

УЧРЕЖДЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ
«ГРОДНЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИМЕНИ ЯНКИ КУПАЛЬ»

К. В. КАРПИНСКИЙ
ПСИХОЛОГИЯ
СМЫСЛОЖИЗНЕННОГО КРИЗИСА

Монография

Гродно
ГрГУ им. Я. Купалы
2019

УДК 159.9
ББК 88.353
К26

Рекомендовано Советом факультета психологии
Учреждения образования
«Гродненский государственный университет имени Янки Купалы»

Рецензенты:

Залевский Г. В., доктор психологических наук, профессор,
член-корреспондент Российской академии образования,
заслуженный деятель науки Российской Федерации
(Институт гуманитарных наук
ФГАОУ ВО «Балтийский федеральный университет
имени Иммануила Канта»);

Мазилев В. А., доктор психологических наук, профессор
(ФГБОУ ВО «Ярославский государственный
педагогический университет имени К. Д. Ушинского»)

Карпинский, К. В.

К26 Психология смысло-жизненного кризиса : монография /
К. В. Карпинский. – Гродно : ГрГУ, 2019. – 623 с.
ISBN 978-985-582-287-6

В монографии представлена общепсихологическая концепция смысло-жизненного кризиса в развитии личности в единстве её исторических, методологических, теоретических, методических, эмпирических и практических аспектов. Раскрыты онтология, исторногенез, социокультурная обусловленность и социогенетическое значение смысло-жизненного кризиса, описаны его психологическая феноменология, детерминация и классификация, определены механизмы и закономерности его возникновения, протекания и преодоления личностью, предложены новые методики смысло-жизненной и, в частности, кризисной психодиагностики. Адресуется профессиональным психологам – исследователям, преподавателям, практикам, а также студентам, магистрантам, аспирантам психологических специальностей, представителям смежных дисциплин (философам, социологам, педагогам) и всем интересующимся психологическими проблемами человеческой жизни.

Табл. 78; ил. 15; библиогр.: 804 назв.

УДК 159.9
ББК 88.353

© Карпинский К. В., 2019
© Учреждение образования
«Гродненский государственный университет
имени Янки Купалы», 2019

ISBN 978-985-582-287-6

ВВЕДЕНИЕ



Настоящая монография посвящена фундаментальным психологическим проблемам – смыслу жизни и смысложизненному кризису, которые приобретают все большую остроту в контексте развития современной личности, общества и всего человечества. В отличие от других наук психология изучает смысл жизни как содержание сознания, компонент структуры личности и регулятор индивидуальной жизнедеятельности, а также как феномен, опосредствующий общение, межличностное взаимодействие и организацию совместной деятельности людей в группах. Особенно ее интересуют природа, строение, генезис, функции и дифференциальные свойства смысла жизни как психического явления, закономерности и механизмы его обретения, сохранения и практической реализации на протяжении жизненного пути личности [384; 393; 394; 395; 583; 666; 773; 774; 775].

В рамках очерченной предметной области особую социальную актуальность, научную значимость и практическую востребованность имеет проблема смысложизненного кризиса. Хотя этот феномен личностного развития и бытия находится в поле зрения психологов уже более полувека, накопленный за это время массив знаний остается эклектичным, внутренне противоречивым и не оформленным в виде системы, которая обладает собственным предметом, методом, кругом познавательных и прикладных задач, понятийным аппаратом и прочими признаками самостоятельного научного направления. В современной психологии налицо теоретические и эмпирические исследования, обращенные к разным аспектам смысложизненного кризиса: *феноменологии* [211; 256; 298; 353; 354; 584; 590 и др.], *детерминации* [37; 78; 171; 206; 294; 344; 366; 373; 468; 711; 771 и др.], *динамике* [120; 185; 407; 613 и др.], *эпидемиологии* [177; 560; 732 и др.], *систематике* [202; 254; 346; 354; 652; 655 и др.], *деформирующему и патогенному воздействию кризиса на личность* [61; 153; 172; 178; 203; 204; 237; 299; 303; 549; 552; 599 и др.], *методам психологического исследования кризиса* [97; 157; 176; 177; 251; 481; 535; 538; 589 и др.] и *методам психологической антикризисной помощи* [82; 299; 363; 468; 478; 516; 790; 797 и др.], а также *специфике возникновения, переживания и преодоления кризиса у людей разного пола* [108] и *возраста* [50; 225; 253; 120; 364; 541; 570; 572 и др.], *в разных жизненных ситуациях* [200; 205; 381; 462; 792 и др.], *исторических и социокультурных контекстах* [69; 206; 368; 483; 555 и др.]. Вместе с тем, несмотря на многоаспектность существующих исследований, в данной научной области прослеживаются такие особенности как отраслевая раздробленность, методологическая разобщенность, теоретическая мозаичность, понятийная многозначность, методическая небеспеченность, эмпирическая неразработанность, практическая неэффективность. Прежде всего в уточнении нуждается содержание и объем базового понятия «смысложизненный кризис», которое употребляется в нестрогом значении как синоним терминов «ноогенный невроз», «метапатология», «экзистенциальный невроз», «фрустрация потребности в смысле жизни» и т. д. [202]. В подобном состоянии

психология смысложизненного кризиса не отвечает вызовам, которые предъявляет текущая социальная ситуация развития личности, а также стандартам научности, которые задает современная психология личности.

В то же время в философии и социогуманитарных науках, начиная уже с 20–30-х гг. XX века, констатируется смысложизненное неблагополучие человека и социума, которое обусловлено историческим усложнением условий поиска, сохранения и реализации смысла как индивидуальной, так и общественной жизни [24; 163; 427; 453; 468; 470; 477; 480; 514; 529; 534; 536; 593; 718; 760; 801 и др.]. На постсоветском пространстве эта глобальная, общемировая тенденция отягощается дополнительными локально-региональными факторами. Ретроспективно оценивая макросоциальную ситуацию развития личности в советском обществе, исследователи отмечают наличие целого ряда обстоятельств, препятствующих обретению и реализации смысла жизни, а также деформирующих саму способность его определять, отстаивать и осуществлять – одним словом, жить со смыслом [12; 64; 121; 272; 336; 337; 515]. Психологические последствия влияния этих факторов определяются как «выученная бессмысленность» и «монолитнизация смысла жизни» [176; 405; 485; 487; 644]. Деваляция смыслообразующих ценностей и разрыв их межпоколенной преемственности (вертикальной трансмиссии), произошедшие на переломе советской и постсоветской эпох, фиксируются в терминах «исторической травмы утраты смысла жизни» [33], «смыслового кризиса постсоветского общества» [644], «двойного кризиса в жизни человека» [69].

О современных масштабах распространения и частоте встречаемости смысложизненного кризиса достоверно свидетельствуют данные социологических опросов и результаты психологических исследований, проведенных на репрезентативных национальных выборках. Согласно данным социологического опроса, предпринятого ВЦИОМ в 2005 г., россияне серьезно обеспокоены и озадачены вопросом о смысле жизни: 43 % респондентов задумываются об этом часто, 32 % – иногда, 17 % – редко и только 8 % от общего числа опрошенных лиц данный вопрос совершенно не тревожит¹. В исследованиях представительной белорусской выборки, выполненных с применением «Опросника смысложизненного кризиса», установлено, что выраженное кризисное состояние присутствует у 16 % испытуемых [177; 196]. Учитывая, что по меркам современной эпидемиологии универсальным эпидемическим порогом считается 5 % регистрируемость какого-либо состояния среди населения определенной территории, можно прийти к выводу, что смысложизненные проблемы и кризисы в современном обществе принимают масштаб эпидемии.

Несмотря на то, что смысложизненный кризис является явлением нормального развития, в случае непреодоления либо несвоевременного и неконструктивного преодоления он приводит к негативным осложнениям, имеющим социально нежелательный и даже об-

¹[Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://wciom.ru/zh/print_q.php?sid=159&q_id=13283&date=. – Дата доступа: 21.09.2005.

щественно опасный характер. Разрушительно протекающий кризис оборачивается для личности стагнацией индивидуального развития, снижением жизненной активности и продуктивности, падением субъективного и психологического благополучия, искажением мотивации, самосознания, характера, мировоззрения и других индивидуально-психологических свойств [196; 202; 548; 561; 670; 685; 713; 730; 738; 804 и др.]. Особо тяжкими и социально значимыми последствиями смысложизненного кризиса для личности являются вариативные формы девиантного (суицидального, аддиктивного, делинквентного, криминального) поведения [75; 126; 186; 283; 537; 541; 577; 599; 606; 622; 672; 673 и др.], нарушения физического здоровья и психосоматические расстройства [191; 635; 636; 665; 690; 700], пограничные нервно-психические заболевания [532; 549; 556; 564; 592; 594; 623; 692; 799 и др.]. Этим обусловлен социальный заказ на фундаментальные и прикладные исследования, обеспечивающие адекватное понимание психологической сущности смысложизненного кризиса и формирующие научные основы для антикризисной помощи развивающейся личности. Выполняя социальные функции психологической науки, такие исследования должны способствовать сохранению психологической безопасности, укреплению психического здоровья и наращиванию личностного потенциала нации.

Исследования смысложизненного кризиса в зарубежной и отечественной психологии исторически развивались неравномерными темпами и расходящимися курсами. Современное состояние данной проблемы в зарубежной психологии предопределено тремя доминирующими тенденциями ее развития: дифференциации, патологизации и редукции. В силу *тенденции дифференциации* развитие научно-психологических представлений о смысложизненном кризисе совершалось преимущественно в порядке дивергенции теоретических подходов и методов эмпирического измерения данного психического явления. В ответ на вызовы «бессмысленного времени» (Б. Хюбнер), «эпохи пустоты и утраты смысла» (П. Тиллих) в европейской и американской психологии были созданы концепции, понятия, методы и практики, направленные на описание, объяснение, диагностику и преодоление смысложизненных проблем и затруднений личности. Наиболее влиятельные концепции смысла жизни и смысложизненного кризиса были предложены в рамках теорий личности психодинамической [521; 523; 614; 615], экзистенциальной [344; 346; 590; 652; 657; 700; 799] и гуманистической [661; 662; 683; 684] ориентации. По причине того, что эти концепции оперируют разными терминами и базируются на разных теоретико-методологических и мировоззренческих основаниях, они по сей день существуют в виде относительно обособленных, а по ряду позиций – альтернативных или даже несовместимых подходов зарубежной психологии смысложизненного кризиса.

Указанные концепции существенно различаются уровнем методической операционализации и эмпирической верификации. Наименее разработанными в данном аспекте являются концепции А. Адлера, К. Юнга, К. Обуховского, А. Маслоу, И. Ялома. Более продвинутыми являются концепции В. Франкла [556; 557; 558; 574;

581; 600; 613; 622; 626; 668; 669; 672; 673; 691; 710; 711; 715; 716; 739; 740; 748; 749], С. Мадди [354; 591; 628; 630; 653; 654], П. Олеша [559; 588; 607; 608; 616; 625; 663; 676; 679; 683; 684; 707; 758; 759] и К. Попельского [631; 632; 700; 701]. Оценивая степень эмпирической разработанности проблемы в зарубежной психологии в целом, следует отметить мозаичность и непоследовательность исследований, проведенных в русле каждой отдельной концепции, а также несопоставимость результатов, накопленных в разных концепциях, в силу различий в способах истолкования и методах измерения смысложизненного кризиса.

Наряду с развитыми концепциями, входящими в состав крупных теорий личности, в зарубежной психологии сложились понятия, обозначающие отдельные проявления и специфические формы смысложизненного кризиса: «экзистенциальная тревога» [546; 595; 611; 617; 618; 725; 743; 746; 786; 791], «деморализация» [539; 553; 562; 585; 596; 624; 647; 667; 719; 783; 784], «поиск смысла в жизни» [543; 552; 570; 627; 633; 641; 693; 739; 762; 763; 769; 770; 800], «бессмысленность» [572; 706; 780; 789; 790], «скука» [584; 669; 722; 723; 781; 782], «выгорание» [582; 639; 640; 649; 650; 674; 675; 695; 696; 697; 756; 776; 777], «отчуждение» [685; 744; 745], «деконструкция» [771; 779], «духовный кризис» [524], «кризис смысла» [560; 731; 792]. В соотношении со смысложизненным кризисом все эти феномены являются парциальными, но для каждого из них предложены конкурирующие теории среднего и нижнего уровня, созданы строго профилированные методы диагностики, что обуславливает чрезвычайно узкую специализацию исследований и разрозненность их результатов.

Вследствие второй доминирующей тенденции – *патологизации* – смысложизненный кризис устойчиво концептуализируется как явление аномального личностного развития, которое носит преморбидный (предболезненный) и патогенный (болезнетворный) характер либо само по себе представляет специфическую форму личностной патологии [14; 82; 304; 316; 344; 468; 516; 700 и др.]. Толкование смысложизненного кризиса как личностной аномалии становится препятствием для его общепсихологического анализа уже хотя бы потому, что принципиально противоречит общепринятым представлениям о кризисах как нормальных психических состояниях и явлениях нормального развития.

Еще одной тенденцией в разработке проблемы смысложизненного кризиса в зарубежной психологии является *редукция* этого сложного явления к другим – более простым в плане теоретического понимания, методической операционализации и эмпирического измерения – феноменам. На уровне теоретического анализа она обнаруживается в упрощении и недооценке широкого полиморфизма, многофакторной детерминации, вариативных и неоднозначных последствий смысложизненного кризиса в развитии личности. Наиболее рельефно она проявляется в «постулате оптимальности смысла жизни», согласно которому осмысленность жизни является безусловным благом, а отсутствие или утрата смысла – одним словом, смысложизненный кризис – причиной всевозможных негативных последствий для личности [171]. Этот постулат сдерживает исследования, с

одной стороны, деструктивных, злокачественных влияний смысла жизни, а с другой, реконструктивных, благотворных воздействий смысложизненного кризиса на личность, и тем самым упрощает и обедняет научное видение данного феномена.

На уровне эмпирических исследований тенденция редукции выражается в сведении смысложизненного кризиса к другим психическим явлениям, которые будучи элементарными симптомами кризисного состояния, не исчерпывают его целиком. Чаще всего смысложизненный кризис необоснованно подменяется низким уровнем осмысленности жизни. Подобная практика воплощает т. н. «макроаналитическую стратегию» исследований смысложизненной феноменологии и регуляции, в рамках которой параметр общей осмысленности жизни превращается в «суперпеременную», монополю репрезентирующую все явления смысложизненной природы. При такой стратегии эмпирического изучения смысложизненный кризис диагностируется методами определения осмысленности жизни и неправомерно трактуется как полная противоположность данного состояния [171; 174]. Принимая во внимание несводимость смысложизненного кризиса к низкому уровню осмысленности жизни на концептуальном, операциональном и эмпирическом уровнях, следует подчеркнуть, что в современной зарубежной психологии налицо существует весьма узкий круг эмпирических исследований, которые проясняют его собственную феноменологию, механизмы и закономерности. Их результаты показывают, что профиль связей смысложизненного кризиса с индивидуальными свойствами, субъективным благополучием, психическим здоровьем личности и другими психологическими и статусными признаками существенно отличается от паттерна связей общего уровня осмысленности жизни с аналогичными переменными [188; 199; 560; 561; 691; 715; 716; 710; 733; 734; 739; 740].

В общем, несмотря на множественность концепций, понятий и эмпирических исследований, возникших из-за длительного преобладания указанных тенденций, в зарубежной психологии смысложизненного кризиса в настоящее время ощущается острая необходимость в единой концепции общепсихологического уровня, которая была бы способна упорядочить, обобщить и интегрировать многочисленные расходящиеся линии изучения данного явления.

В отечественной психологии проблема смысложизненного кризиса является сравнительно новой и недостаточно разработанной в концептуальном, методическом и эмпирическом плане. Это объясняется не только недавней по историческим меркам актуализацией проблемы, но и отраслевой диссоциацией научно-психологических знаний о двух составляющих данной проблемы – смысле жизни и кризисах развития личности. В отечественной традиции психологические кризисы относятся к ведению возрастной психологии и психологии развития [377; 412; 429; 439; 507], клинической психологии (суицидологии) [18; 19] и кризисной психологии [232; 233; 366], тогда как смысл жизни и все сопряженные с ним феномены принадлежат к компетенции общей психологии и психологии личности [4; 12; 61; 62; 136; 281; 282; 492; 493].

Вместе с тем в отечественной психологии накоплен солидный методологический потенциал и теоретический ресурс для разработки проблемы смысложизненного кризиса, который отражен в концепциях: жизненного кризиса [76–79], биографических кризисов [37; 39; 40; 254; 255], смыслоутраты [301; 303; 353; 354; 658; 685], адекватного и оптимального смысла жизни [484–494], кризиса смысла жизни [293; 294]. Серьезный задел для изучения смысложизненного кризиса представляют результаты теоретико-эмпирических исследований разных аспектов смысложизненной реальности личности: смысложизненных ориентаций [53; 90; 257; 289; 319; 320; 364; 380; 381; 382; 385; 403; 424; 463; 466; 488; 727; 728; 729 и др.], представлений о смысле жизни [68; 71; 396 и др.], имплицитных концепций осмысленной жизни [249; 350], источников смысла жизни [42; 355] и др. Из широкого круга смежных исследований к проблеме смысложизненного кризиса наиболее близки работы, посвященные нормативным и ненормативным личностным кризисам, для которых типичны интенсивные содержательные и структурно-функциональные изменения индивидуального смысла жизни [61; 83; 109; 110; 115; 407; 411; 419; 425; 459; 500].

Результаты вышеупомянутых исследований по отношению к проблеме смысложизненного кризиса имеют постановочный либо предпосылочный характер, в то время как предметные исследования данного кризиса, оперирующие соответствующим термином и применяющие адекватные методы его измерения, в отечественной психологии пока еще единичны и не систематичны. В основном они ограничиваются анализом возрастно-психологических особенностей переживания и преодоления смысложизненного кризиса в подростковничестве [97], юности [225; 226; 298; 363; 365], зрелости [108; 120; 256] и старости [235], а также выявлением отдельных личностных коррелятов и предикторов смысложизненного кризиса [42; 237; 338; 347; 356].

Таким образом, в современной мировой (как зарубежной, так и отечественной) психологии обнаруживается целый ряд *противоречий*, указывающих на сравнительно низкую степень разработанности проблемы смысложизненного кризиса и придающих актуальность ее общепсихологическому исследованию. Это, прежде всего, *внешние противоречия*, которые характеризуют соотношение тенденций развития, возможностей и границ психологической науки с реалиями общественной жизни и запросами социальной практики. К этой категории относятся противоречия:

- между широкой распространенностью, высокой напряженностью и особой деструктивностью смысложизненного кризиса в современном обществе и недостаточной полнотой, и глубиной изучения данной проблемы в психологической науке;

- между кризисогенным характером макро- и микросоциальной ситуации развития современной личности и ограниченностью выбора научно обоснованных способов и средств психологического сопровождения процесса ее становления и самореализации.

Другую категорию составляют *внутринаучные противоречия*, которые складываются в плоскости взаимодействия психологии с другими науками, взаимосвязей академической и практической психологии, кооперации отечественной и зарубежной психологии, а

также соотношения теории, методики и эмпирики внутри психологии смысложизненного кризиса. Здесь наиболее острые противоречия проявляются:

- в относительно низкой степени психологизации более давнего и богатого опыта анализа смысложизненного кризиса в философии и смежных социально-гуманитарных науках, а также в неразвитости комплексных (междисциплинарных) исследований данной проблемы;

- в «схизисе» академической (исследовательской) и практической (прикладной) психологии смысложизненного кризиса, который выражается расхождением «языков» описания, «единиц» анализа, «логики» понимания этого феномена в научной теории и в практике оказания антикризисной помощи;

- в разрыве между отечественной и зарубежной психологией по степени разработанности проблемы смысложизненного кризиса в теоретическом, методическом и эмпирическом аспектах;

- в раздробленности и разноречивости локальных концепций смысложизненного кризиса на фоне отсутствия единых общепсихологических представлений о его природе и сущности;

- в дефиците психометрически выверенных, надежных и валидных методов, строго предназначенных для диагностики смысложизненного кризиса и не подменяющих его другими диагностическими конструктами (низким уровнем осмысленности жизни, экзистенциальной тревогой и т. п.);

- в диспропорции объемов теоретического и эмпирического знания в психологии смысложизненного кризиса, где большой массив умозрительных концепций и понятий парадоксальным образом сочетается со скудной фактологией. Следствием этого дисбаланса является наличие в психологии таких теоретических представлений о смысложизненном кризисе, которые не подвергались эмпирической верификации-фальсификации в качестве гипотез, но при этом воспринимаются как доказанные научные истины;

- в устойчивом воспроизводстве ряда догматичных, но при этом не вполне корректных и до конца непреодоленных представлений о роли смысла жизни и смысложизненного кризиса в развитии личности, которые сужают проблемное поле, препятствуют выдвижению эвристических гипотез и в целом тормозят прогресс в данной научной области (в первую очередь, «постулата оптимальности смысла жизни»).

Все вышесказанное определило постановку научной проблемы исследования, суть которой заключается в том, что в современной мировой (как зарубежной, так и отечественной) психологии до сих пор не существует общепсихологической концепции, которая на основе единой методологии и с опорой на широкую фактологию могла бы целостно объяснить феноменологию, механизмы и закономерности смысложизненного кризиса в развитии личности. Построение такой концепции предполагает: преодоление тенденций дифференциации, патологизации и редукции, проблематизацию и опровержение «постулата оптимальности смысла жизни», переход с макроаналитической на микроаналитическую стратегию эмпирического изучения смысложизненной феноменологии и регуляции, а также обращение к методологическим принципам и подходам отечественной

психологии, которые прежде не применялись в исследованиях смысложизненного кризиса.

В настоящей монографии представлен опыт теоретико-методологического обоснования, методической операционализации и эмпирической верификации общепсихологической концепции, объясняющей феноменологию, механизмы и закономерности смысложизненного кризиса в развитии личности. Данное издание обобщает и систематизирует результаты целого цикла историко-психологических, теоретико-методологических, психометрических и эмпирических исследований автора, в которых решались разнородные научные задачи.

1. Теоретические задачи:

1.1. Обобщить и систематизировать существующие в современной психологии представления о феноменологии, механизмах и закономерностях смысложизненного кризиса в развитии личности.

1.2. Разработать онтологию смысложизненного кризиса, описывающую противоречия в системе жизненных отношений личности как его бытийные источники.

1.3. Раскрыть предпосылки, механизмы и закономерности исторического происхождения и социокультурной детерминации смысложизненного кризиса в развитии личности.

1.4. Проанализировать психологическую структуру, функции, свойства смысла жизни и на этом основании определить смысложизненный кризис как кризис смыслогенеза.

1.5. Выявить психологические закономерности развития и функционирования личности как субъекта жизни и на этом основании определить смысложизненный кризис как кризис субъектогенеза.

1.6. Раскрыть психологические закономерности генеза, структуры и динамики жизнедеятельности личности и на этом основании определить смысложизненный кризис как кризис индивидуальной жизнедеятельности.

1.7. Обосновать психологическую классификацию видов смысложизненного кризиса по критерию ведущего кризисогенного противоречия.

1.8. Выделить психологические признаки, критерии, параметры и условия функциональной оптимальности смысла жизни и на этом основании определить механизмы и закономерности кризиса неоптимального смысла жизни.

2. Методические задачи:

2.1. На основе обобщения опыта предшествующих эмпирических и психометрических исследований: а) определить научный статус и современное состояние смысложизненной психодиагностики как нового направления психодиагностики личности; б) систематизировать методы эмпирического изучения смысла жизни и смысложизненного кризиса; в) выявить типичные методические ошибки, допускаемые в психодиагностике смысложизненного кризиса.

2.2. Сформулировать принципы построения и алгоритм реализации микроаналитической стратегии эмпирического изучения смысла жизни и смысложизненного кризиса, обосновать ее преимущества перед традиционной макроаналитической стратегией.

2.3. Разработать и валидизировать новые методы эмпирического изучения смысла жизни и смысложизненного кризиса: а) стандарти-

зированные личностные опросники, предназначенные для общей и дифференциальной диагностики смысложизненного кризиса; б) стандартизированную методику для оценки дифференциально-психологических свойств индивидуального смысла жизни.

3. Эмпирические задачи:

3.1. Выявить содержание и структуру кризисной феноменологии, репрезентированной на уровне субъективного восприятия и переживания личностью индивидуальной жизни.

3.2. Раскрыть метасистемные закономерности смысложизненного кризиса на материале его взаимосвязи с кризисами профессионального развития личности.

3.3. Оценить функциональную значимость и параметры оптимальности психологических свойств смысла жизни, определить вклад разных видов (вариантов) неоптимального смысла в детерминацию смысложизненного кризиса и раскрыть инвариантный механизм кризисогенеза.

3.4. Изучить зависимость смысложизненного кризиса от индивидуальных особенностей жизненной стратегии личности.

Путеводной идеей исследований, обобщенных в данном научном труде, выступало предположение о том, что онтология жизненного мира (в качестве общенаучной методологии), культурно-исторической, метасистемной, смысловой, субъектной, деятельностной подходы (в качестве конкретно-научной методологии), а также психологические теории смысла жизни, субъекта жизни и жизнедеятельности создают адекватную теоретико-методологическую основу для общепсихологической концепции смысложизненного кризиса. С этих теоретико-методологических позиций смысложизненный кризис концептуализируется как кризис развития личности в качестве субъекта жизни, который обусловлен противоречиями в поиске, сохранении и практической реализации индивидуального смысла жизни. Он характеризуется собственными онтологическими (бытийными) источниками, культурно-историческим происхождением, метасистемностью, многофакторной детерминацией и широким полиморфизмом. Его содержание составляет субъективация – первичное становление или вторичное восстановление – способности саморегуляции индивидуальной жизни на основе ее личностного смысла. Сообразно с этим он проявляется как состояние дефицита или дисфункции смысложизненной регуляции (кризис смыслогенеза); несформированности или распада индивидуальной жизнедеятельности (кризис жизнедеятельности); бессубъектности или десубъектизации личности в отношении жизни как целого (кризис субъектогенеза). В зависимости от ведущего противоречия существуют его психологические разновидности (кризис бессмысленности, кризис смыслоутраты и кризис нереализованности смысла жизни), а в качестве подвида последней разновидности – кризис неоптимального смысла жизни.

На уровне эмпирических исследований тестировались следующие гипотезы:

1. Разработанные методы диагностики смысла жизни и смысложизненного кризиса соответствуют общепринятым психометрическим стандартам надежности и валидности. «Опросник смысложизненного кризиса» (ОСЖК) диагностирует общую выраженность кри-

зисного состояния; «Краткий опросник смысложизненного кризиса» (ОСЖК-К) – выраженность отдельных кризисных симптомов; «Дифференциальный опросник смысложизненного кризиса» (ОСЖК-Д) – выраженность основных видов кризиса; методика «Источники смысла жизни» (ИСЖ) – психологические свойства индивидуального смысла жизни.

2. Феноменология смысложизненного кризиса представляет сложный многомерный комплекс субъективных переживаний личности по поводу собственной жизни в целом, специфическое содержание и латентная (факторная) структура которых определяется снижением, нарушением или выпадением регулирующих функций смысла жизни.

3. Метасистемность смысложизненного кризиса проявляется в возможности его избирательного присоединения к другим нормативным и ненормативным кризисам развития личности в юности, зрелости и старости. Общая закономерность заключается в том, что кризис развития личности в любой сфере жизненных отношений и реализующей их частной деятельности осложняется смысложизненным кризисом при условии, что содержание индивидуального смысла жизни локализуется в этой сфере жизненных отношений и (или) реализуется посредством этой частной деятельности.

4. Широта, иерархизация, глубина, внутренняя согласованность, реалистичность, интегрированность, локус причинности, опосредованность, временная локализация и конгруэнтность являются индивидуально изменчивыми и регуляторно значимыми (функционально важными) психологическими свойствами смысла жизни, от выраженности которых зависит переживание осмысленности жизни, удовлетворенности жизнью и смысложизненного кризиса. Каждое из этих свойств вносит уникальный (дополнительный) вклад в детерминацию смысложизненного кризиса независимо от общего уровня осмысленности жизни.

5. Функционально неоптимальными (дисфункциональными) признаками смысла жизни являются узость, сильная иерархизация, бездуховность, внутренняя конфликтность, нереалистичность, дезинтеграция, экстринсивность, неопосредованность, регрессионная временная локализация и неконгруэнтность. Принятие и попытки реализации смысла жизни, отягощенного этими признаками, повышает вероятность наступления и интенсивность протекания смысложизненного кризиса.

6. По психологической детерминации кризисы неоптимального смысла жизни являются самореализационными кризисами, в механизме возникновения и эскалации которых роль опосредующего звена выполняет снижение жизненной продуктивности и субъективная неудовлетворенность личности собственной жизнью. Наряду с этим общим механизмом каждая разновидность неоптимального смысла жизни активизирует специфические опосредующие факторы и механизмы кризисогенеза.

7. Существует взаимодействие психологических свойств смысла жизни, в силу которого свойства, имеющие неоптимальную степень выраженности, устанавливают пределы для функциональной реали-

зации оптимально выраженных свойств. Смысложизненный кризис обусловлен не только выраженностью отдельных психологических свойств смысла жизни, но и эффектами их функционального взаимодействия.

8. Жизненная стратегия личности проявляется в способе структурной (пространственной, временной и смысловой) организации индивидуальной жизнедеятельности и выступает фактором переживания осмысленности жизни, удовлетворенности жизнью и смысложизненного кризиса. Неоптимальная стратегия, обуславливающая смысложизненный кризис, отличается узким репертуаром, ригидным соподчинением, низкой рациональностью использования и слабой структурированностью деятельностей, которые обеспечивают практическую реализацию смысла жизни.

В эмпирических и психометрических исследованиях, обзриваемых в настоящей монографии, приняли участие 13 247 человек в возрасте от 17 до 78 лет (57,4 % женщины, 40,3 % мужчины, 2,3 % данные о половой принадлежности отсутствуют), представляющие разные социальные группы и слои современного белорусского общества. Данная выборка является популяционной и гетерогенной по признакам семейного, родительского, образовательного, профессионального, должностного, экономического статуса, а также региона проживания, конфессиональной и этнической принадлежности испытуемых. На одном из этапов, организованном по сравнительному (кросскультурному) дизайну, исследование выполнялось на академической выборке в Республике Польша (228 человек в возрасте от 17 до 27 лет, в том числе 192 женщины и 36 мужчин).

В настоящей монографии представлен ряд новых научных результатов в области психологии смысла жизни, субъекта жизни, индивидуальной жизнедеятельности и собственно смысложизненного кризиса в развитии личности. Научная новизна данного издания обусловлена тем, что впервые:

- выполнен систематический анализ истории, современного состояния и перспектив развития психологии смысложизненного кризиса, раскрыт объяснительный и эвристический потенциал методологических принципов и подходов отечественной психологии (культурно-исторического, метасистемного, субъектного, деятельностного и смыслового) в данной научной области;
- предложена онтологическая характеристика системы смысложизненных отношений личности как модуса жизненного мира и бытийной основы особых образований психики и деятельности человека (смысла жизни, субъекта жизни, жизнедеятельности); описаны противоречия жизненных отношений личности, составляющие бытийные источники и предпосылки смысложизненного кризиса;
- определены закономерности исторического происхождения и социокультурной детерминации смысложизненного кризиса, а также его историческое (социогенетическое) значение;
- сформулирована психологическая концепция смысла жизни как системного смыслового образования личности, комплексно охватывающая его генезис, структуру, функции и свойства;

- обоснована психологическая концепция субъекта жизни как личности, которая развивается и функционирует в процессе преодоления противоречий и решения задач поиска, сохранения и практической реализации индивидуального смысла жизни;

- предложена психологическая концепция жизнедеятельности как интегрального уровня структурной организации индивидуальной деятельности, релевантного смыслу жизни;

- разработана психологическая классификация видов смысло-жизненного кризиса в зависимости от ведущего кризисогенного противоречия;

- систематизированы методические подходы и методики, выявлены типовые методические ошибки эмпирического изучения смысла жизни и смысложизненного кризиса; определены основания для выделения смысложизненной психодиагностики как раздела психодиагностики личности;

- разработаны и валидизированы оригинальные русскоязычные методы общей и дифференциальной диагностики смысложизненного кризиса, а также методы измерения психологических свойств индивидуального смысла жизни и динамической смысловой структуры индивидуальной жизнедеятельности;

- раскрыты содержание и структура феноменологии смысложизненного кризиса на уровне субъективного восприятия и переживания личности собственной жизни;

- теоретически аргументирован и эмпирически подтвержден метасистемный характер смысложизненного кризиса по отношению к другим нормативным и ненормативным кризисам развития личности;

- эксплицировано содержание «постулата оптимальности смысла жизни», раскрыта его ограничительная функция в понимании детерминации смысложизненного кризиса; в целях преодоления данного постулата введено разграничение феноменального и функционального подходов, а в рамках последнего – макроаналитической и микроаналитической стратегий изучения смысла жизни; обоснованы психологические признаки, критерии, параметры и условия функциональной оптимальности смысла жизни (смысложизненной регуляции), с учетом которых произведена проблематизация и корректировка данного постулата;

- раскрыты механизмы и закономерности кризиса неоптимального смысла жизни как разновидности смысложизненного кризиса; выявлены и охарактеризованы основные виды неоптимального смысла жизни;

- теоретически обосновано понятие стратегии жизни как системной смысловой организации индивидуальной жизнедеятельности личности; выделены функционально значимые свойства жизненной стратегии и эмпирически доказана кризисогенная роль неоптимальной жизненной стратегии.

Таким образом, в представленной монографии систематично представлены новые для отечественной и зарубежной психологии теоретические, методические и эмпирические результаты, закладывающие фундамент общепсихологической концепции смысложизненного кризиса в развитии личности.

РАЗДЕЛ 1
**ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ
ИССЛЕДОВАНИЯ СМЫСЛОЖИЗНЕННОГО КРИЗИСА
В РАЗВИТИИ ЛИЧНОСТИ**

ГЛАВА 1
**СМЫСЛОЖИЗНЕННЫЙ КРИЗИС
КАК ПРОБЛЕМА ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ НАУКИ**



**1.1. Современное состояние психологии
смысложизненного кризиса**

В настоящее время понятие смысложизненного кризиса является *междисциплинарным конструктом*, который достаточно широко востребован в философских, общественных и гуманитарных науках. В этой связи с самого начала целесообразно установить рамки, ограничивающие предметно-проблемное поле исследования. В первую очередь, следует учитывать, что *смысложизненный кризис – это разноуровневый феномен, который присущ развитию социальных систем самого различного масштаба: личности, группы, общества, человечества*. В реальности он способен приобретать как индивидуально-личностные, так и коллективные (групповую, социетальную, цивилизационную) формы, каждая из которых так или иначе попадает в сферу предметных интересов психологии. Настоящее исследование концентрируется преимущественно на индивидуальной форме смысложизненного кризиса и раскрывает его как явление личностного развития, а точнее – как психологический кризис в развитии личности.

В рамках психологии проблема смысложизненного кризиса носит *междотраслевой характер* и лежит на стыке нескольких крупных научных отраслей, прежде всего, *психологии личности и психологии развития*. В силу известной и до конца не преодоленной диссоциации психологических теорий личности и теорий психического развития человека в трактовках смысложизненного кризиса, равно как и других частных психических явлений, сохраняется некоторая теоретическая двойственность. Смысложизненный кризис разноречиво концептуализируется то в качестве феномена текущего опыта личности и презентированного в виде актуального психического состояния, то в качестве феномена развития, детерминированного онтогенетической изменчивостью личности и, в частности, индивидуального смысла жизни как стержневой личностной подструктуры. С одной стороны, он определяется как ддящееся субъективное переживание, а, с другой стороны, как и всякий психологический кризис, он выступает особым событием или стадией процесса развития. Соответственно, изучение смысложизненного кризиса ведется в разных системах теоретических «координат» – и с позиций психологической теории личности, делающей акцент на включенность

кризиса в ее существование и функционирование, и с позиций теории психического развития, вводящей кризис во временную последовательность и возрастную логику ее изменений. Это создает предпосылки для разграничения двух отраслевых подходов к смысло-жизненному кризису – *персоналогического* и *возрастного* [167; 202]. Выделенные подходы сходятся в объекте, но расходятся по предмету, методами, задачам и категориальному аппарату исследования, а тем самым скорее дополняют и обогащают друг друга, чем конкурируют между собой.

Персоналогический подход реализует *процессуально-динамическую логику* анализа, в соответствии с которой смысло-жизненный кризис рассматривается как психическое состояние, отражающее динамику текущего взаимодействия личности с собственной жизнью и обусловленное наличествующей структурой жизненных отношений. При таком подходе проблема смысло-жизненного кризиса ставится в контексте психологической теории личности, которая предусматривает наличие в структуре личности ценностно-смыслового уровня или сферы. Такая теория, как правило, постулирует ведущую роль смысла жизни в организации психической жизни личности и в регуляции процессов ее поведения, деятельности, жизнедеятельности в целом. В качестве основного предмета анализа берется психическая феноменология, наиболее фундаментальные механизмы и закономерности формирования, структурирования, функционирования смысла жизни, а также его деформации и распада. Кризис смысла жизни рассматривается как системный кризис личностного бытия, поражающий «ядерные» структуры внутреннего мира личности и парализующий ее жизнедеятельность. Он обычно изучается как ненормативный, не имеющий универсального (всеобщего) характера и жестко установленных временных рамок, и невротический кризис, влекущий за собой личностные нарушения.

Возрастной подход придерживается *генетической логики*, согласно которой смысло-жизненный кризис анализируется как момент онтогенетического развития личности, имеющий четкую локализацию на возрастной шкале и вплетенный в диахронию причин и следствий этого развития. В этот подход консолидируются те концепции смысло-жизненного кризиса, которые являются составной частью более широких теорий возрастного психического развития. В них кризис смысла жизни обычно отождествляется с определенным возрастным кризисом, в связи с чем трактуется как нормативный и обязательный для полноценного развития личности. Существующие теории всевозрастного развития увязывают смысло-жизненный кризис, как правило, с нормативными кризисами юности, зрелости и старости, во время которых фиксируются скачкообразные субъективно болезненные изменения смыслообразующих ценностей и целей личности. Содержательная переоценка и структурная перестройка смысла жизни занимает наибольший удельный вес в психологическом содержании таких возрастных кризисов как, например, кризис середины жизни (*midlife crisis*) [412; 478; 678]. Что касается нормативных кризисов детского возраста, то они обычно не ассоциируются со смысло-жизненным кризисом, поскольку чрева-

ты перестройкой потребностей и мотивов личности, которые лишены смыслообразующей функции в отношении индивидуальной жизни как единого целого.

Прослеживаются три существенных различия между общепсихологическим (персонологическим) и возрастно-психологическим (возрастным) подходом в понимании смысложизненного кризиса.

Первое из них касается объяснения причин и условий, порождающих кризис. В рамках персонологического подхода кризисогенной признается такая ситуация, которая блокирует поиск или продуктивную реализацию смысла жизни. Роль причины, запускающей смысложизненный кризис, как правило, отводится ситуационным факторам, но при этом, конечно, оговаривается и вклад внутренних условий, преломляющих воздействие объективных жизненных обстоятельств. Под этими условиями обычно подразумеваются индивидуально-психологические свойства личности либо свойства собственно смысла жизни как психического феномена. Они подготавливают «внутреннюю почву» для кризисной реакции личности на определенную ситуацию как на ситуацию потери или разрушения смысла жизни. Естественно, что в контексте персонологического подхода целостная личность анализируется не в статике, а в динамике, но «даже признавая прижизненную динамику изменений данной целостности, изучая условия ее происхождения, исследователи не связывают жестко эти изменения с каким-то определенным возрастом» [377, с. 5]. Возрастная динамика и особенности личности рассматриваются как нейтральный фон, на котором разыгрывается драматический по своим психологическим последствиям кризис. Основной акцент сдвигается именно на индивидуальные, а не возрастные свойства личности и смысла жизни, и задача сводится к изучению той неповторимой констелляции внешних и внутренних факторов, которая привела к кризису.

В русле возрастного подхода упор в объяснении детерминант кризиса делается на внутренние закономерности и механизмы, универсально присущие процессу психического развития личности, в том числе ее ценностно-смысловой сферы и смысла жизни. Психическое развитие в общем понимается как закономерное чередование литических, эволюционных стадий, на которых плавно происходит аккумуляция количественных изменений, и критических, революционных стадий, на которых скачкообразно совершается качественная трансформация психических структур и процессов. Качественно-количественные преобразования смысла жизни, которые приурочены к определенным возрастам, собственно говоря, и детерминируют кризис как передомный момент в осмыслении и построении личности собственной жизни. Причем смысложизненный кризис характеризуется исследователями преимущественно как кризис взрослости, который вызревает изнутри и «генерируется» собственной активностью зрелой личности, направленной на рефлекссию и переоценку жизненных ценностей. Кризисы зрелого возраста имеют отличия от детских возрастных кризисов, и «главное из них состоит в том, что они преимущественно происходят во внутреннем плане личности» [377, с. 178]. При этом, разумеется, иссле-

дователи допускают и учитывают влияние целого комплекса дополнительных факторов (биологических, социально-культурных, уникально-биографических, индивидуально-психологических), которые наслаиваются на возрастную динамику смысла жизни и способны как отягощать, так и облегчать течение кризиса. Сам по себе кризис смысла жизни – это обязательный этап в развитии личности, без прохождения которого невозможно прогрессивное стабильное продвижение на последующие стадии.

Второе существенное различие персонологического и возрастного подходов в понимании смысложизненного кризиса связано с признаком нормативности. В контексте персонологического подхода кризис расценивается как ненормативное событие жизненного пути личности. Это означает, что кризис смысла жизни, во-первых, выпадает на долю не каждого человека, а наступает избирательно в зависимости от стечения личностных и биографических условий, а, во-вторых, он не имеет жесткой привязки к какому-либо возрасту, т. е. срок его наступления в жизни разных людей варьирует в широком диапазоне. В этой связи его трудно предсказать, а еще труднее его предупредить. В контексте возрастного подхода кризис смысла жизни предстает как нормативное событие, которое происходит в личностном развитии практически каждого человека в четко фиксированном возрастном диапазоне и имеет универсальное, общее для всех психологическое содержание. Ввиду нормативного характера возможны прогнозирование и упреждающая адаптация личности к кризису смысла жизни. Если в персонологическом подходе смысложизненный кризис выступает как индивидуально-биографический, то в возрастном подходе – как возрастнo-типический кризис.

Наконец, третье значимое расхождение персонологического и возрастного подходов касается вопроса о нормальности-патологичности кризиса смысла жизни. С позиций персонологического подхода смысложизненный кризис – это кратко- или долговременное психотравмирующее состояние, которое приводит к дезадаптации, деформации и всяческим негативным последствиям для личности. В этой связи ему приписывают, как правило, деструктивное, патогенное влияние на личность, а в некоторых концепциях и вовсе считают самостоятельной нозологической категорией. С позиций возрастного подхода кризис смысла жизни раскрывается как естественное явление человеческого развития, не выходящее за границы нормы, и, более того, совершенно необходимо для нормального личностного развития. Отсутствие или несвоевременность кризиса, напротив, может интерпретироваться как признак искажения или задержки развития личности. В целом же кризису атрибутируют непродуктивную функцию, полагая, что он ведет к отбрасыванию непродуктивных личностных свойств и расчищает путь для прогрессивных новообразований. Разрушительным для личности становится только затянувшийся (вовремя или окончательно не преодоленный) кризис, что влечет «консервацию» в ее психологической структуре устаревших свойств. Таким образом, если в персонологическом подходе смысложизненный кризис – это, как правило, явление из обла-

сти психопатологии, то в возрастном подходе – это, чаще всего, феномен нормального развития.

Настоящее исследование выдержано в рамках персонологического подхода, в котором феномен смысложизненного кризиса получил наиболее объемное обсуждение. Вместе с тем, необходимо отметить, что *на сегодняшний день в психологической науке не существует единой общепринятой концепции смысложизненного кризиса, которая могла бы дать однозначную оценку его места и роли в развитии личности, не говоря уже о всестороннем и непротиворечивом объяснении закономерностей его возникновения, протекания и преодоления.* Это естественное положение дел для такой объективно сложной проблемы, но плюралистичность и многослойность научно-психологических воззрений делает их анализ, обобщение и систематизацию весьма непростой задачей, а также препятствует продуктивному использованию данных представлений в практике антикризисной психологической помощи.

Массив наличествующих научно-психологических знаний о смысложизненном кризисе в высшей степени разрознен и неоднороден. В нем могут быть выделены, во-первых, концепции, для которых смысложизненный кризис выступает главным и специальным предметом исследования; во-вторых, частные понятия, которые фиксируют отдельные аспекты смысложизненного кризиса в развитии личности, не достая до уровня самостоятельных полновесных концепций. Причем насчитывается гораздо больше теорий и понятий, которые можно с большей или меньшей искусственностью интерпретировать как имеющие отношение к кризису смысла жизни, чем тех, которые напрямую занимаются этим психическим феноменом. Дальнейший анализ будет сосредоточен главным образом на тех подходах, теориях, концепциях и конкретных исследованиях, которые кладут смысложизненный кризис во главу своих интересов, хотя и могут обозначать его совершенно непохожими терминами.

Все предложенные до настоящего времени концепции смысложизненного кризиса тяготеют к четырем крупнейшим направлениям современной персонологии: *психодинамическому, экзистенциальному, гуманистическому и субъектно-деятельностному.* Первые три направления исторически являются достоянием зарубежной психологии, четвертое направление – «детисцем» отечественной (советской и российской) психологической мысли. Проблема смысложизненного кризиса в развитии личности впервые была заявлена в *индивидуальной психологии А. Адлера* [521; 523] и в *аналитической психологии К. Юнга* [614; 615], которые представляют психодинамический подход к личности. К экзистенциальному направлению в предложенной группировке относятся *концепция экзистенциальной фрустрации и ноогенного невроза В. Франкла* [468; 590], *концепция экзистенциального невроза С. Мадди* [652; 655; 657], *концепция кризиса бессмысленности И. Ялома* [516], а также инспирированные философией и психологией экзистенциализма концепции польских психологов – *концепция фрустрации потребности в смысле жизни К. Обуховского* [344; 346] и *концепция кризиса ноодинамики К. Попельского* [700; 701]. К гуманистическому направлению

можно причислить концепцию метапатологий А. Маслоу [661; 662] и концепцию ценностного кризиса П. Олеша [683; 684], которая впитала в себя идеи целой плеяды гуманистически-ориентированных психологов (Ш. Бюлер, Г. Олпорта, К. Роджерса, Х. Херманса). Субъектно-деятельностное направление охватывает концепцию жизненного кризиса Ф. Е. Василюка [76–79], концепцию биографических кризисов личности А. А. Кроника и Р. А. Ахмерова [37; 39; 41; 254; 255], концепцию смыслоутраты М. Ш. Магомед-Эминова [301; 302; 303; 658], концепцию адекватности (оптимальности) смысла жизни В. Э. Чудновского [484–494], концепцию кризиса смысла жизни А. М. Лобока [293; 294].

Помимо упомянутых концепций в психологической науке встречаются понятия, обозначающие негативные состояния личности, которые спровоцированы острым дефицитом смысла в жизни в целом, а также недостаточной осмысленностью отдельных сфер жизни и (или) конкретных видов деятельности. Эти состояния сопровождаются резко выраженными симптомами смысложизненного неблагополучия, проблемности и даже кризисности. В связи с нередким отождествлением в научной литературе с феноменом смысложизненного кризиса данные состояния предлагается обозначать обобщающим термином «*смыслодефицитные кризисоподобные состояния*» [202]. В круг таких состояний включаются следующие: «*смысловой кризис*» (crisis of meaning) [560; 733; 792], «*отчуждение*» (alienation) [351; 353; 354; 654; 744; 745], «*экзистенциальная тревога*» (existential anxiety) [327; 453; 546; 595; 611; 617; 618; 725; 743; 746; 786; 791], «*скука*» (boredom) [414; 480; 584; 669; 722; 723; 781; 782], «*деморализация*» (demoralization) [539; 553; 562; 585; 596; 624; 647; 667; 719; 783; 784], «*поиск смысла в жизни*» (search for meaning in life) [543; 552; 571; 626; 633; 641; 693; 740; 762; 763; 769 800], «*синдром выгорания*» (burnout syndrome) [582; 639; 640; 649; 650; 674; 675; 695; 696; 697; 756; 776; 777], «*бессмысленность*» (meaninglessness) [572; 706; 780; 789; 790], «*деконструкция*» (deconstructed state) [771; 779], «*духовный кризис*» (spiritual crisis) [36; 85; 114; 232; 524].

Эти понятия имеют разное научное происхождение: одни сразу были введены как психологические, другие – заимствованы из философских источников и в последующем подвергнуты психологизации. Еще более существенно то, что они по-разному соотносятся с понятием «смысложизненный кризис» в плане объема и содержания. Некоторые из них (например, «смысловой кризис») полностью совпадают с данным понятием и оказываются «другими именами» данного психического явления. Однако чаще всего они лишь частично совмещаются с понятием «смысложизненный кризис»: являются либо более узкими по отношению к нему, описывающими элементарные симптомы, парциальные аспекты и специфические формы кризиса (например, «скука», «деморализация», «выгорание», «отчуждение»), либо более широкими, когда сам кризис выступает как специфический вид соответствующей «родовой» категории психических состояний (например, «духовный кризис», «экзистенциальная тревога»). И хотя зачастую эти понятия подразумевают не что иное, как смысложизненный кризис, большинство из них из-за недостаточной

теоретической разработанности, методической операционализации, эмпирической валидизации и практической инструментализации пока еще не трансформировались в развернутые концепции кризиса.

Важно учитывать, что психологическая наука непрерывно прирастает новыми понятиями, имеющими прямое или косвенное отношение к проблеме смысложизненного кризиса. Большинство рассматриваемых понятий введено в контексте зарубежных исследований, но в последние десятилетия и российскими психологами проведены теоретико-эмпирические исследования кризисных состояний, в возникновении и течении которых активно задействованы ядерные ценностно-смысловые структуры личности. К их числу можно отнести «жизненный кризис» [43; 109; 407; 500], «личностный кризис» [115], «экзистенциальный кризис» [83; 418; 419; 459], «лиминальность» [411] и некоторые другие состояния. Разнообразие терминов акцентирует различия феноменологии и динамики этих состояний, но одновременно маскирует тот факт, что своим появлением они хотя бы отчасти обязаны смысложизненным противоречиям в развитии личности. Во всех случаях речь идет о душевных страданиях, вызванных существенной затрудненностью или полной блокадой практической реализации актуальных высокозначимых мотивов и ценностей, которые самой личностью принимаются в качестве смысла индивидуальной жизни. И хотя эти страдания зачастую не доходят до открытого смысложизненного кризиса, в их психологическом содержании имманентно присутствует элемент ломки старого и рождения нового смысла жизни. Об этом свидетельствуют теоретические определения и эмпирические исследования данных кризисных состояний.

Так, по поводу лиминальных состояний Е. Е. Сапогова отмечает: «Приступая к анализу внутренних переживаний в лиминальных фазах, для начала можно провести некоторые эмоционально-когнитивные параллели с описанной рядом авторов ситуацией смыслоутраты. ... Но переживание лиминальности, по нашему мнению, состоит не только в смыслоутрате или «смыслоуничтожении», во многом это попытка личности прорваться сознанием в новые пределы собственного понимания и саморазвития, желание преодолеть привычность сложившейся жизни, совладать с нарастающей недостаточностью и неопределенностью текущего существования» [412, с. 398]. Предлагаемое А. Г. Жедуновой определение личностного кризиса – «состояния внутренней дезинтеграции, в основе которой лежит утрата привычных жизненных ориентиров и опор» [115, с. 104] – также имплицитно в себя смысложизненный аспект. В исследованиях Н. Р. Салиховой жизненный кризис концептуализируется как ситуация жизнедеятельности, ограничивающая возможность осуществления личностных ценностей, с которыми связан индивидуальный смысл и привычный образ жизни. На эмпирическом уровне в качестве модельной кризисной ситуации ею изучена жизненная ситуация ВИЧ-инфицированных, постинфарктных и послеоперационных больных. По сравнению с выборкой здоровых людей все группы заболевших характеризуются тотально сниженным уровнем общей осмысленности жизни, а также обостренным пере-

живанием барьерности текущей жизненной ситуации. Выраженное смысложизненное неблагополучие говорит о том, что жизненный кризис в виде преградной, блокадной, тупиковой ситуации помимо нарушения краткосрочных жизненных планов к тому же влечет необходимость переоценки смысла и перестройки образа всей жизни. Как констатирует Н. Р. Садыхова, «параметры континуума барьерности-реализуемости личностных ценностей отражают как актуальные барьеры, возникающие в ходе актуальной жизнедеятельности, так и барьеры, связанные с реализацией жизненного замысла и стратегическими аспектами жизни. ... В ситуации жизненного кризиса, вызванного опасным соматическим заболеванием, индексы континуума барьерности-реализуемости личностных ценностей сдвинуты в зону проблемности данного континуума. Они отражают состояние жизненных отношений субъекта и те ограничения жизнедеятельности, которые возникают в ситуации болезни» [408, с. 237, 240].

Таким образом, система современных психологических знаний охватывает самые разнообразные смыслодефицитные состояния, подобные или уподобляемые смысложизненному кризису в развитии личности. Их реальные взаимосвязи с кризисом столь же разноплановы, сколь разнолики и сами эти состояния. В одном случае они предшествуют открытому смысложизненному кризису и совпадают с его подготовительными фазами, на которых инкубируются и аккумулируются кризисогенные противоречия; в другом случае – они выступают частными формами созревшего и манифестированного смысложизненного кризиса, общие закономерности которого видоизменены специфическими причинами возникновения и условиями протекания (например, смысложизненные кризисы, спровоцированные бессмысленностью работы и опасным для жизни соматическим заболеванием, проявляются несколько по-разному); в третьем случае эти состояния фигурируют как парциальные, изолированные симптомы, входящие в общую картину смысложизненного кризиса и обнаруживающие его в преломлении на отдельную сферу жизни или конкретный вид деятельности. Но в каком бы соотношении они не находились, изучение этих состояний способствует расширению, углублению и консолидации научных представлений о смысложизненном кризисе в развитии личности.

Подробный историко-теоретический анализ научно-психологических подходов, концепций и понятий, имеющих отношение к проблеме смысложизненного кризиса в развитии личности, представлен в тематической монографии; там же проведены обобщение и систематизация результатов эмпирических исследований, выполненных в мировой психологии на протяжении 1964–2015 гг., а также обзор существующих методов эмпирического изучения (психологической диагностики) смысложизненного кризиса в развитии личности [202].

Основываясь на полученных результатах, можно констатировать, что в настоящее время *психология смысложизненного кризиса представляет относительно самостоятельное научное направление, обладающее собственным объектом, предметом, проблемным полем, методами, терминологическим аппаратом, познавательными и прикладными задачами, а также предысторией и историей*

становления в рамках мировой психологической науки. Но вопреки обилию подходов, концепций и понятий, принадлежащих к данному научному направлению, на сегодняшний день в психологии известно очень немного о специфике субъективного переживания смысложизненного кризиса, механизмах и закономерностях его возникновения, течения и преодоления, о его последствиях для психического здоровья, субъективного благополучия и дальнейшего развития личности. Современное состояние научно-психологических знаний о данном феномене характеризуется рядом *негативных особенностей*, сдерживающих их дальнейший прогресс, а также снижающих их познавательную и прикладную ценность:

- *терминологическая разобщенность* – несформированность единого общепринятого словаря для научного описания и объяснения феноменологии, механизмов и закономерностей смысложизненного кризиса;

- *методологическая раздробленность* – отсутствие единых концептуальных оснований для исследования смысложизненного кризиса на фоне множества слабо совместимых теоретико-методологических подходов;

- *теоретическая лакуарность* – неравномерность теоретического анализа и освещения отдельных психологических аспектов (детерминации, феноменологии, динамики, патогенеза, систематики и т. д.) смысложизненного кризиса;

- *методическая необеспеченность* – недостаток научно обоснованных, валидных и надежных методов для эмпирического выявления и измерения (психологической диагностики) смысложизненного кризиса;

- *эмпирическая неразработанность (недоказанность)* – дефицит эмпирически ориентированных исследований смысложизненного кризиса, явный перевес теоретических идей и предположений над эмпирически обнаруженными фактами и выверенными положениями.

Наряду с перечисленными негативными особенностями познавательная ситуация вокруг смысложизненного кризиса отягощена рядом *неконструктивных тенденций*, стереотипно воспроизводимых в подавляющем большинстве классических и современных исследований. Главная из них – *тенденция патологизации* – состоит в трактовке смысложизненного кризиса как явления аномального личностного развития, специфического нарушения или расстройства личности, возникающего в силу действия различных патогенетических механизмов. Это, в частности, *механизм патогенной фрустрации* потребности в смысле жизни [346; 468; 532; 700]; *механизм ценностной депривации* – недоступности для личности определенной группы ценностей [316; 684]; *механизм декомпенсации* личностных свойств, преморбидных к экзистенциальному неврозу [304]; *механизм патогенной (дезадаптивной) психологической защиты* от экзистенциальной тревоги [327; 516]; *механизм психотравматизации*, связанный с невосполнимой утратой или необратимым разрушением того, в чем личность видела смысл своей жизни [78; 303]; *механизм патогенного внутриличностного конфликта* [14; 614]. Основной недостаток подходов с патоцентрической

направленностью и клинической ориентацией состоит в редукции смысложизненного кризиса к феномену аномального развития и сужении рамок его психологического понимания. В силу данной тенденции психология смысложизненного кризиса исторически сложилась и по сей день продолжает развиваться однонаправлено – по сути, как *психопатология смысложизненного кризиса*.

Негативные особенности и неконструктивные тенденции, характеризующие психологию смысложизненного кризиса в ее текущем состоянии, в совокупности свидетельствуют о назревшей необходимости в единой *общепсихологической теории*, которая на основе непротиворечивой системы методологических принципов могла бы обеспечить «собрание» предметной области и проблемного поля, а также преодоление методологических, теоретических, терминологических, методических и эмпирических недостатков данного научного направления. Такая теория должна способствовать унификации терминологии; обобщению, систематизации и интеграции результатов предшествующих теоретических исследований; обоснованию путей операционализации и конструированию адекватных методов психологического измерения; генерации эвристичных гипотез и определению концептуальных рамок для интерпретации эмпирических данных в области психологического изучения смысложизненного кризиса, а, в конечном итоге, стимулировать разработку эффективных способов и средств диагностики, профилактики, коррекции и других форм антикризисной психологической практики.

1.2. Проблемы и противоречия психологии смысложизненного кризиса

Первоочередным этапом построения общепсихологической теории является критическая оценка и ревизия накопленных знаний с целью выявления присущих им пробелов, противоречий и ограничений в описании, объяснении и прогнозировании смысложизненного кризиса в развитии личности. Данный этап призван не только сориентировать в современном состоянии, но также наметить перспективные пути и поставить конкретные задачи дальнейшего изучения данного психического феномена.

По итогам проведенного нами аналитико-критического обзора можно заключить следующее [202]:

В психологии смысложизненного кризиса, впрочем, как и во многих других научных отраслях и направлениях, имеет место множественность и многозначность терминов, когда один и тот же феномен называется разными словами и, наоборот, одно и то же слово обозначает разные феномены. Терминологический аппарат данной научной области находится в состоянии избыточного многообразия, ввиду чего первоочередной необходимостью представляется его унификация. На наш взгляд, *требованиям однозначности, точности и полноты, предъявляемым к терминам любой науки, более всего удовлетворяет термин «смысложизненный кризис»*. Он выигрывает перед альтернативными терминами не только интуитивной понятностью, которая важна для неспециалиста, но и понятной

ясностью, которая необходима для профессиональных психологов. Это достигается за счет того, что данный термин, во-первых, именуется собственно *кризис*, не подменяя его другими психическими явлениями личностного развития и функционирования (в отличие от таких терминов, как, например, «*фрустрация* потребности в смысле жизни», «*метапатология*», «*экзистенциальный невроз*»). Во-вторых, он вычленяет и специфицирует смысложизненный кризис среди многих кризисов психического развития по важнейшему – предметному – основанию, непосредственно раскрывая его психологическое содержание. Данный термин напрямую обращен к смысложизненной реальности как тому уровню организации, развития и функционирования личности, на котором назрели критические трудности и противоречия (в отличие от терминов «*ценностный кризис*», «*смысловой кризис*», «*экзистенциальный кризис*», «*духовный кризис*» и т. п.). Наконец, он одинаково приемлем для описания кризисов развития субъектов самого разного ранга: от личности как субъекта индивидуальной жизни до человечества как субъекта родовой жизни (тогда как некоторые альтернативные термины при экстраполяции с индивидуального развития на развитие малых и больших коллективных субъектов лишаются смысла).

Таким образом, «смысложизненный кризис» – самое недвусмысленное и емкое понятие из тех, которыми в существующей литературе обозначают вариативные трудности и осложнения личностного развития, обусловленные отсутствием, распадом, нарушением смыслообразующих ценностей личности. Оно является своего рода семантическим «узлом», в котором связаны два базовых понятия – «смысл жизни» и «психологический кризис». От значений, которые вкладываются в эти базовые понятия в каждой отдельной концепции, в конечном счете, производно и конкретное психологическое понимание смысложизненного кризиса.

Существующие концепции по-разному очерчивают предметную область и проблемное поле, зачастую допуская непропорциональное сужение или расширение рамок психологического рассмотрения смысложизненного кризиса в развитии личности. По нашему мнению, *психология смысложизненного кризиса* – это научное направление, которое должно заниматься изучением психологической феноменологии, механизмов и закономерностей возникновения, течения и преодоления смысложизненного кризиса как феномена индивидуального развития, а также его влияния на адаптацию, благополучие, здоровье и продуктивность личности. При таком определении предмета психологии смысложизненного кризиса позиционируется как научное направление, входящее в сферу компетенции общей психологии и психологии личности. Это, тем не менее, не исключает возможности психологического анализа смысложизненного кризиса как явления развития не только личности (индивидуально-психологический уровень), но и малой и большой социальной группы (социально-психологический уровень).

В рамках предложенной формулировки предмета могут быть выделены следующие аспекты психологического изучения смысложизненного кризиса: 1) *распространение (эпидемиология)* – стати-

стика встречаемости данного кризиса в различных группах людей и слоях общества; 2) *детерминация (этиология)* – совокупность кризисогенных внешних и внутренних факторов, в том числе порождающих причин и противоречий, а также условий, способствующих возникновению и поддерживающих течение кризиса; 3) *динамика* – временная последовательность разворачивания кризиса, начиная с предкризисного (преморбидного) периода развития личности, включая стадии инициации, кульминации и разрешения кризиса, заканчивая послекризисным периодом личностного развития; 4) *феноменология (симптоматология)* – субъективные и поведенческие признаки, в комплексе характеризующие кризис и придающие его переживанию содержательную специфику в сравнении с другими психологическими кризисами; 5) *таксономия (систематика)* – классификация и типология кризиса с аргументацией различительных критериев и дифференцированным описанием его психологических разновидностей; 6) *патогенез* – негативное влияние кризиса на развитие и функционирование (адаптацию, благополучие, здоровье, продуктивность) личности; 7) *совладание* – психические и поведенческие способы преодоления кризиса, нейтрализации и компенсации его осложнений и прочих неблагоприятных последствий со стороны самой личности; 8) *методология исследования* – пути и способы психологического изучения кризиса, включая конкретные методы и методические приемы; 9) *методология психологической помощи* – способы и средства антикризисной помощи со стороны психологов, психотерапевтов, медицинских сестер и других специалистов «помогающего» профиля.

