного для человека и окружающей его среды; ориентирующийся в мире профессий, понимающий значение професси-

ональной деятельности для человека в интересах устойчивого развития общества и природы». Наряду с этим образование трактуется как синтез воспитания и обучения, где воспитание первоначально, подчеркивается «гуманистический характер образования, приоритет жизни и здоровья человека, прав и свобод личности, свободного развития личности» и проч [7].

На второй, более пристальный, взгляд, – нет, не ориентируется. Углубленное прочтение указанных документов вызывает вопросы: возможно ли достичь указанные в них цели образования на основе исключительно системно-деятельностного подхода? Или он имманентно включает в себя аксиологический, личностно ориентированный, антропологический подходы, но об этом умалчивается в силу подразумеваемой очевидности? Каков измерительный материал результатов воспитания обучающихся? Для выявления уровня обученности школьников применяются ГИА, ЕГЭ. А какие критерии существуют для определения уровня воспитанности личности? Как без комплексной программы воспитания и развития личности, без специальных системных социально-психологических занятий при оторванности мира детства от мира взрослых (Д. И. Фельдштейн) у современного школьника развить нравственное самосознание? Сформировать рефлексивную культуру? И проч., проч., проч.

Проведенный фрагментарный анализ содержания основополагающих документов системы российского образования выявил, по меньшей мере, три серьезных противоречия:

1. Декларация идеи ориентации образовательного процесса на базовые гуманистические ценности (жизнь, здоровье, свобода, добро, толерантность и др.) и отсутствие концептуальных положений, технологий их презентации, благодаря которым они бы интериоризировались учениками.

2. Заданность целей образования в контексте гуманистической педагогической парадигмы, в основе которой лежат положения гуманистической психологии (А. Маслоу, К. Роджерс и др.), а реализация – исключительно в традициях технократической, сциентистской парадигмы, опирающейся на теории бихевиоризма, деятельности (А. Н. Леонтьев, Э. Торндайк, Д. Б. Уотсон и др.).

3. Обращение к вопросам воспитания, развития личности ученика и необеспеченность возможности его систематической работы с собственным внутренним миром, самосознанием, чувствами, переживаниями, отсутствие в массовой школе емкого и функционального психолого-педагогического инструментария,

оптимальных педагогических условий для постепенного перехода от воспитания как внешнего влияния на школьника к его самовоспитанию.

Серьезная опасность выявленных противоречий заключается, на наш взгляд, в том, что пространство школы как совокупность физической, интеллектуальной, эстетической и проч. сред не «пересечется» с «внутренним пространством» личности школьника. Вследствие этого будет усиливаться опасность формализации школьной жизни в целом, дегуманизации выстраиваемых в ней отношений, ценностно-целевой дезориентации подрастающего поколения, порождения двойной морали.

В свою очередь, обращение к феномену «смысложизненные ориентации учащихся», обладающему личностно развивающим, регулятивно-профилактическим, жизнеспасающим потенциалом, позволяющим выстроить гуманистическое смысложизненно-ориентационное пространство школы как модель смысложизненно-ориентационного пространства постиндустриального общества, раскрывает перспективу стабилизации социума в целом и гармонизации конкретной личности в частности.

Феномен «смысложизненные ориентации учащихся» определяется нами как личностный педагогический конструкт с динамичными компонентами: структурным, содержательным, процессуальным. Структура смысложизненных ориентаций учащихся казуальна, трехэлементна: «ценности жизни», «цели жизни», «ориентации». Содержание каждого элемента: ценности духовные (абсолютные) (жизнь, здоровье, свобода, добро, истина, труд, красота, ответственность, толерантность) и эмпирические: феноменологически переживаемые на уровне типизированных социокультурных смыслообразов (внутренний мир человека, семья, профессия, общество, природа); цели – это будущее, переживаемое личностью на основе уверенности самостоятельно осуществлять жизненный выбор с ориентацией на смыслообразы; ориентации – обусловленный знаниями процесс самостоятельной деятельности учащихся (самовоспитания, самообучения, саморазвития в условиях воспитания, обучения, развития) по достижению целей, освоению социоэкзистенциальных ролей на уровне Я-концептов: Я-сын (дочь), Я-ученик (ученица), Я-друг (подруга), Я-гражданин и проч. Формирование смысложизненных ориентаций учащихся объединяет самостоятельную деятельность ученика и деятельность педагога, педагогического коллектива, семьи.