Разумеется, ни одна из ныне существующих концепций смысло-жизненного кризиса (и, вероятно, из тех, которые будут предложены в обозримом будущем) не претендует на исчерпывающий охват всех перечисленных аспектов. И если даже «суммировать» теоретические и эмпирические достижения имеющихся концепций, не уходят от внимания упущения, ограничения и пробелы, допущенные при разработке большинства аспектов. Кроме того, внутри каждого аспекта уже успели сложиться свои концептуальные оппозиции, свидетельствующие о внутренней противоречивости психологических знаний о кризисе смысла жизни. Заметная поляризация позиций прослеживается в таких вопросах как, например, универсальность (нормативность-ненормативность), клиническая релевантность (нормальность-патологичность), источники детерминации (экзогенность-эндогенность) смысло-жизненного кризиса.

В современной психологии прослеживается широкий разброс концептуальных представлений о феноменологии, детерминации, динамике, преодолении и других аспектах смысло-жизненного кризиса в развитии личности. Одна из главных причин этой разрозненности заключается в отсутствии общепсихологического консенсусального представления о природе, генезисе, структуре, функциях и свойствах смысла жизни как психического феномена. Дело в том, что теоретические воззрения на смысл жизни и его психологическую сущность оказываются основополагающими для любого исследования смысло-жизненного кризиса. Причем изучение разных сторон

кризиса логически увязывается с пониманием разных аспектов смысла жизни. Так, представление о составе и строении смысла жизни как психического феномена диктует критерии, по которым некоторые психологические кризисы личностного развития опознаются как кризисы смысложизненной природы. Этими же представлениями и критериями исследователи руководствуются для отграничения смысложизненного кризиса от психологических кризисов иного характера, например, «мотивационного кризиса», «целевого кризиса», «ценностно-ориентационного кризиса» и т. д. Определенности в данном вопросе можно добиться только при наличии твердого и ясного понимания, чем смысл жизни отличается от целей, ценностных ориентаций, мотивов и прочих психических структур личности. Знание закономерностей генезиса и становления смысла жизни задает логику изучения детерминации смысложизненного кризиса, в особенности порождающих противоречий, сопутствующих условий и факторов его возникновения. Представление о психологических функциях смысла жизни в развитии и функционировании личности ориентирует исследования кризисной феноменологии, поскольку субъективный и поведенческий рисунок смысложизненного кризиса – это, по существу, картина функциональной недостаточности, спровоцированной несформированностью, распадом, деформацией индивидуального смысла жизни. Это значит, что приоритетная научная задача состоит в разработке общепсихологического понятия смысла жизни, которое бы целостно охватывало развитие, структуру, функции и свойства данного психического феномена.

При анализе и сравнении психологических концепций смысложизненного кризиса нельзя не заметить, что в их фундаменте лежат априорные допущения, выполняющие роль исходных постулатов или аксиом. Как правило, они почерпнуты из философско-антропологических систем или этико-мировоззренческих учений и образуют своеобразную *онтологию смысла жизни* – более или менее целостное видение его истоков, назначения и форм проявления в человеческом существовании. Конкретно-психологические воззрения на смысложизненный кризис дедуцируются из общих представлений о том, что такое смысл жизни и каковы пути его обретения человеком. Строго говоря, онтология смысла жизни предпосылает конкретно-психологическое определение смысложизненного кризиса и накладывает заметный отпечаток на понимание его движущих сил, механизмов и закономерностей.

Наличествующие в психологии концепции различаются между собой принятой онтологией смысла жизни. Если абстрагироваться от частных деталей, можно выделить три альтернативные онтологии, «подстилающие» психологические концепции смысложизненного кризиса в развитии личности. Для удобства изложения их можно обозначить «*онтология заданного смысла*», «*онтология созданного смысла*» и «*онтология жизненного мира*».

Онтология заданного смысла подразумевает, что индивидуальная жизнь изначально осмысленна, поскольку является либо частью божественного замысла или какого-то другого грандиозного проек-

та, либо частицей какой-либо суперсистемы (вселенной, природы, общества, культуры и пр.). Объективные законы развертывания этого замысла или системы диктуют вполне определенное предназначение и смысл человеческой жизни. И поскольку он заранее предопределен и императивно требует своей реализации, задача личности сводится к тому, чтобы его своевременно отыскать, адекватно воспринять и продуктивно воплотить. Подчиниться и следовать наперед уготованному смыслу, пожалуй, единственный способ осмысленной, процветающей жизни и гармоничного, прогрессивного, устойчивого развития личности. В концепциях, базирующихся на данной онтологии, кризис раскрывается как результат затруднений в обнаружении и исполнении предустановленного смысла жизни, единственно правильного для данной личности, как, впрочем, и для всех остальных людей. В рамках психологического анализа особое ударение ставится на внешние препятствия и внутренние преграды, мешающие поиску и реализации истинного смысла, а также на ошибочные смыслы жизни, сбивающие личность с правильного пути развития и с генерального курса жизнедеятельности. Базовые идеи данной онтологии удачно эксплицированы А. М. Лобоком: «Она снимает ответственность за смысл жизни с человека, эту жизнь проживающего, и перекаладывает ее на объективные онтологические структуры. А ответ на вопрос о смысле жизни сводится в этом случае к поиску как бы заведомо существующего решения. Смысл жизни есть, как ответ на задачу в задачнике – нужно его только найти. ... Проблема поиска смысла – это проблема восхождения к истине. Естественно при том, что возможна универсальная истина и универсальный смысл для всех. Смысл жизни есть объективно, а человек осуществляет восхождение к смыслам как к предельной истине своего существования. Такой взгляд исходит из того, что человек обладает некоей априорной сущностью, которая в нем воплощена. Только в этом случае «тайну смысла» можно понимать и интерпретировать как объективную. А задача поиска смысла, с этой точки зрения, есть задача размышления над онтологическим абсолютом как наиболее надежной точкой опоры» [294, с. 27–28]. Онтология заданного смысла и соответствующий угол зрения на смысложизненный кризис в развитии личности прослеживается, например, в концепции А. Адлера.

Онтология созданного смысла опирается на представление о том, что человеческая жизнь сама по себе случайна и бессмысленна и для нее не существует никакого априори определенного смысла. Сотворение смысла – некой иллюзорной конструкции, личного мифа, субъективной фикции – вменяется личности в качестве одной из основных жизненных задач. И поскольку соприкосновение с бессмысленностью как объективным фактом бытия влечет целый спектр негативных последствий в развитии, функционировании и здоровье личности, от успеха решения данной задачи во многом зависит ее психологическая судьба. Концепции, тяготеющие к данной онтологии, описывают смысложизненный кризис как следствие неизбежной конфронтации с онтологической бессмысленностью, как результат неустрашимого сомнения в правильности созданного са-

мой личностью смысла жизни. В этом контексте первоочередное значение придается внешним и внутренним факторам, которые угнетают способность личности производить и удерживать смысл на фоне бессмысленности, а также подрывают, дискредитируют, девальвируют порожденный смысл. Весьма емкое, сжатое описание данной онтологии дает И. Ялом: «Конечная данность существования – бессмысленность. Мы должны умереть; мы сами структурируем свою вселенную; каждый из нас фундаментально одинок в равнодушном мире – какой же тогда смысл в нашем существовании? Почему мы живем? Как нам жить? Если ничто изначально не предназначено – значит, каждый из нас должен сам творить свой жизненный замысел. Но может ли это собственное творение быть достаточно прочным, чтобы выдержать нашу жизнь? Этот экзистенциальный динамический конфликт порожден дилеммой, стоящей перед ищущей смысла тварью, брошенной в бессмысленный мир» [516, с. 13]. Онтология созданного смысла особенно характерна для экзистенциальных концепций смыслжизненного кризиса, например, для концепции процитированного выше И. Ялома.

Онтология жизненного мира представляет совокупность идей, сформулированных в феноменологической, марксистской, экзистенциальной и некоторых других направлениях философии, а также – в философской методологии отечественной психологии [67; 78; 137; 139; 234; 265; 271; 283; 317; 402; 460 и др.]. Она находится в оппозиции к обеим обозначенным выше онтологиям, где смысл мыслится как изначально существующий и определенный то ли объективностью жизни, то ли субъективностью личности, но в любом случае – до и вне какой бы то ни было связи между ними. Эта онтология отторгает идею смысла жизни и как объективного предназначения, и как чисто субъективного вымысла личности. Ее отправной тезис – смысла заведомо нет ни в объективной действительности, ни в личности как изолированной «монаде», «замкнутом в себе существе»; смысл жизни есть элемент системы отношений между личностью и ее индивидуальной жизнью. Точнее говоря, это продукт, производный от познавательно-практического взаимодействия личности с собственной жизнью как единым целым, простирающимся в пространстве и времени; дериват реальных жизненных отношений, связующих личность и ее индивидуальную жизнь с более широкими контекстами жизненного мира (бытием природы, общества, культуры и т. д.). Соответственно, смыслжизненный кризис трактуется как состояние развития личности, которой не удается встретить в мире то, с чем можно было бы прочно и надолго связать свое существование. Он возникает вследствие нарушения включенности личности в жизненные отношения и выпадения ее индивидуальной жизни из контекста бытия более масштабного целого. В онтологическом плане кризис характеризуется «распадом внешних и внутренних связей в структуре жизненного мира личности, соединяющих жизнь индивида с более широкими контекстами мира, общества, других людей и сферы трансцендентного, а также скрепляющих ее в единое целое, т. е. распад связанности и связности» [353, с. 75]. Онтология жизненного мира фундирует преимущественно отечествен-

ные концепции кризиса, например, Ф. Е. Василюка, Е. Н. Осина и Д. А. Леонтьева.

Таким образом, онтологии смысла жизни, сложившиеся в недрах философско-антропологических доктрин и этико-мировоззренческих учений, составляют аксиоматику психологических концепций смысложизненного кризиса. Их нельзя доказать методами эмпирической психологии, а можно лишь теоретически постулировать. Они определяют разные способы истолкования противоречий, движущих кризисом: в онтологии заданного смысла – это противоречие между объективно существующим, универсально правильным смыслом и ограниченностью возможностей и способностей личности в его поиске, обретении, сохранении и реализации; в онтологии созданного смысла – это противоречие между объективно бессмысленной жизнью и ограниченностью смыслопорождающих возможностей и способностей личности; в онтологии жизненного мира – это противоречие в системе отношений между индивидуальной жизнью как целостностью и более широкими сегментами (контекстами) жизненного мира. На наш взгляд, из существующих вариантов самой эвристичной в пределе на проблему смысложизненного кризиса является онтология жизненного мира. С позиций данной онтологии могут быть адекватно раскрыты бытийные основания как осмысленной жизни (обретения, сохранения и реализации смысла жизни), так и смысложизненного кризиса (утраты, распада и нереализованности смысла жизни).

Выделенные онтологии предпосылают также и разные фокусы рассмотрения исторической природы смысложизненного кризиса в развитии личности. Онтологии заданного и созданного смысла, утверждающие исторически неизменную сущность человека и его экзистенции, формируют *экзистенциально-антропоцентрический подход*. В его рамках смысложизненный кризис трактуется как внеисторический и внекультурный феномен, который обусловлен извечной природой человека и (или) исконной ситуацией человеческого бытия в мире. Это сущностный, родовый феномен, который сопровождает человека с момента его появления в мире и независимо от общественно-исторических и культурных условий его жизни. Такая точка зрения имплицитно или открыто высказывается в некоторых экзистенциальных и гуманистических концепциях.

Из постулатов онтологии жизненного мира вытекает диаметрально противоположный взгляд – *культурно-исторический подход*, оспаривающий тезис об исторической инвариантности и культурной универсальности кризиса. Его ключевая идея в том, что система жизненных отношений, конституирующая жизненный мир конкретной личности и определенного общества, является продуктом исторического развития и изменяется в зависимости от социокультурных обстоятельств. Жизненные отношения отдельных личностей, социальных групп или даже всего человечества совпадают в меру общности исторических и культурных условий, приведших к их зарождению и становлению. На протяжении истории жизненный мир человечества, этнокультурных общностей (наций), социальных групп эволюционирует, что выражается в возникновении новых модусов

жизненных отношений, а значит, соответствующих им новых человеческих потребностей и форм активного взаимодействия с миром (видов человеческой деятельности). Модус жизненного мира, который конституируют смысложизненные отношения – отношения между личностью и ее индивидуальной жизнью как единым связным целым – не существует изначально, а появляется лишь на относительно поздних стадиях общественно-исторического развития.

Этот модус жизненных отношений возникает при наступлении таких исторических (и возрастных, если иметь в виду онтогенез) условий, в которых индивидуальное бытие начинает объективно проживаться и субъективно переживаться человеком как *личная жизнь*. Понятие «личная» в данном контексте означает самодетерминацию жизни и, как следствие, относительную ее независимость и отделенность от судеб других людей, их групп, всего общества или даже человечества, а также персональную ответственность человека за ход и исход, процесс и результат этой жизни. До наступления этих условий существование индивида онтологически не выделено из коллективной жизнедеятельности и не отделено от судьбы других людей. Это делает невозможным ни познавательное, ни практическое столкновение индивида с собственной жизнью как отдельным целым, которым всегда предваряется возникновение смысложизненных отношений. Выделенность, обособленность индивидуального бытия в качестве личной жизни из жизнедеятельности другого человека или социальной общности – первейшее онтологическое условие для закладки смысложизненного модуса отношений. Отсюда следует, что все смысложизненные феномены (потребность в смысле жизни, смысл жизни, смысложизненный кризис и другие) суть культурно-исторические новообразования человеческой психики, которые характеризуются гетерохронным происхождением и неравномерным проявлением в структуре индивидуально-личностного развития людей разных культур и эпох.

Историогенез и социокультурная детерминация смысложизненного кризиса является «темным местом» для современной психологии. При этом наиболее перспективным теоретико-методологическим контекстом для решения данной проблемы представляются принципы историзма и социально-культурной обусловленности психического развития личности. В рамках культурно-исторической методологии смысл жизни может быть концептуализирован как *высшая психическая функция*, которая складывается на определенном этапе исторического и возрастного развития личности и востребуется объективной необходимостью овладения и управления личной жизнью по мере того, как последняя освобождается от оков коллективной судьбы. Это открывает новое видение смысложизненного кризиса как феномена дисрегуляции, который в исторической и онтогенетической перспективе сопровождает переломные, решающие этапы эмансипации личной жизни от коллективной жизнедеятельности.

Психологический кризис – это явление, которое всегда локализуется в определенном генетическом ряду, принадлежит какой-то линии развития. Обосновано относя смысложизненный кризис к раз-

витию личности, исследователи упускают из виду тот факт, что личностное развитие *многолинейно*, т. е. включает в себя несколько сопряженных, переплетающихся генетических рядов, соответствующих становлению личности в разных ее «качествах», «ролях», «амплуа» и «ипостасях». Онтологическим основанием многолинейности личностного развития служит многообразие жизненных отношений и отвечающих им форм деятельного (познавательного и практического) взаимодействия личности с миром. На каждой стадии индивидуального развития личность, как правило, включена в различные модусы жизненных отношений и одновременно осуществляет некоторое множество видов деятельности, обеспечивающих реализацию этих отношений. Вся совокупность жизненных отношений личности составляет потенциальную сторону ее индивидуального развития, в то время как текущее развитие опосредуется совокупностью деятельностей, в которых жизненные отношения находят свою актуализацию и практическую реализацию. И поскольку личность вовлечена сразу во многие системы жизненных отношений, ее развитие разветвляется как *многолинейный процесс*, в котором каждая генетическая линия и все относящиеся к ней явления, в том числе психологические кризисы, подчиняются объективной логике соответствующего модуса жизненных отношений.

Это актуализирует очередную научную задачу – *необходимость конкретизации той линии личностного развития, к которой принадлежит смысложизненный кризис*. Ее решение сулит прогресс для психологии смысложизненного кризиса ввиду того, что, помещая данный феномен в определенный ряд личностного развития, мы уточняем его психологическое содержание и уясняем его существенные отличия от других кризисов персонотенеза и субъектотенеза. Наш взгляд, *смысложизненный кризис – это специфический кризис развития личности как субъекта жизни*, поскольку это именно та форма субъектности, которая релевантна модусу смысложизненных отношений.

Развитие психики в целом и личности в частности опосредовано деятельностью человека, в которой все психические явления не только проявляются, но и формируются. Каждая генетическая линия в структуре личностного развития опирается на определенную деятельность или набор деятельностей, посредством которых реализуются жизненные отношения человека в соответствующем модусе жизненных отношений. В этом смысле любая деятельность есть способ осуществления качественно определенной формы отношения человека к миру и средство его личностного развития в качестве субъекта данного модуса жизненных отношений. Если мир является источником развития человеческой психики, сознания и личности, то деятельность человека, обеспечивающая его контакт, взаимодействие с миром, – основным средством и способом этого развития. Поскольку кризисы неотъемлемы от процесса психического развития, они, как и остальные генетические феномены, характеризуются деятельностной опосредованностью и обусловленностью. Именно в ходе деятельности обнаруживаются, порождаются и разрешаются реальные противоречия жизненных отношений, провоцирующие

кризисы психического развития. Каждому психологическому кризису в соответствие должен быть поставлен не только специфический модус жизненных отношений, но и особая деятельность человека, в которой этот кризис вызревает, манифестирует и преодолевается. В силу данного обстоятельства любой психологический кризис может быть квалифицирован не только как кризис определенной линии развития, но и как кризис конкретной деятельности.

Все наличествующие в современной психологии концепции смысложизненного кризиса игнорируют его деятельностную опосредованность и не дают внятного указания на тот вид человеческой деятельности, который личность практикует в качестве субъекта жизни в модусе смысложизненных отношений. По нашему мнению, продуктивному решению данной научной проблемы может способствовать разработка общенаучной категории «жизнедеятельность» в качестве конкретно-психологического понятия. Понятие индивидуальной жизнедеятельности очерчивает деятельностный контекст, в котором протекает взаимодействие личностью с собственной жизнью как особым целостным предметом, происходит становление и развитие личности в качестве субъекта жизни, совершаются поиск и практическая реализация индивидуального смысла жизни и, наконец, возникают и разрешаются кризисы смысложизненной природы. Теоретическое обоснование конкретно-психологической концепции жизнедеятельности личности – неотложная и чрезвычайно значимая задача для дальнейшего продвижения психологии смысложизненного кризиса. С психологической точки зрения индивидуальная жизнедеятельность может быть раскрыта в качестве не какого-то особенного (онтологически отдельного) вида деятельности, а как метасистемный уровень организации повседневно выполняемых видов деятельности, объединенных на основе их отношения к смыслу жизни как своего рода «метамотиву» личности. Под таким углом зрения жизнедеятельность оказывается еще одним уровнем в вертикальной, иерархической структуре деятельности, который надстраивается над всеми уровнями (частной деятельности, действия и операции), традиционно выделяемыми в психологической теории деятельности. Что касается смысложизненного кризиса, то в свете сказанного он предстает как *кризис метасистемного уровня, связанный с невозможностью выстроить жизнедеятельность из доступных для личности частных видов деятельности или разрушением, распадом уже сложившейся структуры индивидуальной жизнедеятельности*. И если полагать жизнедеятельность ведущей деятельностью развития личности как субъекта жизни, то смысложизненный кризис становится тем самым кризисом, который осложняет и блокирует данную линию субъектогенеза. Он влечет за собой более или менее выраженную и устойчивую десубъектизацию личности – частичное снижение или полную утрату ее способности контролировать и управлять ходом собственной жизни.

Заметные пробелы существуют также в области методического обеспечения эмпирических исследований смысложизненного кризиса. Проблема состоит в отсутствии общепотребимых стандартных

методик выявления и диагностики кризиса, не говоря уже про методы, позволяющие вычлениить и дифференцировать его психологические разновидности. Каждая отдельная концепция или концепт опирается на некоторую совокупность фактов, полученных с помощью локальной методики изучения кризиса. Это фатально снижает сопоставимость результатов эмпирических исследований и перечеркивает возможность их генерализации, обобщения и синтеза в единую стройную систему знаний.

Несмотря на обилие методов смысложизненной диагностики в зарубежной психологии (их подробный обзор дан в [174]), выбор диагностических средств для исследования смысложизненного кризиса весьма беден. К их числу можно отнести шкалу «Экзистенциальный вакуум» многомерных опросников LAP (LAP-R) [712] и MLMS [578], шкалу «Кризис смысла» методики SoMe [732], шкалу «Бессмысленность» опросника DS [624]. Выделяется также группа методик, которые можно условно принять и интерпретировать как имеющие отношение к смысложизненному кризису: опросники «Ценностный кризис» [683], «Тест отчуждения» [654], «Шкала экзистенциальной тревоги» [595], субшкала «Тревога пустоты и отсутствия смысла» из многомерного теста EAQ [786]. В современной отечественной психологии, если не считать некоторых невалидизированных, неопубликованных и малоизвестных методов [43; 97; 418; 432; 481], нет специализированного исследовательского инструментария для обнаружения смысложизненного кризиса, измерения его выраженности, различения его психологических видов.

Кроме того, неразвитость и несовершенство методического аппарата для кризисной психодиагностики компенсируется путем применения общепризнанных методик оценки уровня осмысленности жизни. В зарубежной психологии – это PIL, LRI, SOC, шкала «Цель в жизни» PWBS и т. д., а в отечественной психологии – тест СЖО [288] и переводные модификации зарубежных методик, например, опросников ES [307] и PWBS [367; 501]. При таком подходе допускается подмена и редукция смысложизненного кризиса: эмпирически он идентифицируется через низкий уровень осмысленности жизни и, соответственно, все негативные корреляты уровня общей осмысленности жизни записываются в разряд кризисных предпосылок, симптомов или последствий. Эмпирическая картина осмысленной жизни после логической инверсии автоматически не становится знанием о феноменологии, механизмах и закономерностях смысложизненного кризиса в развитии личности. Специальные исследования показывают, что состояния осмысленности жизни и смысложизненного кризиса – это разнокачественные психические феномены, которые друг по отношению к другу не являются прямыми противоположностями, а потому характеризуются «несимметричными» связями со статусными, психологическими и поведенческими переменными [560; 561; 691; 710; 711; 715; 716; 731; 733; 738; 739; 740]. Это значит, что феноменология и механика кризиса не выводима по принципу «от противного» из теоретических представлений и эмпирических данных об осмысленной жизни. Тем не менее, корпус эмпирического знания о смысложизненном кризисе

сегодня сформирован преимущественно из материалов и результатов исследований, в которых использовались методики измерения общего уровня осмысленности жизни, но не кризиса как такового. Строго говоря, все научные положения, сформулированные подобным путем, должны рассматриваться как гипотезы, подлежащие тщательной перепроверке с помощью прямых методов измерения смысложизненного кризиса.

Таким образом, современные эмпирические исследования смысложизненного кризиса, в особенности в отечественной психологии, страдают из-за недостаточной оснащенности специализированными методами. Поэтому в первоочередном порядке должна быть решена методическая задача, подразумевающая создание надежных, валидных и стандартизированных инструментов для определения общего уровня выраженности и дифференциации психологических видов смысложизненного кризиса в развитии личности. Это, в свою очередь, должно поспособствовать интенсификации эмпирических исследований и искоренению методических ошибок, вследствие которых смысложизненный кризис на уровне эмпирического анализа редуцируется к низкому уровню осмысленности жизни.

Психологическое изучение различных аспектов смысложизненного кризиса ведется неравномерно, ввиду чего по ряду из них прослеживаются недоработки и упущения. Одним из таких аспектов выступает феноменология кризиса. Существующие концепции используют два основных способа описания феноменологии смысложизненного кризиса: теоретический и эмпирический. Первый способ предполагает выведение субъективных и поведенческих признаков кризиса из теоретических представлений о роли и функциях смысла жизни в развитии и функционировании личности. Дедуцируя феноменологию кризиса, исследователи исходят из того, что кризис – это состояние дефицита или дисфункции смысла жизни. В результате картина кризиса получается за счет «вычитания» и «ретуширования» позитивных характеристик, которые смысл жизни в силу присущих ему функций привносит в повседневную жизнедеятельность. Так, если осмысленная жизнь целенаправленна и эмоционально насыщена, то кризисному состоянию приписываются бесцельность и эмоциональное обеднение. Однако смысложизненный кризис – не просто негативный «слепок» с осмысленной жизни, но и качественно своеобразное по своей феноменологии психическое состояние. Дедуктивная логика хороша в прояснении отрицательных признаков (минус-симптомов) кризиса, которые образуются вследствие ослабления или исчезновения признаков осмысленной жизни, но от нее легко ускользают позитивные признаки (плюс-симптомы), возникающие исключительно в кризисном состоянии.

Другой способ подразумевает воссоздание феноменологического рисунка кризиса средствами художественного, клинического, научно-психологического и любого другого эмпирического описания. В целях верификации или иллюстрации проявлений смысложизненного кризиса исследователи нередко обращаются к материалу художественных, автобиографических и мемуарных произведений. Персонажи, созданные литераторами и кинематографистами, приво-

дятся в качестве живого олицетворения преморбидной или кризисной личности (например, Мерсо из повести «Посторонний» А. Камю – в концепции С. Мадди, Родион Раскольников из романа «Преступление и наказание» Ф. М. Достоевского – в концепции Ф. Е. Василюка, Лев Толстой из автобиографии «Исповедь» – в концепциях И. Ялома и А. Лобока и т. д.). Еще чаще встречаются концепции, в которых эмпирическим источником знаний о кризисной феноменологии служит клиническое наблюдение отдельных случаев. Этот источник эмпирических фактов особо ценен потому, что клинический материал с особой резкостью и контрастностью выпячивает те кризисные проявления, которые стерты и малозаметны в условиях обыденной жизни. Художественные произведения и клинические описания дают несравненное по образности, рельефности изображение смысложизненного кризиса, но, вместе с тем, страдают казуистичностью, что плохо совместимо со стандартами научного исследования. По какому-то странному недоразумению в психологической науке до сих пор не проводились развернутые эмпирические исследования, нацеленные на установление феноменологического состава, структуры и закономерностей кризисного переживания. Корреляционные исследования, раскрывающие взаимосвязь кризисного переживания с другими психическими явлениями и поведенческими особенностями (например, чертами характера, самосознанием, отношением к смерти, религиозностью и т. д.), здесь не в счет, поскольку корреляты – это признаки, сопряженные с кризисным переживанием, но внешние по отношению к нему.

Итак, в существующих концепциях феноменология смысложизненного кризиса «обрисована» в основном в форме гипотетико-дедуктивных конструкций, художественного и клинического описания отдельных случаев. Остро ощущается нехватка специальных исследований, которые были бы выполнены на кризисных выборках испытуемых с применением строго научных методов сбора и анализа эмпирических фактов. На наш взгляд, путеводной идеей для подобных исследований должно стать понимание того, что истоки смысла жизни и смысложизненного кризиса коренятся в системе отношений, связывающих личность с ее собственной жизнью. Психические «следы» данного взаимодействия представлены образами, мыслями, чувствами по поводу жизни как целостного объекта. Этот слой психической феноменологии составляет самую «сердцевину» субъективного переживания как осмысленной жизни, так и смысложизненного кризиса. Иными словами, кризисная феноменология презентуется на уровне субъективного восприятия и переживания индивидуальной жизни и лучше всего реконструируется на «языке» непосредственных суждений и оценочных характеристик, с помощью которых испытуемый повествует о ней. Доступ к феноменологии кризиса способны обеспечить самые разные эмпирические методы (психометрические, проективные, биографические, нарративные, психосемантические и др.), но при любом подходе предметом анализа должно оставаться субъективное восприятие, оценивание и переживание личностью собственной жизни как таковой.

В психологии смысложизненного кризиса нерешенной задачей остается выделение и классификация разновидностей данного психического феномена. Понятие смысложизненного кризиса покрывает достаточно широкий круг кризисных явлений, характеризующихся различной детерминацией и феноменологией. И в то же время это однопорядковые и однородные явления, общность которых обусловлена тем, что они генерируются противоречиями, возникающими в системе отношений личности с индивидуальной жизнью как целостностью. Зарождаясь в системе смысложизненных отношений, эти кризисные явления оказываются близкими по своему психологическому содержанию и с полным основанием могут концептуализироваться как смысложизненные кризисы в развитии личности. Реальная множественность этих явлений ставит перед необходимостью теоретического упорядочивания их психологических видов и форм, т. е. построения классификации смысложизненного кризиса.

Во главу такой классификации может быть положен *феноменологический либо этиологический критерий*. В первом случае учитывается своеобразие субъективной картины и поведенческого рисунка, присущего тому или иному виду кризиса; во втором – особенный характер противоречия, детерминирующего кризис и движущего развитием личности в кризисный период. Теоретически обоснованная и эмпирически валидная классификация представляет не только научную ценность, но и практическую значимость в контексте дифференциальной психологической диагностики, коррекции и терапии разных видов смысложизненного кризиса.

Исторически первой попыткой решения данной задачи является феноменологически ориентированная классификация С. Мадди, предусматривающая три вида смысложизненного кризиса (в авторской терминологии – «экзистенциального невроза»): «авантюризм» («крусадерство»), «нигилизм» и «вегетативность» [304]. На основе данной классификации был сконструирован Тест отчуждения («Alienation Test») – многомерный личностный опросник, который позволяет эмпирически различать перечисленные виды кризиса, причем как в тотальном выражении, так и в проекции на разные сферы жизнедеятельности испытуемого (семью, работу, межличностные отношения и т. д.) [654]. Однако в силу ряда обстоятельств, в частности, из-за терминологической путаницы (при создании опросника виды экзистенциального невроза были переименованы в «типы отчуждения», что дезориентирует в содержании диагностического конструкта) и недостаточной психометрической проработки, данный инструмент имел весьма ограниченное применение. В современных зарубежных исследованиях он практически не востребован, а в методических обзорах даже не числится как метод смысложизненной психодиагностики.

Интересную попытку разграничения «трех видов экзистенциального невроза» предпринял К. Обуховский. К сожалению, данное разграничение выполнено на уровне психологической казуистики (описания клинических случаев), не включает наименований выделенных разновидностей кризиса и, главное, не рационализирует крите-

рии и основания их психологических различий. «Описанные случаи различны, их объединяет только то, что центральной проблемой является сложность осуществить потребность в смысле жизни. В первом случае из-за отсутствия шансов ее конкретизации и реализации, во втором – из-за ее излишней конкретности и слишком раннего осуществления, а в третьем – из-за негативных последствий ее осуществления» [344, с. 211]. Строго говоря, ввиду недостаточной теоретичности подход К. Обуховского едва ли может претендовать на статус классификации, и в отличие от концепции С. Мадди он не получил выхода в методiku и практику психологической диагностики смысложизненного кризиса. Однако его неоспоримым преимуществом является обращение к этиологии кризиса, которая в сопоставлении с феноменологией представляется более предпочтительным основанием классификации.

Вплоть до настоящего времени психологическая наука не сильно продвинулась в разработке этиологической классификации смысложизненного кризиса, что прибавляет эту задачу к числу актуальных проблем для современных исследований. В данной классификации *каждому виду кризиса в соответствие должно быть поставлено ведущее детерминирующее противоречие.*

Кризисогенные противоречия возникают в силу самых разных обстоятельств, и наличествующие концепции заметно расходятся в понимании природы и сущности этих обстоятельств. Одни акцентируют экзогенную детерминацию, отмечая решающую роль внешних предметных и социальных обстоятельств в происхождении кризиса, другие – утверждают примат внутрилличностных условий и всячески подчеркивают эндогенную детерминацию кризиса, третьи же – раскрывают характер взаимодействия и взвешивают удельный вклад «внешнего» и «внутреннего» в провокации и эскалации кризиса. Дихотомия «экзогенность – эндогенность» значительно поляризует концепции смысложизненного кризиса, но еще более разительные отличия между ними обусловлены тем, какие конкретно внешние и внутренние условия включаются в состав детерминант, провоцирующих и подпитывающих кризисное состояние.

Серьезная проблема, связанная с психологическим изучением детерминации (этиологии) смысложизненного кризиса, кроется в ложном постулате, который однажды сформировавшись и пустив глубокие корни в научном мышлении, незримо диктует, навязывает однобокое понимание факторов и причин кризиса. Этот постулат – мы предлагаем определять его термином «постулат оптимальности смысла жизни» – представляет собой систему инертных, стереотипных и весьма распространенных представлений о том, что: а) наличие смысла в жизни является безусловным благом для личности и залогом ее прогрессивного развития, продуктивности, благополучия, адаптации и здоровья; б) отсутствие или потеря смысла жизни неизбежно оборачивается для личности психологическими проблемами; в) при этом совсем не важно, каков этот смысл по своим содержательным и формальным свойствам [171]. Лучше всего в рамки «постулата оптимальности» вписываются кризисы, для которых ведущим этиологическим фактором признается отсутствие или потеря –

одним словом, дефицит смысла в жизни. Не случайно, именно эти этиологические разновидности, объединяемые страданием личности от отсутствия смысла в жизни, являются классическим методом для психологических исследований. Если же речь заходит о кризисе, назревшем на почве нереализованности или нереализуемости наличного и сохранного смысла жизни, то его причины атрибутируются, как правило, внешним обстоятельствам – трудной, критической, экстремальной жизненной ситуации – или, в редких случаях, внутренним условиям, которые никоим образом не связаны с собственными свойствами (содержанием, структурой и т. д.) смысла жизни. И это закономерно, поскольку в свете «постулата оптимальности» смысл жизни может фигурировать только в качестве внутриличностного образования, претерпевающего воздействие внешних по отношению к нему негативных обстоятельств, но сам никогда не рассматривается в числе неблагоприятных обстоятельств личностного развития и функционирования. Этот постулат не позволяет допустить причастность смысла жизни к психологическим проблемам личности и представить его в роли кризисогенного фактора личностного развития.

Очевидно, что «постулат оптимальности» сдерживает и ограничивает всестороннее изучение места и роли смысла жизни в развитии личности, в том числе обедняет понимание психологических механизмов и закономерностей возникновения, протекания и разрешения смысложизненных кризисов. Вопреки данному постулату следует предположить, что определенные психологические свойства и их конфигурации превращают смысл жизни из фактора, стимулирующего личностный рост, во внутреннюю преграду для продуктивной самореализации и прогрессивного, восходящего развития личности. И если такой смысл действительно сдерживает и блокирует самореализацию личности как субъекта жизни, то среди кризисов нереализованности смысла жизни должна быть предусмотрена подгруппа *кризисов неоптимального смысла жизни*.

Следует заострить внимание, что внутри психологии смысложизненного кризиса присутствуют необходимые предпосылки для критики и преодоления «постулата оптимальности смысла жизни». Параллельно с магистральной линией исследований, основанной на данном постулате, сквозь некоторые концепции и концепты тонкой нитью протягивается идея о том, что источником кризисов, деформаций и прочих негативных явлений индивидуального развития может выступать принятый и реализуемый личностью смысл жизни. Сюда относятся представления и рассуждения об «ошибочном» смысле жизни [14], о вариантах «дефектного» смысла жизни или «неадекватных» способах удовлетворения смысложизненной потребности [344; 346], о «неоптимальной жизненной программе» [37; 254], об «антисмыслах» [303] и, наконец, о «неадекватном» и «неоптимальном» смысле жизни [494] как непосредственной предпосылке кризисов, неврозов и других серьезных нарушений развития личности. На сегодняшний день эти размышления еще не сложились в связную и логически последовательную систему общепсихологических пред-

ставлений, не говоря уже о том, что их большая часть эмпирически не верифицировалась и не доказывалась.

Тем не менее теоретическая и эмпирическая разработка идеи неоптимального смысла жизни видится в качестве одной из наиболее фундаментальных и многообещающих задач в психологии смыслового кризиса, решение которой способно породить далеко идущие следствия для многих областей психологических исследований и практики. Например, выявление вариантов неоптимального смысла жизни и доказательство их причастности к кризисному развитию личности приведет к серьезному «переформатированию» представлений о целях и методах психотерапии и других форм антикризисной психологической помощи. Если основная цель всех традиционных подходов смыслоцентрированной психотерапии (от логотерапии В. Франкла до современных школ и направлений [797]) видится в том, чтобы облегчить пациенту отыскание и обретение смысла в жизни, то для кризиса неоптимального смысла общая терапевтическая стратегия может заключаться в том, чтобы помочь освободиться, избавиться от него; другими словами, достичь состояния бессмысленности как психологической свободы от прежнего смысла, сковывающего развитие и ущемляющего самореализацию личности.

1.3. Перспективы развития психологии смыслового кризиса

Резюмируя обзор современного состояния и дальнейших перспектив психологии смыслового кризиса, целесообразно, во-первых, сформулировать конкретные научные задачи, решение которых последовательно ведет к созданию общепсихологической концепции смыслового кризиса; во-вторых, определить методолого-теоретические основания, в опоре на которые возможно продуктивное решение намеченных задач. По нашему мнению, для устранения противоречий и восполнения пробелов, выявляемых в данной научной области, необходимо решить комплекс взаимосвязанных теоретических, методических и эмпирических задач.

Важнейшей теоретической задачей представляется онтологический анализ смыслового кризиса, который позволяет объяснить его бытийные источники (противоречия) и охарактеризовать его как особое состояние жизненных отношений личности. Учитывая культурно-историческую природу жизненных отношений и противоречий, такой анализ дает возможность раскрыть предпосылки, механизмы и закономерности историогенеза и социокультурной детерминации смыслового кризиса, в том числе определить условия и факторы кризисогенности современной макросоциальной ситуации развития личности.

На уровне психологического анализа развитие представлений и исследований смыслового кризиса сдерживается отсутствием консолидированного понимания смысла жизни как психического феномена. В данной ситуации неотложной задачей становится по-

строение общепсихологической концепции, проливающей свет на генезис, структуру, функции и свойства смысла жизни как системного смыслового образования личности. Такая концепция придает импульс развитию психологии смысложизненного кризиса и поможет определить его в качестве переходного этапа смыслогенеза, в котором имеет место функциональная недостаточность смысложизненной регуляции (точнее – смысложизненная арегуляция и дисрегуляция) поведения, деятельности и жизнедеятельности личности.

Вместе с тем зарождение и становление смысла жизни (смыслогенез) – это частная линия онтогенеза, неотъемлемая от общего онтогенетического развития личности (персоногенеза). В этой связи актуализируется задача вписывания смысложизненного кризиса в систему психологических закономерностей развития личности как субъекта жизни. В этом в контексте он должен быть определен как переходный этап субъектогенеза, по сути, состояние бессубъектности или десубъектизации личности в отношении индивидуальной жизни. При этом необходимо принимать во внимание, что личность в качестве субъекта отличает, прежде всего, деятельно-преобразующее отношение к собственной жизни, и поэтому сопряженной научной задачей является теоретическое обоснование смысложизненного кризиса как переходного этапа в становлении и осуществлении индивидуальной жизнедеятельности личности.

Нерешенной теоретической задачей остается построение классификации психологических видов смысложизненного кризиса, базирующейся на различении основных типов кризисогенных противоречий в развитии личности. В рамках данной линии анализа «открытым» является также вопрос о вкладе самого смысла жизни, принятого и реализуемого личностью, в порождение кризисогенных противоречий и смысложизненных кризисов. Вопреки «постулату оптимальности смысла жизни» назрела необходимость выделения психологических признаков, критериев и параметров функциональной неоптимальности смысла жизни, а также ее негативных последствий для жизнедеятельности и развития личности в форме особой разновидности смысложизненного кризиса (кризиса неоптимального смысла жизни).

В сфере методической операционализации и эмпирического измерения смысложизненного кризиса накоплен определенный опыт, требующий осмысления, упорядочивания и совершенствования, что выступает актуальной методической задачей психологии смысложизненного кризиса. В частности, возникает необходимость в выделении и описании методических подходов к эмпирическому изучению смысла жизни и смысложизненного кризиса, используемых в психологических исследованиях, а также в систематизации методов эмпирического изучения смысла жизни и смысложизненного кризиса, которые относятся к психометрическому (тестовому) подходу. Отдельного рассмотрения при этом заслуживают методические ошибки, допускаемые при тестировании смысложизненного кризиса, с учетом которых могут быть сконструированы более валидные и надежные методы.

В круг наиболее актуальных эмпирических задач входит изучение феноменологии смыслового кризиса, презентированной на уровне субъективного восприятия, оценивания и переживания личностью индивидуальной жизни, а также психосоматических проявлений и механизмов соматизации кризисных переживаний. На эмпирическом уровне совершенно не изучена роль функционально неоптимальных вариантов смысла жизни в детерминации смыслового кризиса и возможный инвариантный механизм кризисогенеза. Очевидно, что помимо неоптимального смысла жизни в происхождение смыслового кризиса вносят вклад и другие психологические факторы, связанные с личностью как субъектом жизни. Среди этих субъектно-личностных детерминант кризиса особый интерес для эмпирического исследования представляет неоптимальная жизненная стратегия личности. Перспективным представляется и эмпирическое изучение метасистемных закономерностей, в силу которых смысловой кризис конструируется с другими кризисами личностного развития. Подходящий материал для подобных исследований предоставляют кризисы профессионального развития, поскольку, согласно имеющимся в психологии данным, многие люди в профессиональной сфере решают не только локальные трудовые, производственные задачи, но и общие жизненные задачи, в том числе находят и реализуют смысл жизни [23; 124; 125; 183; 319; 320; 374; 437; 467; 737; 762].

Настоящее исследование непосредственно направлено на решение большей части намеченных теоретических, методических и эмпирических задач. Закономерным итогом их комплексного решения станет общепсихологическая концепция смыслового кризиса, которая опирается на общепсихологические теории смысла жизни, субъекта жизни и жизнедеятельности, снабжена адекватным исследовательским (психодиагностическим) инструментарием и подкрепляется широкой фактологией, включающей как результаты собственных исследований автора, так и по-новому реинтерпретированные материалы других исследований.

Вслед за актуальными задачами должны быть обозначены *методологические принципы и подходы* к их решению, которые задают общие координаты и отправные положения для общепсихологического понимания смысла жизни, субъекта жизни и его жизнедеятельности, а, следовательно, и смыслового кризиса в развитии личности. Методология психологического изучения смыслового кризиса является многоуровневой системой знаний, в которой, согласно общепринятым методологическим нормативам [246; 305; 315; 511; 512], подразделяются уровни *общенаучной методологии, конкретно-научной методологии и промежуточных теорий (теорий «среднего» уровня)*, непосредственно обеспечивающих переход к концептуальному пониманию, методической операционализации и эмпирическому исследованию этого феномена личностного развития и бытия.

Функцию общенаучной (в нашем случае точнее – *общегуманитарной или общепсихологической*) методологии в данной системе способна выполнять одна из тех онтологий («заданного смысла», «со-

зданного смысла» или «жизненного мира»), которые были реконструированы при анализе существующих концепций смысложизненного кризиса в качестве их философско-антропологического и этико-мировоззренческого базиса. На наш взгляд, для целей общепсихологического анализа смысложизненного кризиса наиболее эвристичной и перспективной является «онтология жизненного мира», которую целесообразно принять в качестве общей методологии настоящего исследования. Этот уровень методологии отвечает за формирование научной картины человеческой реальности, в том числе общей модели существования и развития человека как личности, в контексте которой определяется и онтология (*онтологическая характеристика*) *смысложизненного кризиса*. В соответствии с принципами философского анализа, под онтологической характеристикой здесь понимается представление о месте и роли изучаемого явления во всеобщей взаимосвязи объектов и явлений действительности [264; 402; 511; 512]. Сообразно с этим, онтология смысложизненного кризиса есть совокупность основополагающих представлений о бытийных источниках, месте и роли данного феномена в контексте личностного развития и бытия человека.

Руководствуясь требованием преемственности и непротиворечивости методологических оснований, в качестве конкретно-научной методологии в настоящем исследовании целесообразно избрать *смысловой подход* [30; 61; 78; 261; 271; 283; 284; 287; 361; 385; 408; 446 и др.], *субъектный подход* [7; 23; 64; 111; 136; 243; 244; 323; 357; 358; 371; 402; 421 и др.] и *деятельностный подход* [27; 29; 106; 135; 265; 267; 220; 402; 498 и др.] к пониманию психологической сущности, структуры, развития и функционирования личности. С учетом онтологической характеристики и в опоре на указанные подходы открывается возможность раскрыть специфическое психологическое содержание смысложизненного кризиса в развитии личности, т. е. дать данному явлению собственно психологическую характеристику. Конкретно-научная методология служит решению данной задачи через посредство ряда промежуточных концепций (теорий «среднего» уровня), приближающих абстрактные методологические принципы к теоретико-эмпирическому анализу смысложизненного кризиса как особенного и конкретного психического явления. Как отмечает Т. В. Корнилова, методологические принципы и подходы психологической науки, будучи научными категориями и абстракциями «верхнего» уровня, «предполагают разработку других теорий – среднего уровня, на основе которых только и возможны их эмпирическое опробование или эмпирические доказательства» [248, с. 32].

В настоящем исследовании на основе смыслового подхода предлагается *конкретно-психологическая концепция смысла жизни как системного смыслового образования личности*; на основе субъектного подхода формулируется *конкретно-психологическая концепция личности как субъекта жизни*; на основе деятельностного подхода разрабатывается *конкретно-психологическая концепция жизнедеятельности как интегрального уровня организации индивидуальной деятельности*. В комплексе эти концепции прокладывают путь к

общепсихологической концепции смысложизненного кризиса, в рамках которой он конкретизируется как *кризис смысла жизни, субъекта жизни и индивидуальной жизнедеятельности*. Тем самым смысложизненный кризис системно соотносится с фундаментальными категориями общей психологии, а именно *сознанием, личностью и деятельностью* [267; 369; 402; 495; 497], и, по сути, определяется как кризис одной из высших форм сознательной регуляции (смысложизненной регуляции), одной из вершинных форм личностного развития и функционирования (кризис субъектности по отношению к целой жизни) и кризис одной из интегральных форм человеческой деятельности (кризис жизнедеятельности). Разумеется, было бы неправильно рассматривать эти три психологические характеристики в качестве независимых и взаимоисключающих определений смысложизненного кризиса. Общепсихологический статус развиваемой концепции, напротив, обязывает следовать принципу единства сознания, деятельности и личности [Рубинштейн, 2002], а значит, исследовать смысложизненный кризис на пересечении всех трех фундаментальных психологических категорий.

По нашему убеждению, в общепсихологической концепции смысложизненного кризиса в функции конкретно-научной методологии также должны найти применение еще два подхода – *культурно-исторический* [27; 55; 86; 260; 507 и др.] и *метасистемный* [219]. В отличие от указанных выше смыслового, субъектного и деятельностного подходов, они не порождают самостоятельных теорий среднего уровня, а используются в нашем исследовании в качестве «сквозной методологии», пронизывающей психологические концепции смысла жизни, субъекта жизни и жизнедеятельности.

С позиций культурно-исторического подхода и смысла жизни, и субъект жизни, и жизнедеятельность в одинаковом ключе концептуализируются как высшие психические и деятельностные функции человека, которые носят конкретно-исторический и культурно-специфический характер и формируются лишь в определенных обществах и культурах под влиянием социокультурной детерминации. Вслед за этим и смысложизненный кризис, как кризис смыслогенеза, субъектогенеза и индивидуальной жизнедеятельности, трактуется как феномен личностного развития, который имеет собственный *историогенез и социокультурную обусловленность* [163; 167; 171; 206].

«Сквозной» характер метасистемного подхода в значении конкретно-научной методологии предопределен тем обстоятельством, что смысл жизни, субъект жизни и жизнедеятельность все суть особые метасистемные образования (свойства) человеческой психики и деятельности. Смысложизненный кризис, как кризис развития этих психических и деятельностных метасистем, закономерно «наследует» от них метасистемный характер и проявляется в качестве *метакризиса личностного развития* [171; 202]. Обращение к метасистемному подходу в настоящем исследовании продиктовано необходимостью раскрытия метасистемности как общепсихологического свойства смысложизненного кризиса, обнаруживаемого им во взаимодействии с другими психологическими кризисами развития личности.

Таким образом, если на уровне общенаучной методологии очерчивается *онтология смысложизненного кризиса*, то на уровне конкретно-научной методологии выстраивается *психология смысложизненного кризиса*. В нашем исследовании *онтология жизненного мира* – это философско-методологическая платформа, на которой надстраивается конкретно-психологическая методология, представленная *культурно-историческим, метасистемным, смысловым, субъектным и деятельностным подходом*.

При создании методологического «каркаса» концепции смысложизненного кризиса важно заботиться о комплементарности (взаимодополнении) и непротиворечивости избранных методологических подходов и принципов. Принятая нами методология обладает признаками целостной системы, которая характеризуется взаимопроникновением составляющих ее принципов и подходов и свободой от межуровневых и внутриуровневых противоречий. Все перечисленные подходы органичны основополагающим идеям онтологии жизненного мира, поскольку разрабатывались в качестве ее частнонаучных приложений и конкретизаций к психологическим проблемам сознания, деятельности и личности. Другими словами, в их содержании в психологически преобразованном, «снятом» виде имплицитно раны базовые постулаты и идеи онтологии жизненного мира.

Так, в основание культурно-исторического подхода заложена идея о том, что источником развития специфически человеческих форм психического отражения и поведения (сознания, личности и деятельности) выступает культура, в которой спрессован совокупный опыт конструирования и воспроизводства жизненного мира в деятельности индивидов, групп и всего человечества. Если низшие (натуральные) психические функции обслуживают процессы приспособления человека к естественной физической и природной среде, то высшие (культурные) психические функции необходимы для ориентировки и регуляции человеческой жизнедеятельности в контексте жизненного мира, т. е. сообразно тем значениям и смыслам, которыми наделяются предметы в человеческой практике, которые отражают реальные жизненные отношения человека к миру. Основоположник данного подхода Л. С. Выготский подчеркивал: «В то время как для животного существует только окружение, для человека возникает представление о мире. История возникновения этого представления о мире имеет своим началом человеческую практику и возникающие в ней значения и понятия, свободные от непосредственного восприятия предмета» [87, с. 280].

Согласно метасистемному подходу, жизненный мир – это «метасистема» по отношению к человеческой психике, поскольку в ее содержании и структуре он получает идеальное существование (субъективную представленность). Жизненные отношения по особым законам «транспонируются» в психологические структуры внутреннего мира, что обеспечивает человеку новые возможности психической саморегуляции и дополнительные степени свободы во взаимодействии с миром [113; 219; 228; 408]. В соответствии с логикой метасистемного подхода утверждается, в структуре жизненного мира образуется особый модус отношений между человеком и его инди-

видуальной жизнью как целостностью, которые репрезентируются в психике в форме особых структур и процессов, придающих человеку способность самоорганизации индивидуальной жизни, т. е. ее превращения в объект воздействия и управления.

Субъектный подход в психологии фундируется идеей о наличии между человеком и разнообразными объектами и явлениями мира особых жизненных (субъект-объектных) отношений, которые не встречаются на предыдущих ступенях организации живой и неживой материи и качественно отличаются от объект-объектных отношений. Вне контекста жизненных отношений, т. е. активного, пристрастного, избирательного взаимодействия человека с миром, категория «субъект» теряет свое значение. Как подчеркивает В. А. Кольцова, «исходным моментом в трактовке субъекта выступает взаимодействие человека с миром, в процессе которого, преобразуя действительность (природную и социальную), человек одновременно изменяет свое бытие и тем самым создает новые условия для своего развития» [238, с. 21].

Отправным пунктом деятельностного подхода выступает положение о том, что специфическим для человека способом бытия в мире и качественно определенной формой реализации жизненных отношений служит деятельность – сначала практическая, а затем и познавательная, в которой порождаются и проявляются все его глубоко человеческие свойства, в том числе сознание и личность. Подлинная деятельность, в отличие от иных форм поведения человека и других живых существ, строится и подчиняется логике жизненных отношений – преследует цель идеального или реального преобразования действительности с тем, чтобы она удовлетворяла человеческим потребностям, мотивам, ценностям [27; 64; 107; 267; 402].

Аксиоматика *смыслового подхода* базируется на представлении, согласно которому смысловые структуры есть субъективно превращенные (интрапсихические, внутриличностные) формы существования жизненных отношений во внутреннем мире личности [30; 61; 265; 283]. Как пишет Д. А. Леонтьев, «жизненные смыслы и стоящие за ними более или менее сложные системы действительных жизненных отношений субъекта даны его сознанию и включены в его деятельность в превращенной форме смысловых структур, которые в совокупности образуют систему смысловой регуляции жизнедеятельности субъекта» [283, с. 126].

В общем, если учесть, что в свое время культурно-историческая теория психического развития человека, психологическая теория деятельности, психологическая категория субъекта, смысловая теория личности разрабатывались на основе «онтологии жизненного мира» и унаследовали ее базовые идеи, опора на указанные подходы и принципы обеспечивает непротиворечивость философского и конкретно-научного уровней методологии изучения смысловознания кризиса. Теоретико-методологический эскиз общепсихологической концепции смысловознания кризиса представлен ниже на рисунке 1.

В заключение, исходя из поставленных задач и отталкиваясь от избранных методологических принципов, представляется необходимым схематично предвосхитить логику и ход дальнейшего теорети-

ческого анализа, ведущего к построению общепсихологической концепции смысложизненного кризиса.

Приступая к общепсихологическому анализу смысложизненного кризиса, следует отметить, что всякий кризис является многомерным феноменом. Он одновременно обнаруживает себя в плоскостях сознания, деятельности и личности, а также в пространстве реальных жизненных отношений (жизненного мира), «лежащих» за сознанием, деятельностью и личностью человека. В силу данного обстоятельства исследование любого кризиса требует определения его двойной отнесенности: во-первых, к системе порождающих жизненных отношений, задающих уникальную онтологическую характеристику кризиса; во-вторых, к сознанию, личности и деятельности, где кризис приобретает специфическое психологическое содержание и выражение. Тем самым проясняются *онтология кризиса и психология кризиса*.



Рисунок 1 – Теоретико-методологический эскиз психологической концепции смысложизненного кризиса

Онтологическая характеристика кризиса обусловлена тем, что он вплетен в движение качественно определенных жизненных отношений и подчиняется логике их развития и реализации в жизнедеятельности человека. Принадлежность к некоторой системе жизненных отношений предопределяет важнейшую особенность психологического кризиса – его *предметность*. Она означает, что кризис зарождается не на «пустом месте», а всегда по поводу чего-то, строго говоря, из-за проблемности или противоречивости взаимодействия человека с определенным объектом или целой областью действительности. Раскрыть онтологию кризиса – значит выявить его действительный предмет и включенность в конкретную систему жизненных отношений человека. *В случае смысложизненного кризиса в качестве такого предмета фигурирует индивидуальная жизнь как целостность; объективным же поводом к кризису выступает отсутствие, распад или невозможность реализации особых смысложизненных отношений, возникающих из необходимости практического преобразования человеком собственной жизни как единого целого.* Онтология смысложизненного кризиса подробно реконструируется во второй главе монографии.

Психологическая характеристика кризиса всецело определяется его отношением к сознанию, деятельности и личности человека. Для перехода из онтологической плоскости к психологическому рассмотрению кризиса важно учитывать, что каждой системе (модусу) жизненных отношений соответствует: а) определенный вид или виды деятельности, опосредствующие построение и воспроизводство этих жизненных отношений; б) дискретная линия персоногенеза и субьектогенеза, вплетенная в общий процесс личностного развития; в) специфическая форма субъектности, выраженная в активном созидании и преобразовании жизненных отношений по ходу осуществления соответствующей деятельности; г) особые системы психических структур, процессов и механизмов, интегрированных в психологическое строение индивидуального сознания и психологическую организацию личности. Нужно специально подчеркнуть, что эти системы психических структур и процессов, образующих человеческое сознание и личность, по своему происхождению выступают как превращенные формы соответствующих жизненных отношений и дериваты адекватных им видов деятельности. Другими словами, опыт деятельного построения и воспроизводства человеком каждой конкретной системы жизненных отношений оседает и кристаллизуется в его внутреннем мире в виде специфических новообразований, составляющих более или менее автономные подсистемы в психологической структуре сознания и личности. По своему функциональному назначению эти подсистемы специализируются на психическом отражении и регуляции активности в породившем их модусе жизненных отношений человека. Иначе говоря, они изнутри конституируют человека в качестве субъекта соответствующих форм жизненных отношений и видов деятельности, служат ориентировочной и регуляторной основой для их инициации, поддержания и осуществления. Исходя из изложенного, можно заключить, что психологический анализ любого кризиса подразумевает его соотнесение с определенной генетической линией в рамках общего личностного развития, а также релевантными для данной линии видами дея-

тельность, формами субъектности, психическими образованиями сознания и личности человека.

Психологический кризис – это, во-первых, феномен, который затрагивает конкретные структуры, процессы и механизмы человеческого сознания и личности. В качестве признаков, указывающих на причастность тех или иных психических образований к кризису, обычно рассматриваются: а) функциональная недостаточность и дисфункции – ослабление, нарушение, искажение и выпадение присутствующих им отражательных и регулирующих функций; б) несформированность, структурная деформация, деструкция и трансформация – изменение их внутреннего состава и структуры, а также места в строении более сложных психических явлений; в) содержательные преобразования – радикальные изменения их предметного содержания. От того, какие психические структуры, процессы и механизмы оказываются вовлеченными в кризис или пораженными кризисом, зачастую зависит и номинация самого кризиса (например, «кризис мотивации», «кризис идентичности», «ценностный кризис», «кризис самосознания» и т. д.). Очевидно, что данные наименования несут в себе элемент абстракции, поскольку кризисом всегда объята не изолированные психические образования, а индивидуальная психика (сознание и личность) в целом. По нашему мнению, *в ситуации смысложизненного кризиса узловым образованием сознания и личности, создающим «эпицентр» кризиса и «сгущающим» его противоречия, выступает индивидуальный смысл жизни. Кризис ассоциируется с его несформированностью, содержательной переоценкой, структурной деформацией или деструкцией, функциональной недостаточностью или дисфункцией.* В этой связи данный кризис по праву может быть назван *кризисом смысла жизни*. О месте и роли смысложизненного кризиса в процессе онтогенетического развития индивидуального смысла жизни (смыслогенеза) и в контексте смысложизненной регуляции поведения, деятельности и жизнедеятельности личности речь идет *в четвертой главе монографии.*

Психологический кризис – это, во-вторых, феномен, принадлежащий к определенной линии личностного развития. Обычно развитие личности разворачивается как многовекторный и многолинейный процесс, что обусловлено ее участием в разнообразных системах жизненных отношений и соответствующих им видах деятельности. В этом плане можно говорить о становлении личности как субъекта труда, семейных отношений, досуга, общения, познания и т. д., которые представляют хоть и взаимосвязанные, но относительно независимые траектории персоногенеза и субъектогенеза. Их самостоятельность определяется особенной логикой, детерминацией и динамикой, собственными источниками, механизмами и закономерностями. Как правило, кризис назревает и вызывает торможение в определенной области личностного развития, что предопределяет его номинацию в психологической науке (например, «кризис профессионального развития», «кризис семейных отношений» и т. д.). При этом развитие личности в других сферах жизненных отношений может оставаться сравнительно стабильным и динамичным, т. е. незатронутым кризисом. Вместе с тем, различные линии и ряды развития личности не могут оставаться всего лишь смежными

или параллельными, они обязательно переплетаются и конвергируют между собой в общем онтогенетическом цикле. Вопрос о том, как кризис из одной области личностного развития отражается на других его сферах и линиях, еще достаточно слабо изучен психологической наукой. На наш взгляд, *смысложизненный кризис локализуется в ряду онтогенетического развития личности как субъекта жизни*. В этой связи его надлежит квалифицировать как *психобиографический кризис*, или *кризис становления и утверждения субъекта жизни*. С этой точки зрения его сущность выражается в *неовладении, неуспешном овладении или утрате личностью способности управлять ходом индивидуальной жизни*. В качестве кризиса персонотенеза и субъектогенеза смысложизненный кризис проанализирован в пятой главе монографии.

Психологический кризис – это, в-третьих, феномен, который накладывает отпечаток на конкретные формы поведения и виды деятельности человека. В деятельностной плоскости кризис выражается: а) падением продуктивности и надежности; б) невозможностью дальнейшего осуществления, стагнацией и блокадой; в) искажением и перерождением; в) распадом и дезинтеграцией определенной деятельности. Иногда обозначение того или иного психологического кризиса ориентируется именно на признак расстройной под его влиянием деятельности (например, «кризис профессиональной деятельности», «кризис учебной деятельности», «кризис общения» и т. д.). С нашей точки зрения, *в случае смысложизненного кризиса основная нагрузка připадает даже не на отдельную деятельность или круг деятельностей, а на их целостную организацию – индивидуальную жизнедеятельность личности*. В кризисный период происходит падение жизненной продуктивности, стагнация и дезинтеграция жизнедеятельности. С учетом данного обстоятельства смысложизненный кризис может быть охарактеризован как *кризис индивидуальной жизнедеятельности*. В таком качестве смысложизненный кризис раскрывается в шестой главе монографии.

Таким образом, любой кризис находится в определенном отношении к сознанию, личности и деятельности, что предопределяет его общую психологическую характеристику. Разрабатываемая нами концепция сопрягает смысложизненный кризис с фундаментальными категориями психологической науки: с категорией сознания он соотносится через понятие «смысл жизни»; с категорией деятельности – через понятие «жизнедеятельность», с категорией личности – через понятие «субъект жизни». Триада понятий – «смысл жизни», «жизнедеятельность» и «субъект жизни» – закладывает теоретико-методологические основы для понимания смысложизненного кризиса. В свете каждого из этих понятий он получает частную психологическую характеристику: как кризис смысла жизни, как кризис индивидуальной жизнедеятельности и как кризис развития субъекта жизни, а затем эти частные трактовки интегрируются в единую общепсихологическую концепцию. С этих позиций *смысложизненный кризис концептуализируется в качестве кризиса развития личности как субъекта жизни, который обусловлен несформированностью, деструкцией или дисфункцией смысла жизни и выражается в критически низкой продуктивности и (или) распаде индивидуальной жизнедеятельности*.

ГЛАВА 2 ОНТОЛОГИЯ СМЫСЛОЖИЗНЕННОГО КРИЗИСА В РАЗВИТИИ ЛИЧНОСТИ



2.1. Онтологические основы психологии смысложизненного кризиса

Психологическое исследование смысла жизни и смысложизненного кризиса целесообразно начинать с философско-онтологического анализа, преследующего цель выявления объективных смыслопорождающих отношений между личностью и ее индивидуальной жизнью, а также объективных кризисогенных противоречий, время от времени назревающих в системе этих отношений. Не теряя своего психологизма, смысл жизни и смысложизненный кризис предстают перед философско-онтологическим анализом как производные элементы отношений личности с собственной жизнью как реально существующей целостностью. Такой анализ раскрывает и обозначает предельные основания – общие идеи, принципы и объяснительные схемы, из которых в виде частных следствий дедуцируются конкретно-психологические положения и предположения, но сами основания эмпирически недоказуемы методами психологии и могут лишь постулироваться. Это значит, что в контексте конкретно-психологического исследования они фигурируют в качестве предмета методологического самоопределения и выбора, который подразумевает конечное число альтернатив. Первичность онтологического анализа по отношению к психологическому изучению смысложизненной проблематики в свое время подчеркивал С. А. Рубинштейн: «Все мировоззренческие вопросы, ответ на которые определяет то, как человеку жить и в чем искать смысл своей жизни, при всем их неисчерпаемом разнообразии и богатстве сходятся, в конечном счете, в одной точке, в одном вопросе – о природе человека (что есть человек) и его месте в мире» [402, с. 382].

Видение предмета исследования в каждой науке, ее отраслях и разделах репрезентировано некоторым множеством исторически сменяющихся онтологий (научных картин мира). В зависимости от широты предметной области (сегмента действительности), познаваемой той или иной наукой, В. С. Степин предлагает выделять: «а) специальные научные картины мира (дисциплинарные онтологии); в) обобщающие их образы природы и общества, представленные естественнонаучной и социально-научной картинами мира; с) и, наконец, особая форма синтеза научного знания, – общенаучная картина мира, которая задает обобщенное представление о неживой, живой природе, обществе и человеке» [444, с. 252]. Психология смысла жизни и смысложизненного кризиса в настоящее время имеет статус частного научного направления (раздела) в рамках психологии личности, для которого могут быть эксплицированы *специальные локально-отраслевые онтологии*. Согласно результатам проведенного нами анализа [202], в данной области психологиче-

ской науки преимущественно воспроизводятся и конкурируют три альтернативные друг к другу онтологии: «онтология заданного смысла», «онтология созданного смысла» и «онтология жизненного мира». Каждая из них предлагает принципиально отличное от других видение смысла жизни и смысложизненного кризиса как предмета научного исследования.

Онтология заданного и созданного смысла диаметрально расходятся в том, какой полюс диады «человек – мир» является смыслообразующим и смыслонесущим. В одном случае полагается, что смысл жизни объективно предопределен надындивидуальными онтологическими процессами и инстанциями (Космосом, Богом, Природой, Эволюцией и т. п.) и предсуществует человеку; в другом случае утверждается, что смысл жизни привносится в бессмысленную действительность самим человеком, но в качестве фабриката субъективного сознания никогда не становится объективным свойством этой действительности. Несмотря на значительные разночтения, эти онтологии, тем не менее, принципиально сходны в том, что смысл жизни понимается как заданный до и вне какого бы то ни было взаимодействия между человеком и его индивидуальной жизнью. В этой части они являются частными конкретизациями одной и той же научной картины человеческого бытия в мире. В психологической литературе эта картина условно обозначается «онтология изолированного индивида» [78; 283; 408]. Она корреспондирует с классическим типом научной рациональности и является традиционной для многих философско-антропологических и общегуманитарных концепций, включая целый ряд психологических теорий личности.

Ее отправной точкой служит идея «самосущей природы с извечным порядком вещей и явлений, в числе которых находится и сам человек как некая разумная вещь, способная только наблюдать, созерцать и познавать этот раз и навсегда заданный естественный миропорядок» [317, с. 24]. В этом классическом ключе человек изымается из бытия, а бытие отчуждается от человека, вследствие чего им обоим приписывается самостийный и самодовлеющий характер. Человек и мир берутся как изначально наделенные фиксированным набором свойств, замкнутые в себе и обособленные друг от друга сущности, а взаимодействие между ними редуцируется к гносеологическому отношению – познанию мира-объекта со стороны отъединенного и внеположного по отношению к нему человека-субъекта. С. А. Рубинштейн усматривал истоки онтологии изолированного индивида в традиционном для гносеологии противопоставлении субъекта и объекта, некритический перенос которого в плоскость онтологического анализа закономерно выразился в «деонтологизации человека, с одной стороны, и сведении всего сущего, бытия только к вещиности, с другой». Это значит, что мир трактуется «только как вещи, как объекты познания, как объективная реальность. Категория бытия сводится только к материальности. Вместе с этим происходит выключение из бытия «субъектов» – людей, а заодно с ними и всех тех функциональных свойств вещей, которые свойственны «человеческим предметам», включенным в человеческие отношения как орудия и продукты практики» [402, с. 258–259]. Так как субъект и объект мыслятся «изначально существующими и определенными до

и вне какой бы то ни было практической связи между ними, как самостоятельные и натуральные сущности» [78, с. 83], в такой онтологии свойствам объектов, которые отражаются человеческим сознанием, отказано в объективном статусе. Они попросту не признаются реально существующими, тогда как статус действительной реальности имеют свойства, которыми объекты и явления мира обладают в силу собственной имманентной сущности, безотносительно к человеку.

В русле онтологии изолированного индивида аналогичная логика распространяется и на смысл жизни, а точнее говоря – на смысл как на свойство, характеристику человеческой жизни. Смысл жизни – это либо субъективная «кажимость» («идея», «проект» и т. д.), выдуманная человеком по собственному произволу вопреки имманентному предназначению и устройству жизни как таковой, либо объективная «данность», предустановленная и навязанная самой жизнью вопреки субъективной воле человека. Он или присваивается жизни по прихоти человека, или извлекается из самой жизни так, как если бы был ей изначально присущ. Приписывая смыслопорождающую способность только одному из полюсов бинарной системы «человек – мир», онтология изолированного индивида впадает в крайности субъективизма (в виде онтологии созданного смысла) и объективизма (в виде онтологии заданного смысла).

В настоящем исследовании в качестве философской методологии избрана «онтология жизненного мира» (этот термин, предложенный Ф. Е. Василюком [78], наиболее удачен и распространен, хотя и не единственен для обозначения данной онтологии – ср. «онтология человеческого бытия» [132; 136; 402]). По меркам истории науки эта онтология достаточно позднее достижение философской и социогуманитарной мысли, соответствующее неклассическим и, в особенности, постнеклассическим эталонам научной рациональности. Она объемлет комплекс идей, в разное время сформулированных в философии, социологии, культурологии, антропологии, психологии и других дисциплинах, раскрывающих «основное онтологическое отношение» – общую закономерность взаимосвязи человека с объективной действительностью, определяющую бытие и сущность как самого человека, так и всего остального сущего. Главный пафос данной онтологии в утверждении, что человек изначально не оторван от мира и не противопоставлен ему в качестве только познающего, созерцающего субъекта, а погружен, вживлен в этот мир и связан с ним сетью объективных отношений, которые первично носят деятельно-практический, а уже «потом» познавательный характер [64; 67; 78; 139; 234; 265; 271; 402]. Гносеологическая схема «субъект-объект», онтологизированная в классической психологии, в онтологии жизненного мира преодолевается утверждением деятельно-практической сущности жизненных отношений «человек – мир» (в психологии – принцип «деятельностного опосредования» [27; 283]). Человеческое бытие, в силу своей не столько сознательной, сколько деятельной природы, становится мерилom объективных свойств окружающей действительности. Поскольку «с появлением новых уровней бытия, в новом качестве выступают и все его нижележащие уровни», постольку и «с появлением человеческого бытия коренным

образом преобразуется весь онтологический план» [402, с. 259]. Суть данного преобразования состоит в том, что в отнесении к человеку объекты и явления обнаруживают новые объективные свойства, доселе неоткрытые и не востребуемые. Как пишет философ В. П. Иванов, «первая и самая общая характеристика мира заключается в том, что эта категория фиксирует *сферу отношений бытия* – собственного бытия человека, его бытия в мире и бытия мира для него ... В мире, имеющем свой человеческий центр, образуется новый канал и новый модус отношений, ибо помимо свойств вещей, обнаруживающихся в их естественной взаимосвязи, возникает и тот класс свойств, который возможен лишь в отношении вещей к человеку» [317, с. 28, 34].

В отличие от взаимосвязей и взаимодействий явлений объективной действительности, которые по своему характеру являются объект-объектными отношениями, жизненные отношения человека характеризуются субъект-объектной направленностью. Существенными для жизненных отношений служат следующие признаки: «Отношение есть активность особого рода, ибо она, во-первых, любую связь трансформирует в плоскость «для меня», т. е. возводит источник активности в ранг субъекта, во-вторых, она равным образом выносит вовне другую сторону отношения, превращая ее в объект, наконец, в-третьих, эта готовность тем самым определяется как отношение неравноправных сторон – внутренней и внешней, субъективной и объективной, причем единственным носителем «отношения» выступает субъект, поскольку лишь он вносит в мир аспект «бытия для себя» [139, с. 36]. В силу сказанного онтология жизненного мира имплицитно фиксирует категорию субъекта и содержит необходимые аксиоматические предпосылки для субъектного подхода в психологии.

Одним из важнейших функциональных свойств, вскрываемых бытием человека в объектах и явлениях действительности, выступает их смысл. Это – сверхчувственное, надэмпирическое свойство реальных объектов и явлений, производное от их места и роли в контексте человеческого бытия, т. е. заданное системой жизненных отношений. Объективная действительность, сплошь пронизанная смыслами, превращается в предмет сознания и действия человека. Предмет, в отличие от объекта, – это физическое тело или природный объект – одним словом, вещь, которая выступает точкой приложения человеческой деятельности и в ее контексте приобретает определенный смысл для людей. Короче, предмет есть объект в единстве с его смыслом в жизни человека. И если сама деятельность есть частица человеческого бытия, то «основной конституирующий ее момент – предмет деятельности – есть не что иное, как *единица мира*» [78, с. 85]. Система смыслов и отражающихся в них жизненных отношений образует особую смысловую размерность («пятое квазиизмерение» [268]) объективной реальности. Жизненный мир, в конечном счете, и есть смысловая сеть явлений окружающей действительности, или осмысленная действительность, в которой все сущие объекты и явления соединены с человеком жизненными отношениями (смысловыми связями). С учетом двустороннего характера жизненных отношений человек и мир оказываются открытыми, разомкнутыми друг в друга системами: человек конструирует

своей жизненный мир, а мир формирует человека; бытие человека в мире рождает мир внутри человека. Тем самым в онтологии жизненного мира граница между «внешним» (объективным) и «внутренним» (субъективным) мирами человека рассматривается как проницаемая для циркуляции между ними смысловых содержаний. В. Е. Клочко, например, пишет: «Многомерный мир человека есть то, что располагается между субъективной и объективной реальностями, между «духом и материей» ... Этот мир не рождается вместе с человеком – он им созидается, конструируется, и, в конечном счете, человек таков, каков его мир» [228, с. 140].

Сообразно с этим, в онтологии жизненного мира смысл человеческой жизни не является ни объективным атрибутом самой жизни, ни субъективной атрибуцией, приписанной ей человеческим сознанием; смысл есть функция от реальных отношений человека с собственной жизнью, и вне этих отношений не существует. Принципиально важно, что человеческая жизнь в плоскости жизненного мира перестает быть только естественным феноменом («формой движения органической материи», «способом существования высокоорганизованных белковых тел» и т. п.) и приобретает статус предмета практической и познавательной деятельности субъекта. В этой деятельности она воссоздается и преобразуется сообразно с ее смыслом для человека. Если верно, что «мир, каков он есть для человека, – это его объективная характеристика» [402, с. 382], то смысл индивидуальной жизни, определяемый в ее отношении к человеку, также составляет объективную онтологическую характеристику данной жизни. И, продолжая, можно сказать, что жизнь настолько является человеческой жизнью, т. е. предметом сознания и действия человека, насколько она осмысленна.

Описанная онтология выполняет функцию специальной научной картины мира для многих психологических концепций и исследований. Философские категории онтологии жизненного мира при этом особым образом преломляются в специальных психологических понятиях. К примеру, всеобъемлющая онтологическая категория «жизненный мир» в результате психологизации трансформируется в понятия «жизненное пространство» [333; 408; 494], «бытийное пространство» [404], «экзистенциальное пространство» [412], «психологическое пространство» [228; 332] и др. В рамках настоящего исследования наибольший интерес представляет логика перевоплощения онтологической категории «жизненный смысл» в психологические представления о смысловых структурах, процессах и целостной смысловой сфере как особой психической «ткани» личности.

Как известно, *онтология жизненного мира – философско-методологическая платформа смыслового подхода к личности* в отечественной психологии. Применительно к психологическому изучению личности ее базовые категории и принципы исчерпывающим образом эксплицированы в работах Д. А. Леонтьева [283; 287]. Самая общая идея смыслового подхода сосредоточена в представлении о том, что *личность – смысловая модель жизненного мира в индивидуальной психике человека*. Узловыми онтологическими категориями, привлекаемыми для психологического анализа смысловой сферы личности и смысловой регуляции деятельности, выступают «жизнен-

ные отношения», «жизненный мир», «модус жизнедеятельности», а также принцип «бытийного опосредования (или мироопосредования) смысловых образований». В системе эти принципы и категории очерчивают онтологический аспект смысла – жизненный смысл, который, в свою очередь, понимается как бытийная основа личностно-смысловых структур и процессов уже как собственно психических явлений. В этом теоретическом контексте смысловая сфера человеческой психики концептуализируется как внутренний мир личности, содержание и строение которого воспроизводит организацию жизненного мира как более или менее упорядоченной совокупности жизненных отношений; смысловые структуры личности трактуются как субъективно превращенные формы объективно существующих жизненных отношений; *смысловые кризисы рассматриваются как состояния развития личности, производные от состояния и динамики реализации ею жизненных отношений.*

2.2. Смысложизненные отношения как модус жизненного мира личности

Онтология жизненного мира доказала свою эвристичность в общепсихологических исследованиях смысловой реальности, в том числе отдельных смысловых структур, процессов и целостной смысловой сферы личности, смыслового строения и динамики ее сознания и самосознания, смысловой регуляции деятельности и создаваемой ею ценностно-смысловой организации жизненного пространства [30; 61; 78; 283; 287; 361; 385; 408; 446 и др.]. Как ни странно, в психологических исследованиях смысла жизни и смысложизненного кризиса, несмотря на свой объяснительный ресурс, онтология жизненного мира еще не получила широкого применения. Вместе с тем, следует согласиться с Д. А. Леонтьевым и Е. Н. Осиным в том, что «полноценный анализ феноменов осмысленности жизни и смыслоутраты невозможен без учета контекста тех взаимоотношений с миром, в которых человек находится, которые устанавливает и преобразует как личность и которые, в свою очередь, оказывают на нее влияния» [353, с. 75]. Единственной психологической работой, где онтология жизненного мира «опрокинута» на проблему смысложизненного кризиса в развитии личности, является диссертационное исследование Е. Н. Осина [354].

Одна из возможных причин такого положения дел заключается в том, что индивидуальная жизнь – далеко не рядовой предмет среди других объектов и явлений жизненного мира, смысл жизни – отнюдь не рядоположен прочим категориям жизненных смыслов, а смысложизненный кризис – не идет ни в какое сравнение с другими психологическими кризисами по масштабам воздействия на жизненный мир и смысловую сферу личности. Чтобы онтология жизненного мира раскрыла свой методологический потенциал применительно к смысложизненной проблематике в психологии, требуется усиление ее аксиоматики и категориального аппарата некоторыми дополнительными абстракциями.

В первую очередь, необходимо принять за аксиому общеизвестное философско-антропологическое положение о том, что собственная жизнь представлена человеку в качестве такой же эмпирической данности, как и все остальные объекты и явления окружающего мира. Корни этого тезиса восходят к марксистской философии человека: «Животное ... – писал К. Маркс, – тождественно со своей жизнедеятельностью. Оно не отличает себя от своей жизнедеятельности. Это есть эта жизнедеятельность. Человек же делает самое свою жизнедеятельность предметом своей воли и своего сознания» [311, с. 18]. Животное сливается со своим существованием, тогда как существенной особенностью человеческого бытия является определенность отношения человека не только к внешнему миру, но также к самому себе и своей жизни. «Там, где существует какое-нибудь отношение, оно существует для меня: животное не «относится» ни к чему и вообще не «относится»; для животного его отношение к другим не существует как отношение» [311, с. 29]. В психологическом дискурсе эта уникальная черта описывается в терминах человеческой способности «занять позицию по отношению к жизни», «сделать свою жизнь предметом сознания и действия», «выйти за пределы жизни», «встать в отношение к жизни», «жизнетворчества» и т. п. Не обсуждая происхождение и природу этой исключительной сущностной силы, констатируем, что человеку, единственному из живых существ, его собственная жизнь открывается как объективная целостность, развернутая во времени и простирающаяся в пространстве далеко за пределы текущей ситуации. Если для других живых существ индивидуальное существование – это натуральный, самопроизвольный процесс, которым живое существо всецело поглощено и из которого себя никак не выделяет, то для человека – это еще и внеположный объект, предоставляющий возможность построения самых разнотипных отношений. В такой «выключенности» из жизни сосредоточена предпосылка и потенция объективирования, предметизации жизни человеком. В данном случае «предметизация» есть превращение жизни в предмет специальной познавательно-практической активности, которая реализует определенное отношение к жизни со стороны человека и, тем самым, опредмечивает в ней это отношение. Как отмечал С. Л. Рубинштейн, «жизнь – это процесс, в котором объективно участвует сам человек» [402, с. 383], и основной способ этого участия – построение и реализация человеком индивидуального отношения к собственной жизни, силой которой она «помещается», «вкладывается» в содержательно определенные контексты жизненного мира.

Таким образом, бесспорно принимая тезис, что человек живет не в физическом или природном мире, а в мире человеческом, онтология жизненного мира вслед за этим должна признать, что его жизнь протекает не как механический или животный процесс, а именно как жизнь человеческая. Это значит, что своим отношением к жизни человек преобразует ее в предмет особой активности, в которой он конструирует жизненную действительность и опредмечивает в ней свое отношение. Эта невиданная и не имеющая аналогов в живой природе человеческая способность является ключом к пониманию психологической сущности смысла жизни и смысложизненного

кризиса в развитии личности. Ведь именно ее признание далее позволяет постулировать *качественно определенную категорию жизненных отношений человека, которые задают первичную онтологическую реальность, соотносимую со смыслом жизни и смысло-жизненный кризисом как явлениями психической природы.*

Эта категория – *смысло-жизненные отношения*, связывающие человека с его собственной жизнью как единым целым и характеризующиеся потенциальной возможностью ее познавательного и практически-преобразующего освоения со стороны человека. Базисным условием замыкания смысло-жизненных отношений выступает не рефлексия жизни человеком, а практические усилия и попытки, направление на изменение наличных жизненных обстоятельств, опробование новых способов и путей жизни, экспериментирование с возможными вариантами жизненного пути. Первые поступки, совершаемые с замыслом на глобальное и долгосрочное преобразование собственной жизни, – вот истинное начало смысло-жизненных отношений. И поскольку эти отношения строятся не в сознании, а в плоскости практического взаимодействия человека с собственной жизнью, постольку их наличие, экстенсивность, направленность и прочие особенности являются объективным фактом, который с равным успехом может быть отрефлексирован как самим человеком, так и сторонним наблюдателем. Неосознанность или неадекватное осознание смысло-жизненных отношений со стороны их носителя не устраняет их действительность и даже не уменьшает их действительность. С позиций онтологии жизненного мира *смысло-жизненным отношениям присваивается статус особой объективной реальности и бытийной первоосновы для любых психических феноменов смысло-жизненной природы.*

Смысло-жизненные отношения человека составляют один из множества *модусов* его жизненного мира – «организованной совокупности всех объектов и явлений действительности, связанных с данным субъектом жизненными отношениями» [283, с. 118]. Рассуждая об этих отношениях, мы до сих пор намеренно умалчивали о том, что это не есть какой-то совершенно необычный тип жизненных отношений. Смысло-жизненные отношения – это особая онтологическая модальность, или бытийное качество, которое могут приобрести жизненные отношения в любом модусе при условии, что соответствующая этому модусу сфера действительности становится важнейшей, центральной и приоритетной частью индивидуальной жизни. Ведь жизнь как целостность – это логическая абстракция, а в онтологическом плане она всегда развертывается как процесс, континуум, который не сжимается в одну временную точку и не бывает предъявленной в виде дискретного, компактного объекта. Жизнь как целостность в онтологическом плане замещают дискретные объекты, явления и сферы действительности, в которых для данного конкретного человека «спрессована» квинтэссенция всей его жизни (по поводу которых сам человек мог бы заявить «в этом – вся моя жизнь»). Посему смысло-жизненные отношения – это отношения с теми объектами и явлениями мира, которые на онтологическом уровне представляют наиболее значимую часть индивидуальной жизни и претендуют на то, чтобы выражать, презентировать эту

жизнь как целое. Они могут смещаться, сдвигаться на любую сферу действительности или модус жизненного мира. И в таком случае «явления человеческого мира – не простые фрагменты очеловеченной природы, а в первую очередь система *смысложизненных реальностей*» [317, с. 35].

Смысл жизни в онтологической плоскости совпадает с объектами, явлениями и целыми сферами действительности, которые притягивают и центрируют на себе индивидуальную жизнедеятельность человека. Это – своего рода центр жизненного мира, вокруг которого фокусируется активность, на который расходуется подавляющая доля энергии и времени человека. Статус смысла жизни способны приобретать объекты, явления, события, относящиеся к любой сфере действительности и локализованные в любом модусе жизненного мира. А это означает, что смысложизненный модус не надстраивается над всеми остальными модусами в виде какого-то превосходного уровня; скорее, он накладывается, проецируется на самые разные модусы жизненных отношений при условии, что они охватывают ту часть или сферу действительности, вокруг которой постоянно вращается и к которой объективно сходится индивидуальная жизнь. Например, если человек усматривает смысл своей жизни в детях, их рождении и воспитании, то в структуре его мира смысложизненный модус соответствует модусу репродуктивных и детско-родительских отношений; если же человек вкладывает главный смысл в еду, ее приготовление и потребление, то смысложизненный модус сдвигается на модус пищевых отношений. В целом, можно утверждать, что смысложизненные отношения весьма пластичны и подвижны: отношения в любом модусе могут трансформироваться в смысложизненные при условии, что объекты и явления этой сферы действительности становятся важнейшей частью индивидуальной жизни.

Смысложизненная реальность – это, прежде всего, реальность связей человека с теми объектами, явлениями и сферами жизненного мира, на которых практически без остатка центрируется его индивидуальная жизнь. Следовательно, ключевым объективным признаком осмысленной жизни является ее устойчивая, избирательная, интенсивная направленность на определенный объект, явление или сферу действительности. Будучи в реальности лишь узким фрагментом безграничного мира и небольшим отрывком индивидуальной жизни, эта сфера действительности претендует на то, чтобы наполнить собой все пространство и время индивидуального существования, вобрать в себя всю жизнь целиком. Связи человека с этой сферой действительности строятся так, как если бы она заключала в себе всю жизнь как целое, как будто бы вся жизнь целиком сошлась к этому частному аспекту мира. «Благодаря этим связям возникает ощущение наполненности жизни смыслом – ощущение включенности ее в более широкий контекст и ее интенциональной направленности на мир. Осмысленность жизни соотносится с богатством связей с миром, прежде всего с их многообразием и структурированностью, связанностью и возникающей в результате связностью жизни как целого» [353, с. 75].

Смысложизненные отношения человека являются ведущими, осевыми отношениями в масштабе его жизненного мира. Объекты и

явления, которые находятся в фокусе этих отношений, наделяются значением смысложизненных ценностей и определяют предметное содержание индивидуального смысла жизни. Выделение в жизненном мире такого рода ценностей, по словам С. А. Рубинштейна, «есть выражение небезразличия человека по отношению к миру, возникающего из значимости различных сторон, аспектов мира для человека, для его жизни» [402, с. 369–370]. Вместе с тем, ценности не возникают «из ничего», «на пустом месте»: их образование, кристаллизация в жизненном мире происходит за счет возвышения некоторых ранее установленных связей человека с миром до ранга смысложизненных отношений. «Ценности не первичны. Не с них надо начинать анализ: они производны от соотношения мира и человека, выражая то, что в мире, включая и то, что создает человек в процессе истории, значимо для человека» [402, с. 369]. Самой сложной проблемой для онтологии жизненного мира остается вопрос о механизмах и факторах, при посредстве которых та или иная категория жизненных отношений из их широкого спектра избирательно приобретает статус смысложизненных отношений. Иными словами, труднообъяснимы основания смысложизненного самоопределения и выбора, в особенности, если жизненный мир человека богат отношениями, соединяющими его с самыми различными областями действительности. В этом, кстати говоря, заключена причина того, что смысла жизни в психологической науке фигурирует преимущественно как объяснительный, а не объясняемый конструкт.

В разных версиях онтологии изолированного индивида решение данной проблемы ограничивается, во-первых, указанием на объективные свойства мира, самой человеческой жизни как части этого мира, которые программируют содержательно определенный, универсальный, вековечный смысл жизни («онтология заданного смысла»); во-вторых, ссылкой на уникальную природу и редкостные способности человека, которые дарят ему свободу смыслотворчества, превращают смысложизненный выбор в акт самовыражения («онтология созданного смысла»). Любое из этих решений основывается на расщеплении, разъединении человека и его жизни, тогда как онтология жизненного мира настаивает на наличии особого отношения человека к действительности собственной жизни, только благодаря которому она и становится действительно человеческой («осмысленной», «очеловеченной», «одухотворенной») жизнью. С этих методологических позиций интересное объяснение, каким же образом отдельные отношения «человек-мир» вдруг переходят в ранг смысложизненных отношений, предлагает Д. А. Леонтьев. Для этого вводится представление о смыслопорождении и его механизмах: «На уровне самых общих смысловых ориентаций (к нему мы относим такие психологические образования, как потребности, личностные ценности, мировоззрение, смысл жизни и самоотношение) смыслообразование невозможно, ибо смысловые структуры этого уровня не наполняются смыслом из какой-то еще более высокой смыслообразующей инстанции – такой инстанции нет ... Выделение в жизненном мире субъекта ведущих смысловых ориентиров, которые становятся в дальнейшем смыслообразующими основаниями его жизнедеятельности, осуществляется на основании индивидуально-непо-

вторимых актов смыслопорождения» [283, с. 131, 133]. Теоретически постулируются следующие механизмы порождения смыслов: «замыкание жизненных отношений», «индукция смысла», «идентификация», «инсайт», «столкновение смыслов», «полагание смысла» [283, с. 133–138]. И хотя Д. А. Леонтьев характеризует эти механизмы как «психологические», важно понимать, что смыслопорождение, будь то дискретный акт или континуальный процесс, протекает не во внутреннем (интрапсихическом) пространстве, а в пространстве практического взаимодействия с объективной реальностью, эмпирически данной человеку как его собственная жизнь.

Кроме того, некоторые исследователи, работающие в русле онтологии жизненного мира, акцентируют внимание, что жизненные отношения, порождающие смысл жизни и ценности, возникают на относительно поздних стадиях становления жизненного мира человека [228; 409]. Так, Н. Р. Салихова пишет: «Становление жизненного мира совершается как последовательное появление его новых измерений, задающих многомерность человеческого пространства. Сначала «объективная реальность» (мир без человека) превращается в категоризованный значениями предметный мир, который становится затем смысловой реальностью, и далее – ценностной действительностью» [408, с. 15–16]. Очевидно, что различные категории жизненных отношений складываются на разных этапах онтогенетического развития человека. К тому возрастному периоду, на котором впервые завязываются смысложизненные отношения, жизненный мир любого человека уже охватывает гетерогенное множество жизненных отношений. В дифференциальной онтологии жизненных миров, разработанной Ф. Е. Василюком, этот параметр обозначается как «простота-сложность жизненного мира» [78, с. 87]. Сложность мира, выраженная широтой и разветвленностью жизненных отношений, становится реальным базисом для формирования индивидуального смысла жизни: чем более обширные и разнообразные сферы действительности освоены человеком, тем больше степеней свободы смысложизненного поиска и самоопределения. Альтернативы смысложизненного выбора каждого конкретного человека лимитированы границами его жизненного мира, который вмещает в себя большую или меньшую область безграничной объективной действительности.

С учетом многообразия и разнородности жизненных отношений человека в онтологии жизненного мира в качестве теоретического принципа их упорядочивания используется понятие о «модусах» жизненного мира, или «модусах» жизнедеятельности. Модус жизненного мира – это совокупность однородных жизненных отношений, заданных качественно определенной формой взаимодействия человека с миром [283; 408]. Границы модусов изменчивы и подвижны, поскольку один и тот же объект или даже область действительности может соединяться жизненными отношениями с совершенно разными потребностями у разных людей или в разное время у того же самого человека. Более того, границы модусов условны и виртуальны, поскольку один и тот же объект или явление – одним словом, «кусочек» действительности, будучи связанным с удовлетворением многих потребностей, оказывается частью сразу нескольких модусов жизненного мира. «Зонирование» жизненного мира на модусы и

«демаркация» границ каждого модуса носит строго индивидуальный характер, хотя, как правильно подчеркивает Д. А. Леонтьев, «многие жизненные отношения совпадают у больших групп людей или даже у всего человечества в меру общности тех или иных их объективных характеристик» [283, с. 118].

Онтологическое понятие «модус жизненного мира» особо ценно для психологии, поскольку каждому модусу могут быть поставлены в соответствие, во-первых, отдельный вид деятельности – качественно специфичная форма активного взаимодействия человека с миром, направленная на реализацию и поддержание в оптимальном состоянии той или иной категории жизненных отношений; во-вторых, особая форма субъектности, выявляющая человека в качестве инициатора и носителя этих жизненных отношений и соответствующего вида деятельности; в-третьих, специальная подсистема (контур) психической регуляции (психических структур, процессов, механизмов), обеспечивающая сообразование деятельности субъекта с объективной логикой соответствующей категории жизненных отношений, и, наконец, особой линии онтогенетического развития индивидуальной психики, содержание которой составляет становление человека в качестве носителя соответствующих форм субъектности, видов деятельности, механизмов и принципов психической регуляции.

По сути, разграничение модусов жизненного мира является онтологическим основанием для членения психологической структуры сознания, личности и деятельности человека, а также для расщепления, расслоения процесса его психического развития на относительно самостоятельные генетические линии и ряды. Общий аксиоматический посыл онтологии – «человек таков, каков его жизненный мир» [228], или «принцип мироопосредования» [283] – на конкретно-психологическом уровне оборачивается в принцип изоморфизма психической организации и психического развития человека устройству его жизненного мира. Этот принцип может быть пролонгирован и далее, если учитывать, что индивидуальная психика, субъективная реальность отдельного человека является своего рода микромоделью жизненного мира, тогда как его макромоделью служит культура. Одинаково устроенными, т. е. изоморфными друг другу, оказываются не только жизненный мир и психика живущего в нем человека, но и культура, которая относительно жизненного мира выступает хранилищем опыта жизненных отношений, а относительно индивидуальной психики – источником развития. С точки зрения рассматриваемой онтологии, культура интерпретируется как надиндивидуальная, обобщенная модель жизненного мира, исторически созданного в жизнедеятельности конкретной социальной общности, выполняющая функции сохранения, воспроизводства и трансляции опыта построения и реализации жизненных отношений как в рамках одного поколения, так и между поколениями [67; 139; 234].

Таким образом, в расширенной формулировке принцип изоморфизма утверждает подобие устройства жизненного мира, личности и культуры. Это означает, что деление жизненного мира на модусы разнокачественных отношений в превращенных формах отображается и прослеживается на микроуровне (в организации индивидуальной психики, деятельности и психического развития отдельного

человека) и на макроуровне (в организации конкретной культуры). Сама же возможность изоморфного воспроизведения и воплощения реальных жизненных отношений в субстрате психических и культурных явлений в онтологии жизненного мира обосновывается понятием «превращенной формы» [265; 283; 310].

Описанную закономерность в соотношениях жизненного мира, личности и культуры можно проиллюстрировать, если выстроить логический ряд из онтологических, психологических и культурологических понятий, например, «модус жизненных отношений – динамическая смысловая система личности – нормативно-ценностная система культуры». Динамическая смысловая система и нормативно-ценностная система в данном ряду фигурируют как соответственно психологически и культурно превращенные формы реальных жизненных отношений той или иной онтологической модальности. Динамическая смысловая система – это единица строения смысловой сферы личности, которая интегрирует совокупность смысловых структур и процессов, являющихся субъективно превращенными формами однородных жизненных отношений, специализированных на психической регуляции того вида деятельности, который релевантен этому модусу жизненных отношений [28; 283]. Соотношение динамических смысловых систем в структуре смысловой сферы личности, равно как и соотношение видов деятельности в структуре ее целостной жизнедеятельности отображает подразделение на модусы жизненного мира данной личности. На уровне культуры превращенной формой той или иной системы однородных жизненных отношений выступает т. н. нормативно-ценностная система деятельности – «подсистема культуры, которая определяется, во-первых, ценностным компонентом, складывающимся из предмета, целей и средств деятельности; во-вторых, нормативным компонентом (правилами, регулирующими осуществление деятельности); в-третьих, поскольку речь идет о системах социальной практической деятельности, способом организации коллективной деятельности» [461]. Формирование динамических смысловых систем в психологической структуре личности и овладение соответствующими видами человеческой деятельности осуществляется по мере освоения, интериоризации личностью выработанных и представленных в культуре нормативно-ценностных систем. Это, в свою очередь, сопутствует вхождению и натурализации человека в жизненный мир, созданном предшествующими поколениями.

Если последовательно придерживаться принципа изоморфизма, то выделение смысложизненных отношений в качестве относительно обособленного модуса жизненного мира влечет за собой необходимость определения: 1) формы субъектности; 2) вида деятельности; 3) психических структур, процессов и механизмов, которые являются субъективно превращенными формами смысложизненных отношений, конституируют личность в качестве их субъекта и регулируют деятельность, в которой эти отношения порождаются и осуществляются. При этом также необходимо учитывать, что формирование и развертывание этой формы субъектности, вида деятельности и подсистемы психической регуляции составляет относительно автономную линию в структуре индивидуального психического раз-

вятия. Так как смысложизненные отношения направлены на индивидуальную жизнь как целостный объект, то человек в этих отношениях фигурирует в качестве *субъекта жизни*. Формой человеческой активности, в которой смысложизненные отношения получают свою практическую реализацию, выступает *жизнедеятельность* – деятельность, предмет которой составляет индивидуальная жизнь как целостность. Психической системой, которая интегрирует субъективно превращенные смысложизненные отношения и репрезентирует их в структуре сознания и личности человека, является *смысл жизни*.

«Субъект жизни», «жизнедеятельность», «смысл жизни» – триада научных понятий, необходимых для конкретно-психологического анализа человека в системе смысложизненных отношений и, в особенности, порождаемых этими отношениями психических феноменов, механизмов и закономерностей, в том числе и смысложизненного кризиса. Все понятия этой триады логически увязаны между собой, и ни одно из них не может быть определено в отрыве от других. Так, субъект жизни – это человек как инициатор и исполнитель жизнедеятельности, направленной на преобразование жизненных обстоятельств и побуждаемой смыслом жизни в качестве ее собственного мотива. Жизнедеятельность – это специфическая форма активности человека в качестве субъекта жизни, направленная на поиск, поддержание и практическую реализацию смысла жизни. Смысл жизни – психическая структура, конституирующая человека как субъекта жизни и служащая верховной инстанцией психической регуляции его индивидуальной жизнедеятельности. Онтогенетическое становление смысла жизни и жизнедеятельности составляют специфическое содержание психического развития человека как субъекта жизни.

Вместе взятые понятия «субъект жизни», «жизнедеятельность» и «смысл жизни» создают систему теоретических координат для исследования психологической природы и сущности смысложизненного кризиса. В русле философско-онтологического анализа эти понятия вводятся в предельно отвлеченном виде, а в следующих разделах работы – по мере восхождения от абстрактного к конкретному – они будут подвергнуты детальной психологической проработке. Здесь же для полноты их онтологической характеристики следует коснуться важной особенности, объединяющей субъекта жизни, жизнедеятельность и смысл жизни и продиктованной их производностью от смысложизненных отношений человека.

Выше уже отмечалось, что смысложизненные отношения – это особая онтологическая модальность жизненных отношений, которую они приобретают или теряют в связи с тем, что определенные объекты, явления и сферы действительности наделяются или лишаются статуса смысла жизни (смысложизненных ценностей) для человека. У разных людей и у одного и того же человека *смысложизненные отношения могут сдвигаться на самые различные модусы жизненных отношений, и, таким образом, они представляют собой «метамодус» жизненного мира*. Жизненные отношения, на которые переносится данный модус, качественно преобразуются и обогащаются новыми объективными качествами. Охваченная этими отно-

шениями область предметной действительности становится условным центром жизненного мира, начинает выступать главной частью индивидуальной жизни, если не жизнью в целом. В этой связи *смысложизненные отношения можно охарактеризовать как метасистемный уровень организации жизненного мира* – всей совокупности жизненных отношений данного конкретного человека.

Метасистемный характер смысложизненных отношений вторично обуславливает *метасистемный статус*, во-первых, субъекта жизни соотносительно с другими формами субъектности, во-вторых, жизнедеятельности соотносительно с другими видами деятельности; в-третьих, смысла жизни как собственного мотива жизнедеятельности соотносительно с мотивами других деятельностей человека. Метасистемность в каждом из этих трех случаев означает, что: 1) субъект жизни предстает не как какое-то онтологически самостоятельное образование, а как особое качество, переходящее на субъекта профессии, семейных отношений, досуга и т. д. при условии, что какая-то из этих сфер приобретает смысложизненную значимость и становится важнейшей частью индивидуальной жизни; 2) жизнедеятельность выступает не как онтологически отдельный вид деятельности, а как особая форма организации наличных деятельностей человека, подчиненная задаче поиска, поддержания и практического осуществления смысла жизни; 3) смысл жизни не является мотивационной структурой, совершенно обособленной от «рядовых» мотивов, а скорее особым качеством мотива или мотивов, поднявшихся на вершину мотивационной иерархии и с «высоты» своей чрезвычайной значимости освещающих смыслом индивидуальную жизнь целиком. Субъект жизни, жизнедеятельность и смысл жизни составляют особое психологическое измерение, которое оказывается недоступным для многих исследований, узко сфокусированных на конкретных формах субъектности, частных видах деятельности и отдельных мотивационно-смысловых структурах личности. Чтобы увидеть, как через частные проявления субъектности проступает субъект жизни, посредством локальных видов деятельности осуществляется жизнедеятельность, а сквозь парциальные мотивы просвечивает смысл жизни, необходимо реконструировать онтологический контекст и углубиться в реальность смысложизненных отношений. Метасистемный статус смысложизненных отношений и обусловленных ими психических явлений, форм субъектности и видов деятельности человека служит онтологическим основанием для применения методологии *метасистемного подхода* [219; 220] в целях психологического анализа смысложизненного кризиса.

Резюмируя изложенное, можно утверждать, что каждый модус и регион жизненного мира охватывает достаточно однородные жизненные отношения, которым могут быть поставлены в соответствие, во-первых, качественно определенные виды деятельности, во-вторых, качественно своеобразные формы субъектности личности. С учетом множества модусов жизненных отношений множатся и формы субъектности, и соположенные им виды деятельности, хотя личность при этом остается психологически единой и неделимой. Единомножие субъектных проявлений личности в разных модусах жизненных отношений подчеркивается такими психологическими

понятиями как, например, «мультисубъектный состав личности» [372, с. 388], «интегрированная полисубъектность» [171]. Будучи сложной психической системой, обеспечивающей ориентацию человека в жизненных отношениях и сообразование его активности с их устойчивым укладом, личность внутри себя дифференцирована на регуляторные подсистемы, каждая из которых специализируется на сопровождении определенного вида деятельности и конституирует соответствующую форму субъектности. Внутренне строение личности в каком-то смысле гомологично, изоморфно устройству ее жизненного мира: сколько качественно разнородных модусов жизненных отношений объемлет этот мир, столько же подсистем психического отражения и регуляции интегрирует в себе личность. Точно так же и развитие личности протекает в виде многолинейного процесса, где каждый генетический ряд представляет особое направление субъектогенеза – зарождения и становления личности в качестве субъекта конкретной формы активного взаимодействия с миром (вида деятельности) в определенном модусе жизненных отношений. И чем шире и богаче связи человека с миром, тем сложнее психологическая структура и разностороннее развитие его личности.

Все сказанное, являясь логическим продолжением исходных идей онтологии жизненного мира применительно к проблеме развития личности, позволяет утверждать, что всякий личностный кризис вписан в определенную линию субъектогенеза и детерминирован противоречиями, которые назревают в конкретном модусе жизненных отношений личности. Это заставляет задаться вопросом, который, как это ни парадоксально, практически не озвучивается в существующих концепциях смысложизненного кризиса, а именно: *к какой линии личностного развития принадлежит смысложизненный кризис?*

Чтобы ответить на него, следует обратить внимание на особый модус жизненных отношений личности – «смысложизненный модус», или «модус смысложизненных отношений». Как уже отмечалось выше, он охватывает совокупность отношений личности с индивидуальной жизнью как целостностью, что подразумевает потенциальную возможность взаимодействия с нею в той или иной форме, прежде всего, ее познания и практического преобразования. В этом модусе жизнь предстает в качестве особого объекта, а личность – в качестве субъекта, иницирующего и осуществляющего по отношению к ней разные формы познавательной (созерцательной) и деятельно-практической (преобразующей) активности. Что касается смысла жизни, то это структурно-функциональное объединение психических структур, процессов и механизмов, которые порождаются столкновением личности с собственной жизнью как целым и в дальнейшем регулируют протекание любых форм познавательного и практического взаимодействия между ними. Смысл жизни, сложившийся в структуре личности в виде относительно обособленной регуляторной подсистемы, придает личности новый субъектный статус – качество *субъекта жизни*. Именно этим понятием в психологии принято обозначать личность, которая занимает осознанную, осмысленную, деятельную позицию по отношению к своей жизни и вступает в активное взаимодействие с жизненными обстоятель-

ствами с целью приведения их в оптимальное состояние [4; 5; 99; 213; 245; 295; 402; 410].

По существу, *субъект жизни – системное качество, приобретаемое и обнаруживаемое личностью в модусе смысложизненных отношений*. И поскольку выстраивание, поддержание и осуществление этих отношений является определяющим фактором развития и функционирования субъекта жизни, становится очевидным, что смысложизненный кризис принадлежит именно к данной линии личностного развития (субъектогенеза). Это кризис развития личности в качестве субъекта целой жизни, а не субъекта какой-либо парциальной деятельности, соотносимой с частной сферой (доменом) жизни.

2.3. Противоречия смысложизненных отношений личности как источник кризиса

Теперь от общих положений о смысложизненных отношениях – первичной порождающей реальности по отношению к смыслу жизни как регуляторному образованию индивидуальной психики – перейдем к анализу онтологических (бытийных) предпосылок для возникновения смысложизненного кризиса как психологического кризиса в развитии личности. В первую очередь, необходимо учитывать, что *отношения человека с собственной жизнью в смысложизненном модусе могут складываться как благоприятным, так и неблагоприятным для его личностного развития образом*. «Каждый модус жизнедеятельности характеризуется в каждый момент времени определенным состоянием жизненных отношений», – отмечает Д. А. Леонтьев [283, с. 119]. Человек осознанно или неосознанно стремится к оптимальному взаимодействию с миром, что составляет его сквозной интерес при реализации разных видов жизненных отношений. Под реализацией жизненных отношений, вслед за Д. А. Леонтьевым, следует понимать «активность субъекта, направленную на установление оптимального состояния жизненных отношений в данном модусе, то есть такого состояния, которое максимально способствует продолжению существования и развитию субъекта» [283, с. 119]. Следовательно, психологическое описание условий, факторов и причин – словом, детерминант смысложизненного кризиса должна предпосылать их онтологическая характеристика, в рамках которой *кризис квалифицируется как особенное состояние отношений, замыкающихся между человеком и его индивидуальной жизнью как объективной данностью*.

Благоприятным (оптимальным) состоянием следует считать ситуацию, когда отношения человека в смысложизненном модусе сформированы, сохранены и реализуемы. Объективным критерием такого состояния является сквозная и устойчивая интенциональную направленность индивидуальной жизни на определенные объекты, явления и целые предметные области мира, ставшие для человека смысложизненными ценностями и задающие контекст для смыслообразования его жизни. Такое состояние предполагает активную вовлеченность, включенность человека во взаимодействие с собственной жизнью и

обуславливает переживание ее осмысленности. Как пишет философ П. П. Соболев, «понятие «включенность» наиболее адекватно отражает индивидуальный срез связи человека с жизненными условиями. Она не предполагает однозначно жестких зависимостей и вместе с тем позволяет выразить как социальную детерминацию, так и ценностно-смысловую регуляцию активных жизнепроявлений личности. Она характеризует внутреннюю причастность к значимому делу, к макро- и микромиру людей, к миру знаний, отражает отношения в сфере глубоко интимных отношений в любви, дружбе, семье, различные референтные ориентации» [118, с. 75–76].

Напротив, неблагоприятным (неоптимальным) состоянием смысложизненного модуса выступает ситуация выключенности человека из системы отношений с индивидуальной жизнью, что в психологическом измерении соотносится с переживанием смысложизненного кризиса. Для описания этого состояния в онтологическом аспекте Д. А. Леонтьев и Е. Н. Осин предлагают использовать термин «отчуждение», который означает отсутствие, узость или нарушение жизненных отношений личности со смыслообразующими контекстами мира [353]. С этой точки зрения, «переживание кризиса смысла является субъективным переживанием неполноты реальных жизненных отношений индивида» [350, с. 120].

По нашему мнению, в онтологическом плане могут быть выделены три ситуации, в каждой из которых заложены специфические бытийные противоречия, при определенных условиях запускающие смысложизненный кризис в личностном развитии человека:

1) *ситуация отсутствия смысложизненных отношений* (когда индивидуальная жизнь как целостный объект явлена человеку, но смысложизненные отношения с этим объектом не установлены, не налажены, не сформированы, что исключает возможность активного вовлечения и участия человека в процессе собственной жизни);

2) *ситуация распада смысложизненных отношений* (когда ранее сложившиеся и прежде осуществлявшиеся смысложизненные отношения разрываются, утрачиваются, уничтожаются в силу объективных изменений в обстоятельствах жизни и (или) в свойствах самого человека, которые делают невозможным их дальнейшее поддержание и реализацию);

3) *ситуация нереализованности или нереализуемости смысложизненных отношений* (когда смысложизненные отношения установлены и сохранены, но они слишком неадекватны объективным свойствам жизни и человека, чтобы их осуществлять оптимальным образом).

Таким образом, общим психологическим итогом неразвитости, нарушенности и нереализуемости этих отношений становится смысложизненный кризис в личностном развитии человека. В методологическом контексте онтологии жизненного мира *смысложизненный кризис понимается как субъективное отражение противоречивости отношений в смысложизненном модусе, а точнее – форма субъективного переживания перечисленных бытийных противоречий*. Смысложизненные кризисы сигнализируют о противоречивости отношений личности с собственной жизнью как единым целым и являются кризисами развития личности в качестве субъекта жизни.

ГЛАВА 3

ИСТОРИОГЕНЕЗ СМЫСЛОЖИЗНЕННОГО КРИЗИСА В РАЗВИТИИ ЛИЧНОСТИ



3.1. Историческое происхождение и социокультурная детерминация смысложизненного кризиса: постановка проблемы

Историчность – фундаментальная закономерность психического развития человека, выражающаяся в сложной зависимости его содержания, форм, темпов, способов и возрастной структуры от исторического контекста, социокультурных условий эпохи. Наиболее глубоко и обстоятельно данная закономерность раскрывается в культурно-историческом [27; 56; 57; 86; 107; 259; 260; 297; 505; 507 и др.], контекстуальном [528; 645] и экологическом [359; 360; 540] подходах к психическому развитию человека. В свое время А. Н. Леонтьев специально подчеркивал: «Влияние конкретно-исторических условий сказывается как на конкретном содержании той или другой отдельной стадии развития, так и на протекании процесса психического развития в целом» [269, с. 504]. В настоящее время принцип историзма продуктивно привлекается для изучения самых разных аспектов и составляющих процесса психического развития: отдельных психических новообразований (например, автобиографической памяти [341], переживаний [78; 116], биографической рефлексии [227], временной перспективы [458], ценностных ориентаций [123]), ведущих видов деятельности (например, детской игры [507] и интимно-личностного общения подростков [383]), социальной ситуации развития возраста (например, детского [314; 376], подросткового [464] и зрелого [412]) и т. д.

Вместе с тем многие исследователи обоснованно отмечают недостаточную широту применения и критически оценивают традиционные пути реализации принципа историзма в конкретно-психологических исследованиях. Проблематизации подвергаются такие формы его использования, как «абстрактный историзм» и «конкретный историзм» [239; 259; 518; 698]. В одном случае исторические условия трактуются как абстрактный контекст, фон индивидуального психического развития, а конкретно-историческая природа психических явлений лишь формально декларируется. В другом случае принцип историзма преимущественно реализуется в виде сравнительно-исторических, кросскультурных, межпоколенных исследований, нацеленных на выявление исторических, культурных и когортных различий в психических свойствах, процессах и состояниях. Общими чертами абстрактного и конкретного историзма являются, во-первых, односторонняя трактовка связи исторического процесса и индивидуального психического развития: исторические условия рассматриваются только в роли детерминант (источников, факторов), а психические явления и их особенности – исключительно в качестве готовых продуктов этой детерминации; во-вторых,

невыделенность промежуточных переменных, транслирующих влияние макроуровневых общественно-исторических событий на уровень индивидуального развития.

В противовес такому упрощенному взгляду подлинное методологическое значение принципа историзма видится в том, чтобы, с одной стороны, осмыслить психические новообразования как исторические феномены, т. е. вывести их из конкретных возможностей, опасностей и ограничений индивидуального развития, которые привнесены конкретными общественно-историческими переменами и событиями; с другой стороны, выявить включенность психических новообразований в механизм движения истории, раскрыть их причастность к последующим социальным изменениям. При таком подходе история выступает как живой процесс, в котором прослеживается двусторонняя, взаимная обусловленность социокультурных инноваций и психических новообразований [27; 260]. Принцип историзма, таким образом, предполагает изучение взаимопроникновения и взаимопереходов *исторической детерминации психики и психической детерминации истории*.

Кризисы составляют неотъемлемую часть онтогенетического развития психики человека. Они тоже историчны в том смысле, что их психологическое содержание, источники, узловые противоречия, формы переживания, способы преодоления детерминируются конкретно-историческими условиями. Идея исторического происхождения и социокультурной детерминации противостоит натуралистическим воззрениям, согласно которым кризисы есть нечто вечное и неизменное в психическом развитии, заданное естественными причинами, прежде всего, биологическим созреванием организма и прижизненным разветвлянием генетической наследственности. Как отмечал А. Н. Леонтьев, «о существовании кризисов развития известно давно, и «классическое» их понимание состоит в том, что они относятся за счет вызревающих внутренних особенностей ребенка и тех противоречий, которые на этой почве возникают между ребенком и средой. С точки зрения такого понимания кризисы, конечно, неотвратимы, потому что ни при каких условиях неотвратимы сами противоречия, о которых идет речь. Нет ничего, однако, более ложного в учении о развитии психики, чем эта идея» [269, с. 506]. Хотя для современных исследований кризисов принцип историзма далеко не новация, его применение в данной научной области еще не приняло масштабного и систематического характера. Немногочисленные исследования избирательно сфокусированы на нормативных кризисах детского и подросткового возраста [242; 376; 383; 464; 506; 507 и др.], оставляя за рамками рассмотрения историчность происхождения и детерминации психологических кризисов более поздних стадий индивидуального развития.

Смыслжизненный кризис принадлежит к числу онтогенетических кризисов, пока еще не охваченных принципом историзма, ввиду чего его историогенез и социокультурная обусловленность представляют актуальную проблему для общепсихологического исследования [202; 206]. Незавершенность данной проблемы отчасти объясняется тем, что в рамках онтологий заданного и созданного

смысла, на которых основывается подавляющая часть имеющихся концепций смысложизненного кризиса, сама постановка этого вопроса не представляется возможной и необходимой. Обе названные онтологии, несмотря на их существенные расхождения, объединяются в *экзистенциально-антропоцентрический подход*, в рамках которого смысложизненный кризис интерпретируется как *универсальное и инвариантное явление личностного развития человека, носящее внеисторический и культурно-неспецифический характер*. Тем самым подразумевается, что он детерминирован: 1) неизменной природой человека как «смыслозависимого» существа, которое обладает врожденной потребностью в смысле и обречено на его извечный поиск; 2) исконной ситуацией человеческого бытия (экзистенции) в объективно абсурдном, онтологически бессмысленном мире. С этой точки зрения, возникновение смысложизненного кризиса совершенно не зависит ни от культурной специфики, ни от уровня исторического развития общества, в котором протекает процесс становления личности. По сути, *экзистенциально-антропоцентрический подход является одним из вариантов исторического натуралистического мышления, усматривающего истоки смысложизненного кризиса в природе человека и «человеческой ситуации»*.

Антитезой натурализму, проповедуемому в онтологиях заданного и созданного смысла, выступает принцип историзма, имплицитно заложенный в онтологии жизненного мира. Данная онтология в качестве конструктивной оппозиции и альтернативы экзистенциально-антропоцентрическому подходу может предложить *культурно-исторический подход*, в контексте которого смысложизненный кризис истокковывается как *конкретно-историчное и культурно-специфичное явление личностного развития человека*. Это означает, что данный кризис возникает в структуре личностного развития людей лишь определенной исторической эпохи и только в определенных культурах, а его онтологические и психологические предпосылки складываются в зависимости от исторически и культурно изменчивых отношений человека с миром [202].

Приступая к анализу историогенеза и социокультурной детерминации смысложизненного кризиса с позиций онтологии жизненного мира, важно с самого начала эксплицировать те идеи, которые выступают логическими «мостами», «точками» сопряжения между данной онтологией, принципом историзма и культурно-историческим подходом к психическому развитию человека.

Основанием единства онтологии жизненного мира и принципа историзма служит идея о том, что жизненный мир – это *исторически складывающаяся и развивающаяся система субъект-объектных отношений человека* (в лице отдельных индивидов, малых и больших социальных групп, совокупного человечества), в которых объекты и явления действительности выступают в качестве предметов человеческих (индивидуальных и общественных) потребностей, средств и продуктов человеческой (индивидуальной и коллективной) деятельности. «Ткань» исторического процесса, с точки зрения данной онтологии, составляют изменения содержания, состава, структуры и способов осуществления жизненных (субъект-объектных) отношений

человека к миру. Эти изменения выражаются в непрерывном построении новых модусов жизненных отношений и преобразовании сложившейся в данном обществе и культуре инфраструктуры жизненного мира. В онтологическом измерении *исторический процесс разворачивается как процесс становления, воспроизводства, модификации и распада разных видов, систем и целостных формаций жизненных отношений, как процесс конструирования жизненных миров в деятельности отдельных людей, обществ и всего человечества*. Состав и структура жизненных отношений человека с миром меняется от эпохи к эпохе и от культуры к культуре: «В этой плоскости история и выступает как история культурных формообразований мира» [317, с. 25].

С позиций онтологии жизненного мира сущность индивидуального психического развития выражается в становлении человека полноценным *субъектом жизненных отношений*, выработанных в ходе исторического развития общества и человечества. Развитой субъект способен не только к освоению и воспроизводству наличных жизненных отношений, но и к их творческому преобразованию и созданию совершенно новых видов жизненных отношений в собственной деятельности [107; 263]. Приобретение развивающимся человеком этой общей способности подразумевает формирование психических структур, процессов, механизмов, которые обеспечивают адекватную ориентировку в жизненных отношениях и регуляцию индивидуальной деятельности сообразно с их сложившейся устойчивой структурой. Активность человека в каждом качественно определенном модусе жизненных отношений дает начало относительно автономной линии психического развития, т. е. ведет к образованию психических структур со специализированными отражательными и регулирующими функциями и овладению специальными видами деятельности. Совокупность таких психических и деятельностных новообразований конституирует человека в качестве субъекта конкретного вида (модуса) жизненных отношений. Поэтому *чем шире и богаче система жизненных отношений, культивируемых конкретным обществом в определенную историческую эпоху, тем сложнее и разностороннее психическое развитие членов данного общества и современников данной эпохи*.

Онтология жизненного мира фундирует принцип историзма постольку, поскольку признает производность содержания, структуры и динамики психического развития человека от исторически и культурно изменчивых систем жизненных отношений и жизненного мира в целом. *Историческая изменчивость и культурная вариативность жизненных отношений, практикуемых в определенном обществе, выступает онтологической (бытийной) предпосылкой историчности и культурной специфичности индивидуального психического развития*. В ходе истории вслед за появлением новых видов жизненных отношений и форм их деятельностно-практической реализации складывается объективная необходимость в формировании психических новообразований (структур, процессов и механизмов), которые обеспечивают адекватную ориентировку в этих новоявленных отношениях и регуляцию соответствующих им видов познава-

тельной и практической деятельности человека. Каждое более или менее значительное преобразование жизненных отношений обуславливает видоизменение или возникновение новых *задач индивидуального развития*, которые по-своему трансформируют содержание, структуру и логику онтогенеза человеческой психики.

Таким образом, *чтобы понять конкретно-исторический характер феноменологии, механизмов и закономерностей психического развития человека необходимо реконструировать культурно-исторические особенности современного ему жизненного мира.*

Онтология жизненного мира выступает методологической (мировоззренческой) платформой не только для принципа историзма, но и, как справедливо отмечают некоторые исследователи, для культурно-исторической теории психического развития человека, хотя их логические связи не были обозначены и эксплицированы с достаточной четкостью [106; 133; 265]. Основой основ данной теории является, как известно, выделение двух рядов психического развития и двух соответствующих классов психических функций – низших (натуральных) и высших (культурных). Вместе с тем от внимания привычно ускользает то, что данное различие зиждется на еще более фундаментальном онтологическом разделении двух сфер человеческой реальности – жизненного мира и окружающей (физической и природной) среды. Родоначальник культурно-исторического подхода Л. С. Выготский указывал, что «в то время, как для животного существует только окружение, для человека возникает представление о мире. История возникновения этого представления о мире имеет своим началом человеческую практику и возникающие в ней значения и понятия» [87, с. 280].

Расчленение действительности на «мир» и «среду», по сути, выполняет функцию онтологического критерия-дискриминатора для разведения высших, культурных и низших, натуральных психических функций и форм поведения человека. С точки зрения данного критерия, *низшими (натуральными) являются те психические функции и формы поведения, которые необходимы и достаточны для приспособления к естественной среде обитания; высшие (культурные) функции обеспечивают ориентировку человека в жизненном мире и регулируют его поведение согласно жизненным отношениям, тем самым придавая ему качество подлинно человеческой деятельности.* Высшие психические функции конституируют человека в качестве субъекта жизненных отношений, ибо только через них окружающая действительность открывается его сознанию как жизненный мир – пространство предметов человеческой деятельности. *Исторически необходимость в высших психических функциях появилась по мере возникновения жизненного мира как особого сверхчувственного (смыслового) измерения объективной физической и природной реальности.* Приобретение этих функций в ходе онтогенеза – непреложное условие «натурализации» развивающегося человека в жизненном мире определенного общества в конкретную историческую эпоху.

Высшие психические функции человека формируются на основе приобщения к содержанию культуры и его интериоризации [86; 269;

507]. И если жизненный мир – смысловое «квазиизмерение» объективной действительности [265; 271; 283], а культура – «смысловая модель жизненного мира» [67; 234; 317], то *высшие психические функции имеют смысловую природу*. Они представляют собой субъективно превращенные формы реальных жизненных отношений, а, следовательно, репрезентируют жизненный мир и регулируют деятельность человека сообразно с конституирующими его жизненными отношениями. Все они выполняют функцию ориентировки в *жизненном смысле* объектов и явлений действительности и сообразования с этим смыслом поведения, деятельности и целостной жизнедеятельности человека. Сознание и личность – это интегральные психические функции культурно-исторического происхождения, опосредствующие детерминацию человеческой активности жизненным миром, т. е. системой жизненных отношений и производных от них жизненных смыслов. Сознание приобретает системное *смысловое* строение, о котором писал Л. С. Выготский [86], именно в силу «смыслоцентрированного» характера образующих его высших психических функций.

Таким образом, высшие психические функции – это исторически выработанные и культурно опосредствованные новообразования психики человека, которые функционально специализированы на ориентировке его сознания и регуляции его деятельности в плоскости жизненного мира. *Онтологический базис всех высших психических функций составляют реальные жизненные отношения человека с миром*. История, как живой процесс конструирования отдельных жизненных отношений и целых жизненных миров в человеческой практике, непрерывно производит все новые и новые высшие психические функции. Это означает, что сугубо человеческое в человеческой психике конституируется и опосредуется исторически меняющимся жизненным миром. Культурно-исторические различия жизненных миров есть онтологические предпосылки изменчивости высших психических функций. Чем сложнее и богаче жизненные отношения в рамках определенного мира, тем вариативнее развитие сознания и личности в контексте соответствующей ему культуры. С учетом данной особенности высших психических функций принцип *культурного опосредования*, объясняющий их генезис, целесообразно расширить до *принципа бытийного опосредования, или «мироопосредования»* [33; 283].

3.2. Обособление личной жизни как историческая предпосылка смысложизненного кризиса

Смысложизненный кризис – это кризис психического развития, обусловленный противоречиями в построении, сохранении и реализации человеком особой разновидности жизненных отношений. Качественную определенность этим отношениям придают их «полюса»: человек в них выступает в качестве субъекта жизни, а индивидуальная жизнь как целостность фигурирует в качестве объекта, который подвергается познанию и практическому преобразованию со стороны субъекта. С учетом этих атрибутивных характеристик дан-

ные отношения были квалифицированы как *смысложизненные отношения* [202].

Смысложизненные отношения, как и все прочие системы жизненных отношений, являются исторически сложившимся модусом жизненного мира, причем его становление и развитие характеризуется исторической неравномерностью и культурной избирательностью. Возникновение этих отношений повлекло за собой серьезные изменения содержания, структуры и логики психического развития людей, живущих в соответствующих культурно-исторических обстоятельствах. *Смысл жизни и жизнедеятельность – центральные новообразования индивидуального развития, обусловленные вовлечением человека в строительство, поддержание и осуществление смысложизненных отношений.* Смысл жизни при этом выступает высшей психической функцией, а жизнедеятельность – высшей формой человеческой деятельности, которые солидарно обеспечивают человеку возможность овладения собственной жизнью как целым и тем самым конституируют его в качестве ее субъекта. Смысложизненный кризис, непосредственно затрагивающий становление смысла жизни и индивидуальной жизнедеятельности, вторгается в процесс развития личности в тех обществах и культурах, где впервые выделяется модус смысложизненных отношений. *Ведущей предпосылкой исторического происхождения (историогенеза) смысложизненного кризиса является обособление (эмансипация) личной жизни в качестве особого исторического феномена и объекта жизненных отношений человека.*

«Личная жизнь» («private life») – междисциплинарное и многозначное понятие, которое пока еще не получило общепринятой дефиниции. В самом широком философском (онтологическом) значении личная жизнь – *это исторически сложившаяся форма организации индивидуального бытия, которая специфицируется его выделенностью из существования социальной общности, относительной эмансипацией от внешней социальной регуляции и объективной необходимостью в саморегуляции (автономном управлении со стороны самого индивида).* В частных науках данное понятие конкретизируется по-разному: например, в социологии личная жизнь отождествляется со сферой неформального общения, интимно-личностных отношений между полами, отношений частной собственности, а также личного и семейного потребления [127]; а в юриспруденции – с частной жизнью, охраняемой от незаконного вмешательства государства, общества, других лиц и относительно свободной от правовой регламентации [322]. В современной психологии понятие личной жизни по сей день остается практически неразработанным. Оно перекликается, но не совпадает с понятием «приватность» в зарубежной науке и понятием «психологическая суверенность личности» в отечественной науке [66; 332].

С психологической точки зрения, индивидуальное бытие превращается в личную жизнь при условии его опосредования, прежде всего, личностной (смысловой) регуляцией. Сущность личностной регуляции по сравнению с другими видами и уровнями психической саморегуляции заключается в том, что человек индивидуально и ав-

тономно – «от своего лица» – налаживает, поддерживает и реализует совокупность отношений к отдельным сторонам и явлениям жизни и к собственной жизни в целом. На определенном этапе истории, как справедливо полагает Д. А. Леонтьев, «регуляция жизнедеятельности человека со стороны объективных отношений, связывающих его с миром, принимает форму саморегуляции, осуществляемой личностью – психологической структурой, в которой в специфической форме представлены и упорядочены эти отношения. Личностная регуляция жизнедеятельности возникает в процессе антропогенеза, когда жизнедеятельность становится предметом отношения со стороны ее носителей» [283, с. 154].