Технология формирования смысложизненных ориентаций – явление статическое (содержание–средства–условия) и

динамическое (процесс). Актуальные социокультурные средства смысложизненно-ориентационной технологии: семья, наука, искусство, прикладные философия и психология, право, общение, юмор, творческий труд, спорт, природа, личностный опыт субъектов образовательного процесса. Образовательные средства (формы): урок, тренинг, внеучебные мероприятия, школьные кружки, секции, клубы по интересам, занятия в учреждениях дополнительного образования, где активно используется такой важный прием, как работа ученика, класса по «Линии жизни».

Процессуальный алгоритм формирования смысложизненных ориентаций учащимися: а) поэтапное решение педагогическим коллективом педагогических задач; б) поэтапное движение ученика от цели к результату на основе самовоспитания, самообучения, саморазвития. Деятельность учащихся осуществляется сначала при активной стимулирующей, затем вспомогательной деятельности педагога (воспитания, обучения, развития): 1) укрепление в учащихся чувств любви и интереса к себе, самоуважения; 2) знакомство учащихся с презентуемыми в образовательном пространстве базовыми гуманистическими ценностями; 3) первичная интериоризация ценностей посредством смыслообразов, формирование нравственного идеала; 4) обсуждение возникающих противоречий, сомнений со взрослым – референтным лицом и классным сообществом, родителями, друзьями; уточнение собственной жизненной позиции, формирование нравственных убеждений, позитивных Я-концептов; 5) реализация духовно-нравственной позиции в ситуации выбора, в делах, поступках; постановка ближних и дальних жизненных целей, уточнение гуманных способов их достижения.

Формирование смысложизненных ориентаций учащихся как направление гуманистической педагогики, опираясь на ее методологические основы, одновременно обладает системой собственных содержательных характеристик. В гуманистические принципы воспитания мета- и микроуровней интегрированы мезопринципы: онтологический, здоровьесберегающий, гендерно-психологический, этико-эстетический, профориентационный, профилактический. На их основе реализуются соответствующие направления воспитания. В систему метапринципов включены принципы интегративности, тринитарности, акцентности. *Методы воспитания* подразделены на базовые (заражение, подражание (манерное и рассудочное), внушение, убеждение), *ситуативные* (методы формирования сознания личности; организации деятельности и формирования опыта общественного поведения личности; сти-

мулирования и мотивации деятельности и поведения личности; контроля, самоконтроля, самооценки) и *специальные* (релаксационно-рефлексивные – содействуют снятию мышечного, эмоционального напряжения, разрешению внутреннего конфликта; стимулирующе-прогностические – содействуют активизации личности в различных видах деятельности, постановке целей, анализу полученных результатов и проч.; установочно-репетиционные – содействуют формированию убеждений, конкретизации личностной позиции, закреплению приобретенных навыков; аналитические – объективируют переживания, размышления; аффективные – развивают способности выражать эмоции, адекватно воспринимать эмоции окружающих; нравственно-этические – помогают усвоению норм культуры поведения).

Деятельность учащихся представляет собой совокупность ведущих видов общения (приоритетно, учения, игры, труда) и специальных: рефлексивной (самоанализа, исповеди, благодарения), творческой (аналитической, художественной, прикладной), педагогической, организаторской деятельности в ситуации выбора и целеполагания. В педагогическом взаимодействии наряду с субъект-субъектными актуализируются субъективно-субъективные отношения учащихся и педагогов, реализуется демократически-творческий стиль педагогической деятельности.

Реализация педагогики смысложизненных ориентаций возможна посредством соответствующей воспитательной системы. *Воспитательная система школы гуманистической педагогической парадигмы* трактуется нами как: 1) сегмент социокультурного пространства общества, отражающий его противоречия и одновременно стабилизирующий и гуманизирующий социум; 2) целостный педагогический процесс, в котором взаимообусловлены воспитание и обучение, в устойчивой взаимосвязи представлены компоненты: субъекты, отношения, содержание образования, его средства, цель и концепция как идеологическое ядро системы, технология и программа реализации.

Функционирование смысложизненно-ориентационной воспитательной системы обусловлено расширением сферы субъектов образовательного процесса, это: учащиеся и педагоги, ученический и педагогический коллективы, специалисты социально-психолого-логопедической службы, родители, преподаватели сферы дополнительного образования, обслуживающий персонал школы, студенты-практиканты, волонтеры – все персоны, входящие в образовательное пространство учреждения. Особое значение для образовательного процесса приобретают *идеаль-*

ные субъекты – художественные образы, исторические личности, способные влиять на школьников как нравственные идеалы.