Соответственно, *личная жизнь – это жизнь, опосредованная личностной регуляцией и относительно независимая от внешней (в частном случае – социальной) регуляции.* Она самостоятельно направляется и регулируется личностью в контраст безличной жизни, подчиненной внешнему контролю и растворенной в коллективном существовании. В более строгом научно-психологическом толковании *личная жизнь есть такая жизнь, которая выстраивается личностью как единичным и суверенным субъектом на основе саморегуляции.* Личная жизнь служит объектом преобразования, управления, контроля со стороны своего же носителя, охватывая те виды деятельности и сферы социальных отношений личности, в которых происходит ее самоопределение, самодетерминация и самореализация (в отличие от безличного существования, регуляция которого отчуждена от личности). В такой жизни личность участвует в качестве ее автономного субъекта, наделяя ее личностным смыслом и осуществляя ее под свою личную ответственность, что собственно и отделяет личную, присвоенную, субъективированную жизнь от безличного, отчужденного, бессубъектного существования.

В силу закономерностей личностно-смысловой регуляции содержание личной жизни составляет круг объектов, явлений, видов деятельности и социальных отношений, которые наделяются и обладают личностным смыслом. За границами личной жизни остаются все те фрагменты жизненного опыта и социальной практики человека, которые, напротив, не приобрели для него сколько-нибудь содержательного личностного смысла. В ряде наук (особенно – в социологии) предпринимаются попытки прочертить универсальную и фиксированную черту, разделяющую публичную (общественную) и личную (частную) жизнь, при этом вменив в последнюю жестко ограниченный, закрытый перечень видов деятельности и социальных отношений личности. С позиций психологии эти границы могут быть только уникальными, подвижными и зависят от того, какие виды деятельности и социальные отношения личность присваивает как осмысленные, а какие, наоборот, отчуждает, отторгает как бессмысленные лично для себя. Решающим психологическим критерием демаркации «личного-безличного» оказывается наличие-отсутствие личностного смысла того или иного объекта, явления, события индивидуальной жизни. Следует согласиться с философом Л. Н. Коганом в том, что личная жизнь есть форма реализации общественных отношений конкретной личностью, или «непосредственное бытие лич-

ностных общественных отношений» [230, с. 65]. В таком качестве она не противоположна общественной жизнедеятельности, а представляет собой, по верному замечанию К. А. Абульхановой, «личное, индивидуальное участие и особенный способ осуществления жизни общественной» [12, с. 18]. В свое время емкое определение личной жизни, учитывающее сложную диалектику индивидуального и общественного, было предложено С. А. Рубинштейном: «Личная жизнь выступает не как частная жизнь, т. е. жизнь, из которой все общественное отчуждено, но как жизнь, включающая общественное, но не только его, а и познавательное отношение к бытию, и эстетическое отношение к бытию, и отношение к другому человеку как человеческому существу... Личная жизнь человека в таком понимании – это самое богатое, самое конкретное, включающее в себя как единичное многообразие, так и иерархию все более абстрактных отношений» [402, с. 348–349].

Таким образом, под углом собственно психологического анализа *личная жизнь – это исторически возникшая форма бытия человеческого индивида, которая характеризуется совокупностью таких признаков как персонификация, субъектизация и индивидуализация*. В основе исторического становления личной жизни лежит постепенное присвоение индивидом общественных отношений, изначально принадлежащих коллективному субъекту, т. е. процесс превращения этих отношений в личностные отношения, реализуемые индивидуальным субъектом в режиме их саморегуляции.

Личная жизнь представляет собой конкретно-историческое явление, зародившееся и оформившееся в западно-христианской, восточно-христианской, иудейской и других мировых цивилизациях. По свидетельствам философов, историков, культурологов и этнографов, «спираль» исторического прогресса раскручивалась от слитного, недифференцированного, симбиотического сосуществования человека с социальной общностью ко все большей выделенности, эмансипированности, обособленности его индивидуальной жизни [25; 46; 102; 128; 140; 141; 230; 519 и др.]. В современности процесс обособления личной жизни произошел практически повсеместно, за исключением единичных примитивных сообществ и архаичных культур. По мере продвижения из глубины веков к нашему времени индивидуальная жизнь становилась все более автономной, сложной и разнообразной, и тем более развитая личностная регуляция требовалась для ее осуществления человеком на правах субъекта. Тенденции исторического выделения и возвышения личной жизни в психологическом измерении сопутствовала нарастающая субъектизация, персонификация и индивидуализация человека [27; 104; 241; 285; 331; 332]. Переход к личной жизни от коллективной, массовой и безличной жизнедеятельности – лишь один из векторов общественно-исторического прогресса, но именно он оказался определяющим для исторического происхождения смысла жизни и смысложизненных кризисов в индивидуально-личностном развитии человека.

В задачи настоящего исследования не входит подробная историческая реконструкция процесса обособления личной жизни, тем более, что они разнятся для разных обществ, культур и цивилизаций,

однако, некоторые общие закономерности, условия и «вехи» этого пути все же необходимо осветить. Прежде всего, выделение личной жизни – исторически позднее и не одномоментное событие, которое невозможно с точностью датировать на календаре всемирной истории. Этому событию предшествовал многовековой процесс, который в разных регионах и культурах протекал гетерохронно и неравномерно. Личная жизнь предполагает многогранную самостоятельность индивида в общественных отношениях, и поэтому ее становление происходило как многовекторная эволюция, затрагивающая в равной степени материальную и духовную сферы общества. К тому же этому процессу свойственна нелинейность и волнообразность: несмотря на общий градиент, связанный с нарастающей «приватизацией» и «суверенизацией» индивидуальной жизнедеятельности, на протяжении истории случались и длительные отступления к обществленным формам существования человека.

Ведущей причиной эмансипации личной жизни послужила эволюционно и исторически усиливающаяся дифференциация людей и вызванная этим необходимость диверсификации регуляторов их жизнедеятельности и общественных отношений. В силу временной удаленности трудно в деталях обрисовать тот исторический контекст, в котором возникла личная жизнь, но можно определенно сказать, что ее становление происходило в процессе разложения первичных, архаичных, симбиотических форм коллективной жизнедеятельности, а также возрастания роли межличностных различий и значимости отдельного индивида в жизнеобеспечении, выживании и развитии целостных человеческих групп и сообществ. Как указывал крупнейший теолог современности П. Тиллих, индивидуализм как принцип свободного построения личной жизни «зарождался под гнетом первобытного коллективизма и средневекового попуколективизма» [453, с. 81].

На заре человеческой цивилизации существование индивида было синкретически сращенным с жизнедеятельностью социального целого, обезличенным и подчиненным внешней социальной регуляции. «Первоначально, на ранних этапах истории, индивиды непосредственно слиты с общественными отношениями, с формами общественной организации – родом, семьей, общиной ... Индивиды не самостоятельны потому, что у них еще нет самостоятельной, обособленной жизни и деятельности. Они целиком растворены в организации» [1, с. 83]. Индивидуальная жизнь как таковая была лишена какой-либо значимости в отрыве от родовой жизни. Она полностью зависела и отождествлялась с перспективой жизни рода, племени, общины и других ранних форм социальной организации, поглощавших индивида во всех отношениях. Сам «социальный организм» при этом функционировал и развивался главным образом за счет унификации, групповой координации и кооперации, а не дифференциации индивидов. Такая бессубъектная включенность индивида в коллективную жизнедеятельность и слитность с другими ее участниками, по мнению И. С. Кона, «является одновременно синхронистической: судьба человека неотделима от судьбы его сородичей, соплеменников, товарищей по возрастной группе, в которой он

воспитывается, и диахронической: он чувствует себя частицей многих поколений предков, начиная с родителей и кончая мифическими родоначальниками племени» [241, с. 128].

Жизнедеятельность индивида всецело протекала в социально разделенной форме – в форме соучастия в бытии социальной общности – и, соответственно, тотально регулировалась и контролировалась этой общностью. Субъектом жизнедеятельности была вся социальная общность, но не индивид, который еще не отделял и не отличал собственную жизнь от коллективного бытия. А поскольку индивид не фигурировал в роли автономного субъекта жизни, то самого себя он тоже не различал на фоне группы людей, с которой был породнен общей судьбой. Его самосознание было столь же децентрировано и размыто, сколь обобщественной была его жизнедеятельность. Об этой исторической особенности писал А. Р. Лурия: «На известном этапе социального развития анализ своих собственных, индивидуальных особенностей нередко заменялся анализом группового поведения и личное «я» заменялось нередко общим «мы», принимавшим форму оценки поведения или эффективности группы» [297, с. 151].

Первым толчком к выделению личной жизни стала «неолитическая революция» (VI–V тыс. до н. э.) – переход от присваивающей к производящей экономике, помимо прочего способствовавший росту производительных сил, возможностей материального жизнеобеспечения отдельно взятого индивида и преодолению его фатальной (витальной) зависимости от первобытной общины. С позиций марксистской философии, «выделение личной жизни, обретение ею определенной самостоятельности по отношению к жизни рода, племени, всей общины базировались на углублении разделения труда, на переходе к моногамному браку и появлению особого, семейного быта, семейного хозяйства и имущества. Окончательное обособление личной жизни было связано с появлением института частной собственности» [230, с. 67].

Следующим рубежом в историческом обособлении личной жизни явилась «осевая революция» (VII–II вв. до н. э.) – комплексный цивилизационный переворот, которая произошел синхронно («загадка одновременности») во всех передовых обществах древности (от Греции до Китая) и выразился в смене уже не экономического уклада, а доминирующей формы мировоззрения (иррационально-мифологического на рационально-философское). По мнению К. Ясперса, личная жизнь впервые вышла на арену истории в качестве одного из знаков завершения древности и начала современной эры. Итогом осевого времени стало появление «человека такого типа, который сохранился и по сей день» [519, с. 32]; «произошло открытие того, что позже стало называться разумом и личностью» [519, с. 35]. Расставшись с мифологическим мировоззрением, люди столкнулись с дилеммами экзистенциального плана (осознанием сингулярности, конечности жизни). Психоисторические новообразования, возникшие в эту эпоху у людей разных культур, подвели к тому, что «человек осознает бытие в целом, самого себя и свои границы. Перед ним открывается ужас мира и собственная беспомощность. Стоя над пропастью, он ставит радикальные вопросы, требует освобождения

и спасения. Осознавая свои границы, он ставит перед собой высшие цели, познает абсолютность в глубинах самосознания и в ясности трансцендентного мира» [519, с. 33]. Из числа современных отечественных исследователей сторонником данной версии является А. П. Назаретян, по мнению которого лейтмотивом «осевого времени» стало образование человеческой индивидуальности с характерными для нее атрибутами – рефлексивным сознанием, критическим мышлением, самосознанием, совестью, свободным выбором, индивидуальной ответственностью и т. д. Отталкиваясь от закона техногуманитарного баланса, автор объясняет историогенез данных инстанций и механизмов регуляции человеческой жизнедеятельности необходимостью сдерживания агрессии, эскалация которой была обусловлена переходом к массовому изготовлению и использованию стального оружия взамен элитарной амуниции из бронзы [330].

«Неолитическая» и «осевая» революции составляют вехи всемирной истории, которые предопределили высвобождение личной жизни по всему периметру культурной ойкумены. Дальнейшее же ее обособление в отдельных цивилизациях, обществах и культурах шло расходящимися, рассеивающимися историческими траекториями. В современную эпоху исторически достигнутые различия обществ и культур по уровню сформированности института личной жизни нивелируются процессом глобализации, хотя еще совсем недавно, вплоть до середины XX века, они проступали с достаточной резкостью.

Наиболее прогрессивных, зрелых форм эмансипация личной жизни достигла в обществах и культурах западно-христианской (европейской) цивилизации. Значимым периодом в ее истории выступает эпоха эллинизма, на протяжении которой индивидуальная жизнедеятельность начала приобретать статус личного достоинства и публичной ценности. Культурное наследие данной эпохи хранит самые разные тому свидетельства, например, показательна эволюция биографии как литературного жанра. Объективно-обезличенные жизнеописания, выполненные с позиций стороннего наблюдателя и ориентированные на окружающих, постепенно замещаются более персонализированным типом жизнеописания с одиночными вкраплениями автобиографических повествований, эпизодов субъективных переживаний и решений, реконструкцией мотивов и характера героя [13; 116; 227]. И все-таки в силу «публичной внешности» человека данной эпохи в его жизни еще «не было и не могло быть ничего интимно-приватного, секретно-личного, повернутого к себе самому, принципиально-одинокое. Человек здесь открыт во все стороны, он весь вовне, в нем нет ничего «для себя одного», нет ничего, что не подлежало бы публично-государственному контролю и отчету» [48, с. 168].

В Средневековье тенденция выделения личной жизни угасает под давлением жесткой сословной иерархии общества, сковывающей свободу человека множеством общинно-групповых зависимостей. «Характерная черта феодального средневековья – неразрывная связь индивида с общиной. Вся жизнь человека, от рождения до смерти, была регламентирована», – подчеркивает И. С. Кон [241, с. 174]. Социальный контроль над индивидуальной жизнедеятельно-

стью носил карающую направленность и тотальный характер. Известный специалист по западноевропейскому средневековью Ж. Ле Гофф отмечает, что в эту историческую эпоху индивидуальная жизнь строилась по предуготованному сословному образцу, всяческие отклонения от которого считались предосудительными и могли стоить индивиду не только положения в обществе, но и самой жизни [261]. В обществе данного исторического типа все смысложизненные вопросы и задачи индивида решались однозначно и почти что автоматически, т. е. путем навязывания ему предустановленного смысла жизни. По мнению немецкого философа Б. Хюбнера, средневековое общество являет типичный пример «закрытого общества смысла», где некая гетерономная воля (Бог, государство и т. д.) предписывает существованию людей некий абсолютный, единственный и унифицированный смысл, не оставляя места для «своеволия» как права на смысложизненное самоопределение [480].

В истории европейской цивилизации тенденция высвобождения индивида и утверждения его личной жизни с новой силой заявила о себе в период Возрождения (XV–XVII вв.). Антропоцентризм, гуманизм и рационализм ренессансного мировоззрения явились духовно-культурными предпосылками, а возросшая экономическая самостоятельность людей – материальным базисом для возвышения индивидуальности человека и усиления его приватности в деятельности и в жизни. Как пишет М. С. Гусельцева, «человеку этой эпохи был дан социальный статус происхождения и определенные социокультурные обстоятельства, но он ощущал внутреннее побуждение стать самим собой. Человек переживал призвание и делал себя сам, преодолевая сопротивление среды; стремился к самоопределению жизненного пути» [104, с. 144]. Ренессанс стал своеобразным прологом исторического рождения индивидуального субъекта жизни в Новое и Новейшее время, когда, по словам М. Хайдеггера, «человек в качестве субъекта поднял собственную жизнь до командного положения всеобщей точки отсчета» [473, с. 51]. *Именно в это время в структуру психического развития человека в качестве отдельной генетической линии влетают задачи поиска, сохранения и реализации индивидуального смысла жизни, а сам смысл жизни занимает место психологического новообразования, знаменующего взрослость как состояние готовности человека к самостоятельной (саморегулируемой) жизни. Отсюда же ведут отсчет смысложизненные кризисы, которые обусловлены невозможностью присвоения и построения человеком собственной жизни по причине отсутствия или утраты ее смысла как основы личностной саморегуляции.* Как отмечает норвежский философ Л. Свендсен, «когда частная жизнь находится в центре бытия, то потребность обрести смысл жизни в тривиальной повседневности становится настоятельнее. Именно поэтому пару веков назад люди начали воспринимать себя как индивидуальные существа, которые должны реализовать себя, а каждодневное существование стало восприниматься как тюрьма» [414, с. 37].

Несмотря на то, что личная жизнь явилась завоеванием общечеловеческой истории, далеко не все современные общества гаранти-

руют ее неприкосновенность для внешнего диктата, вторжений и посягательств. *Степень обособленности личной жизни выступает не константой, а исторической и макросоциальной переменной*, которая зависит от типа культуры, уровня социально-экономического развития, формы политического режима, правовой системы и прочих факторов конкретно-исторического характера. Определяя меру свободы-несвободы и ответственности-безответственности человека в личной жизни, эти факторы комплексно воздействуют на общий уровень и конкретные формы его смысло-жизненной активности. *Формы постановки, исходные условия и способы решения личностью смысло-жизненных задач существенно различаются в зависимости от общественно-исторических условий, в которых совершается ее развитие*. В современных обществах, которые ущемляют свободу личной жизни, смысло-жизненные задачи подчас вообще не актуализируются, формулируются в искаженных формах, решаются извращенными способами, например, посредством идеологической индоктринации «правильных» смыслов жизни. Общества, дарующие и охраняющие свободу личной жизни, предоставляют гораздо более благоприятные условия для принятия и решения смысло-жизненных задач в процессе индивидуального развития. Можно согласиться с тем, что «в развитых обществах культивируются такие человеческие свойства, которые нацелены на поиски смысла. В дисфункциональных обществах все обстоит иначе. Ранние модели обществ, как правило, пытались найти коллективный смысл, и его было вполне достаточно» [414, с. 42].

В новейшей отечественной истории бывали периоды, когда свобода личной жизни принудительно урезалась, вследствие чего неизбежно атрофировались и деформировались психологические механизмы ее личностной, в том числе и смысло-жизненной саморегуляции. Состояние личной жизни в один из таких периодов охарактеризовано К. А. Абульхановой: «В недавние годы в общественном сознании господствовала установка, в соответствии с которой личная жизнь каждого была под контролем ... Общество узурпировало право суда над личной жизнью человека. Наличие двух «ответственных» (человека и общества) за личную жизнь, т. е. внешний контроль, не усиливало, а подтачивало внутренний самоконтроль личности, ее чувство ответственности за свою и своих близких жизнь, за свои поступки и поведение. При этом личная жизнь не становилась более «правильной» с позиций требования социальных норм, а ее «хозяйин» переставал распоряжаться собственной жизнью, подчиняясь внешним требованиям» [12, с. 4]. Историческая рецессия личной жизни провоцировала, в первую очередь, множественные и разнообразные искажения развития и функционирования личности в сфере постановки и решения смысло-жизненных задач. Хотя В. Франк констатировал, что население СССР и стран социалистического лагеря меньше страдает от «ноогенных неврозов» по сравнению с жителями стран Европы и Северной Америки [468], несвобода личной жизни порождала культурно-специфические синдромы искажения и нарушения смысло-жизненного развития личности, такие как, например, «включенная бессмысленность» [176; 271] и «единосмыслие» [206; 483].

Таким образом, *общественная ценность, гарантированность и защищенность личной жизни является важным фактором для нормального личностного развития в сфере постановки и решения смысложизненных задач.*

В целом проведенный анализ показывает, что личная жизнь – это исторически возникающее явление, с появлением которого складывается новая система жизненных отношений. В этих отношениях человек выступает в качестве субъекта жизни, что детерминирует историческое развитие и усложнение в его психике механизмов саморегуляции. Это – отношения по поводу овладения и присвоения человеком собственной жизни как целого; в данном случае овладение и присвоение есть не что иное, как формирование специфической системы саморегуляции, во главу которой поставлен индивидуально-личностный смысл жизни. В качестве ядерного механизма саморегуляции личной жизни, смысл жизни может быть квалифицирован как конкретно-историческое новообразование человеческой психики – по сути, высшая психическая функция, – содействующая овладению, присвоению человеком своей жизни как целого. Смысложизненная регуляция – одна из высших и исторически наиболее поздних форм личностно-смысловой саморегуляции, которая возникает по мере обретения человеком самостоятельности не в каких-то парциальных видах деятельности, а в целостной жизни. Как известно, вместе с появлением психических новообразований, амплифицирующих человеческую способность саморегуляции, исторически возникают и новые, более изощренные формы кризисов, отклонений и аномалий индивидуального психического развития [462]. Смысложизненный кризис, если его рассматривать не в качестве чистой абстракции, а как укорененный в истории и культуре феномен, существенно предопределен историческим обособлением личной жизни и возникновением смысложизненных отношений как нового модуса жизненного мира. Этот модус появляется на относительно поздних стадиях истории, ввиду чего смысложизненный кризис – это психологический кризис развития современной личности.

3.3. Смысловая регуляция индивидуальной жизни: от коллективного значения к личностному смыслу

Общий вектор филогенетического и исторического развития психики животных и человека выражается в усложнении и совершенствовании механизмов психической саморегуляции [31; 32; 228; 285]. По этому поводу Д. А. Леонтьев, например, отмечает: «Как биологическая эволюция, так и социально-историческое развитие приводит к постепенной трансформации регулируемых процессов в саморегулируемые и максимальной автономии различных систем» [285, с. 72].

Среди существующих механизмов психической саморегуляции высшими являются сознание и личность, которые будучи «продуктами» культурно-исторического развития, с полным основанием могут концептуализироваться как интегральные высшие психические

функции человека. Сознание является более древним новообразованием человеческой психики, нежели личность, что продиктовано разным эволюционным и историческим назначением этих регуляторных «инстанций». Общим же их свойством является то, что сознание и личность суть механизмы смысловой регуляции, которые базируются на отражении жизненных отношений человека с миром и ориентируют его поведение и деятельность с учетом жизненного смысла, который объекты и явления действительности приобретают в контексте этих отношений. *Жизненный смысл репрезентирован в человеческой психике в двух основных формах – общественного значения (коллективного смысла) и личностного смысла (индивидуального значения), которые служат операциональными «единицами» соответственно сознательной и личностной регуляции.*

Основное предназначение сознания как механизма психической саморегуляции состоит в обеспечении условий для существования и функционирования человека в составе социальной общности, т. е. в создании возможностей объединения индивидов в коллективного субъекта деятельности и жизни (субъекта совместной деятельности и общественной жизни). Сугубо человеческий уровень саморегуляции в историко-эволюционной ретроспективе начинается именно с сознательной регуляции, которая выступает психологическим основанием социального бытия человека – его жизни в обществе, подчиненной социальным нормам и законам. Сознание опосредствует процессы объединения людей в группы, сложения и сплочения их усилий в рамках совместной деятельности в интересах более эффективного удовлетворения потребностей, выживания и решения прочих адаптационных задач. Сознательная регуляция немислима без налаженной коммуникации индивида с другими членами социальной общности, в ходе которой формируется фонд социально разделяемых смыслов (общественных значений). Координация и соорганизация индивидуального поведения в рамках совместной деятельности происходит за счет удержания ее участниками общих мотивов, целей и задач, которые и выступают как совместное, разделяемое между ними знание, или, собственно, «сознание». *Сознательная регуляция есть, в первую очередь, сообразование индивидуальных действий с деятельностью других людей на основе общности мотивов, целей и задач, а также производных от них общих смыслов, которые объекты и явления действительности приобретают в условиях совместной деятельности как единого смыслообразующего контекста. Общественное значение, кристаллизующее групповой, коллективный опыт взаимодействия с миром, составляет элементарную операциональную единицу сознательной регуляции поведения и деятельности человека.*

Первичность возникновения сознания, а не личности объясняется, по-видимому, тем, что «в исторической эволюции Homo sapiens решающую роль для выживания играет групповая координация и взаимодействие индивидов, а не их индивидуальные достоинства» [285, с. 79]. Возникновение личности – следующий шаг в исторической прогрессивной механизмов смысловой саморегуляции на уровне человеческой психики. Импульс этому процессу придало совершен-

ствование форм социальной организации, рост производительных сил, прогресс техники и прочие факторы, которые повысив защищенность и в некотором смысле гарантировав сохранность, выживаемость индивида, в то же время ослабили его зависимость от группы. Более того, «рождение» личности исторически было востребовано усилением обратной зависимости: успеха выживания и развития группы от эффективности деятельности и жизни отдельных индивидов.

Главное предназначение личности как механизма психической саморегуляции заключается в обеспечении условий для существования и функционирования человека как индивидуального субъекта – субъекта индивидуальной деятельности и личной жизни. В отличие от сознательной регуляции личностная регуляция – это, прежде всего, сообразование деятельности и жизни человека с его индивидуальными, личными мотивами, целями и задачами. Становление данного – эволюционно и исторически высшего – уровня психической регуляции открывает перед человеком возможность действовать по-своему даже в том случае, если его личные побуждения и намерения не совпадают или противоречат общим мотивам, целям и задачам групповой деятельности и общественной жизни. Тогда как с формированием сознания биологически сообразное поведение множества индивидов организуется в совместную деятельность, где приобретает качество социальности, с появлением личностной регуляции внутри коллективного субъекта совместной деятельности и общинно-родовой жизни вызревает индивидуальный субъект как носитель индивидуальной деятельности и личной жизни. *Личностный смысл, конденсирующий индивидуальный опыт взаимодействия с миром, является элементарной операциональной единицей личностной регуляции поведения и деятельности человека.*

Таким образом, рубежные моменты историко-эволюционного развития человеческой психики, совпадающие с радикальными перестройками механизмов саморегуляции, связаны с возникновением сознания и личности. Сознание – более древнее новообразование, тогда как личность – относительно позднее приобретение человеческой психики. Если сознание – это психический «орган» совместной деятельности и общественной жизни человека, то личность – это психическая «инстанция», обеспечивающая возможность индивидуальной деятельности и личной жизни человека как внутри, так и отдельно от социального целого.

Понятие «личность» в самом широком междисциплинарном смысле означает человека как индивидуального субъекта, способного к самостоятельной реализации и творческому преобразованию жизненных отношений, выработанных в ходе исторического развития общества. Личность проявляется в преодолении человеком односторонней зависимости от внешней регуляции и симбиотической слитности с породившей его социальной общностью [1; 25; 129; 275; 294 и др.]. В конкретно-психологическом понимании личность – это структура индивидуальной психики, в которой в специфической форме отражены и структурированы жизненные отношения с миром, и особая система саморегуляции, которая обеспечивает подчи-

нение разнообразных видов деятельности человека устойчивой структуре этих отношений. «В личности всеобщие формы социального бытия и отношений интимизируются, превращаясь в «самость» данного человека, становясь его внутренним миром и сливаясь с его конкретной жизненной судьбой» [317, с. 57]. Главный эффект образования личности заключается в превращении человека в индивидуального субъекта тех форм поведения, деятельности и жизни, которые прежде могли осуществляться им только в составе коллективного субъекта – в социально разделенных формах и на основе внешних контуров регуляции. *Возникновение и усложнение личности как особого механизма саморегуляции, таким образом, создает психологическую основу для исторического становления субъекта индивидуальной деятельности и личной жизни.*

Процесс исторического развития личности (персонализации человеческой психики) синхронизирован с процессом обособления личной жизни человека. Индивидуальное существование приобретает форму личной жизни только в соотношении с личностью, а личность возникает и развивается исключительно в условиях выделенности, сингулярности личной жизни. Известна общая онтологическая закономерность, в соответствии с которой *появление новых форм, способов или уровней сущего выявляет и демаскирует новые свойства, грани и измерения действительности, ранее себя не обнаруживающие* (к примеру, только с появлением растительных животных к существующим свойствам растений добавляется такое объективное свойство как «пищевая ценность», а с возникновением хищников это же ранее нераскрытое свойство приобретают животные, питающиеся растительностью). Применительно к человеческому бытию этот закон с предельной ясностью удалось выразить С. Л. Рубинштейну: с приходом человека – «возникновением нового уровня сущего – во всех нижележащих уровнях выявляются новые свойства. Здесь раскрывается значение, смысл, который приобретает бытие, выступая как «мир», соотносительный с человеком как частью его, продуктом его развития. Поскольку есть человек, он становится не чем иным, как объективно существующей отправной точкой всей системы координат. Такой отправной точкой человеческое бытие становится в силу человеческой активности, в силу возможности изменения бытия, чем человеческое существование отличается от всякого другого» [402, с. 330].

В свете вышеизложенного закона, личность – это качественно новый способ или уровень человеческого бытия, с возникновением которого человеку в новом качестве открывается не только окружающая реальность, но и его собственная жизнь. *С момента исторического «рождения» личности индивидуальное существование предстает в новом объективном качестве – в качестве личной жизни человека.* «Личная» – это особое качество жизни, означающее, что она выстраивается и проживается человеком как личностью. *Личная жизнь – это жизнь, опосредованная системой личностной регуляции.* Эта опосредованность не носит тотального характера, т. к. даже личная жизнь частично подчинена внеличностным регуляторам, но роль личностной регуляции в ее организации все-таки явля-

ется приоритетной. Жизнь тем больше осуществляется человеком как личная, чем больше она функционально обеспечивается личностной регуляцией.

Ключевой функцией личностной регуляции является смыслообразование – определение объективного отношения всевозможных явлений и объектов действительности к реализации «внутренних потребностей» (потребностей, мотивов, целей и т. д.) личности и наделение их соответствующим личностным смыслом [30; 61; 80; 267; 283; 446]. Без данной функции личная жизнь немислима, поскольку в ее структуру отбираются и интегрируются далеко не все элементы текущего жизненного опыта, а лишь те фрагменты жизни, которые помечены и озарены личностным смыслом. Все, что безразлично, чуждо, постороннее – в общем, лишено смысла для личности, остается за «бортом» личной жизни. «События личной жизни, – как полагает Л. Н. Коган, – это такие факты и явления окружающей общественной жизни, которые воспринимаются человеком как «свои», непосредственно затрагивающие его» [230, с. 67–68]. Отсюда уясняется нерасторжимая функциональная и генетическая связь, которая соединяет смысл жизни и личную жизнь как особый способ существования личности. Смысл жизни – предельная смыслообразующая инстанция в личности – функционирует как единый и инвариантный источник личностных смыслов, пронизывающих отдельные фрагменты индивидуального существования и скрепляющих их воедино в структуре личной жизни. Личная жизнь с необходимостью предполагает развитую систему психической регуляции, функциональным центром которой является личностный смысл жизни. Личной является жизнь, присвоенная и использованная личностью как пространство, время и материал для определения и воплощения авторского жизненного замысла, поиска и реализации индивидуально-личностного смысла жизни. Закономерно, что сама возможность личной жизни исторически связана с образованием личности в целом и смысла жизни в частности.

В философской и психологической литературе неоднократно подчеркивалось, что на уровне личностного бытия действительность открывается человеку как жизненный мир, преисполненный культурными значениями и личностными смыслами, обладающий особым смысловым «квазиизмерением» или «мерностью» [48; 78; 139; 271; 283; 294; 317; 402]. Однако «*онтология жизненного мира*» *нуждается в дополнении и конкретизации за счет «онтологии жизненного пути»,* учитывающей, что в соотношении с личностью человеческая жизнь приобретает форму жизненного пути – индивидуальной (не сливающейся с групповой судьбой) истории, в которой определенная последовательность событий и поступков «сцементирована» сквозным смыслом жизни. Жизненный путь – это субъектно-личностный способ осуществления индивидуальной жизни, при котором решающим фактором выступает ее смысловая (смысложизненная) регуляция. Жизненный путь возможен в той мере, в какой человек является личностью, а личность, в свою очередь, возможна благодаря смыслу жизни. Где нет индивидуального смыслового отношения к жизни, отсутствует и подлинная личность, а в отсутствие

личности – нет личной жизни и ее итогового продукта – жизненного пути. Как писал С. А. Рубинштейн, «сущность человеческой личности находит свое завершающее выражение в том, что она не только развивается как всякий организм, но и имеет свою историю» [399, с. 245]. «А где отсутствует смысл, исторический процесс невозможен», – мог бы к этому добавить В. Франк [468, с. 158].

Сказанное позволяет обосновано предполагать, что *происхождение смысла жизни и возникновение смысложизненного кризиса вплетено в канву исторического становления личности, которое, в свою очередь, синхронизировано с процессом обособления личной жизни*. При этом важно то, что личность – сложносоставная и многоуровневая регуляторная система, которая поэлементно и послонно строилась на протяжении истории. Становление различных личностных новообразований исторически подготавливалось прогрессирующим обособлением человека от социальной общности в той или иной форме поведения или деятельности. Поэтапное высвобождение отдельных видов деятельности предшествовало обособлению личной жизни как целостности, которое явилось результирующим итогом возрастающей автономии человека. *Возникновение смысла жизни (как интегрального личностного новообразования) и смысло-жизненной регуляции (как высшего уровня смысловой регуляции) исторически приурочено именно к обособлению личной жизни как целого, а не каких-то частных видов деятельности*. В этой связи смысл жизни должен рассматриваться как интегративное образование личности, составляющее вершинный и исторически поздний «пласт» ее психологической структуры.

Фундаментальной закономерностью развития личности (как в истории, так и в онтогенезе) является *интериоризация функций и механизмов регуляции – движение от интериндивидуальных форм регуляции к интраиндивидуальным формам саморегуляции, «переход от интерпсихического к интрапсихическому»* [86; 285; 462]. Этот закон в равной степени справедлив для генезиса всей системы смысловой регуляции как общей функции личности и ее отдельных регуляторных функций, в частности, для функции *смыслообразования*, которая распространяется на всевозможные объекты и явления мира, на разнообразные виды поведения и деятельности человека, а в пределе – на его жизнь в целом. В этой связи логично предполагать, что *историческое обособление личной жизни влекло за собой кардинальное преобразование психологического механизма ее смыслообразования (осмысления)*. Исторически данный механизм эволюционировал *от коллективных форм смыслообразования индивидуальной жизни, продуктом которых является ее общественное значение, к индивидуальным формам ее осмысления, продуктом которых выступает ее личностный смысл*.

Архаичные, зачаточные формы смысловой регуляции, соответствующие ситуации нерасчлененности жизни индивида и его сородичей, адекватно описывает понятие *«коллективная личность»* [277]. Оно означает, что носителем отдельных регуляторных функций и целостного регуляторного контура, управляющего индивидуальной жизнью, выступал отнюдь не индивид, а социальная общ-

ность. В порядке весьма правдоподобной гипотезы можно представить, что и функция смыслообразования индивидуальной жизни первоначально имела коллективный характер и принадлежала коллективному субъекту. Она осуществлялась в интериндивидуальной форме, т. е. фактически протекала не как внутренний психический процесс или индивидуальная деятельность, а как социально распределенное действо. Общим контекстом для наделения индивидуальной жизни определенным смыслом служила коллективная жизнедеятельность, подчиненная общим групповым потребностям и задачам. Содержательно этот смысл презентировал реальное значение индивидуальной жизни для существования социального целого. Он был дериватом, в первую очередь, коллективной жизнедеятельности и принадлежал не столько личности, сколько социальному организму, с которым было сращено ее индивидуальное бытие. Социальная общность, как правило, переживает отдельных своих членов, в силу чего индивидуальная жизнь может быть переосмыслена и после смерти индивида в зависимости от того, какое объективное значение она приобретает для существования его потомков. Более того, как отмечал С. А. Рубинштейн, «поскольку человек – часть народа, общества, жизнь человека как незавершенная тотальность (а не только как процесс, пока человек живет) входит в жизнь народа, человечества и продолжается в ней. При этом будущие дела уже других людей могут изменить смысл моей жизни, ее объективный смысл для других людей, для человечества» [402, с. 355].

Коллективный смысл, которым индивидуальная жизнь наделялась в контексте групповой жизнедеятельности, по существу являлась ее общественным значением, устанавливаемым в условиях единства и единственности смыслообразующего контекста. *Исторически первичная форма смысла – это общественное значение индивидуальной жизни, определяемое ее местом и ролью в отношении существования рода, племени и других форм социальной организации людей. Общественное значение жизни – это ее коллективный смысл, смысл для других людей, но не для самого человека.* На ранних этапах человеческой истории коллективный смысл предельно единообразен, типизирован, консервативен и совершенно непрозрачен для тех индивидов, которые не принадлежали к выработавшему его сообществу. По мере исторического усложнения коллективной жизнедеятельности возрастает специализация тех ролей и функций, которые возлагаются на отдельных индивидов, и вместе с этим более вариативными, дифференцированными становятся процессы и результаты смыслообразования индивидуальной жизни. Коллективный смысл (общественное значение) жизни фиксировалось в форме социальных ценностей и транслировалось подрастающим индивидам в процессе социализации в обществе. В этот исторический период «общество представляет собой саморегулирующуюся систему со своими системообразующими критериями, не совпадающими с индивидуальными. Весьма распространенной, поэтому, оказывается подмена индивидуальных системообразующих критериев иными – заданными извне в процессе социализации. Человек

просто прочно заучивает, на что его жизнь должна быть направлена и за что отдана» [285, с. 76–77].

Вследствие обособления личной жизни функция смыслообразования «делегуруется» личности и «вращается» в структуру индивидуальной психики. Такая ее трансформация конкретизирует общий вектор исторического развития личностной регуляции – от «коллективной личности» к личности как особому психологическому качеству индивида. Внешняя регуляция и социальный контроль индивидуальной жизни прогрессивно замещаются ее личностной саморегуляцией, что, в конечном счете, и делает эту жизнь личной. В этот период истории в структуре индивидуального психического развития впервые появляются и закрепляются задачи, связанные с поиском, сохранением и практической реализацией индивидуального смысла жизни, выступающего альтернативой, а то и противовесом общественному значению, выработанному «материнской» социальной общностью. По существу, *личностный смысл жизни – это ее индивидуальное значение, значение для самого человека, а не для других людей; результат осмысления человеком собственного бытия как личной жизни.* От коллективного смысла, которым индивидуальная жизнь наделяется в зависимости от ее объективного значения для других людей, к личностному смыслу, автономно определяемому и сигнализирующему об объективном значении жизни для самой личности – таковы ступени исторического развития функции смыслообразования индивидуальной жизни.

Таким образом, *интериндивидуальные формы психических функций, обслуживающих регуляцию жизнедеятельности индивида, исторически предшествовали интраиндивидуальным формам, позволяющим осуществлять эту жизнедеятельность в режиме личной жизни.* Эта логика в полной мере присуща и историческому развитию функции смыслообразования. *В ходе исторического обособления личной жизни ее смыслообразование превращалось из функции, выполняемой монополично социальной общностью в интериндивидуальной форме, в функцию, которая перекладывается на личность для осуществления в интраиндивидуальной форме. Задачи выработки, поддержания и контроля реализации смысла в жизни, изначально решаемые социальной общностью, исторически «сращивались» в структуру индивидуального развития и трансформировались в смысложизненные задачи самой личности.*

Вместе с этим общественное значение, придаваемое жизни индивида в контексте бытия социальной общности, замещается личностным смыслом, которым сам индивид наделяет собственную жизнь. Переход от гетерономно заданного к автономно выработанному смыслу жизни ознаменовался ростом содержательного разнообразия вариантов осмысления человеческой жизни в масштабах общечеловеческой и локальных культур. Общебиологический императив (выживание и продолжение рода) и социальные инварианты смысла, коллективно сформированные и массово транслируемые через механизмы социализации, постепенно уступили место уникальным, прецедентным смыслам, в которых запечатлевается неповторимый опыт смыслообразования личной жизни. «Если до воз-

никновения человека ничто не могло поставить под сомнение биологический императив сохранения индивида и вида, выживания и размножения, то с возникновением человека основания индивидуальной жизни становятся более разнообразными, что проявляется в возникновении такого феномена как смысл жизни – социокультурно и личностно сконструированного критериального основания индивидуальной саморегуляции, не уступающему биологическому императиву по силе своего влияния на жизнь и смерть. Хотя у огромного числа людей сохраняется окультуренный вариант биологического императива собственного благополучия вкупе с благополучием семьи и детей, у сравнимого их количества более важными оказываются другие императивы – творчества, веры, истины, любви, социального прогресса и др.» [285, с. 79–80].

Смысловая регуляция индивидуального бытия, включающая и функцию его смыслообразования, исторически развивалась в направлении от внешней регуляции на основе коллективно сконструированного и унифицированного значения жизни к саморегуляции на основе личностно выработанного и уникального смысла жизни. В этой ретроспективе смысложизненный кризис определяется как кризис смысловой регуляции индивидуальной жизни – переходное состояние между ее гетерономно заданным, общественным значением и автономно определенным, личностным смыслом. Историческая почва для данного кризиса подготавливается тогда, когда функция смыслообразования передается от социальной общности к личности и оборачивается в задачу ее индивидуального развития. Он возникает в «зоре» между внешней (интериндивидуальной) регуляцией жизни, основанной на ее коллективном значении, и внутренней (интраиндивидуальной) саморегуляцией, для которой необходим личностный смысл жизни. Исходное историческое противоречие, порождающее смысложизненный кризис, заключается в том, что при ослаблении внешней смысловой регуляции личность сталкивается с неопределенностью смысла и негарантированностью его реализации в индивидуальной жизни.

Пониманию смысложизненного кризиса как переломного момента в развитии смысловой регуляции индивидуальной жизни созвучны концепции Б. Хюбнера [480] и А. М. Лобока [294]. Основное их различие в том, что первая рассматривает кризис в контексте исторического развития общества, в то время как другая – в разрезе онтогенетического развития личности. В концепции Б. Хюбнера смысложизненный кризис обозначается понятием «скука», которая, по мысли автора, выступает духовным следствием исторического перехода «от гетерономии к автономии, от смысла, заданного извне, к самостоятельно установленному смыслу» [480, с. 15]. В зависимости от способа наделения человеческого существования смыслом различаются два исторических типа общества – закрытые и открытые системы смысла. «Общественные системы, в которых некая гетерономная воля обязательно предписывает их членам смысл их существования», Б. Хюбнер называет «закрытыми системами смысла» [480, с. 14]. В роли гетерономной воли, диктующей человеку определенный смысл жизни, исторически выступают род, Бог, государство

и другие надъиндивидуальные силы. Общества, культивировавшие гетерономный способ смыслообразования человеческой жизни, доминировали от начала человеческой истории вплоть до эпохи Просвещения. Данная эпоха стала отправной точкой их модернизации, приведшей к упразднению гетерономных механизмов установления общего, стойкого, вечно одинакового смысла жизни. Им на смену пришли открытые общества смысла, в которых смыслообразование индивидуальной жизни стало делом и правом автономных граждан. «Атрибут открытости этого общества указывает на нейтральность вопроса о том, верят или не верят его отдельные члены в некоторый смысл или в какой именно смысл они верят, это предоставлено им на собственное усмотрение» [480, с. 376]. Бессмысленность и нигилистическая скука явились побочными эффектами ликвидации общества закрытого смысла и исторического прорыва к обществу открытого смысла.

Аналогичными причинами, только действующими не на социальном уровне в масштабе истории, а на индивидуальном уровне в течение онтогенеза, происхождение смысложизненного кризиса объясняет А. М. Лобок. Он выделяет три основных состояния развития личности: смысловой покой, смысложизненный кризис и смысловая деятельность. Смысловой покой – онтогенетически первичное и наиболее комфортное состояние развития, свободное от размышлений человека над смыслом собственной жизни. Дело вовсе не в том, что у него отсутствует потребность осмыслить свою жизнь, а в том, что она с ранних лет удовлетворяется автоматически через идентификацию с определенной социальной общностью и принятие готового коллективного смысла. «Встраивая свое Я в готовые артикуляционные схемы тех или иных «мы», человек, в сущности говоря, уходит от вопроса о смысле своего существования. Но это то, что позволяет человеческому Я пребывать в относительном покое и стабильности. Идентифицированность человека с различного рода «мы» подавляет в нем волю к смыслу, а вслед за этим и само деятельностное начало. Чем менее развита воля к смыслу, тем подавленнее деятельность человека: он оказывается орудием чужой деятельности, он действует не от имени собственного Я, а с позиций некоего коллективного «мы». Он счастливо избегает вопроса о смысле, он растворяется в той или иной норме, он существует не субъектно, а объектно» [294, с. 30]. Нормально развивающаяся личность из состояния смыслового покоя рано или поздно входит в состояние смысложизненного кризиса. Пока сохраняется тождество с любым внешним смыслообразующим центром, и личность приемлет чужой смысл как свой собственный, смысложизненный кризис не наступает. Он возникает в процессе возрастного созревания как «кризис доверия к каким бы то ни было внешним источникам смыслового порядка, кризис доверия к каким бы то ни было наличным авторитетам, к наличным иерархическим смысловым системам» [293, с. 94]. Чем дальше идет личность по пути индивидуализации, тем более рискованной становится ситуация ее развития с точки зрения вероятности возникновения смысложизненного кризиса. «Момент обнаружения своего индивидуального Я как не совпадающего с те-

ми или иными заранее существующими «мы» – это и есть момент возникновения смысложизненного кризиса. ... Из ощущения этого несовпадения и рождается смысложизненный кризис как-то особое состояние, в котором человек начинает остро переживать дефицит смысла» [294, с. 30, 31].

Таким образом, *исторически и онтогенетически смысложизненный кризис наступает как переходное состояние, обусловленное замещением интериндивидуальной (гетерономной) регуляции, опосредованной коллективным значением, интраиндивидуальной (автономной) саморегуляцией, основанной на личностном смысле индивидуальной жизни.*

3.4. Психологический механизм смысложизненного кризиса в культурно-исторической перспективе

В русле культурно-исторического подхода общий механизм психического развития человека объясняется *взаимодействием реальной и идеальной форм* [86; 377; 439; 505; 507]. Под реальной формой понимается фактический, наличный уровень психического развития, определяемый возможностью участия человека в определенных видах жизненных отношений и доступностью для него соответствующих видов деятельности. Идеальная форма есть исторически выработанный, культурно специфический образец развитости человеческих свойств и способностей, который очерчивает зону потенциального развития в каждом конкретном возрасте. В каком-то смысле идеальные формы являются общественно-историческими обобщениями тех свойств и способностей, которые человек определенно-го возраста должен в себе сформировать; тех статусов и позиций в жизни, которые он должен занять; тех видов деятельности, которым он должен научиться. Психическое развитие человека мыслится как регулярная смена реальных форм, характерных для определенного возраста, идеальными формами, свойственными предстоящему возрасту, что обусловлено прогрессивным усвоением культурного опыта. По мысли Л. С. Выготского, своеобразие развития человеческой психики вообще заключается в том, что в период, «когда складывается начальная форма, ... уже имела место высшая, идеальная, появляющаяся в конце развития ... она непосредственно взаимодействовала с первыми шагами, которые делает ребенок по пути развития, или первичной формой» [88, с. 395]. К этому следует добавить, что не только детское, но и всевозрастное психическое развитие осуществляется посредством обнаружения и присвоения идеальных форм, постановки и решения на их основе генетических задач возраста. В рамках совокупной культуры общества обособляются возрастные субкультуры, которые несут особые, специфические для детства, подростничества, юношества, взрослости и старости идеальные формы как своего рода эталоны, ориентиры и одновременно нормативы развития.

Идеальным формам свойственна культурная вариативность и историческая изменчивость: «На протяжении всей человеческой ис-

тории исходный пункт детского развития не оставался неизменным. Ребенок вступает во взаимодействие с некоторой идеальной формой, т. е. с достигнутым обществом уровнем развития культуры, в котором он родился. Эта идеальная форма все время развивается и развивается скачкообразно, т. е. меняется качественно», – подчеркивал Д. Б. Эльконин [507, с. 32]. Именно идеальные формы, существующие и передающиеся в культуре, придают направленность психическому развитию в каждом конкретном возрасте и воплощаются во вполне определенные возрастные задачи развития. В контексте индивидуального психического развития они играют роль формообразующих структур, присвоение которых «переформатирует» сознание, личность и деятельность сообразно требованиям, которые предъявляет общество к людям разных возрастных категорий. В ходе развития психические процессы, свойства, способности как бы подтягиваются к тому качественному состоянию и количественному уровню, который задан идеальными формами, что и делает человека персонифицированным носителем культурно-исторического опыта и полноценным членом общества.

С точки зрения изложенного подхода, *в основе психологических кризисов индивидуального развития лежит противоречие между актуально достигнутой реальной формой и идеальной формой, намечающей перспективу развития.* Идея психологического кризиса как переориентации на новую идеальную форму впервые была высказана Д. Б. Элькониним: «Переходы – периоды возникновения новых образцов, а стабильные периоды – периоды овладения ими, а деятельности (ведущие) – формы их усвоения» [507, с. 512]. В дальнейшем эта идея была тщательно разработана К. Н. Поливановой на материале кризисов детского развития [377] и спроецирована Е. А. Содатовой на психологические механизмы и закономерности кризисов зрелости [439]. Резюме этих исследований состоит в том, что всякий возрастно-психологический кризис есть проявление резкого несовпадения реальной формы текущего периода и идеальной формы последующего возраста. Дебют кризиса знаменуется открытием новой идеальной формы, которая перестраивает отношение человека к реально достигнутому уровню развития и прежней социальной ситуации. Течение кризиса утяжеляется в том случае, если условия наличной ситуации развития сдерживают и блокируют процесс опробования и воплощения новой идеальной формы в реальной жизнедеятельности. В этом случае, как писал А. Н. Леонтьев, «прежнее место, занимаемое ребенком в окружающем его мире человеческих отношений, начинает осознаваться им как не соответствующее его возможностям, и он стремится изменить его. Возникает открытое противоречие между образом жизни ребенка и его возможностями, уже опередившими этот образ жизни» [269, с. 504–505]. *Аналогичное противоречие выступает движущей силой развития личности в психологических кризисах юности, зрелости и старости, в том числе и в смысловом кризисе.*

Чтобы раскрыть психологический механизм данного кризиса, необходимо учитывать, что *историческая перестройка жизненных отношений детерминирует преобразование и обновление идеаль-*

ных форм культуры. Это закономерно, поскольку идеальные формы должны «кодировать» в своем содержании те психические свойства и способы действия, овладение которыми превращает человека в субъекта современных ему жизненных отношений; должны «программировать» такие задачи развития, решение которых обеспечивает появление новообразований в человеческой психике и деятельности, соответствующих новым модусам жизненного мира. *Исторический процесс обособления и освобождения личной способности становился не только новой системой жизненных отношений (смыслжизненных отношений), но и новой идеальной формы развития личности – культурного образа человека как субъекта собственной жизни.* Эта исторически возникшая идеальная форма является одним из *ведущих ориентиров развития современной личности на границе детства и взрослости*; из ее содержания проистекает особый класс задач индивидуального развития – *смыслжизненные задачи*, которые начинают активно решаться в переходном (подростковом и юношеском) возрасте и пролонгируются на протяжении всей последующей жизни; в ней «зашифрованы» основные новообразования – *смысл жизни и жизнедеятельность (стратегия жизни)*, которые конституируют человека как субъекта жизни и определяют ее мотивационно-смысловую (ради чего жить?) и операционально-техническую (как жить?) стороны.

Историческое выделение личной жизни существенно предопределило критерии, по которым общество стратифицирует миры детства и взрослости и судит о степени зрелости своих членов. «Понятие зрелости и взрослости, – указывал Д. Б. Эльконин, – есть прежде всего понятие *социально-историческое*» [507, с. 33]. В разных культурно-исторических контекстах взрослым обычно считался и продолжает считаться дееспособный индивид – способный к продуктивному соучастию в коллективной деятельности (в составе коллективного субъекта) или, на более поздних этапах истории, к самостоятельному осуществлению общественно значимой (как правило, производящей, трудовой) деятельности (в статусе индивидуального субъекта) [23; 242; 343; 412; 464]. Дееспособность как решающий критерий взрослости базируется на механизмах психической саморегуляции, развитых соразмерно объему исторически и культурно обусловленной самостоятельности индивида в общественно значимой совместной или индивидуальной деятельности.

Исторически критерии взрослости неуклонно возрастали и усложнялись, поскольку самостоятельность индивида может простираться от удовлетворения простейших потребностей в ситуативном масштабе до автономии в выборе и реализации смысла всей жизни. *Вместе с историческим обособлением личной жизни критерий взрослости приобретает наиболее интегральный характер, поскольку взрослость увязывается со способностью к самоличному осуществлению индивидуальной жизни в целом, а не каких-то избранных парциальных видов деятельности.* Другими словами, эмансипация личной жизни ведет к расширению критериев взрослости, которые сдвигаются от субъекта отдельной деятельности к субъекту целой жизни. Субъектность в жизни опирается на высоко-

развитые механизмы личностной саморегуляции, ведущим звеном которых выступает смысл жизни. Вот почему *в современную эпоху внутренним коррелятом взросления служит процесс смысложизненного самоопределения личности и его основные результаты в виде индивидуального смысла жизни и стратегии его практической реализации*. Как справедливо подчеркивает К. Н. Подживанова, «возраст – период, имеющий свое особое содержание. Это содержание можно выразить через некоторые культурно и исторически возникшие задачи, которые должен решить человек. На каждом историческом этапе развития общества задачи развития различны» [377, с. 21]. В наше время возрастной рубеж взрослости конструирует со стартом самостоятельной жизни и достижением такого уровня психической зрелости, на котором человек способен к постановке и решению смысложизненных задач. *Смысложизненные задачи – поиск, сохранение и практическая реализация индивидуального смысла жизни – представляют собой генетические задачи личностного развития взрослеющего и взрослого человека в эпоху современности*.

Теперь снова обратимся к положению культурно-исторического подхода о том, что развитие личности в онтогенезе направляется идеальными формами культуры, транслируемыми через социальную ситуацию развития в каждом конкретном возрасте. «Каждая культура формирует специфический образ человека как личности. Но в этом образе или, точнее, системе образов, которая представляется индивиду в качестве естественной нормы, отражается индивидуальность самой этой культуры, обусловленная ее историей» [241, с. 145]. Конечно, формообразующую роль идеальных образов культуры по отношению к развитию реальной личности нельзя преувеличивать, поскольку личность, будучи активным участником собственного развития, в любом случае выходит за их рамки и индивидуализируется, т. е. начинает творить саму себя по собственному «образу и подобию», в особенности, если сами идеальные формы поощряют или хотя бы позволяют такого рода активность саморазвития. В действительности идеальные формы культуры «закладывают лишь фундамент, создают лишь основу личности, осуществляют лишь первую, грубую ее формовку; дальнейшая достройка и отделка связана с другой более сложной, внутренней работой, в которой формируется личность в ее высших проявлениях» [399, с. 240].

Настоящее исследование вплотную подходит к вопросу об идеальных формах, регулирующих процесс развития современной личности и, в частности, предусматривающих в его структуре класс смысложизненных задач. Общая логика исторического развития европейской христианской культурной традиции обнаруживается в усиливающемся обособлении личной жизни и прогрессивном возрастании ее влияния на жизнь общества. С психологической точки зрения важно то, что эти тенденции наложили глубокий отпечаток на содержание идеальных форм культуры, определяющих направленность психического развитие людей в данных общественно-исторических условиях. Идеальные формы культуры функционируют как механизм перевода логики исторического процесса в логику онтогенетического становления личности, в силу чего тенденции

исторического развития общества трансформируются в систему движущих сил, противоречий, ориентиров, задач, нормативов, средств индивидуального психического развития. Под натиском отмеченных выше исторических тенденций смысложизненные задачи, связанные с необходимостью определения, отстаивания и осуществления индивидуального смысла жизни, превратились фактически в императив личностного развития современного человека.

Бесспорно, «каждая историческая цивилизация имеет не один, а несколько образов человека, влияние которых в ходе истории то ослабевает, то усиливается» [241, с. 141]. Но в многообразии идеальных форм всегда выделяется ведущая, содержание которой корреспондирует передовым тенденциям исторического развития общества и культуры. Ведущую идеальную форму, ориентирующую процесс психического развития человека новоевропейской культуры, коротко можно обозначить понятием «Субъект». Это прообраз сознательной деятельной личности, способной к созиданию уникального жизненного мира, построению индивидуального жизненного пути, сотворению самой себя. Ее атрибутивными чертами являются внутренняя цельность, сознательность, активность, автономия, ответственность и многие другие, в совокупности составляющие исторически востребованный тип личности. Одной из неотъемлемых черт выступает осмысленность, имеющая целый ряд граней и оттенков: пристрастность, избирательность, инициативность, целесообразность, последовательность и преемственность активности; устремленность на реализацию внутренних интенций вместо внешних требований; консонанс решений и поступков с личными потребностями, ценностями; наличие авторского, глубоко личного, подчеркнуто индивидуализированного отношения ко всему окружающему; самоопределение наперекор навязанному извне, сохранение верности, тождественности самому себе; преимущественная ориентация на будущее вопреки влияниям прошлого и настоящего и т. п. В рамках обрисованной идеальной формы одним из ключевых аспектов осмысленности является способность человека к смыслообразованию личной жизни с последующим сохранением и упорным преследованием найденного смысла.

Образ человека-субъекта в новоевропейской культуре имел длительную предысторию: его черты складывались постепенно, и их эволюция отражает диалектику автономизации, субъективизации и индивидуализации личности. К. Ясперс был одним из первых мыслителей, кому удалось ухватить и описать витающий в атмосфере новоевропейской культуры образ человека. По его мнению, для «человека западного мира» типичны такие особенности, как «ни перед чем не останавливающаяся рациональность» и «субъективность самобытия», на основе которых «он безошибочно познает мир и пытается господствовать над ним». Для него «действительность не существует как сущая определенным образом, она должна быть охвачена постижением, которое является одновременно вмешательством и действием» [519, с. 297]. Если психологическая природа и сущность рациональности самоочевидна, то субъективность самобытия в данном контексте ассоциируется с личностью как исторически сфор-

мированной человеческой способностью: «То, что мы называем личностью, сложилось в таком облике в ходе развития человека на Западе и с самого начала было связано с рациональностью в качестве ее коррелята» [там же, с. 297]. Корни психотипа, присущего представителям нынешней западной цивилизации, следует искать в переломных событиях «осевого времени» (середина – конец I тысячелетия до н. э.), до неузнаваемости преобразивших психику древнего человека. Именно тогда «он открыл в себе истоки, позволяющие ему возвыситься над миром и над самим собой» [519, с. 34].

Ф. Е. Василюк при анализе культурно-исторической детерминации переживания прибрег (вслед за М. К. Мамардашвили) к термину «схематизм сознания», который во многом перекликается с понятием идеальной формы. Центральным схематизмом, определяющим сознание и самосознание человека новоевропейской культуры, по мнению исследователя, выступает образ человека-личности. «В поле действия этого схематизма наивысшую ценность получают такие характеристики человеческой жизни, как сознательность, произвольность, инициативность, ответственность и т. д., одним словом, свобода. В меру реальной психологической включенности человека в данный культурный институт, перечисленные характеристики деятельности являются для него актуально напряженными и жизненно важными требованиями» [78, с. 158].

А. Г. Асмолов подчеркивает, что в каждой культуре явно или скрыто присутствует образ человека, который принимается в качестве эталона развития членами культурного сообщества, а кроме того закладывается в фундамент научных теорий, берется за основу воспитательных практик и вообще незримо руководит системой воздействий на человека со стороны общества и воздействий человека на самого себя (саморегуляции, саморазвития, самосовершенствования и т. д.). «От образов человека в культуре и науке зависят как конкретные действия по отношению к личности, так и теоретические схемы анализа развития личности» [27, с. 428]. В европейской культуре оформился и преобладает субъекто-центрированный образ «деятельности человека»: это – «человек, осуществляющий выбор; человек как выразитель смыслов и ценностей» [27, с. 427]. Образ «человека-деятеля» предвосхищает то состояние, к которому должна прийти каждая личность в процессе своего развития в данной культуре, а именно состояться как субъект ответственного выбора жизненного пути, в ходе которого она осуществляет преобразование природы, общества и самой себя [27, с. 427–428].

Продуктивный подход к заявленной проблематике предложен польским психологом К. Обуховским, с точки зрения которого различаются два исторически сложившихся типа культуры – «культура людей-предметов» и «культура людей-субъектов». Одно из кардинальных различий между ними сводится к тому, какой статус в развитии и жизнедеятельности индивида занимает личность (как интегральная психическая функция) с присущими ей высшими потребностями и формами активности, в том числе с потребностью в смысле жизни. Исторически более древней является культура, предметизирующая человека, в которой «большинство людей рассматри-

вались как инструменты работы и борьбы. ... Психическая автономия личности, личные размышления, собственные жизненные планы не считались ... особенностями с позитивным значением. ... Условием хорошего самочувствия, даже гордости индивида было поступать согласно предписанной роли, социальному статусу или традиции» [344, с. 249]. В условиях данной культуры личность претерпевает депрессию – общее недоразвитие, снижение и упрощение психической организации, включая деградацию и атрофию отдельных психических функций и способностей. В частности, не формируется или утрачивается ее потребность в смысле жизни, т. к. он оказывается психологически ненужным в условиях культуры, не допускающей автономные решения и интенциональные поступки. В качестве архаического пережитка данный тип культуры сохраняется по сей день в обществах с режимом тоталитарного правления. Более прогрессивным типом К. Обуховский полагает культуру людей-субъектов, которая в своих расцветших формах встречается в современных демократичных обществах, некогда в истории переживших «революцию субъектов». В ней основная ставка делается на развитие личности, под которой в данном случае понимают «человеческого индивида, который, сохраняя психическую дистанцию по отношению к потребностям и желаниям, развивается, руководствуясь смыслом своего существования» [344, с. 12].

Таким образом, *в сердце новоевропейской культуры лежит образ человека как субъекта жизни, выступающий в функции ориентира, медиатора и норматива развития личности.* В этой связи насущными задачами личностного развития становятся обретение, сохранение и реализация индивидуального смысла жизни – такого предельного замысла, по которому человек организует собственную жизнь и конструирует самого себя. В подтверждение тезиса о том, что смысложизненные задачи составляют важнейший класс задач личностного развития, запрограммированных в содержании идеальных форм современной культуры, могут быть собраны прямые и косвенные доказательства. Идеальные формы культуры имеют непосредственное представительство в обыденном сознании личности в виде имплицитных концепций, ввиду чего эмпирическая реконструкция житейских представлений о зрелой личности (или личностной зрелости) и собственно о смысле жизни (или осмысленной жизни) помогает высветить содержательные особенности культурных образцов человеческого развития. Например, результаты недавних исследований на репрезентативных российских выборках свидетельствуют о том, что в понимании большинства респондентов такие особенности человека, как знание смысла жизни и наличие жизненной цели, способность следовать им вопреки обстоятельствам, умение их отстаивать и добиваться реализации, выступают обязательными критериями «взрослого человека» [16] и «зрелой личности» [60], а подавляющая масса испытуемых воспринимает поиск и реализацию смысла индивидуальной жизни как актуальные и жизненно важные вопросы, требующие решения от каждого или практически от каждого человека [249; 350]. Можно также сослаться на результаты обширных социологических исследований и опро-

сов, демонстрирующих озадаченность широких слоев населения смысложизненными вопросами [326; 335; 336; 337].

В заключение следует вернуться к вопросу о психологическом содержании смысложизненного кризиса в развитии личности. В контексте культурно-исторического подхода, *психологический кризис – это состояние, возникающее вследствие непреодолимости или непреодоленности противоречия между реальной и идеальной формами развития в определенном возрасте* [377; 439]. Если же речь идет не об индивидуальном развитии конкретной личности, а о развитии целого поколения людей в определенных общественно-исторических условиях, то кризис может трактоваться как отсутствие в культуре адекватных данному возрасту идеальных форм или как нарушение социокультурных механизмов их предъявления развивающимся индивидам (в этом смысле Б. Д. Эльконин пишет, например, об историческом кризисе детства в современном российском обществе [506]). В этих концептуальных рамках *смысложизненный кризис может быть охарактеризован как психологический кризис, обусловленный невозможностью и (или) неспособностью личности открыть, обнаружить идеальную форму субъекта жизни и субъективизировать ее, т. е. перевести в реальный способ осуществления индивидуальной жизни*. Принимая во внимание, что идеальная форма субъекта жизни предполагает, прежде всего, необходимость и обязательность отыскания, сохранения и осуществления индивидуального смысла жизни, смысложизненный кризис также конкретизируется как *кризис становления личности субъектом личной жизни, спровоцированный нерешенностью в ее развитии кардинальных смысложизненных задач*.

3.5. Историко-эволюционное значение смысложизненного кризиса

Принцип историзма требует анализа не только исторического происхождения и детерминации смысложизненного кризиса, но также его исторического значения в контексте развития общества. Обособление личной жизни явилось переломным событием в истории, подстегнувшим тенденцию возрастающей персонификации, субъектизации и индивидуализации человека. В эту тенденцию органически вписаны процессы исторического формирования смысла жизни, жизнедеятельности и субъекта жизни, а также возникновение психологических кризисов смысложизненной этиологии. Помимо того, что эти новообразования оказались значимыми для личностного развития и личной жизни человека, они также имеют большое историко-эволюционное значение, выполняют важную роль в контексте общественно-исторического прогресса.

Осмыслить эту роль позволяют законы, утверждающие высокую значимость индивидуального своеобразия и разнообразия элементов для исторического и эволюционного развития сложных социальных и биологических систем. В общей теории систем и кибернетике – это закон необходимого разнообразия [510], в эволюционной теории –

это положение о выгоде внутривидовой вариативности для расширения эволюционирующих популяций [415; 502], в эволюционно-исторической психологии – это закон, дедуцированный А. Г. Асмоловым [27], и закон эволюционной дисфункционализации, сформулированный А. П. Назаретяном [331]. Общим знаменателем всех этих законов является идея о том, что *по мере развития сложной системы вариативность и дифференциация образующих ее элементов повышается, что создает резервные степени свободы в функционировании и поведении системы при встрече с непредвиденными обстоятельствами*. Растущая разнородность и даже избыточное разнообразие элементов – фактор прогресса системы, а актуально бесполезные вариации, играющие в текущей фазе развития маргинальную, периферийную роль, в будущем могут обеспечить внутренний ресурс, из которого черпаются новые сценарии и модели эволюции. «Индивидуальная изменчивость тех или иных элементов системы представляет собой условие для исторической изменяемости системы в целом», – резюмирует А. Г. Асмолов [27, с. 456]. Этот универсальный закон помогает прояснению историко-эволюционного значения личности, а также отдельных феноменов личностного развития и бытия – смысла жизни, жизнедеятельности, субъекта жизни и, в конце концов, смысложизненного кризиса.

В первую очередь, следует учитывать, что в качестве специфической системы саморегуляции, личность конституирует человека как индивидуального субъекта, который постоянно индивидуализирует собственную деятельность и жизнь и сам непрерывно индивидуализируется. Закономерно, что *исторически возрастающая персонификация человека влечет его прогрессирующую субъектизацию, которая, в свою очередь, стимулирует и углубляет его индивидуализацию*. Хорошо известен традиционный подход к разграничению личности и индивидуальности, согласно которому индивидуальность есть своеобразное и единичное в личности, противоположное типичному и всеобщему. Тем не менее, возможен иной подход, при котором личность концептуализируется как психологический механизм, обеспечивающий индивидуализацию сознания, поведения, деятельности и целостной жизнедеятельности человека через посредство самоопределения и самодетерминации. В данном случае индивидуальность оказывается функцией и производной от личности, а не просто параметром оценки частоты встречаемости и распределения отдельных личностных черт в человеческой популяции. Такое соотношение удачно схватывается формулой «личность как преодоление индивидуальности» [276]. Значит, общее предназначение личности в историко-эволюционном процессе выражается в том, чтобы служить продуцентом, источником, генератором индивидуального своеобразия и всеобщего разнообразия – «производителем» тех вариаций («мутаций», «инноваций») которые составляют «банк» резервного материала для социогенеза и культурогенеза. Личность с ее способностью к индивидуализации можно считать исторически сложившимся механизмом выработки резерва, задела вариативности, ускоряющего прогресс общества, культуры и человеческой цивилизации в целом [27; 260; 331].

С этой же теоретической позиции раскрывается историко-эволюционное значение многих личностных новообразований, в частности, смысла жизни и жизнедеятельности. Личность зародилась и развилась в историко-эволюционном процессе в качестве механизма психической саморегуляции личной жизни как формы самодетельного и самобытного существования человека в обществе. Она функционирует как внутренний противовес внешней регуляции личной жизни и освобождает человека от ограниченности, скованности механизмами социального контроля, корригирующего и элиминирующего ее отклонения от свойственных данному обществу социальных нормативов и культурных канонов. Тем самым личность фигурирует как «психологический орган» индивидуализации личной жизни на основе ее самоопределения и самодетерминации. При таком подходе личная жизнь предстает как опосредованный личностной регуляцией и за счет этого значительно индивидуализированный, авторизованный личностью способ общественного бытия человека. Такая трактовка перекликается с определением К. А. Абульхановой, согласно которому личная жизнь представляет «индивидуальное решение каждой жизненной судьбы, индивидуальное определение своего места в обществе, особое отношение к его ценностям, особый способ их реализации или отрицания» [12, с. 6]. *Личная жизнь – это жизнь, существенно индивидуализированная личностью, т. е. преобразованная на основе личностного смысла жизни и с помощью жизнедеятельности в неповторимый жизненный путь. Индивидуализация, дифференциация и диверсификация жизненных путей (человеческих судеб), начавшаяся в связи с выделением личной жизни и возникновением личности, дала импульс исторически беспрецедентному, безлимитному росту ресурсов вариативности, поддерживающих социальный прогресс.*

Эта общая тенденция имеет ряд частных аспектов, касающихся смысла жизни, жизненного пути, стиля жизни и прочих проявлений личности как субъекта личной жизни. Чтобы осветить эти частные линии, необходимо оперировать сопоставимыми категориями: «личная жизнь – общественная жизнь», «смысл жизни – смысл истории», «стиль жизни личности – образ жизни общества», «жизненный путь личности – исторический путь общества» и т. д. Так, бесконечно разнообразные личностные смыслы жизни, отклоняющиеся от единого коллективного инварианта, выступают в качестве фонда потенциальных смыслов истории. Осмысливая личную жизнь и пытаясь решить смысложизненные задачи индивидуального развития, человек в пределе осмысливает жизнь родовую и косвенным образом приобщается к смыслообразованию исторического развития общества. Как отмечал С. А. Рубинштейн, «в систему, совокупность задач, встающих перед человеком, входят как задачи, связанные с ходой личной жизни и личными отношениями, так и исторические этические задачи, связанные с исторической ситуацией, эпохой, моментом» [402, с. 346]. Это распространяется и на смысложизненные задачи личности, решение которых непосредственно связано с ходом личной жизни, но опосредованно причиняется к общественной истории. Индивидуальный смысл жизни сегодня – это возмож-

ный смысл групповой, общественной или общечеловеческой истории завтра. Не исключено, что даже те личностные смыслы жизни, которые на текущем этапе истории активно отвергаются, дискредитируются и элиминируются обществом, в будущем «переродятся» в основополагающие и общепринятые смысложизненные ценности, под сенью которых общество будет продолжать свой исторический путь. Динамика перехода индивидуального смысла жизни и жизненного пути личности в смысл истории и вектор общественного прогресса удачно описана А. Г. Асмоловым «Деяния исторических личностей, провозглашающих новую веру, вначале порой подвергаются гонениям, так как они вносят смуту, неопределенность в культуру их времени. Однако в случае победы их веры, а, тем самым, их варианта эволюции культуры, развиваемые ими идеи возводятся в ранг эталонов, превращаются в стереотипы. В результате они становятся носителями функции к сохранению системы, начиная элиминировать или рационализировать проявления активности других индивидуальностей как выразителей иных линий эволюционного процесса» [27, с. 463–464].

На ранних этапах истории индивидуальная судьба каждого отдельного индивида во многом повторяла судьбу социальной общности, а конвергенция социально-типических судеб определяла исторический путь общества в целом. Автономия личной жизни создала возможность отклонения индивидуального жизненного пути от линии жизни социальной общности и исторической судьбы целостного общества. Проторя свой жизненный путь, личность в большей или меньшей степени трансцендирует типичную коллективную биографию. Жизненный путь личности – то, что ей удалось выстроить из «материала» личной жизни, – в потенциале альтернативная линия, резервный путь, запасная траектория для исторического движения общества. Пусть сначала это всего лишь прецедент на фоне истории, но если в силу действия объективных и субъективных причин чья-то индивидуальная судьба становится образцом для широких людских масс, она начинает определять генеральную линию общественной истории. Как справедливо указывает А. Н. Коган, «единое в многообразии индивидуальных человеческих судеб и называют судьбой страны, судьбой народа» [230, с. 57–58]. И, по-видимому, чем выше степень обособления и автономизации личной жизни в пространстве жизни общественной, тем сильнее выражена дивергенция, рассеивание жизненных линий разных людей, и, следовательно, тем больше задел вариативности траекторий исторического прогресса. В такой макросистемной перспективе индивидуальный жизненный путь выступает вкладом личности в историческую программу развития общества – зародышем новых направлений исторического процесса. В общем, *историческая тенденция к обособлению личной жизни внутренне сопряжена с тенденцией усиления роли личности, ее индивидуального смысла жизни и жизненного пути в истории.*

Что касается смысложизненного кризиса, то в контексте исторического развития общества этот феномен личностного развития

выполняет амбивалентную, неоднозначную функцию. С одной стороны, это кризис овладения личностью собственной жизнью, в течение которого совершается переход от ее внешней регуляции к саморегуляции на основе личностного смысла жизни. В кризисный период бурно и интенсивно происходит выработка уникального смысла жизни, не совпадающего с ее стереотипным коллективным значением, и закладывается прообраз индивидуального жизненного пути, отклоняющегося от заданной социальной биографии. В этой связи смысложизненный кризис характеризуется как жизнетворческое состояние, когда наиболее вероятно появление объективно и субъективно новых вариантов осмысления и строительства индивидуальной жизни. Тем самым смысложизненный кризис выполняет функцию генерации инноваций и за счет своей энергии вращает «колесо истории». Вместе с тем сказанное справедливо лишь для конструктивно и современно преодоленного кризиса, из которого личность выходит, как правило, с новым или существенно обновленным смыслом и проектом собственной жизни. Неразрешимый или неразрешенный кризис, напротив, негативно сказывается на динамике и продуктивности исторического развития общества. В таком кризисе личность не может состояться в качестве субъекта жизни и причаститься к движущим силам общественной истории. Если смысложизненные кризисы приобретают массовый, застойный, деструктивный характер, со временем социальный прогресс сменяется на историческую стагнацию и деградацию общества.

Таким образом, смысл жизни и жизнедеятельность – исторически возникшие новообразования, принадлежащие соответственно к высшим психическим функциям и высшим формам деятельности человека – являются факторами историко-эволюционной динамики общества и человечества. На этих новообразованиях базируется способность человека быть субъектом собственной жизни и творить из ее «материала» индивидуальный жизненный путь, который в контексте социогенеза и культуругенеза представляет одну из альтернативных траекторий, резервных вариантов исторического процесса. Это поднимает полноценно развивающегося и функционирующего субъекта жизни до уровня субъекта истории. Смысложизненный кризис, будучи «срывом» становления и реализации человека в качестве субъекта жизни и творца уникального жизненного пути, негативно воздействует на стабильность и динамичность исторического развития всего общества. Он непосредственно ведет к недоиспользованию потенциала субъектности и жизнетворчества отдельной личности, а косвенно – затормаживает и стагнирует общественно-исторический процесс. В условиях, когда смысложизненный кризис разрастается до масштаба национальной эпидемии, общество лишается важнейших ресурсов социализации и со временем теряет способность адекватно отвечать на внешние и внутренние вызовы его целостности и благополучию. В этом собственно и заключается негативное историческое значение смысложизненного кризиса в развитии личности.

ГЛАВА 4 СМЫСЛОЖИЗНЕННЫЙ КРИЗИС КАК КРИЗИС СМЫСЛОГЕНЕЗА



Кризисы в психологических исследованиях принято определять и анализировать в привязке к тем сферам и структурам психики, со становлением и изменением которых непосредственно связаны ведущие противоречия развития личности (к примеру, «кризис идентичности», «мотивационный кризис», «кризис мировоззрения», «ценностный кризис» и т. д.). Сходная логика может и должна быть применена в отношении смысложизненного кризиса, который неотделим от процесса зарождения и становления индивидуального смысла жизни. Переводя теоретический анализ проблемы из плоскости исторического развития общества в плоскость онтогенетического развития личности, следует отметить, что *смысложизненный кризис – это, в первую очередь, кризис развития смысла жизни как высшей структуры личностно-смысловой регуляции поведения и деятельности человека*. Он совпадает с узловыми точками и переломными моментами смыслогенеза, в которых совершается первичное становление (обретение) и все последующие более или менее кардинальные содержательные, структурные и функциональные перестройки индивидуального смысла жизни. В эти переходные периоды регулирующий потенциал смысла жизни существенно снижается, имеет место функциональная недостаточность смысложизненной регуляции.

В качестве психического образования, входящего в структуру сознания и личности, смысл жизни выполняет комплекс важнейших функций, придающих индивидуальному существованию характер подлинно человеческого бытия и способствующих превращению человека из «продукта биографии» в субъекта жизни. Регуляция индивидуальной жизнедеятельности и онтогенетического развития личности смыслом жизни – *смысложизненная регуляция* – представляет собой функционально высший уровень личностно-смысловой регуляции, не только обеспечивающий преодоление всяческих внешних детерминаций, но и подчиняющий многие нижележащие уровни психического регулирования. Вне зависимости от происхождения и этиологии смысложизненного кризиса в каждом конкретном случае, его общим проявлением всегда является *арегуляция* или *дисрегуляция* индивидуального развития и жизнедеятельности личности. Иными словами, данный кризис порождает *функциональный дефицит* или *дисфункцию смысложизненной регуляции*. И поскольку смысл жизни выполняет множество регулирующих функций, постольку кризисы смыслогенеза, как периоды дисфункции смысла жизни и смысложизненной дисрегуляции, накладывают негативный отпечаток на самые разные виды, формы и сферы произвольной активности человека. В принципе, если перебрать все регулирующие функции смысла жизни и максимально полно учесть психологические и поведенческие последствия их ослабления, нарушения или выпадения, то мы получим характерную для кризиса феномено-

логическую картину. Конечно, это не значит, что жизнь без высоко-развитой смысложизненной регуляции невозможна. Она не только возможна, но и весьма распространена, однако в сравнении с длиной человеческой жизнью это качественно другая жизнь. Существование в состоянии смысложизненного кризиса – это *субчеловеческая жизнь*, которая по способу своей организации и реализации более примитивна, нежели жизнь, выстроенная на основе смысла.

Таким образом, *смысложизненный кризис* может быть определен как *переходный этап развития индивидуального смысла жизни, проявляющийся состоянием смысложизненной дисрегуляции поведения, деятельности и целостной жизнедеятельности личности*. В силу данного обстояательства теоретико-методологический анализ кризиса должен базироваться на четких представлениях о психологической структуре, свойствах и функциях смысла жизни.

4.1. Психологический состав и структура смысла жизни

Исследование сложных психических явлений обычно начинается с выделения и описания их структуры, и смысл жизни в этом плане не составляет исключения. Генеральная линия эволюции научно-психологических представлений о структуре смысла жизни – от его понимания как *одномерного, однокомпонентного, мономодального психического образования* к его трактовке в качестве *многомерной, многокомпонентной, полимодальной психической системы*. В данном случае критерий «одно- или многомерность» указывает на принадлежность смысла жизни к одному или сразу нескольким традиционно различаемым уровням психического отражения и регуляции (сознанию, подсознанию, бессознательному); критерий «одно- или многокомпонентность» указывает на наличие в строении смысла жизни одного единственного или нескольких взаимосвязанных психических образований; критерий «моно- или полимодальность» указывает на однообразие или разнообразие психической природы компонентов (когнитивной, аффективной, мотивационной и т. д.), интегрированных в структуру смысла жизни.

В настоящем исследовании мы развиваем теоретическое представление о смысле жизни как *системном психическом образовании*. В структурном аспекте он является *сложносоставной психической системой, представленной на разных уровнях организации человеческой психики и включающей в себя структурные и процессуальные составляющие когнитивной, аффективной, мотивационно-смысловой природы*. В психологическом строении смысла жизни четко разграничиваются *две подсистемы*: одна залегает на неосознанном уровне и объединяет формы *психологической представленности смысла жизни в структуре личности*, тогда как другая – *формы субъективной репрезентации смысла жизни в структуре сознания*.

Отправным пунктом структурного анализа смысла жизни является его рассмотрение в качестве *смыслового образования*, включенного в целостную организацию смысловой сферы личности. Этим задается его принципиальное понимание как *психического явления смысловой природы* и закладывается концептуальная основа для его изу-

чения с позиций *смыслового подхода к личности*. С этой точки зрения психологической «тканью», «субстанцией» данного феномена выступают смысловые (мотивационно-смысловые, ценностно-смысловые) образования человеческой психики [12; 45; 61; 186; 283].

В онтологическом измерении смысл жизни соотносится с системой особых объективных отношений человека с собственной жизнью как единым целым, простирающимся в пространстве и длящимся во времени. Такая *разновидность жизненных отношений человека, в которых собственная жизнь целиком выступает как предмет его познавательной и практической деятельности, определяется термином «смыслжизненные отношения»*. Возникновение данного модуля жизненных отношений в истории и в онтогенезе происходит по мере выделения и обособления личной жизни из контекста жизнедеятельности коллективного субъекта (общества, группы, диады и др.). Для методологии смыслового подхода к личности ключевым является положение о том, что «в наиболее общем определении смысловые структуры являются превращенными формами жизненных отношений субъекта» [283, с. 126]. Под этим углом зрения смысл жизни следует понимать, прежде всего, как *субъективно превращенную и представленную в структуре личности форму реальных отношений человека с индивидуальной жизнью как целостностью*.

Психологическая концептуализация смысла жизни в русле смыслового подхода первоначально сводилась к его отождествлению с отдельными смысловыми структурами. Чаще всего он ассоциировался с глобальным личностным смыслом, определяющим генеральную жизненную ориентацию или жизненную линию [12; 45], ведущим, доминирующим смыслообразующим мотивом личности [267; 446], личностными ценностями чрезвычайно высокого порядка [61; 493], а также жизненными целями, полагаемыми на основе осознанных мотивов и ценностей личности [229; 296]. Соглашаясь с тем, что смысл жизни по своей природе является смысловым образованием, исследовали существенно расходились в выборе того класса смысловых структур личности, к которому он конкретно относится.

В настоящее время понимание смысла жизни в качестве монолитного, односоставного образования постепенно уступает свои позиции ансамблевой, системной трактовке, согласно которой смысл жизни рассматривается не как «моноструктура» с узким диапазоном психологических функций, а как сложная система разнопорядковых смысловых структур с широким и разнообразным функционалом. Еще В. Франкл отмечал, что индивидуальный смысл жизни охватывает не только основные ценности личности, но и множество смыслов конкретных жизненных ситуаций [468, с. 29]. Этому созвучно определение смысла жизни В. Э. Чудновским: «Смысл жизни как психическое образование представляет собой не просто определенную идею, жизненную цель, ставшую для человека ценностью высокого порядка. Психологическую основу смысла жизни составляет структурная иерархия, система больших и малых смыслов» [494, с. 226]. Самую четкую системную дефиницию дает Д. А. Леонтьев: «Смысл жизни представляет собой концентрированную описательную характеристику наиболее стержневой и обобщенной динамиче-

ской смысловой системы, ответственной за общую направленность жизни субъекта как целого» [283, с. 250].

В тезаурусе смыслового подхода к личности наличествуют понятия, адекватно раскрывающие системный характер строения и функционирования некоторых сложных смысловых образований, в том числе и смысла жизни. Одним из таких понятий является «динамическая смысловая система», предложенное в свое время Л. С. Выготским и впоследствии продуктивно доработанное А. Г. Асмоловым [28] и Д. А. Леонтьевым [283; 287]. *Динамическая смысловая система* есть *сложноорганизованный комплекс смысловых структур (ценностей, мотивов, смысловых диспозиций и т. д.), порожденных и функционирующих как единое целое внутри определенного вида деятельности*. Функционального потенциала изолированной смысловой структуры явно недостаточно для регуляции даже простейших, элементарных форм деятельности, не говоря уже про особо сложные виды произвольной человеческой активности, характеризующие познавательное и практическое взаимодействие человека с собственной жизнью как целостным объектом во всем множестве, богатстве и динамике слагающих ее условий. А поскольку смысл жизни является ведущей инстанцией смысловой регуляции именно таких видов активности, то в смысловой сфере личности он представлен в форме динамической смысловой системы. Смысл жизни объединяет разнородные смысловые структуры для совместного обеспечения ими комплексной регулирующей функции – *смысложизненной регуляции*. Таким образом, в рамках смыслового подхода смысл жизни конкретизируется как *динамическая смысловая система, интегрирующая разнопорядковые смысловые структуры, организованная по принципам иерархии и гетерархии и специализирующая на смысловой регуляции познавательного и деятельно-практического взаимодействия личности с собственной жизнью как целью*.

Смысл жизни характеризуется специфическими *внутрисистемными особенностями состава и строения*, которые отделяют его от других динамических смысловых систем в психологической организации личности. В структуре смысла жизни с известной долей условности можно выделить *ядерную («ядро») и периферическую («периферия») части*.

Ядерная область объемлет смысловые структуры высочайшей степени устойчивости и обобщенности, фиксирующие инвариантное отношение личности к жизни в целом и отдельным ее аспектам. Эти структуры обслуживают долгосрочную и трансситуативную смысловую регуляцию, в связи с чем они консервативны и неподатливы к изменениям вплоть до того, что могут оставаться относительно неизменными на протяжении всей жизни. Их трансформация сопровождается, как правило, радикальным преобразованием или перерождением личности, захватывающим все уровни и подсистемы ее психологической организации.

На наш взгляд, *ядро смысла жизни как динамической смысловой системы имеет двухуровневое строение*. Первый уровень – своего

рода генетический, структурный и функциональный фундамент смысла жизни – объединяет структуры, кристаллизующие и несущие первичный опыт осмысления индивидуальной жизни. Из-за раннего генезиса эти фундаментальные структуры практически не выводятся на «экран» сознания и напрямую не объективируются в поведении, действуя через посредство производных, дочерних, надстроечных смысловых структур. По причине высокой латентности они еще недостаточно исследованы и очень слабо охвачены специальными психологическими понятиями. Этот архаичный и в то же время базисный уровень структурной организации смысла жизни наиболее адекватно схватывается такими терминами, как «фундаментальная ценность» («fundamental value») [300] или «базовая ценность жизни» [181; 187]. *Базовая ценность* – генетически первичная подструктура смысла жизни, которая отражает глобальное ценностно-смысловое отношение личности к собственной жизни как таковой. Она ориентирует в том, насколько жизнь в целом значима и ценна или, наоборот, ничтожна и никчемна, т. е. выражает интегральное отношение личности «за» или «против» жизни. Как правильно 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 ...» [8, с. 126]. По всей видимости, базовая ценность жизни рядоположена таким новообразованиям раннего онтогенеза, как, например, «базовое доверие к миру» (Э. Эриксон). Также очевидно, что психологические концепции, в которых смысл жизни считается приобретением детского возраста, обращены именно к этому уровню его структурной организации. Особенно это характерно для адлерянской теории, где смысл рассматривается как всеобъемлющая оценка индивидуальной жизни, которая формируется на бессознательном уровне в результате довербальной переработки и генерализации раннего жизненного опыта [522].

Второй уровень в структурной организации ядра смысла жизни – своеобразная надстройка над базовой ценностью – представлен совокупностью *конкретных смысложизненных ценностей личности*. По сравнению с базовой ценностью, репрезентирующей отношение к жизни как таковой безотносительно к ее конкретным обстоятельствам, эти ценности всегда предметны и фиксируют предельную, терминальную значимость для личности определенных жизненных обстоятельств. Между базовой ценностью жизни и конкретными жизненными ценностями прослеживаются не только структурные, но и генетические связи. Базовая ценность при этом задает самую общую рамку для осмысления предметного содержания жизни и «вычерпывания» из него качественно определенных, предметно специфических смысложизненных ценностей (подробно об этом см. [181; 187]).

Некоторые исследователи резонно полагают, что системообразующими, ядерными компонентами смысла жизни выступают наиболее значимые, устойчивые, обобщенные ценности личности. Их роль в поддержании структурной и функциональной целостности смысла

жизни настолько велика, что зачастую понятия «личностная ценность» и «смысл жизни» слипаются и поглощают друг друга. Например, Б. С. Братусь определяет личностные ценности человека как «наиболее общие, генерализованные смыслы его жизни» [61, с. 105], а В. Э. Чудновский квалифицирует смысл жизни как «идею, присвоенную человеком и ставшую для него ценностью чрезвычайно высокого порядка» [494, с. 193]. В зарубежной литературе по смысложизненной проблематике применительно к ценностям нередко используется термин «источники смысла жизни» («sources of meaning in life») [531; 533; 534; 565; 575; 702; 703; 738 и др.], что, на наш взгляд, вполне оправдано с генетической и функциональной точки зрения. Будучи стержневыми компонентами смысла жизни, они консолидируют вокруг себя прочие смысловые структуры (мотивы, диспозиции, установки, личностные смыслы), которые производны от ценностей и как бы опредмечивают, преломляют, заземляют их на отдельные жизненные ситуации и частные виды деятельности. За счет этих смысловых структур реализация смысложизненных ценностей пролонгируется в изменяющихся обстоятельствах и в разных деятельности, «сцементированных» единым смыслом во внутренне последовательный, преемственный жизненный путь. В целом можно утверждать, что *социокультурные ценности выступают в качестве источников индивидуального смысла жизни в генетическом аспекте, а личностные ценности служат его источниками в структурно-функциональном аспекте.*

Таким образом, в базисе смысла жизни лежит ценность самой жизни, на которой надстраиваются конкретные ценности, отражающие смысложизненную значимость для личности отдельных фрагментов и частных аспектов жизни. Смысл жизни – это не только смысл *чего-то* в жизни, но и *смысл жизни как таковой*. Он фиксирует оценочное отношение к жизни 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. Именно под таким углом зрения можно утверждать, что ядро смысла жизни имеет *двухуровневое строение*, в котором подразделяются «*базисный*» и «*надстроечный*» уровни.

Периферическая область смысла жизни представлена смысловыми структурами, производными от его ядерных образований. Эти структуры обладают более выраженной гибкостью, пластичностью и тесной зависимостью от ситуации, в которой они были порождены. Они складываются внутри актуально разворачивающейся жизнедеятельности и регулируют ее курс в соответствии с ядерными смысложизненными структурами с поправкой на наличные жизненные обстоятельства. Выполняя *тактическую (ситуативную и оперативную) смысложизненную регуляцию*, они функционально дополняют и продолжают *стратегическую (долговременную и транситуативную) регуляцию*, обеспечиваемую ядерными образованиями смысла жизни. Сосуществование в структуре смысла жизни ядер-

ных и периферических образований акцентируется с помощью специальной терминологии: В. Э. Чудновский говорит о «больших» и «малых» смыслах [494], Д. А. Леонтьев – о «высокоуровневых» и «низкоуровневых» структурах [280], Г. Рикер – об «экзистенциальном» («existential meaning») и «ситуационном» («situational meaning») смысле [717], К. Парк и С. Фолкман – о «глобальном» («global meaning») и «специфическом» («specific meaning») смысле [689; 690].

К периферийным образованиям в строении смысла жизни относятся мотивы, смысловые конструкты, диспозиции, установки, а также личностные смыслы конкретных жизненных обстоятельств, происходящие от основных смыслообразующих ценностей личности. В качестве примера такого смыслового образования можно привести межсобытийную детерминационную связь в субъективной картине жизненного пути, которая, по мнению А. А. Кроника, является не только мысленным представлением об объективных отношениях между двумя значимыми событиями, но и мотивационно-смысловой установкой, регулирующей реальную жизнедеятельность субъекта [255]. Ввиду присутствия подобных образований в его содержании и структуре, смысл жизни представляет сплав ее общего, генерального, стратегического смысла и парциальных, частных, тактико-операциональных смыслов жизненных ситуаций. Учитывая, что реальная жизнь – это вереница уникальных ситуаций, удельный вес ситуативных смысловых образований в совокупной структуре индивидуального смысла жизни не стоит приуменьшать по сравнению с надситуативными, генерализованными составляющими. В свое время на этом акцентировал внимание В. Франк, выделяя такие свойства смысла жизни как относительность и уникальность: «Смысл относителен постольку, поскольку он относится к конкретному человеку, вовлеченному в особую ситуацию. Можно сказать, что смысл меняется, во-первых, от человека к человеку и, во-вторых, – от одного дня к другому, от часа к часу» [468, с. 287]. В силу своих структурных особенностей смысл жизни – это не только предельные и консервативные смысловые структуры личности, в которых индивидуальная жизнь запечатлена как тотальная и неразложимая целостность; это также и конкретные смыслы дискретных ситуаций, всякий раз фиксирующие и доносящие до личности требование текущего момента.

Таким образом, в системном строении смысла жизни подразделяется двухуровневое (двухслойное) ядро и периферия, связанные между собой генетическими, структурными и функциональными связями. Основной вектор этих связей направлен от ядра к периферии, отражая первичность базовой ценности жизни, вторичность конкретных смысложизненных ценностей и производность периферических смысловых структур в строении смысла жизни. Этот вектор описывает, прежде всего, направленность процессов смыслообразования – порождения высокоуровневыми, ядерными структурами низкоуровневых, периферийных образований. Внутренняя «ар-

хитектура» смысла жизни как динамической смысловой системы схематически изображена на рисунке 2.

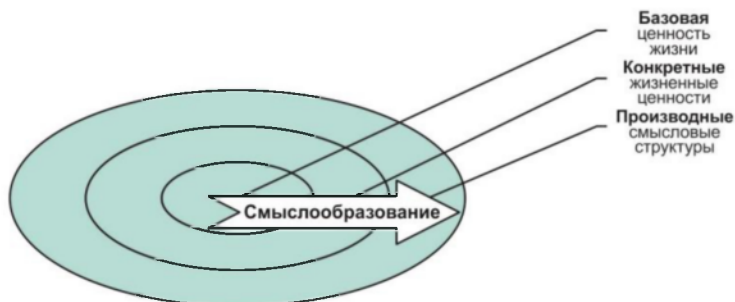


Рисунок 2 – Структурная организация смысла жизни как динамической смысловой системы

Приведенное выше структурное описание смысла жизни является *внутрисистемным* и должно быть дополнено *межсистемной* характеристикой, т. е. выяснением его места в целостной смысловой сфере личности, а также его соотношения с другими динамическими смысловыми системами. *Уникальность* смысла жизни проявляется в том, что в качестве динамической смысловой системы он релевантен целостной жизнедеятельности и, как правило, вбирает в свой состав многие другие динамические смысловые системы, образные частным видам деятельности. Структурное соотношение смысла жизни с мотивами конкретных отдельных видов деятельности предопределяет, каким образом эти деятельности входят в системное смысловое строение индивидуальной жизнедеятельности личности. Если объект, совпадающий с мотивом отдельной деятельности, в то же самое время соответствует какому-то важному условию реализации смысла жизни (например, является одной из смысловых ценностей, промежуточной целью или задачей, сопутствующим условием или средством и т. п.), то этот мотив интегрируется в структуру смысла жизни как динамической смысловой системы. Тогда и релевантная деятельность будет входить в состав жизнедеятельности и, следовательно, регулироваться не только собственным мотивом, но и смыслом жизни. По-видимому, в качестве общего правила можно постулировать следующую закономерность: *роль частной деятельности в общей структуре жизнедеятельности зависит от места, занимаемого мотивом данной деятельности в динамической системе смысла жизни.* Что касается самого смысла жизни, то в свете изложенного он предстает не как одна из ряда динамических смысловых систем, конституирующих смысловую сферу личности, а как *полисистемное образование, вбирающее в свой состав другие относительно автономные системы смыслов, но не сводящееся к ним целиком ни в содержательном, ни в структурном отношении.* В общем, формирование смысла жизни приво-

дит к заметной *централизации* смысловой сферы личности, т. е. возникновению в ней такого содержательно-структурного центра, к которому стягиваются частные мотивы и порожаемые ими динамические системы смысловых структур и процессов.

Смысл жизни занимает уникальное положение в смысловой сфере еще и потому, что является ее основополагающим и системообразующим компонентом. Он составляет центральную, стержневую динамическую смысловую систему, которая как в содержательном, так и в структурном плане наиболее репрезентативна по отношению к «целокупной» личности. Концентрируя, стущая в себе самые общие мотивационные тенденции и предельные стремления, смысл жизни, как никакая другая подструктура смысловой сферы, обрисовывает психологический облик и раскрывает индивидуальное своеобразие личности в целом. В свое время А. Н. Леонтьев писал: «Говоря о личности человека, мы всегда, фактически, подразумеваем, прежде всего, ту или иную направленность человека, создаваемую наличием ведущих жизненных мотивов, подчиняющих себе другие мотивы, которые как бы светят отраженным светом этих главных ведущих мотивов» [270, с. 9]. Исследование смысла жизни оказывается чрезвычайно информативным для понимания целостной личности, поскольку именно в смысле жизни представлена квинтэссенция ее смысловой организации.

Завершая рассмотрение смысла жизни в плоскости смысловой сферы личности, следует подчеркнуть, что в данном психологическом измерении он представлен в форме *динамической функциональной* системы. Динамичность смысла жизни обусловлена непрерывными изменениями его «периферии» – низкоуровневых смысловых структур, складывающихся внутри актуально разворачивающейся жизнедеятельности в конкретных жизненных ситуациях. Но вопреки непрекращающимся периферическим изменениям смысл жизни продолжает стабильно выполнять свои функции благодаря инвариантному «ядру» – высокоуровневым смысловым структурам, определяющим сквозную трансситуативную направленность жизнедеятельности личности. В этом собственно и заключается главный признак динамической системы, которая, по определению В. Д. Шадрикова, есть «система, развивающаяся во времени, изменяющая состав входящих в нее компонентов и связей между ними при сохранении функций» [499, с. 14]. Кроме того, смысл жизни является функциональной системой, в рамках которой совершается сложение и умножение функций разноуровневых смысловых структур. Эта функциональность особенно ярко проявляется в том, что все его структурные компоненты и элементы работают по принципу взаимодействия, слаженно выполняя общую для них регуляторную задачу. Ведущие смыслообразующие ценности и производные от них смысловые структуры образуют разветвленный иерархический комплекс смысложизненной регуляции жизнедеятельности личности. Тем самым смысл жизни подпадает под ключевое требование к функциональной системе, которая, согласно П. К. Анохину, представляет собой «строго очерченную группу процессов и структур,

объединенных для выполнения какой-либо определенной качественно-образной функции» [21, с. 128].

Определение смысла жизни как динамической смысловой системы вскрывает форму его представленности во внутреннем мире личности. В этой плоскости анализа он выступает в статусе гипотетического конструкта и теоретической абстракции, обладающей высоким объяснительным потенциалом, но трудноуловимой для эмпирического изучения. Между тем *смысл жизни является не только компонентом смысловой сферы личности, но и феноменом индивидуального сознания*. В плоскости сознания он становится субъективной данностью и эмпирической очевидностью, непосредственно переживаемой и рефлекслируемой человеком, а также доступной для научно-психологического исследования. Формы представленности смысла жизни на «поверхности» сознания, равно как и в «глубине» смысловой сферы личности, входят в его общую психологическую структуру и требуют специального анализа.

Переходя к такому анализу, важно помнить, что смысл жизни является гетерогенным смысловым образованием, а потому высвечивается в сознании весьма разноплановой феноменологией. Базовая ценность жизни, конкретные жизненные ценности и периферические смысловые структуры презентуются на уровне сознательного отражения в качественно различных феноменологических формах. Как было показано в одном исследовании, базовая ценность жизни открывается в таких феноменах, как жизненная философия и жизненные принципы (когнитивный компонент), жизненный настрой и жизненные чувства (аффективный компонент), общая жизнеутверждающая или жизнеотрицающая ориентация повседневных решений и поступков (конативный компонент) [151; 181]. Естественно, что конкретные смысловые ценности характеризуются другими феноменологическими формами. И так как в психологических исследованиях смысл жизни преимущественно идентифицируется с набором именно таких ценностей, формы их репрезентации в сознании раскрыты гораздо лучше, чем остальных составляющих смысла жизни.

Магистральная линия анализа сознательных репрезентаций смысла жизни вписывается в общую тенденцию его научно-психологического исследования. Она заключается в постепенном движении от трактовки смысла жизни как односложного, мономодального феномена в сторону его концептуализации в качестве многоаспектного, полимодального явления в структуре сознания. В качестве ступеней эволюции научных представлений о формах представленности смысла жизни в сознании могут быть выделены одно-, двух-, трех- и, наконец, четырехкомпонентные модели.

В *однокомпонентных моделях* смысл жизни приравнивается к какому-то одному феномену сознания, например, «ведущей идее» [493; 700]; «жизненной цели» [229; 267; 296; 312; 325; 665], «жизненной программе» [37; 441], «жизненному идеалу» [337; 379] и т. д. Такие модели редуцируют смысл жизни до явления преимущественно когнитивной модальности, преподносят его как разновидность познавательного образа, специфическое знание или представление.

В действительности же, как верно отмечает К. А. Абульханова, смысл жизни «не только когнитивное образование, а переживание личностью своей включенности в жизненные структуры, причастности к общественным ценностям, полноты своего самовыражения, интенсивности взаимодействия с жизнью» [8, с. 173].

Двухкомпонентные модели дифференцируют, как правило, формы когнитивной репрезентации и аффективной индикации смысла жизни в структуре индивидуального сознания. Из их числа наиболее ранней является модель Дж. Батисты и Р. Олмонда, в которой в качестве психологических составляющих смысла выделяются, во-первых, субъективные представления о принадлежности индивидуальной жизни к некому контексту или о ее включенности в некую перспективу, что обуславливает ясное видение жизненных целей («framework»), во-вторых, эмоциональное переживание исполненности жизни, возникающее как следствие продуктивной реализации этих целей («fulfillment») [532]. Другая модель, различающая когнитивные и аффективные аспекты смысла жизни, разработана китайским психологом Д. Шеком. По его мнению, когнитивный аспект смысла («purpose of existence») проявляется в сознательных представлениях о жизненных ценностях и целях, а аффективный аспект («quality of existence») – в эмоциональной полноте и яркости повседневного жизненного опыта [748; 749]. Идентичные компоненты смысла жизни дифференцируются и другими исследователями: рациональное «понимание» (understanding, sense) и эмоциональная «оценка» (evaluation, significance) жизни [747]; жизненная «цель» (purpose) и «удовлетворенность» (satisfaction) жизнью [573].

Следует отметить, что двухкомпонентные модели, расчленяющие смысл на рациональные представления и эмоциональные переживания по поводу жизни в целом, достаточно адекватны его реальной феноменологии. В рамках смыслового подхода в отечественной психологии основными формами сознательного отражения любого личностного смысла считаются «эмоциональный смысл» и «вербализированный смысл» [30; 61; 81; 267]. Если последовательно придерживаться данной теоретико-методологической традиции, то понимание и переживание смысла жизни надлежит признать ведущими формами его репрезентации в сознании. Между тем, некоторые исследователи, работающие в русле смыслового подхода, в качестве еще одной формы сознательной репрезентации смысловых образований личности выделяют «побуждение» [138; 283].

В этой связи закономерно, что разделение когнитивного и аффективного аспектов – хоть и распространенный, но далеко не единственный способ двоичного структурирования смысла жизни. Встречаются теоретические и эмпирические модели, в которых аффективная образующая замещается мотивационным компонентом, а наполненность жизни значащими позитивными или негативными переживаниями рассматривается как вторичное следствие наличия или отсутствия смысла в жизни (например, как эмоциональное измерение субъективного благополучия-неблагополучия личности). В этом плане показательна модель М. Стигера, в которой смысл жизни представлен в качестве двухмерного когнитивно-мотива-

ционного феномена: «Первое измерение – это понимание (comprehension), которое заключается в способности осмысливать и постигать индивидуальную жизнь как целое, включающее самого человека и окружающий его мир, а также собственное назначение в этом мире. ... Второе измерение – это цель (purpose), которая выражается одним или сразу несколькими сверхсильными долгосрочными стремлениями, мотивирующими соответствующую деятельность» [764, р. 382].

В настоящее время в отечественной и зарубежной психологии наибольшей популярностью пользуются *трехкомпонентные модели*, структурирующие смысл жизни по аналогии с классической схемой строения аттитюда. Данную схему первыми заимствовали канадские исследователи Г. Рикер и П. Вонг, вычленившие в структуре смысла жизни когнитивную, аффективную и мотивационную составляющую. По их мнению, на когнитивном уровне смысл жизни оформлен в виде более или менее развернутой и упорядоченной системы убеждений, способствующей интерпретации и объяснению целостной жизни и ее частных событий. На мотивационном уровне смысл жизни воплощен в системе ценностей, диктующих содержание жизненных целей и выбор способов их достижения. На аффективном уровне смысл жизни выражен в переживаниях удовлетворенности и исполненности, аккомпанирующих практической реализации ведущих ценностей и целей личности [708, р. 221–222].

В отечественной психологии весьма схожий взгляд на структуру смысла жизни сформулирован Д. А. Леонтьевым, который предлагает выделять три составляющие: субъективный образ цели, эмоциональное переживание включенности и осмысленности, объективную направленность жизни [280]. Эти компоненты смысла жизни представляются одинаково необходимыми для полноценной смысловой регуляции, однако не всегда встречаются в полном наборе и в одинаковой степени выраженности, что влечет широкий диапазон сопряженных со смыслом жизни структурных и функциональных различий. Например, «если отсутствует образ цели, но имеются чувство осмысленности и богатства жизни и устойчивая ее направленность, человек может быть по-настоящему счастлив, но при этом плыть по течению, слабо контролируя ход своей жизни» [280, с. 41].

В последние годы предлагаются *четырёхкомпонентные модели*, в которых смысл жизни рассматривается не просто как синтез разномодальных психических явлений, но также как интеграл сознательных и поведенческих, деятельностных компонентов. Растущую известность приобретает созданная П. Вонгом модель PURE. Когнитивный компонент смысла в рамках данной модели определяется термином «понимание» («understanding»), предполагающим восприятие жизни как связанного целого, осознание смысла отдельных жизненных ситуаций и ясное представление о личных ценностях и целях. Аффективный компонент смысла – «оценка» («evaluation») – ассоциируется с переживаниями удовлетворенности-неудовлетворенности жизнью в целом, а также ее дискретными этапами и ситуациями. Мотивационный компонент смысла, обозначаемый термином «цель» («purpose»), сводится к наличию значимых долгосрочных устремлений. Наконец, поведенческий компонент смысла жизни

(«responsible action») находит выражение в решениях и поступках, в которых личность руководствуется и сверяется с пониманием, оценкой и целью собственной жизни [798].

В наших исследованиях теоретически и эмпирически обоснована модель, также различающая формы представленности смысла жизни в структуре сознания и в потоке реальной жизнедеятельности. Согласно данной модели, в индивидуальном сознании смысл жизни оформлен как комплекс феноменов мотивационной, аффективной и когнитивной модальности. В целях обобщения предшествующих моделей и унификации терминологии мы предпочитаем говорить о таких формах сознательной проекции смысла жизни, как *понимание* (когнитивный компонент), *переживание* (аффективный компонент) и *побуждение* (мотивационный компонент).

Когнитивный компонент смысла жизни составляют осознанные представления о содержании, абсолютной и относительной значимости, взаимосвязях и соподчинении ценностей, которые личность считает наиболее важными в своей жизни. В совокупности эти представления складываются в более или менее целостное и развернутое понимание личности смысла собственной жизни. Из всего многообразия терминов, отражающих психологическое содержание и специфику субъективных представлений личности о смысле собственной жизни, на наш взгляд, наиболее точными являются «смысложизненные ориентации» [289] и «понимание смысла жизни» [136; 186; 346].

Аффективный компонент смысла жизни представлен эмоциональными переживаниями, которые личность испытывает по ходу практической реализации смысложизненных ценностей. Эмоции, производные от практической реализации смысла жизни, по своему составу весьма неоднородны и отражают субъективную значимость различных обстоятельств, с которыми личность встречается в процессе жизнедеятельности. Следует различать, по меньшей мере, три больших класса эмоциональных переживаний, сопутствующих воплощению смысла в жизнь.

Первый и самый обширный класс эмоций сигнализирует о месте и роли различных обстоятельств (событий, людей, отдельных видов деятельности и т. д.) в контексте индивидуальной жизнедеятельности; сообщает об объективном отношении, в котором эти обстоятельства находятся к процессу осуществления смысла жизни. Все обстоятельства, которые по объективной логике жизнедеятельности втягиваются в процесс реализации смысла жизни, наделяются особой значимостью, приобретают особый жизненный смысл. Изменения условий жизни, способные существенно повлиять на течение жизнедеятельности, осмысливаются личностью как биографически важные или, по точному выражению С. А. Рубинштейна, жизненные события [400]; люди, которые причастны к осуществлению смысла жизни и вовлечены в жизнедеятельность в качестве со-субъектов, становятся для личности «биографически значимыми другими» [255]; отдельные виды деятельности, опосредствующие реализацию смысла жизни, также озаряются глубоким жизненным смыслом и становятся своего рода «жизнедействиями» в структуре целостной

жизнедеятельности [158]. Эмоции, которыми помечены события, люди, деятельности и другие обстоятельства, репрезентируют в сознании их жизненный смысл, т. е. причастность к процессу реализации личностью смысла жизни. Такие эмоции отражают отношение личности к отдельным событиям и обстоятельствам жизни, но не к жизни в целом.

Их основное функциональное назначение в том, чтобы ориентировать личность в жизненной значимости объектов и явления действительности, которые актуально или потенциально безразличны в контексте реализации ее смысложизненных ценностей. Они как бы «наводят» жизнедеятельность на обстоятельства, благоприятствующие ее эффективной реализации, и «уводят» от столкновения с обстоятельствами, угрожающими ее успешному протеканию. Еще одна важная функция этих эмоций состоит в том, что в силу глубоко личностного характера некоторых из них становятся значимыми событиями внутренней жизни [295; 400; 545], вплетаются в «ткань» субъективной картины жизненного пути [255], конституируют автобиографическую память и нарративную идентичность личности [308; 341; 410]. С учетом указанной функции эти эмоции вслед за С. А. Рубинштейном уместнее определять, как переживания: «Когда мы говорим, что какое-нибудь психическое явление было или стало переживанием человека, это означает, что оно в своей неповторимой индивидуальности вошло как определяющий момент в индивидуальную историю данной личности и сыграло в ней какую-то роль» [400, с. 14].

Эмоциональные явления другого класса сигнализируют об общем уровне продуктивности, а также о наличии либо отсутствии прогресса в практической реализации личностью своих смысложизненных ценностей. Они также сопровождают индивидуальную жизнедеятельность в динамике и оценивают успешность ее осуществления в целом, а также ее отдельных этапов и актов. В единстве с рациональной оценкой результатов жизнедеятельности эти эмоциональные переживания обеспечивают личность обратной связью о том, как обстоят дела с реализацией смысла ее жизни. Их функциональное назначение в том и заключается, чтобы в интересах максимально продуктивной реализации смысла жизни гибко регулировать, контролировать и корректировать общую стратегию и тактику жизнедеятельности в разнообразных ситуациях.

Наконец, третий класс эмоциональных явлений, ассоциированных со смыслом жизни, составляют переживания и чувства личности в адрес собственной жизни в целом. На сегодняшний день отсутствует общепринятая терминология для обозначения таких эмоциональных феноменов, хотя, по нашему мнению, их весьма метко схватывает термин «жизненные чувства» [181]. В отличие от двух ранее упомянутых классов эмоций, притекающих от конкретных смысложизненных ценностей и выступающих формой их эмоциональной индикации, жизненные чувства сигнализируют о базовой ценности жизни. В этой связи они являются генерализованными, инвариантными, устойчивыми и гораздо меньше зависят от потока жизненных обстоятельств и динамики индивидуальной жизнедеятельности.

тельность. Без этих чувств переживание личности смысла собственной жизни носит текучий, ситуативный характер, т. е. флуктуирует в зависимости от складывающихся жизненных ситуаций. Любовь к жизни («love of life») – конкретный пример жизненного чувства [520].

Общая функция таких эмоциональных явлений состоит в том, что через них на сознательный уровень психического отражения проецируется глубинная мотивация, которая побуждает личность к активному взаимодействию с собственной жизнью как особым предметом деятельности, а также обуславливает общий уровень мотивационной привлекательности этого предмета для личности. Эти эмоции и чувства создают внутреннюю готовность личности к познанию и практическому преобразованию собственной жизни; определяют общий смысловой фон живевосприятия и общую мотивационную окраску субъективной картины жизни, т. е. заставляют чувствовать интерес, привязанность, любовь, вовлеченность или, наоборот, отвращение, ненависть, отчужденность по отношению к жизни, вызывают желание прожить, сохранить, продлить жизнь или побыстрее скрыться, отказаться, избавиться от нее.

Таким образом, аффективный компонент смысла жизни образуют эмоциональные переживания, которые личность испытывает по ходу практической реализации смысложизненных ценностей. Этот компонент удачно отражен в дефиниции К. А. Абульхановой, которая определяет смысл жизни как «психологический способ переживания жизни в процессе ее осуществления» [12, с. 73].

Мотивационный компонент смысла жизни охватывает субъективно переживаемые побуждения, стремления и притязания, которые обусловлены реально сформировавшимися и необязательно осознаваемыми смысложизненными ценностями личности. Вычленение данного компонента как самостоятельного создает определенные трудности, так как он «слипается» с эмоциональной составляющей смысла жизни. Несомненно, эмоции являются механизмом непосредственной презентации глубинных мотивационно-смысловых структур личности на «экране» сознания. Существует даже точка зрения, что эмоциональная индикация – это единственная и исключительная форма, в которой мотивация представлена на осознаваемом уровне [81]. Среди смысложизненных переживаний действительно присутствуют устойчивые, обобщенные эмоции и чувства, через которые «просвечивает» мотивация индивидуальной жизнедеятельности. Однако, по нашему мнению, формы представленности смысложизненной мотивации в сознании не сводятся только к эмоциональным явлениям. Чувства, адресованные индивидуальной жизни, являются *неспецифической формой* осознанного переживания мотивации, восходящей к смысложизненным ценностям личности. В качестве *специфической формы*, характеризующей собственно мотивационный компонент смысла жизни, выступает *смысложизненное побуждение*, а также его когнитивно переработанные формы – *смысложизненные стремления и притязания* личности.

Утверждая это, мы опираемся на теоретические представления о побуждении как форме феноменологической представленности мо-

тива в сознании [138; 283]. Смысложизненное побуждение следует понимать как особое психическое состояние, которое отражает наличный уровень активации (актуальности) смысложизненных ценностей и обеспечивает адекватную этому уровню мобилизацию внутренних ресурсов личности, в первую очередь, энергетических и функциональных. Сила, с которой личность переживает состояние побуждения, говорит о ее мотивированности, внутренней готовности к практическому претворению смысла в жизнь. Помимо формально-динамических (количественных) параметров смысложизненным побуждениям личности присущи содержательно-предметные (качественные) параметры. Смысложизненные побуждения не только питают энергией индивидуальную жизнедеятельность, но и несут в себе предметный образ желаемой жизни, к которой личность должна прийти или, как минимум, приблизиться в будущем. Именно со стороны своего предметного содержания побуждение может рассматриваться как смысложизненное стремление личности. В отличие от «голого» побуждения как запаса нерастраченной мотивационной энергии, стремление – это всегда направленное, опредмеченное побуждение, или побуждение «к чему-то». Благодаря этой особенности смысложизненные побуждения выполняют не только энергетизирующую функцию, но и функцию мотивационного предвосхищения будущего. Если же отслеживать наиболее типичные для данной личности побуждения и оценивать межличностные различия в их содержании, то можно вести речь о смысложизненных притязаниях, которые являются устойчивыми индивидуально-психологическими свойствами личности как субъекта жизни.

Мотивационный компонент, таким образом, конституируется притекающими от смысла жизни побуждениями, стремлениями и притязаниями личности. Смысложизненные побуждения являются специфической и первичной формой сознательной репрезентации той мотивационной энергии, которой смысл жизни «заряжает» индивидуальную жизнедеятельность личности. Актуализируясь в конкретных условиях, эти побуждения насыщаются определенным предметным содержанием, приобретают интенциональный вектор и трансформируются в смысложизненные стремления. Важная психологическая особенность стремлений коренится в том, что в их содержании «запроектировано» пристрастно-личностное видение желанной, должной, идеальной жизни, которое может не совпадать с чисто когнитивным прогнозом будущего. Закрепляясь в структуре личности и становясь характерными для нее, смысложизненные стремления приобретают статус притязаний, т. е. личностных требований и запросов к жизни, продиктованных ее индивидуальным смыслом. Указанные формы субъективного переживания смысла жизни несводимы к эмоциональным феноменам, и поэтому мы считаем правомерной и необходимой дифференциацию аффективного и мотивационного компонентов смысла жизни.

В общем, на осознанном уровне смысл жизни явлен в виде *динамической системы смысложизненных ориентаций, смысложизненных переживаний и смысложизненных побуждений личности*. Эта феноменология соответственно воплощается в субъективном

восприятии и переживании жизни как целенаправленной, последовательной и связной, а также эмоционально насыщенной и мотивационно привлекательной.

Кроме того, смысл жизни объективируется в плоскости реально-го поведения, что позволяет вычленить его *конативный компонент*. Данный компонент заключается в *объективной направленности и объективных результатах* индивидуальной жизнедеятельности личности. Основным «поведенческим» проявлением смысла жизни выступает *общая интенциональная направленность повседневной жизнедеятельности*, т. е. ее устойчивая и избирательная связь с определенным предметным содержанием, выражающаяся в предпочтении личностью соответствующих занятий и видов деятельности, на которые затрачивается большая часть временных, энергетических, материальных и прочих жизненных ресурсов. В содержание конативного компонента также включается совокупность реальных изменений и преобразований в обстоятельствах жизни, произведенных личностью по ходу жизнедеятельности. Эти изменения и преобразования, в случае их сообразности смыслу, выступают как жизненные достижения личности и форма объективного (предметного) воплощения этого смысла. *Осознание личностью своих жизненных достижений – специфическая форма вторичной, опосредованной репрезентации смысла жизни в сознании*. С этой точки зрения совершенно справедливо замечание К. А. Абульхановой: «Переживание смысла жизни, или жизни как имеющей смысл, связано не только с предваряющим наличием целей, планов, замыслов. Оно связано с мерой соответствия этих в широком смысле притязаний и их реализации – в широком смысле достижений, которая и дает переживание жизни как подлинной, т. е. имеющей смысл» [2, с. 281].

Подводя итоги структурного анализа, можно заключить, что смысл жизни является сложной и внутренне гетерогенной психической системой, которой присущ поликомпонентный состав и многоуровневое строение. В этом системном качестве он одновременно выступает как «глубинное» образование смысловой сферы личности, «вершинная» структура индивидуального сознания, а также высший критерий регуляции, имеющий выход в плоскость реальной жизнедеятельности личности. В его структуре интегрированы разномодальные компоненты (когнитивные, аффективные, мотивационно-смысловые), локализованные как на уровне сознания, так и на неосознанных уровнях человеческой психики. На неосознанном уровне смысл жизни представлен в виде динамической системы смысловых структур и процессов высокой степени обобщенности и устойчивости. На уровне сознания смысл жизни оформлен в виде системы смысложизненных ориентаций (когнитивный компонент), смысложизненных переживаний (аффективный компонент), смысложизненных побуждений, стремлений и притязаний (мотивационный компонент) личности. Столь сложное строение смысла жизни обусловлено реальной сложностью процесса, в котором он порождается. Это – процесс взаимодействия личности с собственной жизнью как единым целым, в который включены и познание, и переживание, и попытки ее деятельного, практического преобразования.

4.2. Психологические свойства смысла жизни

В общепсихологическом понимании свойство – это качество, признак, черта, составляющие отличительную особенность какого-нибудь психического явления или личности в целом. В соответствии с этим под свойствами смысла жизни подразумеваются такие признаки данного системного психического образования, которые существенным образом влияют на его функциональный потенциал и обладают достаточно высокой степенью индивидуальной изменчивости. Отнюдь не всякий признак смысла жизни относится к разряду его свойств, а только тот, который удовлетворяет требованиям *индивидуальной изменчивости и функциональной значимости*. Иными словами, *психологические свойства – это функционально значимые дифференциальные (индивидуально-типические) особенности смысла жизни*.

Все описанные в психологической литературе свойства смысла жизни подразделяются на две категории: *содержательные* и *формальные*. *Содержательные свойства* характеризуют ценностное наполнение индивидуального смысла жизни и программируют общую интенциональную направленность жизнедеятельности личности. Они «отвечают» на вопрос о том, что для данной конкретной личности представляет наибольшую жизненную значимость; ради чего она готова не только жить, но и, если понадобится, умереть. Ценностное содержание, пожалуй, наиболее индивидуализированный аспект смысла жизни, по которому наблюдается самый широкий разброс межличностных различий. Это достигается за счет: 1) неповторимого набора ценностей-источников смысла жизни, принятых и присвоенных личностью; 2) уникальной личностной коннотации каждой отдельной смысложизненной ценности, расходящейся с ее общепринятым (конвенциональным) социокультурным значением; 3) своеобразной композиции и способа связывания, соединения, соподчинения различных ценностных содержаний внутри индивидуального смысла жизни.

Несмотря на высокую индивидуализацию смысла жизни в разрезе ценностного содержания, исследователям удается выделять его групповые, национальные и даже общечеловеческие универсалии, обозначаемые термином «источники смысла жизни» (sources of meaning of life) [565; 575; 702; 703; 711; 734; 735 и др.]. Построение таксономий, классификаций, типологий и прочих форм категоризации ценностей, выбираемых людьми в качестве смыслов жизни, облегчает задачу создания диагностических инструментов и проведения эмпирических исследований. Между тем, сама по себе эта мера не достаточна для функционального анализа смысла жизни, поскольку содержательно различные ценности-источники смысла жизни неэквивалентны в функциональном плане. Содержание смысла жизни определяет его регуляторный потенциал и тем самым влечет ощутимые различия в продуктивности индивидуальной жизнедея-

тельности и в развитии личности. В этой связи для описания содержательных свойств смысла жизни предлагаются более формализованные параметры, учитывающие функциональную неравнозначность различных ценностных содержаний.

Одним из таковых является «*глубина смысла жизни*» (depth of meaning of life) [677; 708; 711] – континуум содержательных различий, упорядочивающий всевозможные смыслы жизни в зависимости от характера их влияния на благополучие и психологическую судьбу личности. На одном полюсе данного континуума локализируются смыслообразующие ценности с эгоцентрической направленностью, тогда как на втором полюсе его замыкают самотрансцендентные ценности, ориентирующие личность на служение чему-то, превосходящему ее собственные потребности и проблемы. Считается, что чем выше удельный вес самотрансцендентных ценностей, тем содержательнее и глубже индивидуальный смысл жизни. Вот как раскрывают уровневую градацию глубины смысла жизни Г. Рикер и П. Вонг: «На низшем уровне превалирует озабоченность гедоническим удовлетворением и личным комфортом. На следующем уровне личность посвящает время и энергию преимущественно реализации собственного потенциала. Примерами тому являются личностный рост, творчество и самоактуализация. На третьем уровне личность преодолевает индивидуальные интересы и переключается на служение другим людям и более глобальным общественным и государственным проблемам. На высшем уровне личность приобщается к самотрансцендентным ценностям, которые вбирают в себя космический смысл и предельные цели» [708, р. 226]. Чтобы подчеркнуть функциональную значимость содержательных свойств смысла жизни, авторы вводят «*постулат глубины*», согласно которому уровень общей осмысленности жизни прирастает прямо пропорционально насыщению индивидуального смысла духовными ценностями.

Этот постулат очевидным образом корреспондирует с идеей В. Франкла о том, что источником подлинной осмысленности жизни выступает человеческая способность к самотрансценденции – устремленности на нечто иное в мире, не совпадающее с самим человеком и его жизнью [468]. Следует также отметить, что некоторые исследователи, не употребляя термин «глубина», описывают аналогичный содержательный параметр, называя его «самотрансцендентностью» или «духовностью» смысла жизни [579; 580; 660]. По сути, глубина смысла жизни – это мера одухотворенности его содержания: по-настоящему глубоким признается смысл жизни, насыщенный высокими духовными ценностями и проникнутый общезначимыми благими целями. Как пишет М. Селигман, «жизнь, исполненная смысла, связана с использованием наших индивидуальных достоинств и добродетелей для служения высшим целям» [416, с. 293]. Таким образом, функционально значимым содержательным свойством смысла жизни предполагается глубина, определяемая инди-

видуальной пропорцией смыслообразующих ценностей эгоцентрического и самотрансцендентного характера².

Формальные свойства отражают строение, генезис и функции индивидуального смысла жизни как психической системы в структуре личности безотносительно к его ценностному наполнению. В данной категории лучше всего изучено свойство, именуемое «*широта смысла жизни*» (breadth of meaning of life) [677; 708; 711; 734]. Широта является структурным свойством смысла жизни, характеризующим количественный состав и степень содержательной разнородности смыслообразующих ценностей личности. Смысла, который распространяется на многие сферы жизни и проистекает из содержательно гетерогенных ценностей, считается широким, в то время как смысл, почерпнутый из содержательно схожих или смежных ценностей и сосредоточенный в одной сфере жизнедеятельности, оценивается как узкий. И хотя анализу подвергается содержание смысла, это свойство остается формализованным, количественно определяемым показателем, в измерении которого совершенно не важно, во что личность вкладывает смысл своей жизни. В случае «узости-широты» значение имеет лишь содержательная гомогения-гетерогения, но не само содержание смысложизненных ценностей.

Некоторые авторы различают два аспекта данного психологического свойства смысла жизни: количественный и качественный. Количественный аспект сводится к числу ценностей, составляющих структуру индивидуального смысла жизни. Для его обозначения используются термины «доступность» («accessibility») [699], «плотность» («density») смысла жизни [734]. Чем с большим количеством ценностей (содержательных категорий), независимо от их содержательной близости и совпадения, личность ассоциирует смысл своей жизни, тем выше его плотность, или доступность. Качественный аспект широты, схватываемый терминами «дифференциация» («differentiation») [699], «разнообразие» («diversity») смысла жизни [734], является отражением содержательной разнородности смыслообразующих ценностей. Поскольку количественным эквивалентом широты в данном аспекте служит число неповторяющихся содержательных категорий, разнообразие, или дифференциация в чистом виде выражает ценностное однообразие-разнообразие, скудость-богатство индивидуального смысла жизни.

Еще одним формально-структурным свойством смысла жизни как системного психического образования выступает *иерархизация*.

²В литературе встречается и несколько отличная трактовка психологической сущности «глубины» смысла жизни. П. Эберсол и его коллеги интерпретируют данное свойство как степень осознанности смысла жизни. В их работах за термином «глубина смысла жизни» (meaning in life depth) скрывается параметр «конкретность-абстрактность» смысложизненных представлений личности. С этой точки зрения глубоким будет являться тот смысл, который формулируется в виде четких, ясных, конкретных и иллюстрированных примерами из реальной жизни описаний (в противоположность расплывчатым, туманным, общим и отвлеченным от жизненной фактуры рассуждениям). В общем, чем лучше обдуманы и четче оформлены представления о смысле жизни, тем он глубже [569; 576].

В некоторых психологических концепциях подразумевается, что смысл жизни структурно оформлен не просто как композиция рядоположных личностных ценностей, а как система, построенная на принципах их координации (гетерархии) и субординации (иерархии) [187; 283; 344; 484]. Например, как пишет В. Э. Чудновский, «в основе структуры смысла жизни лежит иерархия смыслов, соотношение «больших» и «малых» смыслов»; причем «структура смысла жизни – динамическая иерархия, в которой время от времени происходят подвижки» [494, с. 218–219]. Иерархизация – это индивидуально-психологическое свойство смысла жизни, которое указывает на степень дифференциации и соподчинения смыслообразующих ценностей по личностной значимости. При низкой иерархизации смысл жизни принимает форму конгломерата равнозначимых ценностей; высоко иерархичный смысл жизни отличается «вертикальным» строением, внутри которого подразделяются, с одной стороны, основные, ведущие, главные, а, с другой стороны, дополнительные, вспомогательные, резервные, альтернативные ценности. Функциональная роль иерархизации как психологического свойства смысла жизни состоит в том, чтобы регулировать последовательность, очередность, приоритетность актуализации и реализации этих ценностей в повседневной жизнедеятельности.