Реализация воспитательной системы школы по формированию смысложизненных ориентаций учащихся осуществляется посредством воспитательной программы «Здравствуй, мир!». Ее содержание подразделяется на несколько блоков, ориентированных на ведущую деятельность учащихся, степень готовности к формированию смысложизненных ориентаций: Первая ступень обучения. «Как удивителен мир!»: «Хочу все знать!» – 1 кл.; «Я сам!» – 2 кл.; «Я сам – мы вместе!» – 3-4 кл. Вторая ступень обучения. «Я вхожу в этот мир!»: «Какой я, какие мы?» – 5-6 кл.; «Как стать взрослым?» – 7-8 кл.; «Кем быть, каким быть?» – 9 кл. Третья ступень обучения. «Выбираю гуманный образ жизни»: «Я берегу мир!» – 10 кл.; «В ответе за жизнь» – 11 кл. В программе отражены все смысложизненно-ориентационные виды воспитания с учетом актуальных средств, методов, форм, времени их воплощения в практику.

В воспитательной системе выделяются *теоретико-практические векторы*: управленческо-координационный, хозяйственно-экономический, учебно-воспитательный (онтологический, валеологический, гендерно-психологический, этико-эстетический, профориентационный, профилактический), образующие целостный теоретико-технологический конструкт образовательного процесса, придающие ему устойчивость и одновременно динамичность.

В школе, где реализуется смысложизненно-ориентационная воспитательная система, *психологическая компонента* является фундаментальной основой целостного педагогического процесса. В рамках *гендерно-психологического вектора* в школе организуются: 1) психологическое сопровождение образовательного процесса (диагностика, просвещение, профилактика, консультирование, коррекционные занятия), в которое включены все его субъекты; 2) безотметочное социально-психологическое образование учащихся с 1 по 11 классы (модуль социально-психологических занятий и сопутствующих им мероприятий: «психологический урок (беседа) – диагностика – тренинг – индивидуальное/групповое консультирование – интеграция в учебные, воспитательные мероприятия, события школы, семьи»); 3) реализация Программы комплектации и функционирования классов в режиме «класс – мини-модель демократического общества», благодаря чему в классе пропорционально представлены ученики разного пола, темперамента, способностей, уровня школьной готовности, социокультурного, этнического статуса семьи,

организуются адаптационные тренинги первоклассников, пятиклассников, десятиклассников, осуществляется психологическое сопровождение каждой семьи, класса, учителя и проч.; 4) проведение уроков, внеурочных мероприятий с актуализацией психологических элементов (тренинговых, упражненческих и проч.); 5) оформление социально-психолого-педагогического портфолио класса; 6) социально-психолого-педагогический мониторинг образовательного процесса.

Профилактическая работа со школьниками тесно связана с психологической и представляет собой следующие ступени:

1. Превентивная работа с классом (беседы, тренинги по отработке навыков просоциального поведения), родителями (родительские собрания, индивидуальные беседы), вовлечение учащихся в кружки, секции, клубы по интересам.

2. Работа с классом по формированию умений сказать «Нет!», сделать осознанный жизнесберегающий, нравственный выбор; работа с родителями (родительские собрания, индивидуальные беседы).

3. Специальная работа с учащимися группы риска; работа с конкретными семьями (при необходимости – привлечение специалистов медицинских, правоохранительных учреждений).

4. Формирование у учащихся убеждения в необходимости выбора здорового образа жизни (дискуссии, индивидуальные беседы, презентации достижений, элементы уроков рефлексивного характера и т.п.) и готовность помогать сомневающимся учащимся (включенность в шефскую, волонтерскую работу).

Наряду с главными векторами в воспитательной системе выделяются *субвекторы*: адаптационный (интеграция учащихся в новые образовательные условия; формы интеграции: групповая (1, 5, 10 кл.), индивидуальная (приход в класс нового ученика); коррекционный (поддержка детей, переживающих или переживших трудную жизненную ситуацию); специальный (поддержка детей-инвалидов).