В современных исследованиях смысл жизни раскрывается не только как поликомпонентное, но также многоуровневое и разномодальное психическое образование. Это значит, что он лежит на разных – сознательном и бессознательном – уровнях психического отражения и обнаруживает себя в феноменах когнитивной, аффективной, мотивационной природы, а также в реальной интенциональной направленности жизненного пути личности [187; 213; 280; 282; 299; 643; 708; 732; 748; 764 и др.]. Этим очерчивается зона функционально важных индивидуальных различий, связанных со степенью, во-первых, согласованности неосознанных и осознаваемых компонентов смысла жизни, во-вторых, совпадения его когнитивных, аффективных, мотивационных и конативных аспектов. Психологическое свойство, отражающее внутреннюю связность либо разобщенность разноуровневых и разномодальных компонентов смысла жизни, получило название «интегрированность» [171], «сложность» [708], «связность» [699]. В наших предшествующих работах вводится представление о двух видах интеграции-деинтеграции смысла жизни: межуровневой («вертикальной») и внутриуровневой («горизонтальной»). Первая обусловлена степенью согласованности сложившихся на неосознанном уровне, реально действующих смысложизненных ценностей и сознательных представлений личности о смысле собственной жизни; вторая – степенью совпадения когнитивного, аффективного, мотивационного и конативного компонентов смысла жизни, т. е. смысложизненных представлений, переживаний, побуждений личности и фактической смысловой направленности ее повседневной жизнедеятельности [152].

Отдельной стороной интегрированности, переходящей в самостоятельное психологическое свойство смысла жизни, является «согласованность-конфликтность» [164; 708], или «когерентность» («со-

herence») [699] – степень содержательной совместимости и гармоничности образующих его ценностей. Это свойство, несмотря на апелляцию к содержательной стороне смысла жизни, является сугубо формальным, поскольку обусловлено тем, насколько успешное осуществление каждой отдельно взятой смысложизненной ценности ущемляет или блокирует, одним словом, препятствует реализации других ценностей, инкорпорированных в состав смысла жизни. Высокая согласованность смысла жизни означает, что успешная реализация одной ценности синергически способствует продуктивному воплощению остальных; высокая конфликтность, напротив, свидетельствует о том, что реализация одной из смыслообразующих ценностей тормозит достижение других, а в крайних случаях вынуждает личность принести эти ценности в жертву. По этой причине следование внутренне конфликтному смыслу, как справедливо подчеркивает К. Обуховский, «становится для индивида одновременно осуществлением и опасностью» [344, с. 209]. Вероятность возникновения смысложизненных конфликтов повышается, во-первых, с некритическим принятием универсальных ценностей без их осмысления через призму уникальной жизненной ситуации; во-вторых, с недостаточной иерархизацией этих ценностей в структуре смысла жизни. Еще В. Франк отмечал, что «обладание ценностями облегчает для человека поиск смысла, так как, по крайней мере, в типичных ситуациях, он избавлен от принятия решений. Но, к сожалению, ему приходится расплачиваться за это облегчение, потому что в отличие от уникальных смыслов, пронизывающих уникальные ситуации, может оказаться, что две ценности входят в противоречие друг с другом. А противоречия ценностей отражаются в душе человека в форме ценностных конфликтов, играя важную роль в формировании ноогенных неврозов» [468, с. 289]. Естественным средством предотвращения и нейтрализации смысложизненных конфликтов служит иерархизация смысла жизни. В условиях иерархического соподчинения смысложизненных ценностей, как полагал В. Франк, «для ценностных конфликтов нет места» [468, с. 290].

Важную роль в смысложизненной регуляции играет *реалистичность-нереалистичность* смысла жизни – психологическое свойство, обусловленное степенью взаимного соответствия смыслообразующих ценностей личности и бытийных возможностей (ресурсов) их практической реализации [171]. Реалистичность выражается в адекватности смысла жизни, «с одной стороны, наличным объективным условиям, необходимым для его осуществления, с другой – индивидуальным возможностям человека» [494, с. 217]. Акцентируя внимание на функциональной значимости данного свойства, В. Э. Чудновский указывает, что реалистичность является ключевым условием, при котором «смысл жизни как психологическое образование может выполнить свою основную функцию – дать человеку почувствовать удовлетворение жизнью, а в высших своих проявлениях достичь ощущения счастья» [494, с. 216]. По существу, реалистичность есть мера обеспеченности индивидуального смысла жизни ресурсами для успешной практической реализации, которая и выступает залогом субъективной удовлетворенности жизнью и пере-

живания счастья. В этой связи для научно-психологического изучения реалистичности-нереалистичности смысла жизни требуется классификация ресурсов, которые личность как субъект жизни задействует в процессе его осуществления. Согласно предложенной нами классификации, к основным видам таких ресурсов принадлежат объективные условия жизни, индивидуальные возможности и свойства личности, операционально-технический потенциал индивидуальной жизнедеятельности [193]. Содержательное соответствие смысла жизни этим видам ресурсов по отдельности и в целом является определяющим признаком его парциальной и общей реалистичности.

Смысл жизни выполняет психическую регуляцию долгосрочных, пролонгированных во времени видов человеческой активности, в силу чего и сам приобретает временную протяженность и особые темпоральные свойства. Одним из них является *временная локализация смысла жизни* [12; 210; 283; 708]. Это индивидуально-психологическое свойство отражает характер распределения смыслообразующих ценностей между модусами психобиографического времени личности – прошлым, настоящим и будущим. Широко распространено мнение о том, что преимущественная ориентация смысла жизни на конкретные модусы времени является функцией от возрастного развития личности: например, в юности и молодости смысл жизни сконцентрирован в будущем, а в старости – спрессован в прошлом. Однако, как справедливо отмечает Д. А. Леонтьев, «временная локализация ведущих смысловых ориентиров в будущем, настоящем либо прошлом представляет собой область индивидуальных различий, несводимых к общему уровню развития смысловой регуляции» [283, с. 301]. Пространство индивидуальных различий, относящихся к темпоральному измерению, обычно задается путем подразделения временных локусов и градиентов смысла жизни. Временные локусы характеризуют локальную ценностно-смысловую насыщенность разных времен человеческой жизни: в зависимости от этого можно говорить о смысле жизни с ретроспективным, актуалспективным и перспективным локусом. Временной градиент представляет собой более комплексную характеристику темпоральной организации смысла жизни, которая учитывает не только его преобладающую концентрацию в одной из временных зон, но и общий профиль его распределения во временной перспективе. В зависимости от соотношения смысловой насыщенности прошлого, настоящего и будущего выделены реградиентная, аградиентная и проградиентная локализация смысла жизни [210].

Еще одним функционально значимым признаком смысла жизни, скрыто предполагающим фактор времени, является *устойчивость-изменчивость*. Это свойство характеризует динамику и амплитуду колебаний содержательных и формальных особенностей смысла жизни в течение определенного промежутка времени. Устойчивый смысл жизни способен долговременно сохранять свою содержательную и структурную определенность при влиянии разнообразных внешних воздействий; изменчивый смысл жизни, напротив, флуктуирует под воздействием текущих обстоятельств. По сути, это свой-

ство выступает мерой того, насколько с изменением жизни, меняется и ее смысл для личности. При этом важно не смешивать устойчивость-изменчивость как дифференциально-психологическое свойство смысла жизни с его онтогенетическим и ситуативным развитием, поскольку динамика личностных структур не всегда происходит как развитие личности. Изменчивость, пластичность, динамичность смысла жизни – это степень зависимости его содержания и структуры от стихийного течения жизненных обстоятельств, тогда как развитие смысла жизни, впрочем, как и развитие личности в целом – это процесс, в той или иной мере инициированный самой личностью и опосредованный ее активностью.

В проводившихся психологических исследованиях устойчивость-изменчивость смысла жизни изучалась через регистрацию временных сдвигов по макро- и микропоказателям смысложизненной регуляции: уровню общей осмысленности жизни [768], содержательному составу и личностной значимости ценностей-источников смысла жизни, формальным показателям широты, иерархизации и интегрированности смысла жизни [185; 684]. Основываясь на опыте данных исследований, устойчивость-изменчивость смысла жизни можно конкретизировать как психологическое свойство, отражающее степень содержательной и структурной стабильности смыслообразующих ценностей личности, а также общего уровня осмысленности жизни.

Функциональная значимость данного свойства не подлежит сомнению. По мнению ряда исследователей, функционально оптимальным для смысла жизни является гибкий баланс устойчивости и изменчивости. В. Э. Чудновский описывает этот баланс как «ситуационный аспект» оптимального смысла жизни: «Оптимальный смысл жизни, будучи динамической структурной иерархией, может существенно изменяться под влиянием ситуации ...Оптимальный смысл жизни – это такой уровень сформированности смысложизненных ориентаций, при котором человек приобретает способность в ходе реализации «главной линии жизни» учитывать реалии сегодняшнего дня и одновременно становиться над ситуацией, преобразовывать обстоятельства и собственное поведение» [494, с. 239, 240]. Чрезмерная изменчивость, гибкость смысла жизни препятствует полноценной смысложизненной регуляции: из-за непрерывных переоценок и перестроек смысла теряется целостность и определенность жизненного пути личности. По мысли К. А. Абульхановой-Славской, постоянное приспособление и «уступка» обстоятельствам, в конечном счете, приводит к тому, что и сам «смысл жизни как стремление к наибольшей полноте реализовать себя в жизни постепенно утрачивается, остаются «текущие» смыслы и задачи» [12, с. 71]. Это значит, что оптимальному смыслу жизни должна быть присуща некоторая толика инертности, «консервативности», гармонично сочетающаяся с гибкостью и подвижностью.

Опосредованность смысла жизни – следующее психологическое свойство, имеющее существенное значение в контексте регуляции жизнедеятельности и развития личности. Это свойство фиксирует степень конкретизации ведущих смыслообразующих ценностей лич-

ности в низкоуровневых смысловых структурах, а также жизненных целях, планах и программах [195; 346]. Смысложизненная регуляция – это многозвенный иерархически организованный механизм, обеспечивающий сообразование текущей, сиюминутной активности в конкретной жизненной ситуации с ценностно-смысловыми структурами личности, достигающими предельно высокой степени содержательной генерализации, обобщенности, абстрактности. Ключевым условием действительности и эффективности этого механизма является трансформация высокоуровневых (генерализованных и трансситуативных) смысловых структур, составляющих стабильное и инвариантное «ядро» смысла жизни, в низкоуровневые регуляторные структуры, образующие «периферию» смысла жизни и приспособляющие его к требованиям текущего момента и условиям наличной ситуации. Опосредованный смысл жизни помимо высокоуровневых ценностей, отвлеченных от конкретики отдельных жизненных ситуаций, интегрирует низкоуровневые смысловые структуры, или, говоря словами В. Франкла, «уникальные смыслы индивидуальных ситуаций» [468, с. 288], а также планируемые на их основе цели, задачи и программы действий в этих ситуациях. Неопосредованный смысл жизни полностью или частично лишен этих «концевых» звеньев регуляции, в силу чего не способен столь же эффективно управлять поведением личности в потоке изменчивых жизненных обстоятельств. И поскольку генерализованные ценности личности, формирующие базис смысла индивидуальной жизни, не имеют прямого выхода в регуляцию текущей жизнедеятельности, постольку правомерно утверждение Д. А. Леонтьева о том, что «высший смысл, или смысл жизни, выступающий высшим критерием регуляции и объектом основополагающих стремлений человека, менее значим с точки зрения понимания человека, чем более низкоуровневые смысловые механизмы, пронизывающие всю человеческую жизнедеятельность» [282, с. 490]. На самом деле, эффективность смысложизненной регуляции детерминируется функциональным объединением и взаимодействием высокоуровневых структур, заряженных чистым побуждением к построению желанной, идеальной жизни, и низкоуровневых структур, напитанных предметностью, фактичностью наличной жизни. Свойство опосредованности как раз и характеризует наличие-отсутствие и меру выраженности такого функционального синтеза внутри индивидуального смысла жизни. Опосредованность смысла жизни определяется даже не столько количеством, сколько особенностями организации промежуточных и конечных задач, производных от ядерных смыслообразующих ценностей личности. Например, в работах К. Обуховского она предстает как типологическая переменная, характеризующая разные формы взаимосвязи жизненных задач (разобобщенную, линейную, неполную и иерархическую). Функционально оптимальной является иерархическая структура, которая включает и обобщенные жизненные цели, и конкретно-ситуативные задачи, и программы их практической реализации. Причем связи этих регуляторных структур являются гибкими и легко модифицируются в ответ на различные жизненные события [346, с. 62].

Становление индивидуального смысла жизни, обозначаемое терминами «поиск смысла жизни», «смысложизненное самоопределение», «жизненный выбор личности» и т. д., возможно, как никакой другой аспект человеческого бытия, предполагает сложную диалектику детерминации и самодетерминации, гетерономии и автономии, внешней определенности и самоопределения личности. Объективные различия в причинности, обусловленности данного процесса порождают особую группу функционально-генетических свойств смысла жизни. Типичным представителем этой группы свойств выступает *интринсивность-экстринсивность*, отражающая детерминацию выбора смыслообразующих ценностей личности внутренними и внешними причинами [150; 215]. Когда речь идет об этом свойстве, имеется в виду, прежде всего, преимущественная обусловленность смысложизненного выбора личности определенным типом причин. Смысл жизни, сформированный в условиях дефицита автономии (внутренней детерминации) и избытка гетерономии (внешней детерминации), является экстринсивным. Его принятие и осуществление продиктовано ситуативными факторами, социальными требованиями или интроецированными нормами. Этот тот случай, когда, по словам К. Обуховского, «смысл жизни навязан, вынужден обстоятельствами» [344, с. 206]. На другом полюсе шкалы индивидуальных различий ему противопоставит интринсивный смысл жизни, являющийся продуктом не просто самостоятельного, но и автономного, самодетерминированного личностного выбора. Принятие такого смысла происходит, как правило, в силу неподдельной внутренней заинтересованности в определенных ценностях и глубокого удовлетворения, доставляемого их реализацией.

Наконец, еще одним функционально значимым свойством смысла жизни является его *конгруэнтность-неконгруэнтность*, обусловленная мерой согласования смыслообразующих ценностей личности со смысложизненными ориентациями людей из ближнего социального окружения, прежде всего, биографически значимых других [169; 170]. Специфика данного свойства заключается в том, что оно носит не только индивидуально-психологический, но и социально-психологический характер, т. е. характеризует смысл не только в системе координат индивидуальной жизни, но и в системе отношений личности с другими людьми, фигурирующими в качестве актуальных или потенциальных со-субъектов ее жизни. Функциональная значимость данного свойства объясняется тем, что продуктивная самореализация и прогрессивное динамичное развитие личности всегда предполагает координацию и организацию ее жизненного пути с линиями жизни окружающих людей, прежде всего, их круга ближайшего общения. Конгруэнтность с другими людьми на уровне смысложизненных ценностей содействует росту продуктивности индивидуальной жизни и прогрессии личностного развития; неконгруэнтность смысла жизни, напротив, всячески мешает личности в привлечении и использовании социальных ресурсов для достижения жизненного успеха и ускорения собственного развития.

Таким образом, выделение психологических свойств, соответствующих требованиям индивидуальной изменчивости и функцио-

нальной значимости, является необходимым шагом в рамках микроаналитической стратегии изучения смысла жизни. Предложенный перечень свойств не является сколько-нибудь завершенным и презентует современное состояние представлений о сопряженных со смыслом жизни дифференциально-психологических различиях. В совокупности перечисленные свойства определяют целостный «профиль» индивидуального смысла жизни, от которого существенно зависит эффективность выполнения им своих функций. В рамках настоящего исследования также необходимо учитывать, что *искажения и деформации значимых свойств, становясь непосредственными причинами дисфункций смысла жизни, в конечном итоге способны спровоцировать смыслжизненный кризис в жизнедеятельности и в развитии личности.*

4.3. Психологические функции смысла жизни. Смыслжизненный кризис как состояние функционального дефицита или дисфункции смысла жизни

В современной психологии еще очень мало работ, в которых проблема смысла жизни выводится с уровня *феноменального анализа* в плоскость *функционального изучения*. В психологической литературе смысл жизни зачастую предстает в статусе «эпифеномена» – яркого и своеобразного психического явления, функциональный репертуар которого в регуляции человеческой активности практически не раскрыт.

Обратимся к философским и психологическим теориям смысла жизни, в которых предпринимались успешные попытки функционального анализа смысла жизни. В этом контексте актуализируется, прежде всего, теория А. Адлера, где смыслу жизни атрибутируются несколько важных функций, среди прочих *интегрирующая* (смысл жизни как «узел» психологической организации личности, связывающий воедино ее мысли, чувства, побуждения; «цементирующий» ее поступки, дела, занятия в единый жизненный стиль) и *апшерцептирующая* (смысл жизни как схема апшерцепции и интерпретации личностью самой себя, собственной жизни и окружающего мира) [521; 522]. В учении В. Франкла главной считается *направляющая функция*, т. е. функциональное назначение смысла видится в том, чтобы задавать темп, направленность и вести за собой ход индивидуального бытия [590, р. 51]. В концепции К. Обуховского смысл жизни характеризуется с функциональной стороны как фактор, «а) *упорядочивающий события*, б) *делающий их понятными*; в) *направляющий действия*, г) *поддерживающий надежду*» [344, с. 236].

Помимо классических теорий функционал смысла жизни как психического явления обсуждается также и в некоторых современных подходах. Американский исследователь Р. Баумейстер полагает, что поисками смысла жизни движут четыре фундаментальные человеческие потребности – в цели, моральном оправдании, самоэффек-

тивности (компетентности) и самоуважении. Отсюда он делает вывод о том, что способствуя удовлетворению названных потребностей, смысл жизни выполняет четыре функции: во-первых, *принципа связывания* (задает общую схему для соединения фрагментов жизненного опыта в образ или нарратив целенаправленного и последовательного жизненного пути); во-вторых, *морального оправдания* (выступает в роли обобщенного внутреннего стандарта, устанавливающего индивидуальные критерии «правильного-неправильного» поведения); в-третьих, *источника самооффективности* (фигурирует как сложная жизненная задача, бросающая вызов и требующая усилий для успешного решения); в-четвертых, *основания самоуважения* (чтобы уважать себя, личность должна переживать свое существование как осмысленное, значащее и достойное, т. е. наделенное особым смыслом и ценностью) [534; 555]. В. Э. Чудновский в качестве основных функций смысла жизни называет: 1) *интегрирующую* (проявляется в преобразовании представлений личности о собственной жизни как совокупности отдельных возрастных этапов в единую линию жизни, а также в консолидации мотивационно-потребностной сферы и жизненной позиции личности); 2) *эмансипирующую* (выражается в обретении личностью относительной независимости от внешних воздействий и внутренних условий) [490, с. 3].

Наравне с психологическими концепциями и подходами функции смысла жизни подвергаются анализу в некоторых философско-антропологических, культурологических и социологических теориях. Современный немецкий мыслитель Б. Хюбнер описывает четыре функции смысла жизни в контексте индивидуального развития и бытия: 1) *экзистенциально-прагматическую* – функцию разгрузки, облегчения решений в экзистенциально сложных ситуациях; 2) *утешительную* – функцию вселения и поддержания надежды, идеальной компенсации негативных реалий жизни, духовной анестезии по отношению к бедам и страданиям; 3) *этическую* – функцию различения, легитимации, оправдания хорошего и плохого, добра и зла; 4) *эстетическую* – функцию приукрашивания будничной серости и трансценденции в сферу идеального и прекрасного [480, с. 77]. Интересные размышления о роли смысла в человеческом существовании содержатся в антрополого-культурологической концепции А. М. Лобока, и, хотя функции четко не сформулированы и не структурированы автором, из текста его рассуждений можно эксплицировать следующие: *рационализация выбора, легитимация поведения, культурная идентификация индивида, интеграция и иерархизация поля культурных смыслов, ограничение свободы поведения* [293, с. 85–98].

Таким образом, даже беглый обзор обнажает неполноту, разрозненность и фрагментарность научных представлений о функциях смысла жизни, указывая на необходимость их общепсихологического анализа и систематизации.

В контексте такого анализа смысл жизни можно охарактеризовать, прежде всего, как *мультифункциональное* психическое образование. Множественность его функций объясняется тем, что это

психический регулятор широкого радиуса действия и большого функционального диапазона, который охватывает самые разные виды и формы активности человека (познавательной, рефлексивной, коммуникативной, практической и т. д.). Как правило, у каждой формы поведения, вида деятельности и вообще любой произвольной активности человека наличествует собственный контур психической регуляции, включающий определенные мотивы, цели, задачи, планы, программы, критерии успеха и т. д. Функциональная специфика смысла жизни заключается в том, что он выступает в качестве психического *метарегулятора* по отношению ко всем практикуемым человеком видам и формам активности. На его основе складывается особый уровень и контур психической регуляции, который функционально надстраивается над всеми парциальными, локальными контурами, действующими строго в пределах отдельного вида произвольной активности. Сохраняя некоторую долю функциональной автономии, частные регуляторные контуры, тем не менее, с неизбежностью соотнобразуются и соподчиняются с *контуром смысловой регуляции* и с еще более широкой *системой психобиографической регуляции*, интегрирующей смысл жизни с жизненными целями, планами, программами, перспективами, критериями жизненного успеха-неуспеха и прочими психобиографическими структурами сознания и личности [179]. Общий эффект от иерархически-уровневого построения контуров психической регуляции заключается в том, что, занимаясь самыми разнообразными и внешне непохожими видами деятельности, человеку удается «нанизывать» эти занятия на *единую жизненную линию*, сквозь череду этих изменчивых деятельностей продолжать *дело собственной жизни*. Тем самым смысл жизни со всеми присущими ему функциями образует *метасистемный уровень психологической организации и регуляции* отдельных видов деятельности.

Более того, *смысл жизни сам является системным психическим образованием не только по форме строения, но и по способу функционирования*. Это значит, что работа каждой отдельной функции опирается на эффекты и результаты работы других функций смысла жизни. Следовательно, первоочередная задача общепсихологического анализа заключается в систематизации функций смысла жизни, т. е. определении общих закономерностей их внутренней организации и системной реализации.

Методологическим эталоном анализа межфункциональных отношений является концепция системного смыслового строения сознания А. С. Выготского [87, с. 109–131]. Описанные им закономерности межфункциональных отношений могут быть спроецированы на системную организацию психологических функций смысла жизни. Хотя эти функции тесно скоординированы и скооперированы одна с другой, вполне очевидно, что они далеко не равноценны по масштабу производимого эффекта и по своим последствиям для развития и функционирования личности. Можно предполагать, что *функции смысла жизни соорганизованы по иерархически-уровневому принципу, при котором вышестоящими оказываются глобальные, общие функции, а нижележащими – локальные, частные функции*.

При этом общая закономерность, которой подчиняются межфункциональные отношения, состоит в том, что «высший уровень всегда остается ведущим, но он может реализовать себя только с помощью уровней нижележащих и в этом от них зависит» [267, с. 232–233]. Это значит, что для полноценной работы функций более высокого уровня необходима сформированность и сохранность каждой отдельно взятой функции нижнего уровня, а также их согласованность, слаженность между собой.

Таким образом, функции смысла жизни целесообразно подразделять по иерархически-уровневому критерию на *ведущую, базовые и частные*. *Ведущей* для смысла жизни является *субъектообразующая функция*. Она заключается в том, что смысл жизни играет роль основной внутриличностной «инстанции», способствующей овладению и управлению индивидуальной жизнью как целым, а тем самым конституирующей личность в качестве субъекта жизни. Личность превращается в полноценного субъекта по мере обретения смысла жизни и опосредования этим смыслом своей повседневной жизнедеятельности. *Базовыми* для смысла жизни, как и для других психических явлений, выступают *отражательная и регуляторная функции*. Последняя разветвляется на «гроздь» *частных функций*, соответствующих специфическим эффектам смысложизненной регуляции в различных видах и формах человеческой активности: *побуждающую, направляющую, смыслообразующую, оценочную, защитную, коммуникативную, идентификационную, эмансипирующую, интегрирующую*. Предложенную дифференциацию психологических функций смысла жизни отражает рисунок 3.



Рисунок 3 – Иерархически-уровневая организация психологических функций смысла жизни

Психологическое содержание и эффекты воздействия отдельных функций смысла жизни на индивидуальную жизнедеятельность и развитие личности подробно раскрыты в наших публикациях [148;

161; 180; 181; 216 и др.]. Здесь же целесообразно ограничиться краткой характеристикой каждой функции, заостряя основное внимание на субъективных и поведенческих проявлениях, которые возникают из-за ее выпадения или расстройства вследствие отсутствия, распада или дисфункциональности индивидуального смысла жизни. *Такой ход анализа приведет, в конечном итоге, к реконструкции феноменологической картины и поведенческого рисунка смысложизненного кризиса как состояния, обусловленного смысловой арегуляцией или дисрегуляцией жизнедеятельности личности.*

Побуждающая функция. Сущность данной функции выражается в том, что смысл жизни – это *первичный источник и движущая сила* особых форм активности, направленных на познание и предметно-практическое преобразование человеком собственной жизни как особого рода целостности. Инициация, запуск и поддержание активной (участной, деятельной, вовлеченной) позиции личности в отношении к своей жизни достигается за счет ее *пристрастного выделения и эмоциональной индикации* в индивидуальном сознании. Благодаря побуждающей функции смысла сообщает жизни (на уровне ее субъективного восприятия, оценивания и переживания) *мотивационную привлекательность и притягательность*, а также *эмоциональную окрашенность и насыщенность*. Основными формами непосредственной субъективной презентации побуждений, источаемых смыслом жизни, служат *интерес к жизни и желание жить*. Специфическим феноменом смысловой регуляции, конкретизирующим механизмы работы побудительной функции, выступает побуждение [138; 283; 296]. *Смысложизненное побуждение* может быть определено как *психическое состояние, которое выражает пристрастно-интенциональное отношение личности к своей жизни как единому целому и обеспечивает инициацию и энергетическую подпитку активного познавательно-практического взаимодействия с нею*. Обобщая теоретические представления некоторых авторов [304; 316; 345; 468], можно выделить ряд отличительных особенностей смысложизненного побуждения: *функциональная автономия, верховенство, относительная ненасыщаемость и неистощимость, временная устойчивость и относительная независимость от контекста, перспективная направленность, долженствующий характер, гетеростатичность*. Наконец, смысложизненные побуждения, при условии их адекватной реализации в поведении и деятельности, стимулируют психические переживания особого феноменологического и функционального качества. В них жизнь воспринимается нужной, стоящей, увлекательной, захватывающей, осмысленной, что автоматически (без специальных волевых усилий) поддерживает активную вовлеченность в ее процесс. Наиболее изученным из их числа является состояние «потока» («flow»), в котором «человек душой и телом растворяется в том, чем занят, любое дело становится безусловной ценностью, а жизнь обретает смысл» [482, с. 41]. В заключение анализа побуждающей функции смысла жизни следует подчеркнуть, что она выражает *значимость жизни* для личности. С этих позиций побуждающая функция может обособанно счи-

таться конституирующей для смысла жизни как мотивационно-смысловое образование личности, ведь мотивация – это, по меткому выражению С. Л. Рубинштейна, «детерминация через значимость явлений для человека» [397]. Выпадение или нарушение побуждающей функции порождает типичные для состояния смысложизненного кризиса *скуку и апатию – отрешенное, безучастное и безразличное* отношение человека к собственной жизни в сочетании с *резким снижением или ограничением жизненной активности* (подробнее в [202, с. 221–228]). Они как раз и свидетельствуют, что жизнь без смысла не способна возбуждать интерес и побуждать активность личности.

Направляющая функция. Функциональная роль смысла жизни заключается в придании человеческой активности долгосрочного, последовательного направления через ее ориентацию на конкретные предметные содержания, соответствующие смыслообразующим ценностям личности. В констатации данной функции солидарны многие исследователи: смысл жизни «ведет за собой ход бытия» [468], «указывает общее направление действий» [346], «представляет собой средство ориентации» [299], «ценностно определяет пролонгированную жизненную линию» [12] и т. д. Помимо *формально-динамического аспекта*, выраженного побудительной функцией, смысложизненная мотивация имеет *содержательно-предметный аспект*, проявляющийся в направляющей функции смысла жизни. В силу данной функции смысложизненные побуждения – это не только диффузная активация или чистая мотивационная энергия, которую личность может рассеивать в любых направлениях. Прежде всего, это направленные побуждения, для которых характерна высокая степень *избирательности и интенциональности*. Направляющая функция составляет единство с побудительной функцией, чем обусловлена одна примечательная феноменологическая особенность смысложизненных побуждений. Они переживаются личностью не как идущие изнутри импульсы, а как притяжение извне, со стороны самой жизни. В. Франкл в данном случае предпочитал говорить «о стремлении к смыслу, чтобы предупредить его неправильное толкование в терминах влечения к смыслу» [468, с. 63].

Сущность направляющей функции смысла жизни, таким образом, заключается в *программировании общей интенциональной направленности индивидуальной жизнедеятельности, сквозной по отношению к разнообразным видам деятельности и устойчивой по отношению к изменчивым жизненным обстоятельствам*. Приставка «интенциональная» в данном случае означает, что жизнь, урегулированная смыслом, всегда *центрируется и строится вокруг* некоторого содержания: осмысленная жизнь – это существование не «вообще» или «просто так», а «ради чего-то», что представляет для личности высочайшую ценность. Сквозной характер этой направленности означает, что смысл жизни – генеральная мотивационная тенденция, которая пронизывает все множество внешне непохожих и дискретных дел и занятий, обеспечивая им внутреннюю непрерывность и единство мотивационного содержания.

Психологическая специфика направляющей функции лучше всего уясняется из контрастных описаний осмысленной жизни и смыслоожизненного кризиса. Направляющая функция смысла релевантна такому качеству индивидуальной жизни, как *связанность*, т. е. *ее устойчивой избирательной взаимосвязи с какими-то объектами и контекстами мира, имеющими смыслообразующее значение для жизни в целом*. Единая направленность в жизни объективно и субъективно возникает только при условии формирования такой смыслообразующей связи. Данное качество, в равной степени относимое как к самой жизни, так и к ее субъективному переживанию, отмечают многие исследователи. Так, по мнению Дж. Батисты и Р. Олмонда, осмысленную жизнь специфицирует включенность в некий контекст или перспективу («framework»), сквозь которую она осознается как часть более широкого целого и наделяется конкретными целями [534]. И напротив, жизнь в отсутствие смысла лишена определенной направленности, в результате чего и с позиции внешнего наблюдателя, и с точки зрения рефлектирующего субъекта она выглядит хаотичной, непоследовательной и, главное, оторванной от существования мира и бытия других людей [346; 516; 652]. Например, Д. А. Леонтьев и Е. Н. Осин по этому поводу утверждают, что «бессмысленная жизнь – это жизнь в первую очередь изолированная, лишенная значимых связей, замкнутая в себе, не связанная с жизнями других людей, с социальными группами, с человечеством» [353, с. 70].

Смыслообразующая функция. Данная функция проявляется в порождении смыслом жизни «дочерних» смысловых структур, обеспечивающих его конкретизацию применительно к динамике повседневной жизнедеятельности и текущим жизненным обстоятельствам. Функция смыслообразования крайне важна потому, что сам по себе смысл жизни – это структура высочайшего регулятивного ранга, содержание которой характеризуется предельной степенью генерализации, обобщенности, абстрактности. В таком виде он способен побуждать познавательную и практическую активность личности, направленную на собственную жизнь как особый предмет, а также сообщать этой активности сквозную направленность, проявляющуюся в устойчивом способе апперцепции индивидуальной жизни и стратегическом векторе ее практического преобразования. Однако для успеха жизнедеятельности стратегичность, надситуативность, консервативность и устойчивость смыслоожизненной регуляции должна диалектически сочетаться с тактичностью, оперативностью, гибкостью и адекватностью текущей ситуации. Это значит, что смысл жизни нуждается в тонкой дифференцировке и подгонке к наличной жизненной ситуации, в непрерывном сообразовании с потоком жизненных событий, чем собственно и продиктована необходимость смыслообразующей функции.

Психологическая специфика смысла жизни заключается в том, что он выступает *предельной и универсальной смыслообразующей инстанцией*. *Предельность* в данном случае подразумевает, что в границах индивидуального сознания и бытия для смысла жизни

практически невозможно отыскать внешние источники смыслообразования, по отношению к которым он фигурирует производной и дочерней смысловой структурой. *Универсальность* означает, что смыслообразующая функция смысла жизни распространяется практически на любые объекты и явления, входящие в круг обстоятельств индивидуального бытия. В преломлении через смысл жизни личность универсально осмысливает внешние и внутренние, материальные и нематериальные условия собственного существования – вещи, людей, события, саму себя, свои дела и поступки, индивидуальные свойства и т. д.

Работа смыслообразующей функции приводит к тому, что все объекты и явления действительности, выступающие сколько-нибудь значимыми условиями жизнедеятельности личности, наделяются определенным жизненным смыслом. *Жизненный смысл – это объективная характеристика всевозможных условий индивидуальной жизни с точки зрения их места, роли и значения в процессе практической реализации смысла жизни.* Жизненный смысл раскрывает то, как различные объекты и явления «входят в общий замысел, в план жизни человека» [402, с. 366]; сигнализирует об их значении, «но значениях, взятых не самих по себе, а по отношению к человеку, ко всему объективному процессу его жизни» [402, с. 367]. Приставка «жизненный» подчеркивает производность именно от смысла жизни, и, следовательно, указывает на значимость объектов и явлений в контексте целостной жизнедеятельности, а не отдельных форм поведения или частных видов деятельности.

Таким образом, смысл жизни и порожденные на его основе жизненные смыслы различных объектов и явлений действительности составляют особый уровень или плоскость смыслообразования. К своей личной жизни и индивидуальной биографии личность избирательно относит те фрагменты жизненной реальности (ситуации, события, людей и т. д.), которые освещены жизненным смыслом. То или иное обстоятельство становится частью индивидуального жизненного пути личности только в силу причастности к формированию и осуществлению смысла жизни. Как писал в свое время С. Л. Рубинштейн, «в качестве условий жизни из среды, из внешних обстоятельств выделяются те и только те, которые находятся в определенных объективных отношениях к жизни людей, которыми их жизнь реально обусловлена. В выделении из среды – общественной и природной, – из всей совокупности внешних обстоятельств, среди которых протекает жизнь людей, условий их жизни, – в этом выделении объективно проявляется активность, избирательность человека как субъекта жизни» [397, с. 227]

В сознании жизненные смыслы отражаются в форме субъективных переживаний и побуждений, а в смысловой сфере личности они кристаллизуются и воплощаются в форме разнопорядковых смысловых структур – ценностей, мотивов, смысловых конструктов, диспозиций и установок. Через периферические смысловые структуры стержневые смысложизненные ценности встречаются и состыкуются с реалиями жизни. *Благодаря смыслообразующей функции*

происходит встречное движение и взаимное проникновение предметности и осмысленности человеческой жизни. С одной стороны, постоянно меняющиеся обстоятельства освещаются, наделяются жизненным смыслом, который связывает их с относительно инвариантным и константным смыслом жизни. Тем самым эти обстоятельства, сколь бы новыми и неожиданными они ни были, поддерживаются в состоянии осмысленности. С другой стороны, по ходу жизнедеятельности происходит перманентный процесс опредмечивания и переопредмечивания смысла жизни, т. е. определения и детализации его содержания с учетом динамики человеческой жизни. Смысл жизни насыщается и обогащается новым предметным содержанием, в результате чего на каждом новом шаге или этапе жизнедеятельности он видоизменяется по своему содержанию и структуре. Этот микрогенез, или актуалгенез смысла жизни, обусловленный его смыслообразующей функцией и протекающий в пределах отдельных жизненных ситуаций, отражает т.н. «малую смысловую динамику» [Асмолов и др., 1979] или «ситуативное развитие мотивации» [80; 362].

Смыслообразующая функция, таким образом, способствует ситуативному развитию смысла жизни, которое выражается в его содержательно-структурных изменениях, обусловленных объективными условиями текущей жизненной ситуации. Учитывая, что смысл жизни – это сложная многоуровневая система смысловых структур разной степени устойчивости и обобщенности, условно подразделяемая на ядерную и периферическую части, можно наметить два основных способа его содержательных трансформаций. Первый (критический) способ – «сверху вниз», или «от ядра к периферии» – предполагает кардинальные содержательные изменения смысла жизни, сперва затрагивающие базисные, ядерные образующие, а затем распространяющиеся на периферические структуры. Такие изменения носят шоковый, травматический характер и, как правило, приурочены к смысловым кризисам личности. Гораздо более естественным и безболезненным представляется другой (литический) способ – «снизу-вверх», или «от периферии к ядру», когда первыми перерождаются низкоуровневые структуры смысла жизни, чутко реагирующие на «конъюнктуру» текущей жизненной ситуации, и уже после изменения передаются на высокоуровневые структуры и консервируются в их содержании. Этот путь является основным направлением онтогенетического развития смысла жизни, а ведущая роль здесь принадлежит функции и процессу смыслообразования. Как писал С. Л. Рубинштейн, «постоянная в ходе жизни переоценка ценностей является закономерным результатом диалектики жизни человека, изменения, перестройки его взаимоотношений с миром ... Конкретный анализ конкретной ситуации обнаруживает динамику вступления в строй, выключения и восстановления различных ценностей. Однако не только связи с конкретной ситуацией, а в связи с восхождением, развитием, становлением всей личной жизни человека может быть понята история актуализации одних ценностей и низвержения других» [402, с. 370].

В завершение анализа смыслообразующей функции следует коснуться еще одного чрезвычайно важного аспекта, а именно ее роли в порождении субъективного переживания осмысленности жизни. По существу, повседневная жизнь есть непрерывная череда и смена жизненных обстоятельств, т. е. поток событий, и чтобы жизнь казалась самому субъекту осмысленной, этот поток должен постоянно преломляться и осмысливаться сквозь его смыслообразующие ценности. Субъективное ощущение осмысленности жизни – это психологический результат выполнения смыслом жизни своей смыслообразующей функции в отношении повседневных ситуаций и событий, дел и занятий личности.

С учетом изложенного становятся более понятными психологические особенности смысложизненного кризиса, которые детерминируются выпадением или нарушением смыслообразующей функции смысла жизни. Самым существенным признаком данного состояния является *переживание бессмысленности и отчуждения жизни в целом*, т. е. отсутствие у разнообразных ситуаций и занятий жизненного смысла, восходящего к единому смыслообразующему центру [284; 304; 353; 652]. Это совершенно не исключает возможность смыслообразования отдельных жизненных обстоятельств на локальном уровне – уровне мотивов, присущих частным видам деятельности. Однако на этом уровне невозможно добиться тотальной осмысленности и проникнутости жизни общим смыслом, в силу чего жизнедеятельность личности в кризисе не имеет единой системы смысловых координат и единого центра смысловой регуляции. Расстройство смыслообразующей функции, кроме того, порождает характерный для кризиса цинизм [652; 799] или «ценностный нигилизм» [316; 453] – склонность ставить под критическое сомнение любые конкретные ценности и смыслы, а также отрицать необходимость и важность смысла в человеческой жизни вообще.

Оценочная функция смысла жизни является тройственной. Ее *первый аспект* состоит в том, что в смысле жизни заложено и закреплено генерализованное оценочное отношение личности к собственной жизни по критерию ее ценностности и значимости. Осуществляя данную функцию, смысл жизни ориентирует личность в том, насколько жизнь в целом значима и ценна или, наоборот, ничтожна и никчемна. В качестве оценочного образования, он репрезентирует общее отношение личности «за» или «против» жизни. 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» [300, с. 105]. Это отношение функционирует подобно глобальному жизненному отношению и соединяет в своей психологической структуре *жизненную философию* (когнитивный компонент), *жизненные чувства* (аффективный компонент) и *жизненную позицию* (конативный компонент) личности. «Субстратом» обобщенной оценки жизни служит базовая ценность, лежащая в основании индивидуального смысла жизни.

Второй аспект оценочной функции заключается в том, что смысл опосредует процессы оценивания жизни, включенные в систему осознанной саморегуляции индивидуальной жизнедеятельности. В виде субъективной модели «хорошей жизни» («жизненного замысла»), он участвует в порождении множества контекстуальных оценок, отражающих динамику жизненных обстоятельств и прогресс жизнедеятельности личности. Оценка личностью актуальной жизненной ситуации, опосредованная смыслом жизни, результирует в двух основных формах: 1) переживание осмысленности-бессмысленности жизни; 2) переживание удовлетворенности-неудовлетворенности жизнью.

Переживание осмысленности зависит от динамики самой жизни, течение которой может как сходиться, так и расходиться с содержанием имеющегося смысла. Когда реальный жизненный процесс развертывается в отвечающем смысле направлении, жизнь оценивается позитивно, о чем сигнализирует переживание ее осмысленности. Если же ход жизни отклоняется от генерального смысло-жизненного «курса», то личность начинает переживать бессмысленность жизни. В этой связи осмысленность следует рассматривать как форму субъективной оценки самой жизни на предмет ее соответствия-несоответствия наличествующему смыслу. Другой формой оценочного переживания, которое генерируется в контуре осознанной саморегуляции жизнедеятельности, является удовлетворенность или неудовлетворенность жизнью. Необходимо учитывать, что соотношение жизни смыслу достигается не столько за счет спонтанного развития или удачного стечения обстоятельств, сколько в результате целенаправленного преобразования личностью исходных жизненных обстоятельств. В этой связи удовлетворенность следует рассматривать как субъективную оценку 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» [12, с. 12], которое выступает «важным показателем личностных достижений» [12, с. 231].

Третий аспект оценочной функции выражается в том, что оценка личностью себя в роли субъекта жизни основывается на смысле жизни и фиксирует инструментальную значимость индивидуальных свойств для его практической реализации. В данном случае уместнее говорить о *самооценочной функции*, поскольку 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» [12, с. 73]. С образованием смысла жизни возникает особая разновидность личностного смысла «Я» – *жизненный смысл «Я»*, который указывает на место и роль индивидуальных свойств в контексте целостной жизнедеятельности личности. Сквозь призму смысла жизни эти свойства оцени-

ваются личностью как особые *жизненные способности и инструментальные ценности*. В период смысложизненного кризиса, по верному замечанию В. В. Столина, «вместе с утраченной смыслом жизни утрачивается и смысл «Я». Собственные качества и черты оказываются столь же ненужными и отчужденными, как и дела, которые этими чертами обеспечивались» [446, с. 234].

Эмансипирующая (волевая) функция. Термин «эмансипация», встречающийся не только в психологии, но также в других науках, происходит от латинского слова «*emancipatio*», означающего освобождение от зависимости, подчиненности [431, с. 809]. При его употреблении в научном дискурсе речь идет о приобретении или значительном расширении свободы, независимости, суверенитета, автономии субъектов разного ранга (индивидуального, группового, национального и т. д.). Сообразно с этим, эмансипирующая функция смысла жизни в самом первом приближении может быть конкретизирована как *функция выработки и поддержания личностной автономии*.

Исследователи отмечают, что свобода личности по отношению к всевозможным внешним и внутренним условиям предполагает вызревание определенных личностных структур, в том числе смысла жизни. Например, А. В. Суворов подчеркивает: «Смысл жизни – это то, что делает человека свободным, то есть, собственно, делает его «человеческой индивидуальностью» [449, с. 41]. С наибольшей определенностью связь смысла жизни с личностной автономией эксплицирована В. Э. Чудновским: «Суть смысла жизни как психологического феномена в том, что, возникая в результате взаимодействия «внешнего» и «внутреннего», он, вместе с тем, эмансипируется от того и другого и начинает действовать как «буферный механизм», как «система сдержек и противовесов», не допускающих одностороннего подчинения «внешнему» и, вместе с тем, препятствующих превращению человека в раба собственных потребностей, влечений, сиюминутных интересов» [493, с. 17]. В сущности, эмансипирующая функция сводится к тому, что смысл жизни 1) стабилизирует протекание жизнедеятельности в рамках заданной интенциональной направленности; 2) в случае отклонения жизнедеятельности от ее генерального курса, переклещивает и возвращает ее в прежнее русло; 3) тормозит, прерывает и терминирует выполнение тех видов деятельности, которые побуждаются плохо совместимыми со смыслом жизни мотивами и уведут личность в сторону от магистральной линии ее жизнедеятельности. За счет всего перечисленного достигается относительная свобода личности от сиюминутных импульсов и ситуативных стимулов, способных «завладеть» активностью и сбить с устойчивой смысложизненной траектории.

По нашему мнению, эмансипирующая функция может быть определена как *волевая функция*, поскольку смысл жизни принадлежит к числу психических структур, конституирующих внутренний механизм *волевой регуляции* и делающих человека по-настоящему *волевой личностью* [216]. «Наличие у человека воли связано с наличием значимых для него целей и задач. Чем более значимы и притя-

гательны для человека эти цели, тем – при прочих равных условиях – сильнее будет его воля» [399, с. 186]. Основной эффект данной функции состоит в способности к прочерчиванию единой жизненной линии, прокладыванию последовательного жизненного пути, удержанию намеченного жизненного курса вопреки множеству внешних препятствий и внутренних преград. Можно также утверждать, что эта функция квалифицирует личность как субъекта, поскольку, по мнению А. В. Брушлинского, присущий субъекту «высший уровень активности – это способность противостоять обстоятельствам» [63, с. 15].

Традиционно именно воля определяется в психологической науке как способность человека настойчиво достигать поставленной цели, попутно преодолевая внешние и внутренние препятствия. Однако при углубленном изучении оказывается, что психологические механизмы воли неоднородны и обладают качественной спецификой при регуляции разных уровней деятельности человека. Многие исследователи склоняются к необходимости различать, по крайней мере, два типа волевой регуляции, относящихся к разным уровням строения человеческой деятельности [55; 91; 105; 266; 458].

Первый тип – волевая регуляция отдельных действий или отдельной деятельности, как правило, ограниченных во времени и не выходящих за пределы конкретной ситуации. Воля на этом уровне сводится к произвольному изменению побудительной силы цели или мотива в тех случаях, когда побуждение явно недостаточно или избыточно для осуществления действия или деятельности. Основным психологическим механизмом произвольной саморегуляции побуждения, как было показано В. А. Иванниковым [138], выступает изменение личностного смысла цели или мотива. Примечательно, что данный механизм регуляции ведет лишь к ситуативному изменению личностного смысла цели или мотива, и потому способен обеспечить «волевой режим» выполнения действия или деятельности в небольшом промежутке времени и в строго очерченных условиях.

Второй тип волевой регуляции – онтогенетически поздний и более совершенный – направлен не на частные действия и даже не на самостоятельный вид деятельности, а на индивидуальную жизнедеятельность в целом. В качестве материала для психологического анализа, адекватного данному типу регуляции, вместо традиционно изучаемого *волевого действия или волевой деятельности* следует использовать *волевою жизнь*. Это – жизнь, которая по мере своего осуществления принимает форму внутренне преемственного жизненного пути, посвященного служению избранному смыслу жизни; сквозь которую, несмотря на возможные отступления и повороты, личность неотступно и бесповоротно проводит единую жизненную линию. Иными словами, волевая жизнь – это волевое усилие личности длиной в жизненный путь. В этом контексте вспоминается изречение Пифагора: «Где есть воля, там есть и путь», дефиниция М. Пруста: «Жизнь есть усилие во времени» [цит. по: 309, с. 5], а также аллегория «жизни-подвига», высказанная А. Н. Леонтьевым по ходу обсуждения психологических вопросов воли [267, с. 209].

Немаловажная особенность данного типа волевой регуляции заключается в том, что он сопоставим не только с целостной жизнедеятельностью, но и с личностью как с целостностью. На этом уровне волевая регуляция опирается на специфическую структуру личности, а не на технику сознательного произвольного оперирования мотивами. Для регуляции целостной жизнедеятельности в ее огромной пространственной и временной протяженности нужен механизм, который гарантирует преобладание определенного мотива над остальными побуждениями вне зависимости от условий места и времени. Именно поэтому второй тип волевой регуляции можно поставить в соответствие целостной личности, которая в строгом психологическом смысле характеризуется прижизненно образовавшейся иерархией мотивов. Из предложенных в психологии дефиниций этот тип волевой регуляции лучше всего схватывает определение Ф. Е. Василюка: «Воля по своей сущности – «орган» целостного человека, личности, она служит не отдельной деятельности, а строительству всей жизни, реализации жизненного замысла» [78, с. 141].

В сущности, зрелые формы волевой регуляции есть не что иное как опосредствование поведения, деятельности и целостной жизнедеятельности личностной иерархией мотивов. Иерархия мотивов в психологических исследованиях обычно рассматривается в формальной, а не функциональной плоскости: как *форма организации личности*, а не *средство личностной регуляции*. При этом упускается, что иерархия есть способ преодоления стихийности в актуализации и дезактуализации отдельных мотивов. Посредством иерархического соподчинения мотивы личности приводятся в состояние, когда проявление каждого конкретного мотива зависит от того, насколько в данный момент актуальны и реализованы другие – подчиненные и подчиняющие – мотивы. Как пишет Д. А. Леонтьев, «любая иерархия – иерархия мотивов, иерархия ценностей – есть опосредствование одних ценностей, мотивов, жизненных отношений другими. Если мотив А стоит выше, чем мотив В, это означает что мотив В не будет действовать автоматически, а лишь в зависимости от того, как перспектива данного поступка соотносится с мотивом А. Другими словами, один мотив опосредствует действие другого» [274].

Проведенный анализ позволяет определить эмансипирующую функцию смысла жизни как *функцию волевой регуляции целостной жизнедеятельности личности*. Смысл жизни – иерархически высший и доминирующий мотив личности, подчиняющий себе остальные ее побуждения. Благодаря его возникновению в структуре личности осуществляется переход на качественно новый уровень волевой регуляции. *Образование смысла жизни в мотивационной структуре личности есть основной способ перестройки всего механизма волевой регуляции, а сам смысл жизни – неотъемлемый атрибут волевой личности*. В широком значении волевая личность – это человек, нашедший и осознавший смысл собственной жизни. В узком, специальном значении термин «волевая личность» применяется для характеристики зрелого типа волевой регуляции, который опирается на иерархически организованную структуру мотивов

вов, «возглавляемую» смыслом жизни. Высокоразвитая воля функционирует подобно механизму преодоления, подавления внутренних мотивационных помех и тем самым оберегает жизнедеятельность личности от вмешательства побочных мотивов, угрожающих крахом реализации смысла жизни. Психологическую специфику воли на данном уровне ее развития и проявления тонко подметил Ф. Е. Василюк: «Одна из основных функций воли состоит в том, чтобы не дать разгорающейся в поле деятельности борьбе мотивов остановиться или отклонить активность субъекта. И в этом смысле воля – это борьба с борьбой мотивов» [78, с. 140].

Все вышеизложенное резонирует с современными представлениями о природе, механизмах и закономерностях высшей формы воли, акцентирующими такие ее признаки, как слепопроизвольность, принадлежность целостной личности и производность от сложившейся иерархии мотивов. Так, по мнению Н. И. Гуткиной, «фактически волевое поведение – это выражение на поведенческом уровне направленности личности. Намеренно огрубляя формулировку определения волевого поведения, можно представить его как произвольное поведение, направленное на удовлетворение наиболее лично значимых желаний (устойчиво доминирующих в мотивационной иерархии человека)» [105, с. 37]. Сходных взглядов придерживается Е. О. Смирнова, согласно которой «волю можно представить, как наличие устойчивых и осознанных желаний или мотивов поведения, которые подчиняют себе все остальные» [434, с. 264]. В том же ключе рассуждает и Н. Н. Толстых, с точки зрения которой воля в своем предельном выражении представляет «способность к постпроизвольному поведению, присущую только высокоорганизованной, высокоразвитой личности» [458, с. 83].

Идентификационная функция предполагает активную включенность смысла жизни в процессы формирования и сохранения *идентичности* человека [161]. Согласно Э. Эриксону, термин «идентичность» «в одном случае относится к сознательному чувству уникальности индивида, в другом – к бессознательному стремлению к непрерывности жизненного опыта, а в третьем – к солидарности с идеалами группы» [509, с. 218]. Именно отсюда берет начало известное разделение двух видов (компонентов) идентичности – *личностной* и *социальной*. Термин «личностная идентичность» («эго-идентичность»), более традиционный для психологии личности и психологии развития, обозначает чувство самотождественности, целостности, непрерывности и уникальности личности, тогда как термин «социальная идентичность», активнее востребованный в социальной психологии, подразумевает осознание личностью своей принадлежности к определенной социальной группе.

Смысл жизни функционально связан как с личностной, так и с социальной идентичностью. Психологический механизм их формирования и функционирования в качестве неотъемлемого звена предполагает наличие некоторого набора *идентификаторов*, т. е. признаков для установления особенности и тождества личности самой себе, а также принадлежности к какой-либо социальной общности.

Сущность идентификационной функции смысла жизни проявляется в том, что он служит в качестве *субъективного идентификатора* – того содержания внутреннего мира (самосознания), на основании которого человек: 1) устанавливает тождественность, непрерывность и континуальность собственного «Я»; 2) соотносит себя с другими людьми, социальными группами, обществами и культурами, определяет собственное подобие и принадлежность к ним, вырабатывает чувство солидарности и сопричастности. Другими словами, смысла жизни выступает *психологическим средством*, с помощью которого осуществляются операции сопоставления, противопоставления и идентификации в системах отношений «Я – не Я» (личностная идентичность) и «Я – Мы – Они» (социальная идентичность).

Процессы становления смысла жизни и формирования идентичности до определенного момента образуют относительно самостоятельные, непересекающиеся линии личностного развития. Однако в подростковом возрасте впервые происходит их скрещивание, в результате чего отыскание смысла индивидуальной жизни превращается в ключевое условие выработки идентичности. По авторитетному мнению В. Франкла, «это наиболее актуально в период полового созревания, когда подросток озабочен проблемами идентичности, а найти свою идентичность он может наиболее эффективным образом, найдя смысл жизни» [468, с. 270]. В последующие периоды онтогенеза динамика идентичности в значительной мере детерминирована и неразрывно увязана с процессами поиска, обретения и утраты личностью смысла собственной жизни.

Идентификационная функция смысла, не всегда заметная при повседневном литическом течении жизни, становится явной в ситуации смысложизненного кризиса, который сопровождается ее выпадением, повреждением либо расстройством. Утрата смысла жизни ведет если не к полной потере, то, по меньшей мере, к диффузии, спутанности, размыванию идентичности, о чем обычно сигнализируют сомнения в себе, непонимание себя, внутреннее смятение, потерянности и дезориентация. *Кризис идентичности является неизбежным спутником смысложизненного кризиса* в силу «коморбидности» этих состояний. Как отмечает известный российский философ В. А. Лекторский, «в самых развитых странах сегодня становится все более распространенным явление потери жизненного смысла, т. е. кризиса основных ценностных и мировоззренческих ориентаций. А поскольку именно эти ориентации составляют основу личностной идентичности – образуют представления индивида о самом себе и о мире, о том, что хорошо и плохо, что дозволено и недозволено и т. д., то ценностный кризис необходимо влечет кризис индивидуальной идентичности» [262, с. 617].

В смысложизненном кризисе задетой оказывается и социальная идентичность – чувство общности с определенными людьми и осознание принадлежности к определенным социальным группам. К феноменологии смысложизненного кризиса нередко примешиваются переживания социальной изоляции, межличностного отчуждения, одиночества, недостаток чувства общности, социального инте-

реса, солидарности и т. п. [353; 522; 652; 799]. Связь смысла жизни с социальной идентичностью имеет как прямую, так и обратную сторону. Это означает, что в кризисном развитии личности возможно не только движение от смыслоутраты к кризису социальной идентичности, но и путь от распада, деструкции социальной идентичности к смысложизненному кризису. Этот путь наиболее явным образом эксплицирован в психолого-культурологической концепции А. М. Лобока, где именно разрыв первичных социальных идентификаций личности рассматривается как предпосылка возникновения смысложизненного кризиса. Как подчеркивает сам автор, «до той поры, пока человеку удастся идентифицировать себя с тем или иным «мы», проблема и переживание утраченного или несуществующего смысла у него не возникает. ... Момент обнаружения своего индивидуального «Я» как не совпадающего с теми или иными ранее существующими «мы» – это и есть момент возникновения смысложизненного кризиса» [294, с. 30–31].

Коммуникативная функция. В самом широком понимании она заключается в том, что смысл жизни выступает психическим регулятором общения, которое является важнейшей стороной и неотъемлемой составляющей индивидуальной жизнедеятельности. Наравне с другими видами и формами произвольной активности личности, интегрированными в структуру жизнедеятельности, общение подвергается смысложизненной регуляции и подчиняется интересам реализации индивидуального смысла жизни. Личность в общении начинает отдавать предпочтение предметам и темам, которые содержательно резонируют со смыслом ее жизни, а также более пристрасно подыскивать и подбирать коммуникативных партнеров, делая выбор в пользу людей, которые разделяют ее смысложизненные стремления и могут оказать поддержку или содействие в их практической реализации. Результатом такой пристрасности и избирательности в межличностных контактах становится формирование микросреды общения личности, охватывающей «единосмысленников» и со-субъектов по делу ее жизни. Адекватными научными терминами, отражающими этот круг избранных людей, с которыми личность решает вопросы смысложизненной важности и взаимодействия в процессе осуществления смысла своей жизни, являются термины «малая среда общения» [489] и «биографически значимые другие» [255]. К. А. Абульханова справедливо подчеркивает, что если личность «определяет главное дело своей жизни, то ему она – уже в качестве субъекта – подчиняет многочисленные сферы и способы общения, соответственно ведущим критериям, исключая из них не важные, отыскивая важные, прагматично или нравственно строя в них отношения с людьми, опираясь на них (или их используя) в своем деле» [3, с. 38].

В узкой, специальной трактовке коммуникативная функция очерчивается совокупностью психологических эффектов, которые наступают при условии опосредования общения смыслом жизни. Эти эффекты выражаются в трансформации качества общения и фасилитации его собственных функций, в первую очередь, *органи-*

зации совместной деятельности и развития межличностных отношений. Смысл жизни – регулятор высшего ранга, и поэтому его коммуникативная функция востребуется тогда, когда перед партнерами по общению стоит задача организации даже не совместной деятельности (учебной, трудовой, игровой и др.), а построения *общей жизнедеятельности*, проживания *совместной жизни*. Продуктивность выполнения другой функции общения – *развития межличностных отношений* – существенно зависит от следующих моментов: во-первых, коммуницируют ли партнеры друг другу личностно-смысловые содержания (или же ограничиваются передачей конвенциональных значений); во-вторых, каков ранг смысловых структур, транслируемых в общении и вовлеченных в его регуляцию; в-третьих, удастся ли партнерам выработать область общих смыслов и достигнуть смысловой конгруэнтности.

Среди психологов, аргументировавших идею опосредования общим смыслом, первым был В. Франкл. В статье «Критика чистого общения» он показал, что подлинно диалогическое общение характеризуется интенциональной направленностью, т. е. всегда опосредовано общим для партнеров смыслом: «Никакой истинный диалог не возможен, если не затрагивается измерение логоса. ... Диалог без логоса, диалог, в котором отсутствует направленность на интенциональный референт, – это в действительности взаимный монолог, всего лишь взаимное самораскрытие» [468, с. 322]. Смысл жизни способен выступать одним из тех интенциональных референтов, которые обеспечивают диалогизацию и интимизацию общения, а также углубление и упрочнение производных межличностных отношений. Учитывая, что смысл жизни – это предельный смысл в масштабе смысловой сферы личности, общение, способствующее его раскрытию и осуществлению, создает почву для предельно глубоких межличностных отношений. И это является частным выражением общей закономерности, сформулированной Д. А. Леонтьевым: «Глубина общения коррелирует с глубиной и рангом тех смысловых структур, которые вовлекаются в совместный смысловой фонд» [283, с. 404–405].

В ситуации смысложизненного кризиса наблюдается дефицит или дезактивация коммуникативной функции смысла жизни, что накладывает специфический отпечаток на общение личности. Лучше всего психологические искажения общения, обусловленные смысложизненным кризисом, освещает концепция экзистенциального невроза С. Мадди. Как и многие другие формы активности, общение приобретает ненаправленный, неизбирательный и хаотический характер, как по кругу коммуникативных партнеров, так и по тематическому, предметному содержанию. Но еще отчетливее кризис ограничивает способность личности к налаживанию и поддержанию глубоких, доверительных межличностных отношений. Общение становится по преимуществу поверхностным, формальным и стереотипным, а отношения, устанавливаемые в ходе такого общения, – «контрактными» и бездушными [652].

Защитная (буферная, протективная, превентивная, анти-стрессорная) функция. Ее сущность заключается в том, что смысл жизни способствует сохранению психического и соматического здоровья в процессе конфронтации личности с трудными ситуациями, действует как фактор личностной сопротивляемости, резистентности, неуязвимости по отношению к широкому кругу неблагоприятных, в том числе психотравмирующих жизненных обстоятельств. В психологии данная функция впервые была постулирована В. Франклом: «Ничто так не помогает человеку преодолевать объективные трудности и переносить субъективные неприятности, как сознание того, что перед ним стоит жизненно важная задача» [468, с. 183]. О защитной функции смысла жизни упоминают и другие исследователи, например, К. Юнг: «Человек может претерпеть тяжелейшие испытания, если он видит в них смысл. Вся трудность заключается в создании этого смысла» [513, с. 182].

Согласно современным воззрениям, защитно-адаптационная система личности включает две основные подсистемы – механизмы психологической защиты и совладающее поведение [23; 98; 257; 339 и др.]. Смысл жизни играет большую функциональную роль в регуляции совладающего поведения, которое характеризуется как осознанная, произвольная, осмысленная активность субъекта, которая гибко учитывает условия трудной ситуации, детерминирована индивидуально-психологическими особенностями личности и подразумевает целенаправленное использование доступных ей ресурсов [258; 420]. Необходимо учитывать, что совладание, к регуляции которого подключается смысл жизни, оказывается не просто формой адаптивного поведения, направленного на взаимодействие с отдельной ситуацией, а важным звеном в структуре жизнедеятельности, нацеленным на взаимодействие личности с индивидуальной жизнью в целом. В данном контексте кроме ситуационных, тактических задач, необходимых для выигрыша деятельности в конкретной ситуации, совладание обязано решать глобальные, стратегические задачи, необходимые для успеха всей жизнедеятельности. Только «цельный субъект, интегрирующий все виды деятельности и все виды активности, способен быть независимым, самостоятельно *совладающим с жизнью творцом*», – подчеркивает Т. А. Крюкова [448, с. 121].

В психологии предложен ряд концепций, объясняющих регуляторное влияние смысла жизни на совладающее поведение личности: концепция жизнестойкости С. Мадди [656], концепция салютогенеза А. Антоновского [525], концепция смыслоцентрированного копинга К. Парк и С. Фолкман [690], концепция личностного потенциала Д. А. Леонтьева [292] и др. Если обобщить теоретические положения и эмпирические данные этих концепций, можно сделать вывод, что смысл жизни помогает личности справиться с трудной ситуацией, подключаясь к регуляции: 1) процессов когнитивного оценивания (определяя специфические способы осмысления и переосмысления ситуации); 2) совладающего поведения (обуславливая его динамические, энергетические особенности и детерминируя выбор специфических способов, стратегий и стилей). Словом, он исполняет свою

защитную функцию путем влияния на оценку и на действия личности в трудной жизненной ситуации. Например, в концепции личностного потенциала смысл жизни относится к *психологическим ресурсам устойчивости личности*. Общий механизм действия этих ресурсов, в том числе и смысла жизни, выражается в повышении индивидуального порога экстремальности, при переходе через который ситуация начинает осмысливаться как трудная, критическая или экстремальная, а также порога толерантности, с прорывом которого ситуация начинает ухудшать жизненную продуктивность, портить здоровье и вредить психологическому благополучию личности. «Высокий уровень таких ресурсов приводит к тому, что их обладатели не замечают проблемность многих ситуаций. Для людей с низким уровнем ресурсов устойчивости, напротив, даже умеренно неблагоприятная ситуация может представляться серьезной проблемой» [292, с. 411].