В концепции воспитательной системы уделяется внимание проблеме взаимосвязи коллективного и индивидуального. Были выявлены следующие *этапы формирования класса-содружества*:

1. Комплектация класса на основе пропорционально представленных типологических групп. 2. Организация жизни класса как прообраза демократического общества: обеспечение автономности личности; ознакомление учащихся с нормами жизни школы; оформление ежегодных «Договоров класса», создание для каждого ученика ситуаций успеха, самопрезентации, нрав-

ственных переживаний, оптимальных условий обучения и развития, разрешения конфликтов, конкретизации ближних и дальних перспектив жизни; организация образовательного процесса класса, проведение актуальных мероприятий в контексте смысложизненно-ориентационной воспитательной системы; научение учащихся взаимодействовать в парах, микрогруппах (по 4–5 человек), в классе, школе (принцип: через коллективную игру – к коллективной деятельности); ориентация на социометрические показатели (отсутствие в классе отверженных и непринятых); обеспечение своевременной помощи семье в воспитании ребенка; обеспечение учащимся в классе, школе мест уединения, релаксации, доверительной беседы; активное участие родителей в жизни класса. Беспрецедентное влияние на укрепление устойчивых дружеских отношений в классе, как показали исследования, оказывает функционирование в образовательном процессе моделей «класс – тренинговая группа», «класс – театральная группа», «класс – фольклорная группа». 3. Организация внеучебной деятельности учащихся в классе под руководством классного руководителя с опорой на функционирование учебного, культурно-массового, информационного, экологического, хозяйственного, спортивного секторов; в соответствии с ними весь класс каждую четверть разделяется на 6 групп. За год каждый ученик бывает включен поочередно в одну из групп (учитель советом, организацией игровых моментов содействует тому, чтобы в каждой группе были учащиеся с лидерскими качествами и социально пассивные). 4. Классификация всех воспитательных мероприятий на просветительские, трудовые, благотворительные, развлекательные, что позволяет конкретизировать их цели и определить степень самостоятельности учащихся и участия в них взрослых.

«Школьное смысложизненно-ориентационное пространство» – четырехмерный континуум пространства и времени, развивающийся на основе диалектических противоречий и объединяющий сферы: глобальное образовательное (социокультурное) и локальное образовательное пространства, внешнюю образовательную среду самого учреждения, внутреннюю среду личности. Локальное образовательное пространство и внешняя образовательная среда образуют «школьное педагогическое пространство», в котором условно выделяются три типа сред: 1) предметно-психофизическая; 2) деятельностно-творческая; 3) духовно-нравственная. В качестве специфических предметно-физических сред (в дополнение к традиционно существующим классам, спортивному залу, психологическому кабинету, школьной

радиосреды и проч.) в школьном пространстве функционируют зал фантазий, мечтаний и планирования, кинозал, комната смеха, уголок уединения, уголки природы, игровая комната. Наглядно-образовательная компонента предметно-психофизической среды классифицирована на следующие виды: информационно-профилактические плакаты, стенды («Сила и слабость темпераментов», «Наши эмоции» и др.); рефлексивные плакаты, стенгазеты («Добро – это...», «Весна – это...», «Что мне нравится в школе», «Чем запомнилась экскурсия» и проч., почтовый ящик «Школьная почта доверия»); коррекционно-стабилизирующие стенды («Цветокорректор», «Правила разрешения конфликта» и др.); агитационно-пропагандистские плакаты, стенгазеты, призывные, стимулирующие листки; передвижные стенды как атрибуты агитационно-просветительской деятельности старшеклассников.

Духовно-нравственная среда содействует личностному росту учащихся и укреплению школьных традиций. В школьном пространстве традиции разделяются на традиции отношений и традиции проведения мероприятий. Традиции отношений опираются на следующие положения: а) культивирование в работе с учащимися и их семьями доверия, взаимопонимания, взаимопомощи при активной жизненной позиции каждого ученика; б) укрепление партнерского начала с родителями; в) разрешение конфликтных ситуаций в «кругу доверия»; г) «инициации» учащихся при переходе на новую ступень обучения; д) психологическая работа со всеми субъектами образовательного пространства.

Традиционные мероприятия школы (праздники, акции, коллективные творческие дела и проч.) ориентированы на традиции государства, народа, семьи; традиции школы; традиции класса.

В воспитательной системе формирования смысложизненных ориентаций учащихся *урок расширяет свои функции*, ведущей среди них определяется смысложизненно-ориентационная. Уроки гуманитарно-эстетического цикла выделяются в качестве приоритетных. *Школьный тренинг* занимает равное место с уроком как безотметочная форма взаимодействия специалиста (педагога-психолога) с участниками образовательного процесса (учащимися, учителями, классными руководителями, родителями) с целью личностного роста участников, гармонизации их состояния, социализации, формирования навыков конструктивного общения. В свою очередь, в уроках учитель использует тренинговые элементы (ритуалы, приемы).

Технологизация образовательного процесса, помимо системной работы с учащимися, предполагает организацию плано-

мерной образовательной (родительский всеобуч), личностно-развивающей работы с их родителями как субъектами образовательного процесса (консультирование, семинары и т. п.). Родители учащихся периодически привлекаются к урочной и внеурочной деятельности педагогического коллектива (как участники, соучастники, наблюдатели).

Школа взаимодействует с учреждениями социума: вузами, учреждениями дополнительного образования, культуры, досуга, спорта, правопорядка, медицинскими и реабилитационными, общественными организациями, социально-психологическими центрами, дошкольными образовательными учреждениями микрорайона. Особенности данного взаимодействия в том, что занятия, достижения учащихся вне школы актуализируются в образовательном процессе, классным руководителем устанавливаются дружеские отношения с тренерами, руководителями художественных коллективов с целью оптимального содействия подопечным в их самореализации. Все достижения учеников вне школы отмечаются в школьной печати.

В модели комплексной диагностики воспитательной системы формирования смысложизненных ориентаций учащихся синтезируются диагностика педагогическая и психологическая. Диагностические критерии: 1) социально-педагогический: а) соответствие воспитательной системы социальному заказу общества и востребованность школы социумом; б) уровни воспитанности и обученности учащихся); 2) общепедагогический: а) объективный; б) субъективный уровни организации смысложизненно-ориентационного образовательного пространства); 3) психологический: а) объективный; б) субъективный.

Нами выявлено 4 уровня функционирования смысложизненно-ориентационной воспитательной системы: высокий, средний, низкий, крайне низкий. В частности, высокий уровень характеризуется следующими признаками: соответствие воспитательной системы социальному заказу общества, востребованность социумом, низкий уровень правонарушений учащихся (в 11–20 раз ниже официальных статистических данных) и высокий уровень их обученности (показатели ЕГЭ выпускников выше среднестатистических показателей по стране), систематическая реализация в образовательном процессе базовых положений концепции по формированию смысложизненных ориентаций учащихся, демократически-творческого стиля педагогической деятельности (75 % педагогов и более), наличие в классе устойчивых дружеских отношений (коэффициент сплоченности – 0,8–1), обеспечение пси-

психологического комфорта в учреждении для всех субъектов («хорошо в школе» – 80–100 %).

Результаты проведенных формирующих экспериментов в школах, реализующих смысложизненно-ориентационную воспитательную систему, показали социальную зрелость школьников (уровень правонарушений – менее 1 % от общего числа наблюдаемых по сравнению со средним показателем – 15–24 %, в зависимости от регионов).

Результаты диагностики сформированности смысложизненных ориентаций учащихся экзистенциально-психологического уровня: по результатам шкалирования абсолютных гуманистических ценностей (11 кл.): ценности «Жизнь» и «Здоровье» в контрольной (КГ) и экспериментальной (ЭГ) группах одинаково предпочитаемые (по 100 % голосов – 10 баллов), «Красота» как ценность в обеих группах оценена 9 баллами; ценности «Добро», «Истина», «Свобода», «Труд» более предпочитаемы в экспериментальной группе (9 баллов против 6, «Труд» – 7 против 5), как и ценности «Ответственность» и «Толерантность» (9 баллов против 5 и 8 – против 5).

Сформированность у учащихся положительного образа будущей семьи (11 кл.): рисунок «Моя будущая семья». Констатирующий эксперимент: КГ – 54 % учащихся, ЭГ – 59 %, формирующий эксперимент: КГ – 50 % учащихся, ЭГ – 94 %.

Сформированность у учащихся положительного образа класса, школы (9 кл.) – рисунок «Мой класс». Констатирующий эксперимент: КГ – 13 % учащихся, ЭГ – 14 %, формирующий эксперимент: КГ – 14 % учащихся, ЭГ – 86 %.

Результаты сформированности смысложизненных ориентаций учащихся 11-х классов по тесту «Смысложизненные ориентации» (Д. А. Леонтьев): КГ – 43 %, ЭГ – 84 % от общего количества респондентов.