Несмотря на то, что основное направление реализации защитной функции связано с совладающим поведением, не стоит недооценивать вклад смысла жизни работу механизмов психологической защиты. Исторически первой теорией, которая связала смысл жизни с защитными механизмами психики, был классический психоанализ (фрейдизм), в контексте которого смысл жизни трактовался в качестве *продукта* работы этих механизмов. А. Фрейд, например, считает его производным от механизма сублимации – «замещения инстинктивной цели в соответствии с высшими социальными ценностями» [469, с. 41]. Смысл жизни может не только быть порождением защитных процессов, но и функционировать в качестве цензурирующего «устройства», которое осуществляет детекцию неприемлемой, болезненной информации. Как справедливо отмечает Р. М. Грановская, «больше всего тревожит и страшит человека несоответствие его поведения собственной системе ценностей, исключаяющее условия самоуважения. Поэтому роль фильтра, своевременно дезактивирующего травмирующие сообщения, играет система идеалов и ценностей» [98, с. 116–117]. Наконец, сам смысл жизни может быть носителем угрожающей душевному спокойствию информации, и тогда попытки осознать его содержание будут всячески подавляться механизмами психологической защиты. Д. А. Леонтьев, выделяя варианты соотношения смысла жизни с сознанием, в качестве особого случая допускает «вытеснение смысла жизни, когда адекватное осознание объективной направленности жизни несет в себе угрозу для самоуважения. Если жизнь человека объективно имеет недостойный, мелкий или, более того, аморальный смысл, то осознание этого ставит под угрозу самоотношение личности. Чтобы сохранить самоуважение, субъект внутренне бессознательно отрекается от истинного смысла своей реальной жизни и заявляет, что его жизнь лишена смысла» [283, с. 249–250]. Для полноты картины следует отметить, что в ряде современных концепций смысл жизни и вовсе постулируется как самодостаточный защитный механизм, а не составной элемент других механизмов. В основном это концепции из области экспериментальной экзистенциальной психологии, трак-

тующие смысл жизни в качестве защитного буфера от негативных переживаний страха смерти, а также тревоги от прагматической неопределенности настоящего и непредсказуемости будущего: теория управления страхом (TMT – Terror Management Theory) [757], модель поддержания смысла (MMM – Meaning Maintenance Model) [605] и другие [554].

Интегрирующая функция впервые обозначена в адлеровской теории, где смысл жизни рассматривается как интегрирующий фактор, который «пронизывает» все психические процессы и формы поведения личности, скрепляя их в единый жизненный стиль. Как писал А. Адлер, «если смысл и значение, которые придаются жизни, найдены и поняты – у нас оказывается ключ ко всей личности» [14, с. 25–26]. Знаковой в этом отношении является также работа американского психолога Э. Вейскопф-Джолсон «Смысл как интегративный фактор», в которой смысл жизни определяется в качестве интегратора индивидуальной психики, связующего звена между когнитивной и мотивационной сферами [788]. В российской психологии интегрирующая функция смысла жизни выделяется В. Э. Чудновским, по мнению которого она проявляется «в преобразовании представлений субъекта о собственной жизни как совокупности отдельных возрастных этапов в единую линию жизни», а также «в определенной консолидации мотивационно-потребностной сферы личности, ее позиции и эмоциональной направленности» [490, с. 3].

Необходимость в интегрирующей функции смысла жизни объективно обусловлена множественностью жизненных отношений человека, которые требуют специального упорядочивания в структуре личности, сознания и жизнедеятельности. В ходе индивидуального развития возникают особые психические образования, призванные осуществлять интеграцию и координацию этих разновекторных, разноплановых отношений. Согласно смысловому подходу, основной психологической «инстанцией», производящей особого рода работу – работу связывания расходящихся жизненных отношений, выступает человеческая личность [267; 303; 446]. Смысл жизни, будучи стержневым компонентом психологической структуры личности, также наделен интегрирующей функцией.

Интегрирующая функция смысла жизни сопряжена с его смыслообразующей функцией. Смысл жизни потому и выступает интегративным началом в человеческой психике и жизнедеятельности, что является одним из ведущих источников смыслообразования. Сущность смыслообразования заключается в порождении связей смысловой природы, скрепляющих между собой различные фрагменты жизненного опыта в потоке сознания, различные смысловые образования в психологической структуре личности и различные виды деятельности в динамике целостной жизнедеятельности. К. А. Абульханова справедливо отмечает, что целостность личности как субъекта жизни и ответственность ее жизнедеятельности обеспечивается смысловыми связями. Эти связи «образуют основные направления, по которым осуществляется развертывание активно-

сти личности, согласно которым она организует свою дальнейшую жизнь», которыми она «завязывает в определенный «узел» всю совокупность событий, дел и поступков» [11, с. 28].

Смысл жизни действует как интегратор одновременно в трех направлениях: в отношении к индивидуальному сознанию, к психологической структуре личности и к структуре реальной жизнедеятельности. При рассмотрении интегрирующей функции смысла жизни применительно к индивидуальному сознанию на передний план выдвигаются вопросы о том, каким образом личности удается из ряда бессвязных биографических эпизодов воссоздать целостную и непротиворечивую картину собственного жизненного пути; как впечатления о дискретных жизненных событиях складываются в субъективное представление о жизни как континуальном процессе. Отечественными и зарубежными исследователями неоднократно акцентировалась мысль о том, что смысл жизни способствует более целостному и глубокому пониманию личностью собственной жизни. Как пишет И. С. Кон, нахождение смысла помогает личности «мыслить свою жизнь не как серию случайных, разрозненных событий, а как целостный процесс, имеющий определенное направление, преемственность и содержание» [240, с. 205]. А И. Ялом утверждает, что смысл жизни действует в роли «смысловой схемы», которая структурирует субъективные представления о жизни и позволяет «соединить события своей жизни в какой-либо целостный паттерн» [516, с. 540].

Интегрирующая функция распространяется не только на сознание личности, но и на ее жизнедеятельность, по отношению к которой смысл жизни выступает ведущей инстанцией смысловой регуляции. Жизнедеятельность предстает как сложносоставная, многокомпонентная деятельность, вбирающая некоторую совокупность частных видов деятельности. В реальности она разворачивается как интегральная форма активности личности, предполагающая упорядоченность и соорганизацию различных деятельностей в пространстве и во времени индивидуальной жизни. Принципиальное значение имеет то, что соединение разрозненных действий во внутренне связанную деятельность происходит благодаря смысловой регуляции, а конкретно за счет смысловых связей, подчиняющих эти действия общему для них смыслообразующему мотиву. С. Д. Смирнов в этой связи специально подчеркивает, что «деятельность – не совокупность реакций, а система действий, сцементированных в единое целое побуждающим ее мотивом» [433, с. 17]. В. П. Зинченко по этому поводу пишет: «Сцепление отдельных действий в поведение и деятельность обеспечивается не мыслью, а смыслом. Когда смысл исчезает, мы получаем не полноценную деятельность, а полудеятельность, ее иллюзорно-извращенные формы» [134, с. 29]. Интеграция многочисленных и разнообразных деятельностей личности в целостную жизнедеятельность обеспечивается их смысложизненной регуляцией.

В целом же интегрирующая функция адресована не столько сознанию, деятельности и личности по отдельности, сколько целостному субъекту жизни как сознательной деятельной личности,

устремленной на решение задач своей жизни. А. В. Брушлинский не случайно полагал целостность, интегративность «ведущим качеством субъекта» [63, с. 16]. Субъект и есть специфическая форма интеграции сознания, деятельности и личности, которая обеспечивается за счет психических структур и процессов. Смысл жизни – одна из тех психических структур, посредством которых достигается целостность, интегральность субъекта, в чем и конкретизируется его интегрирующая функция.

Общим следствием интеграции, производимой смыслом жизни, выступает цельность внутри сознания, деятельности и личности, а также цельность более высокого уровня – между сознанием, деятельностью и личностью в рамках такой функциональной системы, как субъект жизни. Меткой характеристикой состояния подобной интегрированности служит высказывание А. Н. Леонтьева: «На своем высшем уровне это есть «цельная» личность, деятельность которой есть единая система иерархизованных действий; это – «целеструемая» личность, это личность, всякий акт которой может быть понят из единой общей цели, подчиняющей себе всю жизнь человека» [271, с. 183].

Представленный перечень функций смысла жизни является открытым и в последующем, по мере накопления теоретических и эмпирических данных, может быть дополнен новыми функциями. Вместе с тем описанные выше функции необходимы и достаточны для того, чтобы объяснить причины и механизмы возникновения ядерных симптомов смысложизненного кризиса как состояния смысложизненной арегуляции или дисрегуляции – словом, отсутствия, утраты или дисфункции индивидуального смысла жизни. Соотношение дисфункций смысла жизни с субъективными и поведенческими проявлениями смысложизненного кризиса систематизирует таблица 1.

Таким образом, существенной особенностью смысла жизни как психического явления выступает *полифункциональность*, т. е. множественность и разнородность функций, выполняемых им в контексте личностного развития и бытия человека. Базовыми функциями смысла жизни, как и других психических явлений, являются отражательная и регулирующая; последняя, в свою очередь, распадается на такие частные функции, как побуждающая, направляющая, смыслообразующая, оценочная, защитная, коммуникативная, идентификационная, эмансипирующая, интегрирующая. Ведущей функцией смысла жизни, которая обеспечивается системным эффектом (синергией) всех вышеперечисленных, является субъектообразующая функция. *Субъектность в жизни – это общая функциональная способность личности, которая потенцируется системной работой базовых и частных функций смысла жизни.* Для психологического исследования смысложизненного кризиса это положение приобретает важное значение, поскольку частные дисфункции неминуемо подрывают ведущую субъектообразующую функцию смысла жизни, а, следовательно, смысложизненный кризис выступает не только как со-

стояние смысложизненной арегуляции или дизрегуляции, но и как состояние частичной или полной десубъективизации личности в отношении собственной жизни. В качестве кризиса субъектности и переходного состояния субъектогенеза смысложизненный кризис раскрывается в следующей главе монографии.

Таблица 1 – Связь дисфункций смысла жизни с психологическими и поведенческими признаками смысложизненного кризиса

Регулирующие функции смысла жизни	Проявления смысложизненной арегуляции и дизрегуляции в феноменологии кризиса
1	2
<i>Побуждающая</i>	Мотивационный вакуум, отсутствие долгосрочных стремлений, неопределенность жизненных притязаний; апатия, скука, тоска; низкий жизненный тонус, недостаток жизненной энергии, упадок витальности; утрата интереса к жизни, усталость от жизни и потеря желания жить; тотально сниженный уровень жизненной активности, пассивность, безынициативность, полное нежелание действовать; вегетативность.
<i>Направляющая</i>	Отсутствие сквозной направленности и единой интенциональной (предметной) ориентации поведения; неизбирательность, хаотичность, сумбурность активности; бессвязность, непланомерность, бессистемность различных дел и занятий; непредсказуемость и непоследовательность решений и поступков; «авантюризм» и «крусадерство».
<i>Смыслообразующая</i>	Переживание отчуждения от жизни в разных ее аспектах; безразличие, эмоциональный вакуум («мертвение», «роботизация»); трудности с определением значимости-незначимости различных аспектов жизни; навязчивые сомнения в значимости и правильности жизненного выбора; нигилизм (склонность к дискредитации конкретных смыслов и отрицанию необходимости смысла в жизни вообще); генерализованное сомнение.
<i>Оценочная</i>	Переживание бессмысленности и неудовлетворенности жизнью; негативная (жизнеотрицающая) жизненная философия; циничное, безрадостное, мрачное восприятие и враждебное отношение к жизни; негативные ожидания от будущего, недовольство настоящим и сожаления по поводу прошлого; негативное самоотношение, низкая самооценка, самоозабоченность; самоуничтожение, непринятие себя; низкая самоэффективность, чувство нереализованности и несостоятельности в жизни; переживание собственной незначительности, ненужности и бесполезности

1	2
<i>Эмансипирующая</i>	Безволие, отсутствие внутренней дисциплины, слабый самоконтроль; импульсивность (зависимость от сиюминутных внутренних импульсов) и реактивность (зависимость от ситуативных внешних стимулов) поведения; фатализм, безнадежность, утрата свободы воли; выбор «пути наименьшего сопротивления», минимизация усилий и гомеостатичность поведения; неспособность к длительному удержанию усилия; «инфантильный гедонизм», внутренняя конфликтность, неспособность принимать решения и делать выбор.
<i>Интегрирующая</i>	Фрагментация субъективной картины жизненного пути; непонимание собственной жизни; внутренняя противоречивость, непоследовательность побуждений и стремлений; бессвязность отдельных дел, занятий и деятельности в жизни.
<i>Защитная</i>	Выраженная танатическая тревога и другие виды экзистенциального дистресса; высокая нейротичность (эмоциональной неустойчивость) и негативная аффективность (тревожность, фобичность и др.); низкая резистентность к стрессу и фрустрационная толерантность; драматизирующая (преувеличивающая) направленность восприятия и оценивания жизненных трудностей и проблем; предрасположенность к выбору неконструктивных стратегий совладающего поведения (эмоционально-ориентированный копинг, избегание); эскапизм (уклонение и бегство от трудностей); страдательно-покорная жизненная позиция.
<i>Идентификационная</i>	Утрата чувства самоотжественности, идентичности; деиндивидуализация, обезличенность; склонность к конформизму и фанатизму; недостаток самопонимания; чувство социальной изоляции, межличностного отчуждения, одиночества, недостаток чувства общности, социального интереса, солидарности.
<i>Коммуникативная</i>	Низкая кооперативность поведения; эгоизм, стремление к личному превосходству над окружающими, межличностная враждебность, подозрительность, эмоциональная холодность и отгороженность от окружающих; трудности с установлением и поддержанием близких эмоциональных отношений; склонность к формально-ролевым, бездушным («контрактным») отношениям; острое переживание одиночества и изоляции.

ГЛАВА 5 СМЫСЛОЖИЗНЕННЫЙ КРИЗИС КАК КРИЗИС СУБЪЕКТОГЕНЕЗА



Смысложизненный кризис возникает в узловых, переломные моменты развития индивидуального смысла жизни, что дает повод для его определения как кризиса смыслогенеза. В то же самое время *формирование индивидуального смысла жизни представляет одну из частных линий общего процесса становления личности*. Следовательно, смысложизненный кризис – это феномен, включенный не только в узкий контекст развития смысла жизни (*кризис смыслогенеза*), но и в широкий контекст развития целостной личности (*кризис персоногенеза*).

В контексте разделяемого нами смыслового подхода личность понимается как *психологическое образование, которое обеспечивает субъективное отражение жизненных отношений человека с миром в форме отдельных смысловых структур, процессов и их целостных систем, а также психическую регуляцию разнообразных форм человеческой активности сообразно с устойчивой логикой этих отношений в противовес сиюминутным импульсам и ситуативным стимулам (т. е. собственно смысловую регуляцию)* [27; 61; 78; 267; 283; 446]. Развитие личности является многогранным и разноплановым процессом, в котором совмещается множество генетических линий и рядов. Многолинейность данного процесса онтологически обусловлена множественностью систем (модусов) жизненных отношений человека с миром. По мере взросления человека его жизненные отношения с миром, как правило, расширяются и умножаются, что порождает новые линии личностного развития.

В психологических исследованиях личности смысловой подход непротиворечиво стыкуется с субъектным подходом ввиду того обстоятельства, что *жизненные отношения человека являются, по сути, субъект-объектными отношениями*. Практикуя конкретный вид деятельности в определенной области жизненных отношений, человек развивается и проявляется в качестве субъекта этих отношений и этой деятельности. Происхождение и проявление субъектности всегда опосредовано формированием в человеческой психике структур, процессов и механизмов, специализированных на субъективном отражении соответствующей области жизненных отношений и на психической регуляции соответствующего вида человеческой деятельности. Эти структуры, процессы и механизмы образуют относительно автономные контуры саморегуляции разнообразных форм поведения и видов деятельности. Смысловые структуры и процессы, которые атрибутируются личности, являются системообразующими и основополагающими в любых контурах человеческой саморегуляции, поскольку, с точки зрения *смыслового подхода*, именно они запечатлевают в себе сложившуюся структуру жизненных отношений и обеспечивают сообразование с ней текущей активности человека. Это значит, что *важнейшей предпосылкой субъек-*

ектности является формирование личности как общей системы смысловой регуляции произвольной человеческой активности. В этом пункте смысловой подход к личности смыкается с субъектным подходом и дает основания утверждать, что личностное развитие человека является, в сущности, процессом его становления и реализации в качестве субъекта. Общий вектор нормального личностного развития выражается в прогрессивном субъектогенезе – в формировании все более мощных по своим отражательным и регулирующим функциям личностных новообразований, которые выступают в качестве «функциональных органов» субъекта, опосредствующих овладение все более сложными видами человеческой деятельности [3; 7; 213; 244; 324; 421].

Смысловой и субъектный подход к личности, таким образом, совместно диктуют необходимость концептуализации смысложизненного кризиса в логическом континууме «кризис смыслогенеза – кризис персоногенеза – кризис субъектогенеза». Возникновение индивидуального смысла жизни составляет значимое событие психического развития, которое знаменует «рождение» личности в качестве субъекта жизни. Под таким углом рассмотрения смысложизненный кризис выступает уже не только как феномен смыслогенеза, но и как явление субъектогенеза, а точнее – как кризис становления личности субъектом собственной жизни.

5.1. Личность как субъект жизни: общая психологическая характеристика

Приступая к анализу смысложизненного кризиса как феномена субъектно-личностного развития человека, в первую очередь, следует прояснить соотношение понятий «личность» и «субъект». В истории отечественной (советской и российской) психологии прослеживаются три научные традиции, различающиеся способом решения данной проблемы.

Первая традиция идет от С. А. Рубинштейна, который употреблял категорию «субъект» в предельно абстрактном философском смысле – для обозначения человека как активного существа, обладающего сознанием и деятельностью, а потому способного познавать и преобразовывать бытие. При такой всеобъемлющей трактовке понятия «субъект» личность рассматривается как частная характеристика человека, охватывающая некоторые его психологические свойства [64; 137; 402; 404]. В структурном аспекте субъект оказывается более широким, а в генетическом аспекте – более ранним образованием, чем личность. Как субъект человек проявляется всю свою жизнь, начиная с рождения, а личностью он становится лишь на определенном этапе онтогенеза. В этом смысле субъектность преподносится как антропологическая константа, а не психологическая переменная с интраиндивидуальной и интериндивидуальной вариативностью. «Каждая личность (в том числе ребенка) есть субъект, но последний не сводится к личности», – резюмирует А. В. Брушлинский [64].

Вторая традиция проистекает из работ Б. Г. Ананьева и психологов ленинградской (ныне – санкт-петербургской) школы, в которой «субъект деятельности» трактуется как самостоятельное системное качество человека и тем самым субстанциализируется. Субстанциональное понимание далее подталкивает к толкованию субъекта и личности как онтологически раздельных и относительно независимых друг от друга с точки зрения генезиса, структуры и функций. Как писал Б. Г. Ананьев, «в единой структуре человека характеристика субъекта деятельности в обществе так или иначе взаимосвязана с характеристикой человека как личности ... Однако в этой взаимосвязи имеются ограничения, вследствие чего возможно относительное «отделение» личности от свойств субъекта, т. е. расщепление структуры человека. ... Совпадение личности и субъекта относительно даже при максимальном сближении их свойств, так как субъект характеризуется совокупностью деятельностей и мерой их продуктивности, а личность – совокупностью общественных отношений, определяющих положение человека в обществе ...» [20, с. 294]. Некоторые исследователи справедливо подчеркивают, что из всех понятий о человеке, разработанных в научной школе Б. Г. Ананьева, с современным пониманием субъекта сильнее всего корреспондирует отнюдь не «субъект деятельности», а «индивидуальность» [100].

Третья традиция восходит к культурно-исторической теории психического развития человека. Ее родоначальник Л. С. Выготский не дал однозначных дефиниций ни понятию личности, ни понятию субъекта, но высказал весьма продуктивную идею о том, что личность является культурной по происхождению, наивысшей по регуляторному рангу культурной психической функцией, охватывающей «единство поведения, которое отличается признаком овладения» [89, с. 315]. Формирование личности есть становление способности человека владеть своими психическими процессами и поведением, т. е. быть их субъектом. Ключевая идея данного подхода заключается в том, что *опосредствование личностной регуляцией различных форм внешней и внутренней активности ведет к их субъективации*: личность как бы присваивает их, поднимает на новый уровень произвольности и подчиняет решению своих жизненных задач.

Дальнейшее развитие данная традиция получила в исследованиях Л. И. Божович и ее сотрудников, где субъектность была интерпретирована как функция личности по отношению к деятельности, производная от уровня личностного развития человека. Подводя итог многолетних исследований, Л. И. Божович подчеркивала: «Во всех до сих пор опубликованных нами работах мы исходили из положения, что психологически зрелой личностью является человек, достигший определенного, достаточно высокого уровня психического развития. В качестве основной черты этого развития мы отметили возникновение у человека способности вести себя независимо от непосредственно воздействующих на него обстоятельств (и даже вопреки им), руководствуясь при этом собственными, сознательно поставленными целями. Возникновение такой способности обуславливает активный, а не реактивный характер поведения человека и делает его не рабом обстоятельств, а хозяином над ними, и над са-

мим собой» [57, с. 322]. Парадоксально то, что научный тандем «Л. С. Выготский – Л. И. Божович» очень редко упоминается в исследованиях по истории субъектного подхода в отечественной психологии. По свидетельству Н. Н. Толстых – прямой ученицы Л. И. Божович, «центральный, но одновременно почти не замечаемый аспект ее теории, связывает формирование личности ребенка с его развитием как субъекта, т. е. свободного, самостоятельного и личностно ответственного за свою жизнь человека» [458, с. 66].

Наиболее обоснованным и пригодным для целей конкретно-психологических исследования нам представляется понимание субъекта как *функционального проявления личности в конкретном виде произвольной активности человека*. Функциональной трактовки, сопрягающей субъектность с потенциалом личностной и осознанной саморегуляции, придерживаются многие исследователи, представляющие: грузинскую школу установки [413; 496]; структурно-функциональный подход к изучению осознанной саморегуляции произвольной активности человека [243; 244; 323; 358; 386]; системно-субъектный подход и концепцию субъектного контроля поведения [420; 421]; концепцию личностного потенциала как потенциала саморегуляции [290; 292]; мультисубъектную теорию личности [372]; контекстуально-уровневую модель ценностно-смысловой регуляции жизнедеятельности [408; 410] и т. д.

Функциональное понимание субъекта позволяет четко и однозначно решить проблему его соотношения с личностью в общем, возрастном, дифференциальном и других психологических аспектах. В вышеуказанных подходах, концепциях и моделях субъектность в *общепсихологическом аспекте* раскрывается как *функциональное проявление личности в конкретном виде или форме произвольной человеческой активности, психологическую основу которого составляют структуры, процессы и механизмы личностной и осознанной саморегуляции*. Определяя соотношение личности и субъекта в *возрастно-психологическом аспекте*, следует подчеркнуть, что *человек становится субъектом по мере своего личностного развития*. В этом тезисе сосредоточено кардинальное отличие функционального понимания субъекта от других подходов, которые утверждают онтогенетическую первичность субъекта по отношению к личности как вторичному образованию либо же относительную автономность, параллельность рядов субъектного и личностного развития человека. Итак, *субъектогенез есть функция от развития личности: субъектом не рождаются, им становятся по мере становления сознательной деятельности личность*. В *дифференциально-психологическом аспекте* субъектность трактуется как интегральная способность, имеющая индивидуальную меру выраженности для каждой личности. Индивидуальная изменчивость данной способности детерминирована разным уровнем и качеством развития механизмов личностной и осознанной саморегуляции. В таком значении субъектность выступает дифференциально-психологическим параметром, синтетично отражающим личностные особенности и межличностные различия. Как подчеркивает К. А. Абульханова, «не всякая личность может быть субъектом» [6, с. 63] и, более того, «применительно к разным личностям можно говорить о разной мере их становления как субъектов, в

соответствии с общим определением, что субъект – это не вершина совершенства, а движение к нему» [6, с. 65].

Сформулированные положения носят концептуальный характер и в равной степени справедливы для любых форм субъектности, в том числе для субъекта жизни. Однако наряду с общими критериями каждое субъектное «амплуа» личности характеризуется собственными психологическими признаками. В отечественной психологии предложен ряд *специальных концепций личности как субъекта жизни*, по-разному уточняющих и конкретизирующих общие принципы и положения субъектного подхода применительно к данной форме субъектности. В числе наиболее разработанных и значимых могут быть названы следующие: концепция К. А. Абульхановой, развивающая оригинальную рубинштейновскую трактовку человека как субъекта жизни [2–12]; концепция субъекта жизни, созданная исследовательским коллективом под руководством Л. В. Сохань в рамках междисциплинарной (философско-социолого-психологической) теории жизнетворчества [117; 118; 445]; концепция субъекта жизни А. А. Кроника и Р. А. Ахмерова, разработанная на базе каузометрического психобиографического подхода [37; 254; 255]; концепция субъекта жизни Е. Ю. Коржовой [245]; концепция субъекта жизни Н. Р. Салиховой, основанная на контекстуально-уровневой модели ценностно-смысловой регуляции жизнедеятельности [408; 410]. Во всех упомянутых концепциях *понятием «субъект жизни» обозначается такой уровень личностного развития, по достижению которого человек способен управлять и процессом своей жизни, и своим собственным развитием в биографическом масштабе.*

Опираясь на общепсихологическое понимание субъекта (в русле традиции Л. С. Выготского – Л. И. Божович) и учитывая положения вышеупомянутых теорий, нами разработана оригинальная концепция, в которой субъектность по отношению к индивидуальной жизни выступает как *функциональное проявление, измерение онтогенетического развития и параметр индивидуально-психологических различий личности* [213]. Обобщая и систематизируя ее положения, личность в качестве субъекта жизни можно охарактеризовать следующим образом:

Субъект жизни представляет собой функциональное проявление личности в контексте построения и реализации смысложизненных отношений. В этом модусе субъект-объектных отношений личности на полюсе объекта противоположена ее индивидуальная жизнь как целостность, простирающаяся во времени и пространстве. Основной субъективно превращенной формой данных отношений во внутреннем мире (психологической структуре) личности является смысл жизни. С ним связана особая внутренняя необходимость личности, а именно необходимость преобразования, переустройства индивидуальной жизни в соответствии с ее смыслом и удержания жизненных обстоятельств в смыслообразном состоянии. Субъект призван организовывать и воспроизводить индивидуальную жизнь сообразно с ее личностным смыслом, что с учетом естественной динамики жизненных обстоятельств составляет для него постоянно возобновляющуюся задачу.

В целом понятие субъекта жизни акцентирует способность личности превращать собственную жизнь в предмет практического преобразования, результатом чего выступает жизненный путь. В контексте смысложизненных отношений жизнь во множестве слагающих ее обстоятельств выступает как «сырой материал», из которого субъект выстраивает, творит индивидуальный жизненный путь. Жизненный путь – то, что субъекту удалось создать из обстоятельств собственной жизни – является особой формой объективации, предметного воплощения смысла жизни и основным продуктом личности как субъекта жизни. Психологический анализ жизненного пути во многом подобен методу изучения психологии личности по продуктам ее деятельности (праксиметрии), ведь жизненный путь есть самый грандиозный, масштабный, трудоемкий продукт ее субъектной активности. Как обоснованно полагает К. А. Абульханова, «жизненный путь личности – это то, что способна выстроить, создать из своей жизни (с ее необходимостью) сама личность» [4, с. 59].

В данном значении жизненный путь оказывается собственно психологическим понятием, более узким по сравнению с его распространенной трактовкой как социальной биографии, или истории всевозрастного развития человека от появления на свет и до самой смерти. Жизненный путь в качестве продукта субъектной активности начинается отнюдь не с биологического рождения человека; его старт приходится на психологическое «рождение» субъекта жизни. Этот момент датируется первыми жизнеопределяющими решениями и судьбоносными поступками личности, направленными на организацию и изменение индивидуальной жизни как целостности. В структуру жизненного пути входит не далеко не все, что случилось с человеком в течение жизни, а прежде всего *акты жизнедеятельности и жизненные события* как инициированные и осуществленные самой личностью изменения жизненных обстоятельств. Весьма точно суть процесса строительства жизни передал В. Франкл: «В начале вся жизнь представляет собой еще нетронутый и неоформленный материал. По мере того, однако, как она разворачивается, этого материала становится все меньше и меньше, и он все больше и больше превращается в функцию – так что под конец жизнь во многом состоит из того опыта поступков и переживаний, который накопил человек на своем жизненном пути» [468, с. 193].

Практическая реализация смысложизненных отношений личности опосредована особой формой ее преобразовательной активности, которая отличает и выделяет субъекта жизни среди остальных субъектных ипостасей личности. По отношению к данной форме активности смысл жизни выступает движущим и ведущим мотивом, жизнь – предметом, а индивидуальный жизненный путь – конечным результатом. Принимая во внимание эти существенные признаки, основную форму активности личности как субъекта жизни предлагается обозначать понятием «жизнедеятельность». В конкретно-психологическом понимании, отделенном от обыденных, философских, антропологических, социологических и других интерпретаций, оно означает *произвольную человеческую активность, побуждаемую смыслом жизни и направленную на практическое преобразование*

индивидуальной жизни соответственно данному смыслу в уникальный жизненный путь [213].

Конечно, жизнедеятельность – не единственная форма активности субъекта жизни. В рамках смысложизненных отношений личность осуществляет не только реальное деятельно-практическое взаимодействие с жизнью, но также ее познание, переживание и прочие формы внутренней активности, в которых она встает в субъектное отношение к собственной жизни в идеальном плане. Субъект жизни весьма «многолик» в том смысле, что выступает интегративной основой, на которой сходятся субъекты очень разных видов активности (автобиографического познания, понимания, интерпретации, переживания и т. д.), общим предметом которых оказывается индивидуальная жизнь как единое целое, а общей регуляторной инстанцией – личностный смысл жизни. В. В. Знаков справедливо утверждает, что «жизнь человека нельзя рассматривать только как непрерывную череду сменяющих друг друга деятельностей. Это означает признание того, что в формировании психики большую роль играют недействительные по своей природе, но очень ценностно-значимые для субъекта феномены» [136, с. 86]. Вместе с тем все эти феномены и формы активности всегда включены в движение и сопутствуют практической жизнедеятельности как ведущей активности, преобразующей индивидуальную жизнь в реальном, а не идеальном плане. Главное то, что по отношению ко всем процессам преобразования жизни, протекающим как в бытийном плане (жизнедеятельность), так и в идеальном плане (познание и переживание жизни), единым регулирующим основанием выступает смысл жизни. В результате познание, переживание и практическое преобразование жизни производятся субъектом по единой логике, отражающей смысложизненную необходимость личности. С этой точки зрения, например, сочинение и рассказывание жизненной истории может рассматриваться как интериоризованная форма или внутренний план реальной жизнедеятельности, поскольку в обоих случаях личность строит из неоформленного жизненного материала некую целостность, сообразную принятому ею смыслу жизни [255; 341; 412].

Однако было бы неверным представлять жизнедеятельность унитарной деятельностью, рядоположенной остальным видам деятельности, практикуемым личностью в ходе жизни. По отношению к этим частным видам жизнедеятельность представляет *метадеятельность* – интегрированную систему деятельностей, прямо или косвенно служащих реализации смысла жизни личности [158; 207]. Жизнедеятельность является формой активности, соразмерной исключительно субъекту жизни, который решает задачу объединения и координации доступных ему видов деятельности в интересах продуктивного осуществления смысла своей жизни. Действуя в роли субъекта жизни, личность одновременно выступает субъектом не одной, а некоторого множества деятельностей, т. е. реально существует в форме *метасубъекта или полисубъекта*. Получается, что субъект жизни – *сквозная форма субъектности*, связующая субъектов разных видов деятельности, при условии, что эти деятельности подчинены не только своим внутренним мотивам, целями и зада-

чам, но также обеспечивают практическую реализацию смысла жизни. Как пишет В. А. Барабанщиков, «субъект жизни – своеобразный интеграл функциональных возможностей (свойств, качеств, образований, ролей) и, одновременно, достижений человека, не сводимый к субъектам отдельных отношений, но так или иначе присутствующий в каждом из них» [44, с. 292].

Личность как субъект жизни представляет собой системное единство субъектов тех видов деятельности, из которых сплетена ее жизнедеятельность. В динамической развертке жизнедеятельность представляет непрерывную смену этих деятельностей, и личности приходится постоянно входить в роль то одного, то другого субъекта. Если бы личность в ее жизнедеятельности двигали исключительно мотивы, цели и задачи локальных деятельностей, то она бы неминуемо расщепилась и распалась на множество несвязанных субъектов. Но эти деятельности не являются в полной мере самостоятельными и разрозненными: сквозь их собственные мотивы, цели и задачи «просвечивает» смысл жизни, который в качестве сквозной смысловой необходимости пронизывает и цементирует их в структуре жизнедеятельности в качестве «жизнедействий» и «жизнеопераций». Тем самым смысл жизни – долгосрочная и сквозная интенция личности – создает основу для ее целостности и единства субъекта жизни, каждая деятельность которого стремится реализовать не только парциальный мотив, но и смысл всей жизни. Весьма меткой характеристикой личности как субъекта жизни служит высказывание А. Н. Леонтьева: «На своем высшем уровне это есть «цельная» личность, деятельность которой есть единая система иерархизованных действий; это – «целеустремленная» личность, это личность, всякий акт которой может быть понят из единой общей цели, подчиняющей себе всю жизнь человека» [271, с. 183]. *Субъект жизни – это личность, которая на основе смысла своей жизни осуществляет смысловую интеграцию, синтез доступных и необходимых для нее видов деятельности в динамической структуре жизнедеятельности.*

Функционирование личности как субъекта жизни не носит тотального и сплошного характера, т. е. охватывает далеко не все ситуации в ее жизни. Некоторые ситуации в силу собственной логики и инерции обстоятельств неподвластны ее преобразующей активности и лимитируют ее субъектность. В рамках психологического анализа субъекта жизни конкретно-научное толкование получает такая категория, как «судьба». В строгом значении *судьба – это часть жизненных обстоятельств, которые субъект не в силах преобразовать в собственной жизнедеятельности, а потому вынужден с ними смириться и считаться при выстраивании жизненного пути.* Судьба объемлет те жизненные обстоятельства, которые накладывают пределы и устанавливают границы преобразующей активности субъекта жизни. Субъектные способности и возможности личности сугубо индивидуальны, поэтому соотношение фатально предопределенного и неопределенного в ее жизни также уникально: что для одного является непреодолимой судьбой, для другого выступает как легко изменяемые и преодолеваемые условия. В этой связи в

психологических исследованиях субъекта жизни разграничивается относительная (индивидуальная) и абсолютная (всеобщая) судьба; в структуре последней выделяется биологическая, социальная и прочие составляющие [160; 491].

Однако даже будучи сложившимся субъектом жизни и пребывая в обстоятельствах, которые поддаются преобразованию, личность не всегда и не везде задействует свой субъектный потенциал и реализует свою субъектную позицию. По этой причине целесообразно дифференцировать *два качественно различных режима функционирования личности – субъектный и бессубъектный*, что применимо к любым формам субъектности, в том числе и к субъекту жизни. Под таким углом видения *субъект жизни предстает как особый режим функционирования личности в системе отношений и взаимодействий с индивидуальной жизнью, а шире – как один из способов или одна из сторон личностного бытия*. В сопоставлении с другими функциональными режимами субъектность жизни отличается высокой психологической ценой (повышенной напряженностью, энергоемкостью и вообще большей затратностью внешних и внутренних ресурсов) и поэтому «включается» личностью строго избирательно и дозировано.

Очевидно, что *жизнедеятельность соответствует субъектно-му режиму функционирования личности*, который обязательно предполагает деятельно-практическое вторжение и преобразование наличных жизненных обстоятельств. Субъект немислим вне и без жизнедеятельности, о чем выразительно пишет В. И. Слободчиков: «Субъектность обнаруживает себя в главной способности человека: способности превращать собственную жизнь в предмет *практического преобразования*, что позволяет ему быть (становиться) действительным субъектом (автором, хозяином, распорядителем) собственной жизни» [428, с. 24]. Альтернативный *бессубъектный режим функционирования личности* выражается в созерцании и невмешательстве в естественный порядок и спонтанный ход жизненных обстоятельств. В таком режиме личность просто «бытийствует» – «плывет» по течению жизни, не пытаясь управлять ею и не стремясь претворить в ней какой-либо смысл. В отличие от бытийствования жизнедеятельность всегда нуждается в развитой психической регуляции, структурно-функциональное ядро которой составляет смысл жизни. Как справедливо отмечает Д. А. Леонтьев, «взаимодействие с жизнью-жизнедеятельностью, понимаемой как ресурс, требует развития системы саморегуляции – системы управления жизнедеятельностью, связывающей все ее аспекты воедино и направляемой единым смыслом ... Взаимодействие с жизнью-бытием, напротив, не требует и не предполагает саморегуляции, оно требует иного – присутствия, открытости бытию» [286, с. 674].

Отсюда следует, что *субъект жизни – это функциональное качество личности, обладающей целостной системой (контуром) психической регуляции индивидуальной жизнедеятельности*. В целях обозначения взаимосвязанной совокупности психических структур, процессов и механизмов, специализированных на регулировании

целостной жизнедеятельности, уместно применять термин *«психобиографическая регуляция»* [179].

По сравнению с психической регуляцией деятельности и ее частных разновидностей, описанию которой посвящен целый ряд теоретических концепций и эмпирических моделей [221; 244; 292; 296; 324; 420; 499 и др.], психобиографическая регуляция изучена крайне слабо. И дело не в отсутствии или недостаточном количестве исследований психобиографических образований личности – «жизненных целей», «жизненных планов», «жизненных программ», «жизненного выбора», «субъективной картины жизненного пути» и т. д., многие из которых достаточно глубоко и подробно освещены в психологической литературе (обзор исследований см. [213]). Истинная проблема заключается в том, что все эти психические структуры, процессы и механизмы, принадлежащие личности как субъекту жизни, изучаются раздельно и бессистемно, т. е. как структурно изолированные и функционально разобценные регуляторы индивидуальной жизнедеятельности. В действительности же все они являются структурными блоками и функциональными звеньями единого системно организованного процесса психобиографической регуляции. На текущий момент системные модели психической регуляции жизнедеятельности личности предложены в работах Н. А. Логиновой [295], К. А. Абульхановой [10; 12], Н. Р. Салиховой [408; 409], а также в ряде наших публикаций [160; 179].

Психобиографическая регуляция понимается как сложная многоуровневая система психических структур и процессов, которые обеспечивают субъективное отражение жизненных обстоятельств и регулируют их практическое преобразование в процессе жизнедеятельности сообразно с индивидуальным смыслом жизни. Согласно предложенной структурно-функциональной модели, психобиографическая регуляция условно подразделяется на *две подсистемы*, различные по составу психических регуляторов и выполняемым ими функциям, а именно *смысложизненную регуляцию* и *осознанную саморегуляцию жизнедеятельности*. Первая подсистема основывается на смысле жизни, а вторая – на жизненных целях, полагаемых личностью исходя из понимания (или непонимания) смысла своей жизни. Вместе с полаганием жизненных целей в функциональную структуру осознанной саморегуляции жизнедеятельности входят процессы прогнозирования, планирования и программирования жизнедеятельности, моделирования значимых жизненных условий, принятия биографически важных решений, контроля и оценивания жизненных достижений, а также процесс корректирования жизненных прогнозов, планов, программ, решений, моделей, критериев и оценок жизненного успеха-неуспеха. Эти регуляторные подсистемы работают по принципу взаимодействия, причем ведущим уровнем выступает смысложизненная регуляция, которая функционально подчиняет, настраивает, модулирует процессы осознанной саморегуляции жизнедеятельности. Такая функциональная субординация продиктована тем, что субъектом жизнедеятельности является все-таки не сознание, а личность, которая использует отражатель-

ные и регуляторные ресурсы сознания для реализации индивидуального смысла жизни.

Особая сложность организации и функционирования всей психобиографической регуляции определяется тем, что объект регулирования – индивидуальная жизнедеятельность – представляет собой метадеятельность по отношению ко многим частным видам деятельности личности. В этой связи все психобиографические структуры и процессы оказываются *метарегуляторами* этих частных деятельностей, а психобиографическая регуляция в целом выступает в качестве *метасистемного уровня регуляции*, в который «вложены» регуляторные контуры, соответствующие каждой отдельной деятельности. Это означает, что личности как субъекту жизни приходится постоянно соподчинять мотивы локальных деятельности смыслу жизни как «мотиву» целостной жизнедеятельности, согласовывать цели и задачи деятельности с жизненными целями, планами и программами, критерии успеха в деятельности координировать с критериями жизненного успеха и т. д. Частным случаем функционального взаимодействия психобиографической регуляции с системой регуляции частной деятельности выступает согласование жизненной цели с целями деятельности, о чем писал Б. Ф. Ломов: «Следует различать цель деятельности и жизненную цель. Человеку приходится выполнять в течение жизни множество разнообразных деятельностей, в каждой из которых реализуется определенная цель. Но цель любой отдельной деятельности раскрывает лишь какую-то одну сторону направленности личности, проявляющуюся в данной деятельности. Жизненная цель выступает в роли общего интегратора всех частных целей, связанных с отдельными деятельностями» [296, с. 322].

Решая задачу координации и интеграции контуров, предназначенных для регуляции частных деятельностей, внутри системы психобиографической регуляции, субъект жизни фигурирует как *метасубъект* по отношению к субъектам частных видов деятельности. Ведущий критерий, по которому субъект жизни упорядочивает и соподчиняет между собой мотивы, цели и задачи частных деятельностей – их содержательное соответствие смыслу жизни и практическая полезность, инструментальность для его реализации. В результате субъект жизни вырабатывает *стратегию жизни как систему метарегуляции*, т. е. регуляции психических регуляторов, присущих отдельным видам деятельности. Внешним коррелятом метарегуляции является возникновение четкой пространственно-временной организации выполняемых личностью видов деятельности, которая, по соображениям самой личности, наиболее оптимальна для реализации смысла жизни. Системная смысловая организация жизнедеятельности, в которой каждой конкретной деятельности отведено свое место и предусмотрено свое время в зависимости от ее жизненного смысла, собственно и является стратегией жизни личности [171; 207]. Здесь наши представления о субъекте и стратегии жизни сближаются с взглядами К. А. Абульхановой, которая отмечает: «Саморегуляция, которая осуществляется в масштабах жизненного времени-пространства, представляет собой саморегуляцию третьего – высшего порядка. Ей соответствует уже все время-пространство

жизни, и в своем обобщенном виде она приобретает качество жизненной стратегии» [10, с. 71–72].

Итак, субъект жизни конституируется целостной системой психобиографической регуляции, «сердцевину» которой составляет индивидуальный смысл жизни. Выделенные регуляторные подсистемы – смысложизненная регуляция и осознанная саморегуляция жизнедеятельности – логически соотносятся с побудительной и исполнительской регуляцией (в терминах С. А. Рубинштейна [397]), а в терминологии современных исследований – с мотивационно-смысловой (ценностно-смысловой) и осознанной (рефлексивной) регуляцией [221; 283; 324; 385; 408]. В более широкой теоретической перспективе *смысложизненная регуляция сопрягается с детерминацией жизнедеятельности через личность, в то время как осознанная саморегуляция – с детерминацией жизнедеятельности через сознание*. Личность с исходящей от нее смысложизненной регуляцией определяет осмысленность человеческого бытия, сознание с идущей от него осознанной саморегуляцией обеспечивает осознанность человеческого бытия, а жизнедеятельность, регулируемая сознанием и личностью, придает человеческому бытию действенный характер. Если *осмысленность, осознанность и действенность* – это сущностные характеристики сугубо человеческого способа существования, то *субъект жизни есть сознательная и деятельная в отношении собственной жизни личность* [213].

В субъектном функционировании личность опирается на определенную систему внешних и внутренних ресурсов, за счет которых добивается продуктивной реализации своих смысловых потребностей и интенций. Согласно общепринятому мнению, готовность и умение привлекать, накапливать, расходовать и восполнять всевозможные материальные и нематериальные, внешние и внутренние ресурсы для эффективной организации и успешного осуществления деятельности – один из существенных критериев субъекта [7; 257; 324; 420; 454; 471; 472 и др.]. Наряду с общими ресурсами, универсально используемыми субъектом любой деятельности, каждая частная форма субъектности располагает собственными специальными ресурсами, адекватными характеру выполняемой деятельности и реализуемой смысловой необходимости. В распоряжении субъекта жизни также имеется система особых ресурсов, которые выделяют и специфицируют данную форму субъектности наряду с другими сущностными признаками, упоминавшимися выше. В соответствии с предложенной нами классификацией к категории ресурсов личности как субъекта жизни относятся:

- *внешние условия* – предметные и социальные обстоятельства самого разного масштаба (от индивидуально-биографического до глобально-мирового), которые объективно обуславливают продуктивность реализации личностью смысла жизни. Как писал в свое время С. А. Рубинштейн, «в качестве условий жизни из среды, из внешних обстоятельств выделяются те и только те, которые находятся в определенных объективных отношениях к жизни людей, которыми их жизнь реально обусловлена. В выделении из среды – общественной и природной, – из всей совокупности внешних обстоя-

тельств, среди которых протекает жизнь людей, условий их жизни, – в этом выделении объективно проявляется активность, избирательность человека как субъекта жизни» [397, с. 227];

- *индивидуальные возможности* – это широкий спектр материальных и нематериальных средств, которые эксплуатируются личностью для успеха реализации смысла жизни. К этой труднообозримой категории ресурсов принадлежат физические возможности организма и состояния здоровья, время и деньги, социальные связи и знакомства, сословная принадлежность и удачный брак, должностное положение и властные полномочия, образование и доступ к источникам информации и многое другое;

- *внутренние условия* – это устойчивые индивидуально-психологические свойства интеллекта и личности, от наличия и степени выраженности которых существенно зависит успешность практической реализации смысла жизни. Это интеллектуальные и личностные ресурсы в собственном смысле слова, которые, будучи поставленными на службу смыслу жизни, превращаются в особые «жизненные способности». К. А. Абульханова подчеркивает, что «субъекту присуща способность использовать, актуализировать не только свои психические возможности, способности, но и свой личностный потенциал и свои жизненные достижения ... для решения противоречий и осуществления жизни в соответствии со своими ценностями и смыслом жизни» [5, с. 11]. Адекватность термина «жизненные способности» продиктована тем, что психические свойства, детерминирующие успешность овладения и продуктивность выполнения какого-либо вида деятельности, принято называть именно способностями. Соответственно, жизненные способности – это присущие личности как субъекту жизни индивидуально-психологические свойства, которые существенно влияют на продуктивность ее жизнедеятельности;

- *операционально-технический потенциал индивидуальной жизнедеятельности* – это совокупность практикуемых личностью видов деятельности, которые определяют возможности и границы практической реализации смысла жизни. В структуре индивидуальной жизнедеятельности интегрировано, как правило, некоторое множество частных видов деятельности, а потому она должна рассматриваться как *полидеятельностное образование*. По своему пространственному размаху и временному диапазону индивидуальная жизнедеятельность является *макродеятельностью*, а по соотношению с отдельными, парциальными видами деятельности – *метадеятельностью*. Каждая частная деятельность при включении в состав жизнедеятельности становится *операциональным средством* реализации смысла жизни. Межиндивидуальные различия касаются количества и качественного состава видов деятельности, с помощью которых личность воплощает смысл своей жизни, а также параметров их структурной организации внутри целостной жизнедеятельности. Результативность осуществления смысла жизни обычно возрастает вместе с увеличением операционально-технического потенциала жизнедеятельности. Однако рост данного потенциала достигается не только экстенсивным путем, когда жизнедеятельность расширя-

ется и обогащается за счет новых видов деятельности, но и интенсивным путем, при котором на фоне относительно неизменного репертуара деятельностей за счет их системного переструктурирования личность получает синергический эффект в практической реализации смысла жизни [158].

Таким образом, ради осуществления смысла жизни личность вытягивает в «оборот» своей жизнедеятельности самые разнообразные ресурсы – условия жизни, индивидуальные возможности, собственные психические свойства и, наконец, весь репертуар деятельностей, которыми ей удалось овладеть в течение своей жизни.

Субъект жизни – это высшая ступень онтогенетического развития индивидуальной субъектности; вершина субъектного развития личности. Его онтогенетическое развитие совершается через постепенный переход от внешней детерминации и регуляции к саморегуляции и самодетерминации индивидуальной жизни. Психологическая сторона данного процесса состоит в созревании и консолидации новых форм и контуров саморегуляции, которые обслуживают все более развернутые во времени и распространяемые в пространстве виды деятельности. Достижение взрослеющей личностью качества субъекта жизни происходит по мере формирования системы психобиографической регуляции и, в первую очередь, ее системообразующего компонента – индивидуального смысла жизни. Из позиции субъекта отдельной деятельности до статуса субъекта жизни личность поднимается тогда, когда начинает осмысливать, осознавать и регулировать каждую свою деятельность исходя не только из ее парциальных мотивов, целей и задач, но также из необходимости реализации смысла целой жизни посредством данной деятельности. Поэтому о развитом субъекте жизни можно говорить лишь при условии сформированности психобиографической регуляции как метарегулятивного механизма, который надстраивается, соподчиняет и функционально «снимает» контуры регуляции частных деятельностей личности. В таком ракурсе субъекта жизни следует рассматривать в качестве высшей стадии субъектогенеза, или «акме-формы» субъектно-личностного развития [4; 5; 7].

Субъект жизни – функционально высшая форма субъектности, которая характерна для высоких уровней личностного развития. Не всякая личность, а лишь высокоразвитая, или зрелая способна встать в позицию субъекта по отношению к целой жизни. В этой связи понятие субъекта жизни оказывается чрезвычайно полезным для решения проблемы *психологических критериев личностной зрелости*. Существующие теории личности и ее психического развития по-разному обосновывают признаки и критерии личностной зрелости, вследствие чего до сих пор отсутствует единое общепсихологическое воззрение на сущность данного феномена (подробнее о современном состоянии проблемы см. [465]). По нашему мнению, самыми общими атрибутами зрелой личности, вбирающими в себя практически всю совокупность ранее предложенных частных признаков, выступают *субъектность* и *духовность*, которые соотносятся между собой как *форма* и *содержание* личностной зрелости. Зрелая личность характеризуется и специфической формой, и особен-

ным содержанием: если формой существования и осуществления зрелой личности является субъектность в жизни, то содержанием зрелой личности выступает духовность. Зрелость в таком случае конкретизируется как единство субъектной формы и духовного содержания личности, или как такой уровень личностного развития, на котором человек овладевает собственной жизнью, чтобы посвятить ее служению духовным ценностям. Проще говоря, зрелая личность – это та, которая существует в форме субъекта, реализующего в своей жизни духовное содержание [201].

Процесс личностного развития совмещает два ряда онтогенетических изменений, а именно *линию функциональных изменений, или субъектогенез, и линию содержательных изменений, или духовный рост*. Субъект жизни – это кульминация функционального развития личности, чисто функциональный критерий личностной зрелости, который может сочетаться с разными градациями ее духовного развития. В целях типологического анализа личностной зрелости-незрелости могут быть выделены такие реально встречающиеся комбинации, как *бессубъектная бездуховность, бессубъектная духовность, бездуховная субъектность, духовная субъектность*. В любом случае важно понимать, что для достижения подлинной личностной зрелости прогресс субъектности должен быть подкреплен эволюцией духовности. Субъект как функциональное проявление личности, по мнению Л. И. Анцыферовой, «инициирует, творит, создает внутренний мир и поступки человека, контролирует чувства, вырабатывает жизненные стратегии, разрешает трудные ситуации, ставит жизненно важные задачи, вырабатывает способность ладить с людьми, создает условия для развития личности и т. д. Но за пределами исследований остается такое содержательное, ценностно-смысловое измерение, которое и характеризует человека как личность. В число особенностей субъекта не входят те, которые заключены в понятиях духовности, гуманности, нравственности, совести, добродетельности и т. п.» [23, с. 227].

Отталкиваясь от представления о субъекте жизни как «вершине» субъектогенеза личности, возможно упорядочивание отраслей и направлений научной психологии, занимающихся субъектно-личностной проблематикой, прежде всего, прояснение связей психологии личности, психологии субъекта и областей науки, сфокусированных на изучении субъекта жизни – психологии жизненного пути личности [100; 160; 189; 245; 255; 295], онтопсихологии [99], психологии человеческого бытия [137]. *Если психология субъекта – это «вершинная» психология личности (психология высших функциональных проявлений саморегуляции и самодетерминации личности), то психология субъекта жизни – это «вершинная» психология субъекта.*

Субъектность по отношению к целой жизни является не постоянной, а изменчивой величиной для одной и той же личности и для разных личностей; она может флуктуировать – возникать и усиливаться, равно как ослабевать и утрачиваться – в зависимости от внешних и внутренних условий. В этой связи субъекта жизни правомерно рассматривать как емкую дифференциально-психологи-

ческую переменную, демаскирующую интегральные личностные особенности и межличностные различия. «Каждая личность в разной мере реализует себя как субъект жизни и в качестве такого субъекта обнаруживает свой способ жизни, свою индивидуальность. Разные люди в разной мере способны организовать ход своей жизни соответственно со своими целями и притязаниями, в разной мере реализовать свои возможности, способности, осуществить самореализацию своей индивидуальности в категориях и формах своей жизни» [7, с. 46].

Таким образом, личность как субъект жизни определяется самостоятельной системой субъект-объектных отношений (смысложизненные отношения), а также рядом производных от них частных атрибутов: предметом приобщения активности (индивидуальная жизнь как единое целое), формой активности (жизнедеятельность как синтез разнообразных видов деятельности), продуктом активности (жизненный путь личности) и т. д. Предмет (жизнь), процесс (жизнедеятельность) и продукт (жизненный путь) преобразовательной активности все в равной степени являются существенными и неотъемлемыми признаками личности как субъекта жизни. В этой связи научно-психологические термины «субъект жизни», «субъект жизнедеятельности» и «субъект жизненного пути» выступают как взаимно заменяемые и дополнительные понятия, раскрывающие различные стороны – предметную, процессуальную, результативную – онтологически единого субъект-объектного отношения.

Помимо указанных выше признаков, характеризующих субъекта жизни, существованию и развитию личности в данном субъектном качестве присущи особые бытийные противоречия и психологические кризисы, называемые «жизненными кризисами» или «биографическими кризисами» [37; 76; 79; 115; 213; 295; 412]. С позиций субъектного подхода любой кризис личностного развития может быть истолкован как *состояние ее бессубъектности или десубъективации, т. е. период функционального дефицита или спада субъектности*. Кризис, как правило, предполагает несформированность, деформацию, реформацию регуляторных структур личности, и поэтому закономерно сопровождается ослаблением ее способности к саморегуляции. Кризисы субъектно-личностного развития различаются тем, какие именно регуляторные процессы, структуры и механизмы дисфункционалируются, и на каких конкретно видах поведения и деятельности негативно сказывается эта дисрегуляция и дисфункция.

Жизненные (биографические) кризисы объединены рядом общих признаков. Они производны от противоречий, возникающих в системе объективных отношений человека с собственной жизнью; включены в процесс развития личности как субъекта жизненного пути, а не парциальных видов поведения и деятельности; сопряжены с дисфункцией особых психобиографических процессов, структур и механизмов, которые конституируют систему психической регуляции жизненного пути; причастны к дезорганизации жизнедеятельности – особой формы активности, направленной на преобразование личностью собственной жизни в соответствии с ее смыслом в индивидуальный жизненный путь.

Смысложизненный кризис выступает одной из разновидностей жизненного (биографического) кризиса и представляет собой *состояние полной или частичной десубъективизации личности в отношении собственной жизни*. Особенность этого кризиса в сравнении с другими кризисами данной группы заключается в том, что он непосредственно затрагивает ядерную субъектообразующую структуру – смысла жизни, от сформированности, сохранности и практической реализуемости которой напрямую зависит психологическая судьба субъекта жизни. В этой связи смысложизненный кризис целесообразно трактовать как *кризис неприобретенной, утраченной или неэффективной субъектности, который соответственно детерминирован отсутствием, потерей или нереализуемостью смысла жизни* [201; 202].

В рамках настоящего исследования важно заострить внимание на том, что *смысл жизни выступает атрибутивным и конститутивным свойством субъекта жизни*. В массиве психологических подходов к изучению субъекта жизни выделяются *смыслоцентрированные концепции*: к этой группе примыкают концепции К. А. Абульхановой [4; 12], Н. Р. Салиховой [408; 409] и наша авторская концепция [213]. Все они в явном виде постулируют идею о том, что смысл жизни составляет «стержень» психологической организации личности как субъекта жизни, а смысложизненная регуляция – функциональный центр и структурный фундамент целостной системы регуляции жизнедеятельности как специфической формы активности субъекта жизни. По определению К. А. Абульхановой, субъект жизни есть «субъект организации и осуществления времени и пространства жизненного пути, устанавливающий последовательность его этапов соотносительно с жизненными целями, задачами и проблемами, в целом – со *смыслом жизни*» [5, с. 11]. По мнению Н. Р. Салиховой, данному уровню субъектности в качестве ведущего регулятора «соответствует смысл жизни, который обеспечивает интеграцию регуляторных процессов на уровне целостной жизнедеятельности» [410, с. 38]. В последнее время благодаря исследованиям Р. А. Ахмерова смыслоориентированный уклон приобретает и каузометрическая концепция субъекта жизни [39; 41]. Здесь субъекту жизни в качестве основной задачи вменяется достижение счастья, которое конкретизируется как «переживание полноты бытия в результате направления хода жизни к реализации смысла жизни, или как результат его реализации, т. е. самоосуществление» [41, с. 29]. Авторы других психологических концепций, не оперируя непосредственно понятием смысла жизни, также склоняются к мысли о том, что ядерным образованием в психологической структуре субъекта жизни являются высокозначимые долгосрочные стремления. Их обозначают с помощью различных терминов, прямо или косвенно отсылающих к смыслу жизни как источнику данных стремлений. Так, Е. Ю. Коржова предпочитает термин «жизненные ориентации», которые «являются основой проявления потенциала субъектности» и «рассматриваются в рамках направленности, жизненных ценностей и смысла жизни» [245, с. 61].

В нашей авторской концепции индивидуальный смысл жизни трактуется как *субъектообразующая структура личности*, что совпадает с ведущей функцией данного психического феномена. Это означает, что *личность как субъект жизни конституируется смыслом жизни в трех взаимосвязанных аспектах: в генетическом плане субъект жизни вызревает по мере формирования и консолидации смысла жизни как личностного новообразования; в структурном плане смысл жизни составляет системообразующий, связующий компонент психологической структуры субъекта жизни, а точнее – системы психобиографической регуляции, которая потенцирует субъектность личности в отношении собственной жизни; в функциональном плане уровень и качество проявления личности как субъекта жизни существенно зависит от функционального потенциала индивидуального смысла жизни*. Кроме того, самые глубокие и интегральные дифференциально-психологические параметры, относимые к личности как субъекту жизни, сцеплены со смысложизненными различиями, т. е. особенностями содержания, структуры, временной локализации и других психологических свойств индивидуального смысла жизни [154; 155; 156]. В общем, многочисленные и подчас разноречивые концепции принципиально сходятся в том, что *смысл жизни – главный «функциональный орган» личности, существенно обуславливающий ее способность осуществлять индивидуальную жизнь в качестве субъекта*.

Дефицит или деформация смысла жизни фатальным образом препятствует полноценному развитию, функционированию и реализации личности как субъекта жизни. Исходно являясь кризисом развития смысла жизни (кризис смыслогенеза), *смысложизненный кризис* неминуемо оборачивается в *кризис развития личности в качестве субъекта жизни (кризис персоногенеза и субъектогенеза)*. С позиций смыслового и субъектного подходов смысложизненный кризис в развитии личности соответственно концептуализируется как *кризис неприобретенной, утраченной или неэффективной субъектности по отношению к индивидуальной жизни*. Его характерным и решающим признаком выступает *бессубъектность* или *значительная десубъектизация – неразвитость, недоразвитость или деформация личности в качестве субъекта жизни*. За таким кризисом всегда скрывается *неовладение и отчуждение личностью собственной жизни – неспособность подчинить ее ход индивидуальному смыслу (замыслу) и, как результат, ее жесткая (почти что фатальная) зависимость от внешней регуляции и детерминации*. В опоре на данное концептуальное представление далее предстоит раскрыть внутренний механизм кризисогенеза – процесса зарождения, вызревания и манифестации смысложизненного кризиса в развитии личности. Этот механизм самым непосредственным образом связан с противоречиями, которые личность создает и разрешает в качестве субъекта собственной жизни.

5.2. Субъектность как способность личности создавать и разрешать противоречия собственного развития

Необходимость обращения к проблеме противоречий в рамках настоящего исследования мотивирована тем, что *любой психологический кризис, будучи неотъемлемой частью процесса развития, порождается непреодоленными или в принципе непреодолимыми для личности противоречиями*. Смысложизненный кризис в полной мере подчиняется этой универсальной закономерности, что подталкивает к выявлению и описанию отдельного класса противоречий, инициирующих и детерминирующих возникновение данного кризиса в процессе субъектно-личностного развития человека. Следовательно, наши исследовательские задачи заключаются в том, чтобы сначала проанализировать общую взаимосвязь противоречий с субъектностью в контексте развития личности; затем выделить класс смысложизненных противоречий как специфичных для развития личности в качестве субъекта жизни; наконец, обосновать место и роль смысложизненных противоречий в возникновении смысложизненного кризиса.

Общепризнанно, что противоречия выступают *движущей силой* психического развития, в том числе и развития личности [23; 61; 224; 250; 269; 507 и др.]. Однако традиционный подход к пониманию детерминации психологических кризисов недоучитывает активную роль человека в порождении и разрешении противоречий собственного психического развития. Этот недостаток преодолевается в субъектном подходе, где человек рассматривается как агент не только собственной деятельности, но и собственного развития, который овладевает его детерминантами и управляет его движущими силами. В мировой психологии достаточно много концепций, номинирующих человека на позицию субъекта развития – по выражению Р. Лернера, «продюцента своего собственного развития» [645]. Между тем диалектика субъектности и противоречий выведена в статус специальной теоретико-методологической проблемы только в российской психологии и предметно обсуждается в психологической концепции субъекта К. А. Абульхановой [3; 5; 7; 12], в субъектно-бытийном подходе к личности З. И. Рябикиной [404; 405], а также в концепции личности как субъекта жизненных отношений Е. Б. Старовойтенко [442; 443].