В рамках проводимых исследований фиксировалось влияние осуществляемых учащимися выборов и предпочтений на формирование смысложизненных ориентаций личности, в результате чего была выявлена их устойчивая взаимосвязь, коэффициент корреляции (по Пирсону) $r > 0,5$.

Итоговые результаты психологической диагностики учащихся контрольных и экспериментальных групп показали, что по всем актуальным для исследования позициям выпускники 9-х, 11-х классов, включенные в формирующий эксперимент, продемонстрировали качественное и количественное преимущество результатов по сравнению с учащимися контрольных групп.

Система подготовки кадров к профессиональной деятельности в области формирования смысложизненных ориентаций учащихся поэтапна:

1. Подготовка студентов педагогических, психологических вузов. 2. Стимулирование педагогического сообщества школы на реализацию положений концепции формирования смысложизненных ориентаций учащихся в образовательном процессе школы (специалистом-модератором, администрацией). 3. Специальная подготовка и переподготовка специалистов педагогического коллектива на курсах повышения квалификации при институтах повышения квалификации работников образования. Модуль подготовки студентов: компонент лекции, семинара в курсе общей педагогики – лекция в курсе общей педагогики – спецкурс «Педагогика смысложизненных ориентаций»: лекции, семинары, самостоятельная работа – экспериментальная работа: педагогическая практика, выполнение выпускной квалификационной работы. Модуль подготовки учителей: лекция – семинар – тренинг – урок – внеучебное мероприятие – рефлексивно-аналитическая беседа.

В целом проводимые нами исследования показали, что в демократическом обществе формирование гуманистических смысложизненных ориентаций учащихся становится гарантом сохранения в нем плюрализма, демократических идеалов и ценностей, естественных и социальных прав человека. Под воздействием реальной угрозы распада этносоциогенеза, европейской цивилизации все более очевидна необходимость «культурологизации» российского образования, что выражается в оказании эффективной помощи учащимся в формировании ими гуманно ориентированной жизненной позиции.

Список литературы

1. Аллан, Д. Ландшафт детской души / Д. Аллан. – СПб. – Минск: ЗАО «Диалог», 1997. – 256 с.
2. Амонашвили, Ш. А. Личностно-гуманная основа педагогического процесса / Ш. А. Амонашвили. – Минск: Университет – школе, 1990. – 560 с.
3. Бердяев, Н. А. Судьба России. Самопознание (опыт философской автобиографии) / Н. А. Бердяев – Ростов н/Д: Феникс, 1997. – 544 с.
4. Бим-Бад, Б. М. Любовь как категория педагогической антропологии / Б. М. Бим-Бад [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.bim-bad.ru/biblioteka>. – Дата доступа: 31.12.2012.
5. Данилюк, А. Я. Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России. Стандарты второго поколения / А. Я. Данилюк, А. М. Кондаков, В. А. Тишков. – М.: Просвещение, 2009. – 24 с.

6. Дубровина, И. В. Практическая психология образования / И. В. Дубровина. – М.: Сфера, 1997. – 528 с.
7. Об образовании: Закон Российской Федерации // Российская газета. – № 303. – 31.12.2012.
8. Ильинский, И. М. Молодежь и молодежная политика. Философия. История. Теория / И. М. Ильинский. – М.: Голос, 2001. – 696 с.
9. Иноземцев, В. Л. Современное постиндустриальное общество: природа, противоречия, перспективы / В. Л. Иноземцев. – М.: ЛОГОС, 2000. – 304 с.
10. Поршнев, Б. Ф. Социальная психология и история / Б. Ф. Поршнев. – М.: Наука, 1979. – 235 с.
11. Роджерс, К. Р. Взгляд на психотерапию. Становление человека / К. Р. Роджерс. – М.: Издательская группа «Прогресс», «Универс», 1994. – 480 с.
12. Смысл жизни, акме и профессиональное становление педагога / под ред. В. Э. Чудновского. – М.: ПИРАО, 2008. – 535 с.
13. Ульянова, И. В. Технология формирования смысложизненных ориентаций учащихся в общеобразовательной школе / И. В. Ульянова // Воспитательная программа СОШ «Здравствуй, мир!»: методическое пособие. – Владимир: ВГПУ, 2006. – 156 с.
14. Ульянова, И. В. Формирование смысложизненных ориентаций учащихся в контексте гуманистической педагогической парадигмы (теоретико-методологический аспект): монография / И. В. Ульянова. – Владимир: ВГУ, 2010. – 282 с.
15. Федеральный государственный образовательный стандарт общего образования // Учительская газета. – 2009. – № 11. – С. 5–20.
16. Франкл, В. О смысле жизни. Теории личности в западноевропейской и американской психологии / В. Франкл; пер. с англ. – Самара: Бахрах, 1996. – 480 с.
17. Чудновский, В. Э. К проблеме адекватности смысла жизни / В. Э. Чудновский // Мир психологии. – 1999. – № 2. – С. 74–80.
18. Чудновский, В. Э. Становление личности и проблемы смысла жизни / В. Э. Чудновский. – М.: МПСИ, 2006. – 768 с.
19. Krafeld, F.-J., Lutzback, E. u.a. Akzeptierende Jugenarbeit mit rechtsextremen Jugendlichen? – Von Hubertus Heil, Muzaffer Perik, Peter-Urlich Wendt. – Marburg: Schuren. – 1993. – S. 91–93.
20. Vopel, K. W. Handbuch für Gruppenleiter/innen. Zur Theorie und Praxis der Interaktionsspiele / K. W. Vopel. – Iskopress. – 2006. – 223 s.

Ульянова Ирина Валентиновна – доктор педагогических наук, доцент, доцент Московского университета МВД России.

СОДЕРЖАНИЕ

ОБЩЕПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПРОБЛЕМЫ СМЫСЛА ЖИЗНИ.....	3
<i>Чудновский В. Э.</i> Жизненное пространство личности как психологический феномен.....	3
<i>Сапогова Е. Е.</i> Смысловые измерения автобиографирования.....	33
<i>Карпинский К. В.</i> Оценочная функция смысла жизни.....	71
<i>Осин Е. Н., Кузнецова С. С., Малютин А. В.</i> Имплицитные концепции смысла жизни и осмысленной жизни.....	118
<i>Гаврилова Т. А.</i> Осмысленность жизни в контексте аутомортальности субъекта.....	138
ВОЗРАСТНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПРОБЛЕМЫ СМЫСЛА ЖИЗНИ.....	150
<i>Прихожан А. М.</i> Игра в подростковом возрасте как средство постановки смысложизненных задач.....	150
<i>Попова Т. А.</i> Экзистенциальная составляющая Я-концепции подростка.....	159
<i>Салихова Н. Р., Закиева Г. Р.</i> Соотношение осмысленности жизни и психологического времени личности в период молодости.....	178
<i>Волченков В. С., Слепкова В. И.</i> Переживание смысла жизни в ранней взрослости.....	193
КРИЗИСНЫЕ АСПЕКТЫ ПРОБЛЕМЫ СМЫСЛА ЖИЗНИ.....	212
<i>Пергаменщик Л. А.</i> В поисках смысла трагического события.....	212
<i>Ачинович Т. И., Буслаева Е. В.</i> Источники смысла жизни и переживание смысложизненного кризиса у верующих и неверующих.....	224
ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПРОБЛЕМЫ СМЫСЛА ЖИЗНИ.....	242
<i>Ульянова И. В.</i> Современная школа как смысложизненно- ориентационное пространство постиндустриального общества.....	242

Для заметок

Для заметок

Научное издание

ПСИХОЛОГИЯ СМЫСЛА ЖИЗНИ:
МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ, ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ
И ПРИКЛАДНЫЕ ПРОБЛЕМЫ

Сборник научных статей

Редактор *Е. С. Франко*

Компьютерная вёрстка: *М. И. Верстак*

Художественный редактор *О. В. Канчуга*

Подписано в печать 14.02.2014. Формат 60×84/16.
Бумага офсетная. Ризография. Гарнитура JournalSans.
Усл. печ. л. 15,35. Уч.-изд. л. 17,0. Тираж 90 экз. Заказ .

Издатель и полиграфическое исполнение:

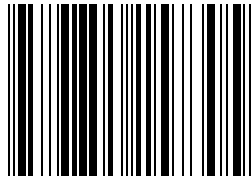
Учреждение образования «Гродненский государственный
университет имени Янки Купалы».

ЛИ № 02330/0549484 от 14.05.2009.

ЛП № 02330/0494172 от 03.04.2009.

Пер. Телеграфный, 15а, 230023, Гродно.

ISBN 978-985-515-730-5



9 789855 157305 >