В первую очередь следует отметить, что *противоречия имманентны субъекту*, т. е. являются постоянными и неизбежными спутниками его существования, развития и функционирования. Все дело в том, что *универсальным источником противоречий, которые движут многоуровневым и разнокачественным развитием человека, служит процесс его активного взаимодействия с миром*. Своей преобразующей активностью субъект продуцирует противоречия, которые превращаются в движущие силы развития и приводят к изменению самого субъекта. С точки зрения соотношения с противоречиями психического развития субъект фигурирует как *генератор противоречий и причина самодвижения, источник самодетер-*

минации развития. Однако субъект составляет лишь один полюс системы, порождающей противоречия, тогда как на другом полюсе ему противостоит объективная действительность. Она обладает собственными закономерностями устройства и движения, в силу которых всегда «сопротивляется» и «противодействует» преобразующей активности субъекта. В любых попытках преобразовать объективную действительность под свою субъективную необходимость (интенцию) субъект сталкивается с препятствующими силами, свойствами и законами, или, словами К. А. Абульхановой, с «сопротивлением действительности этим преобразованиям в силу ее специфической бытийности, закономерностей и детерминирующих тенденций» [5, с. 6].

Отсюда вытекает и общее понятие противоречия как явления, возникающего между полюсами субъект-объектных отношений; как результата столкновения и поляризации субъекта с объектом. В самом широком значении противоречие – это напряжение, возникающее во взаимодействии субъекта с объектом вследствие рассогласования, несовпадения между субъективной интенцией и объективной действительностью. Противоречия неотъемлемы от бытия субъекта, всегда заявляющего претензию и реализующего интенцию на преобразование объекта согласно собственной субъективной логике, но зачастую вопреки объективным законам объекта. Об этом лучше всего сказал В. Франкл: быть субъектом – значит «быть противопоставленным миру, объективность и реальность которого нисколько не умаляется субъективностью того «бытия», которое находится в мире» [468, с. 285].

Таким образом, в методологическом ракурсе субъектного подхода *противоречие – это явление субъект-объектного взаимодействия, сущность которого заключается в несовпадении между субъективной необходимостью и объективной способностью и (или) возможностью ее практической реализации.* В описанную структуру противоречия от себя субъект привносит субъективную необходимость и объективную способность ее реализации, а объект в силу своей природы определяет объективную возможность ее реализации. Следовательно, *противоречие порождается тем, что субъект сталкивается с неспособностью или невозможностью продуктивно реализовать свою субъективную необходимость.*

Проведенный анализ раскрывает взаимосвязь субъектности и противоречий в онтологической плоскости – в разрезе субъект-объектных отношений человека с миром. Освещение данной проблемы на психологическом уровне требует выяснения того, как противоречия отражаются в индивидуальном сознании и разрешаются в индивидуальной деятельности, соотносясь с личностью в качестве субъекта их осознания, переживания и преодоления. В упоминавшихся выше психологических подходах, авторами которых являются К. А. Абульханова, З. И. Рябикина и Е. Б. Старовойтенко, *генеральным критерием субъектности признается способность личности к разрешению противоречий, возникающих в процессе ее индивидуального развития.* Наиболее последовательно это положение эксплицируется и аргументируется в работах К. А. Абульхановой,

которая выдвигает «как основной критерий субъекта наличие противоречий и его способность их решать» [3, с. 36]. Эта общая способность личности складывается из множества частных, в том числе способности выявлять и распознавать противоречия, облекая их в форму мыслительных и практических задач; способности использовать свои внутренние и внешние ресурсы в качестве средств решения этих задач; наконец, способности находить оптимальные пути и способы решения задач, а тем самым трансформировать существующие противоречия в стимулы собственного развития [3; 7].

По мнению З. И. Рябикиной, субъектность или, наоборот, бессубъектность проявляется в позиции, которую личность занимает по отношению к объективно существующим противоречиям. Эта позиция оценивается по таким параметрам как осознание, осмысление, переживание и произвольное преодоление противоречий. Уровень субъектности тем выше, чем больше развита способность личности к «снятию» противоречий на основе саморегуляции. «По мере взросления субъекта увеличиваются объем и уровень сложности возникающих и разрешаемых противоречий, нарастают возможности его саморегуляции в ситуации противоречия. ... Развитие субъектности связано с накоплением опыта анализа и разрешения противоречий, а также опыта создания развивающих личность противоречий, разрешение которых обеспечивает экспансию личности при сохранении ее целостности» [405, с. 83–84].

К сказанному концептуально близка позиция Е. Б. Старовойтенко, согласно которой личность как субъект раскрывается через отношение к противоречиям своего развития. Не самим противоречием и присущими ему объективными характеристиками, а именно способом его субъектно-личностного восприятия, переживания и преодоления обусловлено психическое здоровье-нездоровье личности и прогресс-регресс ее развития. В этой связи вводится различие «незрелого» («деструктивного», «отчужденного») и «зрелого» («конструктивного», «субъектного») отношения личности к противоречиям. Как пишет сам автор, «признаками зрелого отношения к противоречиям являются: осознание личностью своих противоречий, рефлексивное выделение оппозиций, мыслительное оперирование оппозициями, установление различных соотношений между оппозициями, нахождение оптимального соотношения, разрешение противоречия в соответствии с ценностями, способность к жизненному действию, направленному на разрешение противоречий, способность создавать значимые жизненные ситуации, где в преодолении противоречий личность превосходит себя» [443, с. 234].

Таким образом, применительно к проблеме противоречий *субъектность может быть определена как способность личности к осознанному овладению противоречиями и их произвольному использованию в качестве детерминант (движущих сил) собственного развития*. «В руках овладевшего им субъекта противоречие становится средством саморазвития. Намечая перспективы разработки данной проблемы, следует подчеркнуть, что функция субъекта не сводится только к преодолению, купированию, нейтрализации стихийно назревших и спонтанно сложившихся противоречий. На наш взгляд, эта общая способность расчленяется на такие специальные

способности, как, во-первых, *способность конструктивно и своевременно разрешать стихийно возникающие противоречия, не позволяя им достигать критической фазы; во-вторых, способность намеренно и произвольно порождать (инициировать, аккумулировать, сгущать и т. д.) посылные противоречия с тем, чтобы детерминировать (стимулировать, ускорять, оптимизировать и т. п.) процесс собственного развития.*

5.3. Психологический кризис как проявление десубъектизации личности

Объяснительные преимущества субъектного подхода заключаются в том, что он позволяет подняться над множеством разнотипных противоречий человеческого развития за счет изучения *общей способности личности к их созданию и разрешению.* Еще важнее, что этот подход дает ключ к новой теоретической интерпретации самого процесса личностного развития человека и открывает выход к новому пониманию частных явлений развития, в том числе психологических кризисов. С позиций субъектного подхода *развитие личности осмысливается как функция от ее субъектности, а точнее – как следствие ее способности/неспособности совладать с разрушительными, деструктивными противоречиями и порождать развивающие, созидательные противоречия.* Такому пониманию весьма созвучна дефиниция Д. А. Леонтьева: «Развитие – не столько некая врожденная программа, сколько способ живого существа справляться с трудностями и решать проблемы в самом широком смысле слова» [275, с. 70].

Субъектный подход должен распространяться и на понимание психологического кризиса как значимого феномена развития. Основопологающей идеей субъектного подхода служит положение о том, что связь противоречий с кризисами психического развития на самом деле не носит линейного и однозначного характера. В каждый момент развития завязывается и разрешается множество противоречий, но только некоторые из них становятся кризисогенными, дающими толчок психологическим кризисам личности. С позиций субъектного подхода *кризисогенность зависит не от наличия/отсутствия противоречий как таковых, а от объективных особенностей этих противоречий и в еще большей степени – от способов и форм их разрешения, выбранных развивающейся личностью или ее социальным окружением, если эта личность еще недостаточно зрела в качестве индивидуального субъекта.* Отрицая роковую зависимость кризисов от противоречий, данное положение «отвоевывает» для личности некоторую свободу от кризисов, достигаемую благодаря ее способности выступать субъектом порождения и разрешения противоречий собственного развития.

Однако помимо относительной свободы от кризисов, личность как субъект создания и разрешения противоречий, наделяется относительной ответственностью за те кризисы, которые с ней произошли. Включенность субъекта в детерминацию противоречий психического развития означает, что его собственные просчеты и ошибки

в планировании и осуществлении своего поведения, деятельности и целостной жизнедеятельности становятся реальными причинами и факторами, способствующими возникновению кризисов. Сквозь призму субъектного подхода *непосредственной причиной возникновения кризисов являются не противоречия как таковые, а, во-первых, наличие своевременно и конструктивно непреодоленных или в принципе непреодолимых противоречий; во-вторых, отсутствие, исчерпание преодолемых, посильных противоречий.* Соответственно, протекание психического развития личности – кризисное либо бескризисное – детерминировано двояко: как со стороны объективных свойств, присущих собственно противоречиям, так и со стороны личности, которая в качестве субъекта предпринимает адекватные либо неадекватные, достаточные либо недостаточные, своевременные либо несвоевременные меры по разрешению одних и порождению других противоречий.

Этим определяется общая сущность психологического кризиса личности, инвариантно проявляющаяся во всех его частных разновидностях. Если учесть, что в контексте субъектного подхода само противоречие понимается как несоответствие внутренней необходимости личности со способностью и возможностью ее продуктивной реализации в конкретных формах субъект-объектного взаимодействия с миром, то *кризис – это особое состояние развития, возникающее как реакция личности на невозможность и неспособность продуктивно осуществить свою субъективно значимую интенцию* (удовлетворить потребность, воплотить ценность, реализовать мотив, достичь цели, решить задачу и т. д.). Какими бы внешне непохожими ни были встречающиеся в литературе определения, все они сходятся на том, что психологический кризис есть субъективная и поведенческая манифестация «расхождения желаемого и действительного» [26], психологический ответ личности на «ситуацию невозможности», блокирующую реализацию ее внутренней необходимости [78]. В качестве наглядного материала приведем избранные и, казалось бы, далекие друг от друга дефиниции кризиса. Так, по мнению Л. И. Божович, «кризис возникает в тех случаях, когда потребности в силу каких-либо внешних или внутренних причин не находят удовлетворения. Депривация важнейших для личности потребностей и вызывает аффективные конфликты, характеризующие кризис» [59, с. 279]. С точки зрения Г. С. Костюка, «одним из основных внутренних противоречий, по-своему проявляющихся на различных этапах развития личности, является расхождение между возникающими у нее новыми потребностями, стремлениями и достигнутым уровнем овладения средствами, необходимыми для их удовлетворения» [250, с. 123–124]. Украинские исследователи Е. А. Донченко и Т. М. Титаренко констатируют: «К кризису приводит невозможность реализации самого значимого в данный момент жизни замысла, плана» [112, с. 49]. Как отмечают Б. В. Зейгарник и Б. С. Братусь, кризисогенное противоречие на уровне индивидуального сознания обычно отражается «как противоречие между «я» реальным и «я» идеальным, между «я» сегодняшним и «я» будущим, как противоречие между бытием и долженствованием ... существует как отраже-

ние расхождения желаний, идеалов и реальных возможностей, наличных знаний и умений данного человека» [130, с. 127, 128]. В общем, *основу психологических кризисов составляет резкое (доросшее до критического уровня) рассогласование между внутренней необходимостью (субъективной интенцией) личности и объективными возможностями или способностями ее продуктивной реализации*. Если связывать причину таких кризисов с субъектом, то можно сказать, что они детерминированы *несвоевременным и неконструктивным разрешением преодолимых противоречий, а также столкновением с непреодолимыми противоречиями*.

Однако помимо способности разрешать противоречия, полноценный субъект обладает способностью их создавать, а следовательно, психологические кризисы могут быть вызваны недоразвитием и (или) недоиспользованием не только первой, но и второй из указанных способностей. С неспособностью личности порождать новые противоречия, которые бы стимулировали динамику и продуктивность ее индивидуального развития, связана другая непосредственная причина психологических кризисов.

Выделение данной причины базируется на слегка непривычном понимании *психологического кризиса в качестве своего рода тупика, застоя, стагнации, «мертвой зоны» личностного развития*. Кризис подобен остановке в движении, обусловленной исчерпанием противоречий как импульсов, стимулов для дальнейшего развития. Данную позицию в отношении механизмов кризисогенеза, несмотря на ее глубокую диалектичность, высказывают пока немногие исследователи. Среди них, к примеру, украинские ученые Е. А. Донченко и Т. М. Титаренко: «Потеря противоречивости в жизни грозит человеку утратой самого главного – толчка, стимула движения. Момент отсутствия противоречия (собственно кризисный момент) субъективно переживается как страдание» [112, с. 55]. В области психологии профессионального развития идея кризиса как истощения движущих сил развития плодотворно используется Ю. П. Поваренковым. По его мнению, для устойчивого профессионального развития необходимо противоречие между нормативными требованиями и возможностями субъекта труда, а при несоблюдении данного условия «наступает период стагнации, который переживается как некоторый кризис профессионального развития, поскольку внешние стимулы такого развития, нормативные требования, на которые ориентировался субъект труда, утрачивают свою силу» [375, с. 138]. Применительно к развитию личности как субъекта жизни сходную разновидность биографического кризиса выделяют А. А. Кроник и Р. А. Ахмеров, определяя ее как «кризис опустошенности» [37; 255].

Таким образом, раскрытие непосредственных причин возникновения психологических кризисов в то же время демаскирует *решающую роль субъекта с его способностью разрешения и создания противоречий в механизме кризисогенеза*. Во избежание и предотвращение кризисов как негативных явлений развития личность должна решать две задачи, нацеленные на устранение непосредственных причин кризиса: *во-первых, своевременно и конструктивно преодолевать существующие противоречия, не позволяя им*

достигать критической массы и разрушительной фазы; во-вторых, вовремя создавать развивающие противоречия, стимулирующие и оптимизирующие развитие.

В развитии личности кризис наступает как явление, сигнализирующее о непреодоленности, непреодолимости противоречий либо исчерпанности, истощенности противоречий. Следовательно, с позиций субъектного подхода психологический кризис обоснованно рассматривать как *состояние более или менее выраженной и устойчивой бессубъектности (десубъектизации) личности*. Самим фактом наступления кризис обнаруживает *частичное снижение или полную утрату личностной способности своевременно и конструктивно разрешать существующие противоречия, а также генерировать новые противоречия, поддерживающие прогрессивный динамичный характер психического развития*. «Кризис – это всегда выбор между регрессивным и прогрессивным дальнейшим развитием личности» [233, с. 10], и этот выбор определяется субъектной или бессубъектной позицией, которую личность изберет в отношении наличествующих и отсутствующих противоречий своего развития. Разумеется, субъектная способность личности создавать и разрешать противоречия не безгранична. Порой в своем развитии и бытии она сталкивается с противоречиями, которые носят абсолютно непреодолимый, форс-мажорный, роковой характер, а потому чреваты неминуемыми кризисами. Такие кризисы наглядно демонстрируют границы субъектности и также вписываются в общее понимание кризиса как *проявления бессубъектности или ограниченной субъектности личности*.

Когда речь идет о способности личности порождать и разрешать противоречия, а тем самым детерминировать процесс собственного развития и его кризисы, не имеются в виду какие-то особенные формы ее активности, специальным предметом которых служат противоречия (хотя таковые тоже имеют место, например, мыслительная и рефлексивная деятельность, с помощью которой личность раскрывает, анализирует противоречия [109; 115; 443; 500]). У личности нет иного способа создавать и преодолевать противоречия психического развития, кроме различных видов и форм ее познавательной и практической деятельности, направленной на взаимодействие с миром. В этой разнообразной деятельности противоречия и порождаются, и разрешаются, определяя реальный механизм психического развития личности. Роль деятельности в создании и разрешении движущих противоречий закрепляется фундаментальным принципом, объясняющим основной механизм развития личности – «принципом творческой самодеятельности» [401], или «принципом деятельностного опосредования» [27; 267; 283; 428]. Применительно к вопросу о детерминации психологических кризисов это означает, что *самой общей детерминантой психологических кризисов выступает неоптимальность регуляции субъектом своей деятельности, вследствие чего последняя, во-первых, порождает трудноразрешимые или вовсе неразрешимые противоречия; во-вторых, становится недостаточно эффективной для разрешения даже посильных, реально преодолимых противоречий*.

Субъектная детерминация кризисов психического развития, таким образом, осуществляется только опосредованно через деятельность личности, а точнее – через ее функционально неоптимальную или даже дисфункциональную регуляцию, создающую предпосылки для сбоев и нарушений в деятельности. В условиях неоптимальной регуляции или дисрегуляции деятельности продуктивная реализация смысловой необходимости личности оказывается существенно затрудненной или совершенно невозможной, что и составляет суть возникающих при этом противоречий и кризисов развития. Не будучи способной оптимально организовать свою деятельность на основе саморегуляции, личность сталкивается с невозможностью реализовать в этой деятельности свою смысловую необходимость, а кризис выступает психологической «платой» за это созданное и неразрешенное противоречие. В такой логике – логике субъектного подхода – выполнены пока лишь немногие исследования психологических кризисов личности. Их объединяющим признаком является то, что в качестве ключевых кризисогенных факторов изучаются функционально неоптимальные механизмы и структуры саморегуляции деятельности и целостной жизнедеятельности личности, например, неоптимальная жизненная стратегия [5; 12], неоптимальная жизненная программа [37] и неоптимальный смысл жизни [171].

5.4. Смысложизненные противоречия в развитии личности как субъекта жизни

От общего онтологического и психологического анализа взаимосвязи субъектности и противоречий можно перекинуть логический мост к проблеме *специфических противоречий, движущих жизнедеятельностью и развитием личности как субъекта жизни, в том числе провоцирующих смысложизненные кризисы*. Очевидно, что развитию личности в каждой сфере жизненных отношений должны быть поставлены в соответствие специфические по содержанию и форме противоречия, которые производны от особенностей субъекта и его субъективной необходимости, объекта и его объективных свойств, и законов, а также характера субъект-объектного взаимодействия. Это равносильно и для области отношений личности с собственной жизнью как объектом познания и практического преобразования, т. е. для модуса смысложизненных отношений, в которых доминирующей внутренней необходимостью субъекта выступает смысл жизни. На границе взаимодействия субъекта со своей жизнью как целостностью рождаются объективные противоречия, которые носят смысложизненный характер.

Узловым противоречием, присущим становлению и утверждению субъекта жизни, является расхождение, несовпадение индивидуальной жизни как объективной действительности со смыслом жизни как субъективным замыслом личности. Стремясь устроить и преобразовать жизнь согласно смыслу, личность постоянно сталкивается с этим противоречием в своей жизнедеятельности. Из зарубежных психологов сущность данного ведущего противоречия наиболее метко сформулировал В. Франкл, согласно которому быть

субъектом – значит «жить в поле напряжения, возникающего между полюсами реальности и идеалов, требующих материализации» [468, с. 285]. Среди отечественных исследователей самое емкое наименование данному противоречию дала К. А. Абульханова, определив его как «*проблема жизни*» [5, с. 8]. Этим подразумевается, что личность проблематизирует свою жизнь, превращая ее из данности в проблему: пытается не просто существовать, но и осуществляться, т. е. найти и воплотить индивидуальный смысл жизни.

Из этого общего противоречия проистекает ряд производных противоречий, которые также имеют смысложизненный характер. Чтобы организовать и выстроить собственную жизнь по «проекту» смысла жизни, личность должна, во-первых, *найти и обрести этот смысл на фоне объективной неопределенности и многозначности жизни*; во-вторых, *удержать и сблечь найденный смысл жизни вопреки изменчивости и разрушительному воздействию жизненных обстоятельств*; в-третьих, *довести обретенный и сохраненный смысл жизни до практической реализации, несмотря на сопротивление жизненных обстоятельств*. Каждое из этих производных противоречий, в свою очередь, соединяясь с условиями и обстоятельствами конкретных жизненных ситуаций, трансформируется в «гроздь» ситуативных противоречий, не меняя при этом своей исходной смысложизненной природы. Тем самым осознание и практическое воспроизводство личной жизни как проблемы сопутствует субъекту на всем протяжении его жизнедеятельности – до тех пор, пока он не отказывается от намерения реализовать в ней содержательно определенный смысл. В этой связи можно согласиться с Н. А. Карповой в том, что «чем в большей степени человек осознает характер жизни как задачи, тем более осмысленной будет представляться ему жизнь» [222, с. 236].

Проанализируем содержание трех производных противоречий, конкретизирующих основное смысложизненное противоречие развития личности как субъекта жизни.

Первое противоречие обусловлено тем, что во многих обществах современного типа внешняя (прежде всего, социальная) детерминация индивидуальной жизни (с определенного возраста значительно ослабевает (как правило, этот момент приходится на начало взрослости) и функция управления и распоряжения ею перекладывается на саму личность. Личность же априори не обладает способностью саморегуляции жизни, что ставит ее перед объективной необходимостью выработки психических средств и способов овладения жизнью. Овладеть жизнью – значит научиться осуществлять ее посредством саморегуляции, в первую очередь, на основе самостоятельно найденного и принятого смысла жизни. В данной ситуации развития заложено первичное, инициальное противоречие становления личности в качестве субъекта жизни. Противоречивость данной ситуации осложняется еще и тем обстоятельством, что индивидуальная жизнь изначально не обладает никаким предустановленным смыслом, а, следовательно, является потенциально многозначной [299; 516]. Итак, начальное смысложизненное противоречие заключается в *несовпадении субъективного стремления и объективных*

способностей, и возможностей личности определить, отыскать индивидуальный смысл жизни. Оно «снимается» обретением смысла жизни, выработкой жизненного замысла, вместе с которым происходит самоопределение личности в качестве субъекта жизни.

Второе противоречие детерминировано естественной изменчивостью, динамичностью, текучестью жизненных обстоятельств, с которыми содержательно связан индивидуальный смысл жизни. Эта содержательная связь проявляется в том, что в одних обстоятельствах смысл жизни непосредственно «опредмечен», другие обстоятельства – инструментально значимы для его успешной реализации. В силу наличия такой связи всегда существует закономерная зависимость смысла жизни от динамики жизненных обстоятельств, которая лежит в основе не только литического развития, но и критических потерь, утрат смысла жизни. Это значит, что любая перемена в жизненных обстоятельствах потенциально таит угрозы, вызовы и риски для наличного смысла жизни. Исчезновение одних обстоятельств угрожает ему уничтожением, разрушением, а изменения в других обстоятельствах – испытывают его на прочность, делая смысл жизни недостижимым и ускользающим. В такой ситуации личность сталкивается с объективной необходимостью удерживать и сберегать смысл жизни вопреки перманентному давлению, прессингу жизненных обстоятельств. Тем самым порождается *противоречие между субъективной необходимостью и объективными способностями и возможностями личности сохранить найденный смысл жизни.* Важность преодоления данного противоречия продиктована тем, что удержание смысла жизни на фоне изменчивых жизненных обстоятельств равноценно *самосохранению личности в качестве субъекта жизни.*

Третье противоречие определяется тем, что в процессе практической реализации найденного и сохраненного смысла личности неизбежно встречается с «сопротивлением» и «противодействием» со стороны собственной жизни. В то время как субъект старается выстроить индивидуальную жизнь по субъективному замыслу (смыслу), жизнь подчиняется собственным природным и общественным законам. Как объект, имеющий имманентную логику движения, она «противится» усилиям субъекта, направленным на ее организацию и устройство. Разумеется, взаимодействие с обстоятельствами жизни не всегда принимает форму противостояния, т. к. в своей преобразующей деятельности личность способна учитывать и подстраиваться под объективные причинно-следственные закономерности (вследствие этого ей порой удается «поймать попутный ветер», воспользоваться «удачным стечением обстоятельств» и т. д.). Но объективные законы жизни все-таки налагают пределы ее преобразования, из-за чего личность сталкивается с несовпадением жизненного замысла и жизненной реальности. Строго говоря, в данном случае имеет место *противоречие между субъективной необходимостью и объективными способностями и возможностями личности продуктивно реализовать индивидуальный смысл жизни.* Разрешение данного противоречия чрезвычайно значимо для развития личности потому, что

реализация смысла жизни составляет самую суть ее самореализации и самоутверждения в качестве субъекта жизни.

Таким образом, *смысложизненные противоречия – это специфические противоречия развития личности в качестве субъекта жизни, состоящие в несовпадении ее субъективной необходимости и объективной способности и (или) возможности найти, сохранить и практически реализовать индивидуальный смысл жизни.* Следует также обратить внимание, что на основе каждого выделенного противоречия, при условии его неразрешимости или неразрешенности, возникает специфическая разновидность кризиса. В этой связи *представленная градация противоречий выступает основным критерием этиологической классификации смысложизненных кризисов в развитии личности.*

Как подчеркивалось ранее, в распоряжении субъекта нет другого способа порождения и преодоления противоречий в развитии, кроме познавательной и практической деятельности, реально осуществляющей субъект-объектное отношение к миру. *В развитии личности как субъекта жизни основным способом создания и разрешения смысложизненных противоречий служит индивидуальная жизнедеятельность.* Это значит, что оптимальное развитие личности, предполагающее стабильность, динамичность, прогрессивность и восходящий характер, требует от нее оптимальной организации и реализации индивидуальной жизнедеятельности. Важнейшим фактором при этом становится *умение личности совмещать и уравнивать в своей жизнедеятельности две противоположные тенденции.*

Первая тенденция – редукция и нейтрализация, устранение и сглаживание существующих смысложизненных противоречий, что в плоскости реальной жизнедеятельности достигается за счет решений и действий, подчиненных *принципу смыслообразности.* В таких решениях и действиях личность руководствуется сложившимся у нее смыслом жизни и стремится поддерживать наличные жизненные обстоятельства в смыслообразном состоянии. Ради этого она, во-первых, противодействует тем изменениям, которые противоречат смыслу жизни; во-вторых, преобразует жизненные обстоятельства, которые исходно отклоняются от смысла жизни, в сторону их большей смыслообразности. Практическое преобразование жизненной действительности в соответствии с содержанием и структурой смысла жизни – основной, но не единственный путь разрешения смысложизненных противоречий в жизнедеятельности личности. Личности не всегда удается ломать собственную логику обстоятельств и действовать наперекор закономерному течению жизни, а значит, для сохранения смыслообразности ей приходится также изменять наличный смысл жизни, приспособлявая его к неподатливым жизненным обстоятельствам. Этот путь предполагает уже не только интенсивную практическую жизнедеятельность, но и напряженную внутреннюю работу, направленную на рефлексивную переоценку наличного смысла, переосмысление жизни. Однако каким бы путем ни шла личность, вся ее активность в рамках первой тенденции направлена на сообразование смысла жизни и жизненной дей-

ствительности. Добиваясь высокой степени приближения и соответствия между смыслом жизни и реалиями жизни, личность минимизирует и разрешает смысложизненные противоречия. Поступательное продвижение в рамках первой тенденции обеспечивает для личности: в субъективном плане – чувство осмысленности и удовлетворенности жизнью, а в объективном плане – высокие темпы, прогрессию и устойчивость (по крайней мере, бескризисность) развития.

Однако по ходу все более полного претворения смысла в обстоятельствах жизни остается все меньше противоречий, а вместе с их исчезновением объективно растрачиваются движущие силы и потенциал дальнейшего развития личности. В этом кроется главный парадокс субъектогенеза и жизнедеятельности личности: *чем ближе она подходит к финальному акту в реализации смысла жизни, тем интенсивнее идет ее развитие в настоящем, но тем быстрее иссякает запас стимулов развития на будущее.* В этой связи оптимальная организация индивидуальной жизнедеятельности предполагает присутствие в ней другой тенденции, балансирующей и дополняющей стремление личности достичь максимально возможного соответствия между смыслом жизни и жизненной реальностью.

Вторая тенденция – диаметрально противоположная первой – заключается в генерации и максимизации, создании и обострении смысложизненных противоречий. На уровне жизнедеятельности она реализуется посредством решений и действий, построенных *по принципу мыслонесообразности.* С их помощью личность так изменяет обстоятельства, чтобы увеличить разрыв, усилить рассогласование между смыслом и реалиями собственной жизни. Однако смысложизненные противоречия провоцируются и посредством практической деятельности, которая регулярно совершает «ломку» достигнутого, устоявшегося в жизненных обстоятельствах, и при помощи внутренней рефлексивной активности, которая периодически производит более или менее существенное переосмысление жизни и ревизию ее смысла. В результате личность удерживает себя в ситуации, в которой смысл постоянно перерастает, опережает фактическое положение дел в ее жизни. Принятие решений и совершение поступков, идущих вразрез со смыслом жизни, – психологически нелегкий, а порой – даже болезненный путь. Личность за это расплачивается субъективными переживаниями неудовлетворенности и бессмысленности жизни, которые в умеренных дозах мобилизуют ее жизнедеятельность и активизируют ее развитие. Эта тенденция в жизнедеятельности и в развитии личности как субъекта жизни очень точно «схвачена» В. Франклом: «Сохранение «инакости», объективности объекта означает сохранение напряжения, устанавливаемого между объектом и субъектом. Это то же напряжение, что напряжение между «я есмь» и «я должен», между реальностью и идеалом, между бытием и смыслом. *И чтобы сохранять это напряжение, нужно оградить смысл от совпадения с бытием»* [468, с. 285].

Важно учитывать, что, действуя несообразно собственному смыслу жизни, личность выходит за его пределы и создает противоречия, ведущие к содержательной и структурной трансформации этого смысла. Каждое отступление от принятого и реализуемого

смысла жизни в то же время выступает как шаг к изменению данного смысла. Ведь любое возникающее противоречие устраняется не только преобразованием обстоятельств в угоду смыслу, но и приспособлением смысла в уступку обстоятельствам. В целом, благодаря данной тенденции в жизнедеятельности личность способна оптимизировать развитие не только смысла жизни, но всех остальных психических свойств, присущих ей как субъекту жизни. Создавая новые и актуализируя прежние противоречия, она оберегает и обеспечивает необходимый «зазор» между идеальным замыслом и реальной жизнью, а тем самым возобновляет источники и подпитывает движущие силы собственного развития. Именно в таком ключе должны быть поняты действия, направленные на намеренное осложнение, затруднение, проблематизацию личностью собственной жизнедеятельности и с внешней стороны кажущиеся неадаптивными, но по своему исходному значению нацеленные на обеспечение условий для непрерывного субъектогенеза.

Эти две тенденции, характерные для жизнедеятельности и развития личности как субъекта жизни, находят прямое или косвенное отражение в ряде психологических концепций. На общепсихологическом уровне анализа, применительно к любой без исключения сфере развития и деятельности субъекта, они выделены, например, в концепции В. А. Петровского – в виде противопоставления активности, подчиненной «постулату сообразности», и «надситуативной», «неадаптивной» активности [371; 372]; в концепции Д. А. Леонтьева – в виде разведения «логики смысловой необходимости» и «логики свободного выбора» [283]. В преломлении на развитие личности как субъекта жизни во многом аналогичные тенденции обсуждаются, например, в концепции С. Мадди – в форме различения жизненных решений, ориентированных на неизменность прошлого или неизвестность будущего [304]; в концепции К. Обуховского – в форме противопоставления гомеостатической адаптации и творческой адаптации («транссессии») [345]. Среди редких исследований, нащупывающих эти тенденции на эмпирическом уровне анализа, следует упомянуть работу Н. Р. Салиховой, в которой они определяются и операционализируются как наиболее общие экзистенциальные установки – «барьерность» и «реализуемость», регулирующие процесс осуществления личностных ценностей [409].

Таким образом, личность как субъект жизни существует в единстве противоположных тенденций, связанных с устранением одних и порождением других противоречий между смыслом и наличными обстоятельствами ее жизни. Кризисы субъектного развития, в том числе и смысложизненный кризис, детерминированы существенной диспропорцией, дисбалансом этих тенденций в формировании и функционировании личности. В рамках первой тенденции личность добивается относительной сообразности смысла и бытия, а потому ее недостаточная выраженность способна повлечь за собой кризисы бессмысленности, утраты и нереализованности смысла жизни. В рамках второй тенденции личность достигает относительной несообразности смысла и бытия, в силу чего ее недостаточная выраженность также угрожает кризисами бессмысленности и потери смысла

жизни, но по иной причине – по причине его полнейшей реализованности и исчерпанности. В общем, ослабление или выпадение одной из тенденций в жизнедеятельности личности предпосылает возникновение смысложизненного кризиса.

5.5. Развитие личности как субъекта жизни в процессе решения смысложизненных задач

Базовым механизмом, лежащим в основе индивидуальной способности создания и разрешения противоречий, выступает *умение личности превращать эти противоречия в задачи собственного развития*. Как верно указывает К. А. Абульханова, личность «структурирует жизненные противоречия в формах жизненных задач и проблем» [7, с. 14], и поэтому «субъекта характеризуют не сами по себе противоречия, а именно способ их экспликации в виде проблем, жизненных задач и способ их решения» [3, с. 36]. В этом ракурсе субъектогенез видится как процесс, в котором закономерно чередуются фазы назревания противоречий, их трансформации в задачи развития, решения задач развития и, как результат, возникновения личностных новообразований, по-новому конституирующих субъекта, а значит, снимающих прежние и актуализирующих новые противоречия. Все эти фазы складываются в циклы субъектно-личностного развития, принимающего форму восходящей спирали.

Нельзя не заметить, что в отличие от многих понятий, адресованных отдельным элементам и звеньям механизма развития личности, термин «задача развития» является *агентивным* – имплицитно предполагающим субъекта, решающего данную задачу и тем самым активно участвующего в процессе собственного развития. Впервые этот термин был введен в 1953 г. основоположником чикагской школы психологии развития Р. Хэвигхерстом. По его определению, задача развития (*developmental task*) – это «задача, которая встает перед индивидом в определенный период его жизни, успешное решение которой ведет к переживанию счастья и подготавливает успех решения дальнейших задач, в то время как неуспешное решение – обуславливает ощущение несчастья, а также влечет социальное неодобрение индивида и трудности в решении последующих задач» [601, р. 2]. В устоявшемся понимании задача развития представляет собой объективное требование (*developmental demand*), обусловленное уровнем биологической, социальной и психической зрелости индивида и непосредственно вытекающее из его положения в системе социальных (межпоколенных, семейных, профессиональных и пр.) отношений [568]. В отечественной психологии с термином «задачи развития» корреспондирует понятие «социальная ситуация развития» [56; 86; 145; 377; 464; 507 и др.]. По этому поводу Л. Ф. Обухова отмечает: «В каждом возрасте социальная ситуация развития содержит противоречие (генетическую задачу), которое должно быть решено в особом, специфическом для данного возраста ведущем типе деятельности» [343, с. 9].

Таким образом, в отечественной и зарубежной психологии *задачи развития* считаются необходимым элементом сложного механизма, обеспечивающего динамику и прогресс психического, в частности, личностного развития человека на разных этапах онтогенеза. «На всех ступенях своего становления личность формируется и развивается, решая жизненно важные, социально детерминированные, все более усложняющиеся задачи – познавательные, морально-нравственные, ценностно-смысловые, коммуникативные, мировоззренческие. Каждая стадия ставит индивида перед новым типом задач», – подчеркивала Л. И. Анцыферова [22, с. 11]. Между тем специфические задачи развития могут быть выделены не только в разрезе отдельных возрастных стадий (по хронологическому критерию), но и применительно к разным сферам и линиям развития, соответствующим качественно различным и относительно обособленным модусам жизненных отношений личности (по топологическому критерию).

Развитию личности в качестве субъекта жизни присущи свои особые задачи, которые возникают на основе смысложизненных противоречий и в этой связи могут быть определены как смысложизненные задачи. Каждое противоречие развития личности как субъекта жизни дает начало особой смысложизненной задаче, в процессе решения которой происходит снятие и преодоление данного противоречия. В этой связи разграничиваются три качественно различные задачи развития: 1) *смыслопоисковая задача* (поиск и обретение индивидуального смысла жизни); 2) *смыслосберегающая задача* (сохранение обретенного смысла вопреки изменчивости обстоятельств индивидуальной жизни); 3) *смыслореализующая задача* (практическая реализация найденного и сохраненного смысла путем преобразования наличных жизненных обстоятельств). С учетом содержания противоречий, лежащих в основе перечисленных задач, первая из них может быть истолкована как *задача самоопределения*, вторая – как *задача самосохранения*, а третья – как *задача самореализации и самоутверждения личности в качестве субъекта жизни*. В ходе решения смысложизненных задач – иными словами, в процессе определения, отстаивания и осуществления индивидуального смысла жизни – личность не только проявляется, но и формируется как субъект жизни, а посему они представляют собой специальный класс *задач развития*.

Смысложизненные задачи ставятся и решаются личностью на разных уровнях, прежде всего, на глобальном и ситуационном. В первом случае следует говорить о «*больших*», или *макрозадачах*, во втором – о «*малых*», или *микрзадачах* личности как субъекта жизни. Отыскать, сберечь и воплотить смысл жизни – это все *макрозадачи*, процесс решения которых охватывает жизнь целиком и пронизывает личностное развитие в масштабе жизненного пути. Каждая из этих «*больших*» задач в свою очередь экстраполируется на условия отдельных жизненных ситуаций и распадается на *микрзадачи*. Успешное решение «*малых*» задач в ситуационном масштабе создает предпосылки для успешного решения макрзадач в глобальной жизненной перспективе. Конкретные виды микрзадач, с которыми

личность сталкивается в ходе поиска, сохранения и осуществления смысла жизни, достаточно подробно описаны и проанализированы в рамках деятельностно-смыслового подхода. Примечательно, что и здесь термин «задача» используется в целях объяснения онтогенетического и ситуативного развития («большой» и «малой» динамики) личности. В качестве форм «малой» динамики вычленяется «задача на личностный смысл» [30; 61; 80; 267], или «задача смыслоосознания» [283]; «задача на конфликтный личностный смысл», или на подчинение противоборствующих мотивов [446]; «задача смыслопорождения» [78]; «задача смыслотрансформации» [303]; «задача изменения смысла», или произвольного управления процессом смыслообразования [138]. В русле деятельностно-смыслового подхода все эти задачи раскрыты как функциональные, т. е. включенные в текущее функционирование личности в конкретной ситуации, но в процессе и в результате их решения личность обеспечивает себе возможность открыть, удержать и реализовать смысл целой жизни. Например, «большая» смысложизненная задача – найти и определить смысл жизни в целом, реально решается личностью посредством постановки и решения серии «малых» задач – искания и распознавания смысла отдельных ситуаций, событий и обстоятельств собственной жизни.

С определенного возраста смысложизненные задачи начинают играть *ведущую роль*, как бы подчиняя себе другие задачи личностного развития. Актуализируются данные задачи сравнительно поздно, как правило, на стыке подросткового и юношеского возраста, либо еще позже – в переходе из юности во взрослость. Данный отрезок онтогенеза является *сензитивным периодом развития личности в качестве субъекта жизни*, в течение которого называют и заявляют о себе первые смысложизненные противоречия. Если же личностное развитие в целом рассматривать как последовательность решения субъектом генетических задач, то в самых общих чертах этот путь может быть очерчен формулой Н. В. Гришиной: «От задач адаптации и социализации в период детства к поиску себя и возможностей самореализации в период взросления и к поиску смысловых ответов в период зрелости» [101, с. 162].

Впервые возникнув в переходе из подросткового в юношеский возраст, смысложизненные задачи далее неотступно преследуют развивающуюся личность на протяжении зрелости и старости. Если сравнить социальные ситуации развития, типичные для данных возрастных периодов, то легко заметить, что их объединяющим признаком является «*смысложизненный императив*» – исходящее от самой жизни объективное и настоятельное требование отыскать, сберечь и осуществить содержательно определенный смысл. В силу данного обстоятельства с позднего подросткового и юношеского возраста и вплоть до самых поздних стадий онтогенеза смысложизненные задачи остаются сквозными задачами личностного развития. Как правильно отмечает В. В. Знаков, «вопросы о смысле жизни возникают у каждого человека еще в подростковом возрасте, а отвечает он на них в течение всей жизни, вплоть до глубокой старости» [136, с. 465].

В научной и художественной литературе бытует мнение, что среднестатистического обывателя в ходе его повседневного существования вопросы смысла жизни не касаются и не волнуют. Тем самым фактически утверждается, что смысложизненные задачи являются, якобы, *экстраординарными задачами*, и их решением озабочены избранные категории людей: во-первых, *экстраординарные люди в обычных условиях*; во-вторых, *обычные люди в экстраординарных условиях*. Данный взгляд представляется беспочвенным, поскольку в действительности *смысложизненные задачи являются не экстраординарными и уникальными, а, наоборот, нормативными и универсальными задачами развития личности в обществах и культурах современного типа*. Утверждение нормативного характера смысложизненных задач в то же время не отрицает того, что: 1) неординарные способности личности и экстремальные условия ее жизнедеятельности могут катализировать их постановку и решение; 2) им свойственна историческая и социокультурная изменчивость, т. е. они входят в нормативную структуру развития личности не во всякой культурной среде и не в каждую историческую эпоху. Необходимость решения смысложизненных задач не вменяется развивающемуся индивиду, например, в бессубъектных культурах, выстроенных на исламе, буддизме, индуизме, конфуцианстве, где, по словам Г. А. Тульчинского, «человек включен в ткань жизни наряду с другими проявлениями живого, человеческая жизнь не наделяется какими-то дополнительными атрибутами и ценностью» [460]. И даже в субъектных культурах возможны периоды истории, когда под влиянием тех или иных обстоятельств поиск, сохранение и реализация индивидуального смысла жизни переходят в ранг ненормативных или сверхнормативных задач, не предусматриваемых социальной ситуацией развития личности. Д. А. Леонтьев прав, отмечая, что в советский период российской истории государство отучало и отлучало человека «от ответственности за нахождение и реализацию смысла» [272, с. 6].

Нормативный характер смысложизненных задач означает и то, что они не выдумываются личностью по субъективному произволу, а преподносятся ей в виде объективного требования, исходящего от самой жизни. По сути, смысложизненные задачи – это предъявленные к личности требования взрослой жизни, а их решение – своеобразный *норматив личностной зрелости*, который должен, но не всегда может «выполнить» каждый человек. Четче всего императивный характер смысложизненных задач личностного развития обозначен в учении В. Франкла: «Не человек ставит вопрос о смысле своей жизни – жизнь ставит этот вопрос перед ним, и человеку приходится ежедневно и ежечасно отвечать на него – не словами, а действиями» [272, с. 11].

Несмотря на разнохарактерность смысложизненных задач, *процесс их решения в высшей мере успешивен*. Это значит, что успех решения каждой следующей задачи подготавливается успешным решением всех предыдущих задач. Вслед за решением смыслопоисковой задачи закономерно возникает смылосберегающая задача, которая, в свою очередь, предваряет задачу реализации смысла в

повседневной жизни. Качественное решение задачи поиска и обретения смысла жизни предпосылает успех смыслоберегающей задачи, т. к. возможность сохранения найденного смысла в значительной степени обусловлена его адекватностью жизненным обстоятельствам и индивидуальным особенностям личности. Сумев же найти и сохранить смысл, личность создает необходимые основания для его продуктивного воплощения в жизни.

При анализе любых задач развития, нельзя обойти вниманием вопрос *о средствах их решения личностью*. Обычно в социальной ситуации возраста заданы не только задачи развития, но и заложены средства, с помощью которых они могут быть эффективно решены. В этой инструментальной функции выступают общественно выработанные виды деятельности, в процессе усвоения и выполнения которых формируются психические новообразования, являющиеся своего рода «искомым» в задачах развития. *Деятельность, обеспечивающая возможность решения возрастнo-специфических задач, становится ведущим видом деятельности на соответствующей стадии развития личности*. Для каждого класса генетических задач личность, как правило, «оснащена» определенным видом или набором деятельностей, которые способствуют их своевременному продуктивному решению. Однако смысложизненные задачи и линия развития личности в качестве субъекта собственной жизни выпадает из этого общего правила. Парадокс заключается в том, что *не существует особой «смысложизненной деятельности», которая была бы узко специализирована на решении этих сложнейших познавательно-практических задач*. В распоряжении личности имеется лишь тот репертуар деятельностей, которым довелось овладеть по ходу индивидуального развития. Поэтому личностная активность, направленная на решение смысложизненных задач, пронизывает все частные виды деятельности, практикуемые в повседневной жизни, и образует особый уровень их психической организации и регуляции. В силу наличия данного уровня каждая отдельная деятельность подчиняется не только внутренним мотивам, целям и задачам, но и направляется на решение смысложизненных задач. Если на уровне собственных задач, целей и мотивов частные виды деятельности замкнуты в себе и обособлены друг от друга, то на смысложизненном уровне они интегрированы в единое целое – *индивидуальную жизнедеятельность личности*. Следовательно, *ведущая деятельность развития личности как субъекта жизни жестко не программируется обществом через типичную социальную ситуацию развития, а выбирается самой личностью в ходе проектирования индивидуальной ситуации развития и конструирования индивидуальной жизнедеятельности*.

Индивидуальная жизнедеятельность личности не может рассматриваться ни как унитарный (внутренне неделимый, неразложимый) процесс, ни как самостоятельный вид деятельности, рядоположенный другим деятельностям. В ее структуре соединено, как правило, некоторое множество частных видов деятельности, а потому она должна рассматриваться как *полидеятельностное образование*. По своему пространственному размаху и временному диапозону

ну индивидуальная жизнедеятельность является *макродеятельностью*, а по соотношению с отдельными видами деятельности – *метадеятельностью*. В структуре жизнедеятельности частные деятельности выступают в качестве своеобразных «жизнедействий» и «операций», т. е. *операциональных способов и инструментальных средств для нахождения, удержания и утверждения личностью смысла собственной жизни*. В этой связи жизнедеятельность следует рассматривать как форму активности, соразмерную субъекту жизни и пропорциональную масштабу стоящих перед ним смысложизненных задач. В реальности она представляет собой неповторимую композицию деятельностей, которые задействованы личностью в решении смысложизненных задач. Надстраиваясь и вбирая в свой состав множество самостоятельных видов деятельности, жизнедеятельность выступает как *метасистемный уровень* их организации. Если в роли субъекта жизни личность существует как *интегрированная полисубъектность*, то релевантной формой ее активности является жизнедеятельность как *интегрированная полидеятельность* [158; 207].

Необходимо также затронуть вопрос о *психологических критериях успешности (эффективности, продуктивности, оптимальности и т. д.) решения личностью смысложизненных задач*. Поскольку эти задачи решаются посредством индивидуальной жизнедеятельности, в которой личность не только функционирует, но и развивается, речь идет о *единых критериях, которые обеспечивают оценку субъекта жизни и с функциональной стороны, и с генетической стороны*. Реальная личность в собственной жизнедеятельности и в своем развитии руководствуется эмпирически очевидными и субъективно достоверными критериями, которые даны ей в *форме непосредственного субъективного переживания*. Эти внутренние критерии являются, по сути, психологическими *формами обратной связи в контурах саморегуляции жизнедеятельности и самодетерминации развития*, непосредственно информирующими саму личность о том, насколько, во-первых, продуктивна ее жизнедеятельность и, во-вторых, прогрессивно ее развитие в качестве субъекта жизни.

В наших предыдущих работах и в исследованиях некоторых других авторов данные критерии рассматривались преимущественно в функциональной плоскости – с точки зрения того, как они сигнализируют об успешности жизнедеятельности и функциональной оптимальности-неоптимальности ее психической регуляции [12; 171; 196; 198; 408]. Конкретно в качестве таких критериев были выделены и обоснованы переживания *осмысленности жизни* [2; 4; 171; 198; 408], *удовлетворенности жизнью* [12; 37; 41; 171; 198; 408] и *смысложизненного кризиса* [202]. Сейчас же требуется аргументировать применимость указанных критериев в генетической плоскости – для оценки успешности развития личности как субъекта жизни.

Данный вопрос апеллирует к традициям отечественной возрастной психологии и психологии развития, в особенности, к представлению о *переживании как субъективной стороне социальной ситу-*

ации развития личности [86; 56; 58; 145]. Наиболее четкое его решение предлагает в концепции Л. И. Божович, которая выводит переживание из взаимодействия личности и среды и наделяет его сигнальной функцией, в силу которой переживание свидетельствует о том, насколько противоречивым или гармоничным, благополучным или неблагополучным на текущий момент является развитие личности. Переживание, по словам Л. И. Божович, «осведомляет его (развивающегося человека. – К. К.) о том, в каком отношении со средой он находится, и в соответствии с этим ориентирует его поведение, побуждая субъекта действовать в направлении, уменьшающим или полностью ликвидирующим возникший разлад» [57, с. 141]. Позитивные переживания, выражающиеся в эмоциональном комфорте и благополучии личности, сообщают о том, что достигнутый ею уровень развития отвечает объективным требованиям и задачам, которые перед ней поставлены социальной ситуацией. Негативные переживания, связанные с эмоциональным дискомфортом и неблагополучием, напротив, сигнализируют о том, что личность на актуальном уровне своего развития не дотягивает до предъявляемых к ней требований и не решает стоящие перед ней задачи. «На каждом этапе возрастного развития ребенок находится в определенных, независимо от него существующих условиях и подвергается соответствующей системе воздействий. Это вызывает у него стремление отвечать предъявляемым требованиям, справиться с поставленными задачами, так как только в этом случае он чувствует себя на уровне занимаемого положения и испытывает эмоциональное благополучие» [58, с. 189]. Время от времени возникающие в развитии личности кризисы, если их трактовать не хрологично (как возрастные периоды, стадии онтогенеза), а психологично (как субъективные переживания, внутренние состояния личности), также представляют собой особую разновидность переживания, фиксирующего существенное противоречие между потребностями и достигнутыми возможностями личности в решении возрастных требований и задач. «Кризис возникает в тех случаях, когда новые потребности в силу каких-либо внешних или внутренних причин не находят удовлетворения. Деprivация важнейших для личности потребностей и вызывает аффективные конфликты, характеризующие кризис», – писала Л. И. Божович [59, с. 279]. Следует отметить, что аналогичные идеи проводятся в уже упоминавшейся концепции Р. Хэвигерста, где в качестве субъективного индикатора успешного решения личностью задач той или иной возрастной стадии берется «переживание счастья или несчастья» [601, р. 3].

На наш взгляд, субъективными индикаторами, отражающими актуальное состояние развития и текущий статус личности как субъекта жизни, выступают: 1) общий уровень осмысленности жизни; 2) степень удовлетворенности жизнью в целом; 3) отсутствие/наличие и интенсивность переживания смысложизненного кризиса [171; 196; 198; 217]. Принципиальная общность данных феноменов обусловлена тем, что все они производны от взаимодействия лично-

сти с собственной жизнью как особого рода целостностью в модусе смысложизненных отношений. Будучи по своей природе психическими явлениями (субъективными переживаниями), они отражают наличное состояние этого взаимодействия и актуальный статус личности как субъекта жизни, определяемый качеством решения задач поиска, сохранения и реализации смысла жизни. Тем не менее, каждый из этих феноменов высвечивает разные грани развития и функционирования субъекта жизни, что обусловлено его преимущественной связанностью с какой-то конкретной смысложизненной задачей. Так, ощущение осмысленности жизни сигнализирует, прежде всего, о качестве решения задач нахождения и сохранения смысла, т. е. о присутствии и сохранности смысла, тогда как чувство удовлетворенности жизнью – о прогрессе его практической реализации, т. е. о реализованности или принципиальной реализуемости смысла. Переживание смысложизненного кризиса комплексно отражает нерешенность смысложизненных задач или непродуктивность найденных решений. Отдельные разновидности кризиса – кризис бессмысленности, смыслоутраты и нереализованности смысла жизни – манифестируют о невозможности или неспособности личности решить строго определенную задачу [171].

Таким образом, *осмысленность и удовлетворенность жизнью являются показателями нормального развития и полноценного функционирования личности как субъекта жизни, в то время как кризисы смысложизненной этиологии выступают индикаторами ее дисфункций и проблемного развития, отягченного неразрешенными или неразрешимыми противоречиями.* Эти субъективные переживания ориентируют саму развивающуюся личность в том, как обстоят дела в ее жизнедеятельности и в ее развитии. В контурах саморегуляции жизнедеятельности и самодетерминации развития они выполняют *функцию обратной связи*, оценивающей интегральную меру успеха-неуспеха. Чувства осмысленности и удовлетворенности жизнью служат внутренними сигналами *положительной обратной связи*, свидетельствующими о продуктивности жизнедеятельности и прогрессе развития личности. Субъективное переживание смысложизненного кризиса, наоборот, является *отрицательной обратной связью*, извещающей о наличии непреодоленных противоречий и нерешенных задач развития, которые препятствуют продуктивной жизнедеятельности и тормозят развитие личности. Для каждой смысложизненной задачи существует специфический субъективный индикатор ее решенности или нерешенности: осмысленность сигнализирует о присутствии и сохранности смысла в жизни, удовлетворенность – о его продуктивном осуществлении, а смысложизненный кризис – о его отсутствии, утрате или нереализованности.

Принимая во внимание качественную специфику развития субъекта жизни в кризисный и бескризисный (докризисный и послекризисный) период, *смысложизненные задачи развития целесообразно дифференцировать на первичные (основные) и вторичные (вспомогательные) задачи. Первичные задачи ориентированы на*

разрешение личностью основных смысложизненных противоречий до тех пор, пока эти противоречия находятся в развивающей, конструктивной фазе и не порождают смысложизненного кризиса. Как отмечалось выше, к этому подклассу принадлежат *смыслопоисковая, смысловосберегательная, смыслореализующая* задача. Их решение составляет магистральную линию развития личности как субъекта жизни в бескризисный период. *Вторичные задачи* направлены на устранение негативных последствий и осложнений в развитии личности, которые возникают вследствие перехода смысложизненных противоречий в разрушительную, деструктивную фазу и провокации ими смысложизненного кризиса. Совпадение с кризисом, индуцированным неразрешенными смысложизненными противоречиями, образует отдельную задачу развития личности как субъекта жизни. Однако это уже вторичная задача, которая производна от неуспеха в решении первичных задач и направлена на нейтрализацию кризиса, ликвидацию его негативных последствий и компенсацию возникших осложнений развития. В зависимости от разновидности переживаемого кризиса вторичные смысложизненные задачи личности сводятся к: 1) восстановлению, реконструкции, восполнению потерянного смысла (*смысловосстановительная задача*) – в ситуации кризиса смыслоутраты; 2) содержательной переоценке и структурной перестройке не реализованного или в принципе нереализуемого смысла (*смыслотрансформативная задача*) – в ситуации кризиса нереализованности смысла жизни. В случае кризиса бессмысленности характер вторичной задачи развития приобретает также *смыслопоисковую задачу*, которая в докризисный период не была решена надлежащим образом. Именно эти задачи определяют динамику и характер развития личности как субъекта жизни в кризисный период.

Кризисное развитие личности обеспечивается особыми процессами и формами ее жизнедеятельности, к которым относятся *переживание* (в режиме специфической внутренней деятельности) [78; 408], *рефлексия* [115; 500] и *поступок* [171]. Все эти процессы являются *ведущими способами решения личностью вторичных смысложизненных задач*. Они постоянно присутствуют в жизнедеятельности и опосредуют развитие личности и в нормальные (бескризисные) периоды, но *преодоление кризиса требует их перевода из фонового в ведущий режим осуществления жизнедеятельности*. В этом режиме *переживание* сигнализирует о наличии неразрешенных смысложизненных противоречий и делает их заметными для рефлексии; *рефлексия* объективирует эти противоречия и подготавливает ориентировочную основу для совершения поступка; *поступок* же, как подлинный акт жизнедеятельности, обеспечивает отвержение прежнего и (или) соиздание нового смысла жизни путем деятельностно-практического изменения реальных смысложизненных отношений личности. Так, в условиях бескризисного развития личности переживание является фоновым процессом жизнедеятельности, который выполняет «функцию обратной связи, как отрица-

тельной, так и положительной, в регуляционном контуре на уровне целостной жизни», но в период кризиса, «когда в результате накопления неосознаваемых оценок или вследствие острой жизненной травмы преодолевается пороговая величина неудовлетворенности жизнью и возникает ситуация, требующая особой работы по изменению системы смысловых структуры сознания, инициируется другой режим работы переживания, означающий переход данных процессов в еще более осознанную явную форму. В этом случае переживание становится отдельной деятельностью» [408, с. 418, 419].

Таким образом, в качестве субъекта жизни личность призвана решить особые смысложизненные задачи – отыскать, отстоять и осуществить индивидуальный смысл жизни. Эти задачи являются функционально-генетическими, поскольку функционирование личности, подчиненное их решению, приводит к ее развитию. Решая смысложизненные задачи в ходе своей жизнедеятельности, личность не только проявляется, но и формируется в качестве субъекта жизни. Параметры индивидуального развития – его динамичность, направленность, стабильность, продуктивность и т. д. – находятся в тесной зависимости от успешности решения личностью смысложизненных задач и преодоления скрывающихся за ними противоречий. Понятие «смысложизненный кризис» охватывает совокупность кризисных явлений, обусловленных невозможностью и (или) неспособностью найти, сохранить и осуществить индивидуальный смысл жизни. Этот кризис характеризуется широким полиморфизмом и многофакторной детерминацией, ввиду чего в реальной жизни прослеживается разнообразие его феноменологических и этиологических вариантов. Следует учитывать, что через разрешение противоречий и задач, связанных с поиском смысла жизни, происходит самоопределение личности как субъекта жизни; через преодоление противоречий и задач, связанных со сбережением смысла жизни, достигается самосохранение личности как субъекта жизни; наконец, путем совладания с противоречиями и задачами, связанными с практическим осуществлением смысла жизни, совершается самореализация личности как субъекта жизни. Под таким углом основные разновидности смысложизненного кризиса могут быть концептуализированы следующим образом: *кризис бессмысленности – кризис самоопределения, кризис смыслоутраты – кризис самосохранения, а кризис нереализованности смысла жизни – кризис самореализации личности как субъекта жизни.*

ГЛАВА 6

СМЫСЛОЖИЗНЕННЫЙ КРИЗИС КАК КРИЗИС ИНДИВИДУАЛЬНОЙ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ



В предыдущих главах смысложизненный кризис был определен сначала в качестве кризиса смыслогенеза, затем – кризиса субъектогенеза, однако общепсихологическая характеристика не будет полной, пока остается нераскрытым его деятельностный аспект. Необходимость обращения к данному аспекту в исследованиях психологических кризисов обусловлена тем, что развитие личности совершается в процессе деятельности человека и подчиняется фундаментальной закономерности, известной как принцип «творческой самодеятельности» [401], или «деятельностного опосредования» [11; 27; 267 и др.]. С точки зрения этого принципа, в контексте жизненных (субъект-объектных) отношений деятельность фигурирует в качестве универсального способа создания и разрешения противоречий, движущих личностным развитием человека, а следовательно, выступает основным средством этого развития. Деятельностный аспект кризисной проблематики соответственно выражается в том, что *психологический кризис – это всегда состояние дезорганизации, деформации или даже распада определенной деятельности, которое сопряжено с ее непродуктивностью или критически низкой продуктивностью.*

Каждой сфере жизненных отношений соответствует своя определенная деятельность или совокупность деятельностей, которые являются ведущими по отношению к личностному развитию человека как субъекта этих отношений. Во время личностных кризисов эта деятельность избирательно претерпевает деформацию или деструкцию на фоне относительной сохранности и продуктивности других видов деятельности, которые не являются решающими для развития личности в данной области жизненных отношений. Например, в кризисах профессионального развития личности происходит ломка и трансформация ее трудовой деятельности, в кризисах развития субъекта семейных (супружеских и детско-родительских) отношений страдают репродуктивная, воспитательная, сексуально-эротическая и другие специфические виды деятельности. Отсюда вытекает ряд вопросов о том, *какие виды деятельности оказываются затронутыми смысложизненным кризисом, в чем проявляется их непродуктивность, каковы их специфические деформации и деструкции.* За этими вопросами собственно и скрывается *деятельностный аспект смысложизненного кризиса* в развитии личности.

Как показано в предшествующем изложении, смысложизненный кризис онтологически укоренен в системе жизненных отношений человека, предметом которых выступает его собственная жизнь как единое целое. В этих отношениях человек выступает в роли субъекта жизни, активность которого регулируется смыслом жизни и направлена на преобразование исходных жизненных обстоятельств по логике этого смысла. И поскольку форма активности, специфичная

для модуса смысложизненных отношений, регулируемая смыслом жизни и свойственная субъекту жизни, обозначается понятием «жизнедеятельность» [158], то *смысложизненный кризис в деятельностном аспекте может быть конкретизирован как кризис индивидуальной жизнедеятельности*. Термин «жизнедеятельность» наиболее точно характеризует психологическую сущность данной формы произвольной человеческой активности потому, что ее предметом является индивидуальная жизнь, носителем и исполнителем – человек как субъект жизни, руководящим мотивом – смысл жизни, а продуктом – индивидуальный жизненный путь. Сообразно с этим, *жизнедеятельность определяется как форма произвольной активности, в ходе которой личность преобразует наличные жизненные обстоятельства в индивидуальный жизненный путь, руководствуясь смыслом собственной жизни* [213]. В реальности индивидуальная жизнедеятельность представляет собой не «монодеятельность» (особенную и дискретную разновидность деятельности), а *полидеятельностное образование – целостную систему частных видов деятельности, объединенных личностью в пространстве и времени жизни так, чтобы вся эта композиция способствовала продуктивной реализации смысла жизни* [158].

Такой подход к жизнедеятельности задает концептуальные «координаты» для понимания смысложизненного кризиса в развитии личности. В деятельностном измерении *смысложизненный кризис выражается в дезинтеграции жизнедеятельности, т. е. ее первичной несформированности из доступных видов деятельности или вторичном расколе на отдельные дела, занятия, деятельности, которые осуществляются личностью бессвязно, разрозненно и хаотично*. Чтобы далее определить *смысложизненный кризис как кризис непродуктивной жизнедеятельности*, важно учитывать, что ее результатом является индивидуальный жизненный путь – то, что личности удалось выстроить из обстоятельств своей жизни в результате решений и поступков, направленных на реализацию смысла жизни. Особенность кризисной личности – в неспособности упорядочить собственную жизнь, придать ей внутреннюю цельность и связность, прочертить единую жизненную линию. Смысложизненный кризис вынужденно превращает человека в *беспутную личность* (в буквальном смысле слова), которая не оставляет за собой последовательного и континуального жизненного пути.

Таким образом, психологические механизмы и закономерности смысложизненного кризиса адекватно улавливаются в деятельностном контексте, образуемом не какой-то изолированной парциальной деятельностью, а целостной жизнедеятельностью личности. К сожалению, общепсихологический анализ кризиса, опирающийся на понятие жизнедеятельности, сталкивается с его недостаточной разработанностью. Выход из этого противоречивого положения видится в обосновании конкретно-психологической концепции, в рамках которой понятие жизнедеятельности отделяется от ее обыденного понимания и научных трактовок, заимствованных из биологических и общественных наук.

Методологической основой психологической концепции жизнедеятельности, а через нее – и концепции смыслового кризиса, выступает *деятельностный подход*, разработанный в отечественной психологии. За этим обобщающим названием стоит целый ряд общепсихологических теорий деятельности, из числа которых наибольшую теоретическую значимость для анализа жизнедеятельности и смыслового кризиса имеют теории С. А. Рубинштейна [397; 400; 402], А. Н. Леонтьева [267; 271] и А. В. Карпова [220; 221]. Путем дальнейшего развития идей, сформулированных в этих теориях, дедуцируются конкретно-психологические значения понятия «жизнедеятельность». Предваряя детальный анализ, можно наметить три взаимосвязанных значения данного понятия: во-первых, жизнедеятельность как один из способов осуществления человеком индивидуальной жизни (*жизнь-деятельность* в противоположность *жизни-процессу*); во-вторых, жизнедеятельность как поддеятельностное образование, интегрирующее некоторое множество различных видов деятельности (*поддеятельность*); в-третьих, жизнедеятельность как метасистемный уровень организации индивидуальной деятельности (*метадеятельность*). Общность всех трех значений в том, что жизнедеятельность высвечивается как *особенная форма активности личности в качестве субъекта жизни*. При этом первое значение выводится из теории С. А. Рубинштейна, в частности, из различения «процесса» и «деятельности»; второе значение логически увязывается с теорией А. Н. Леонтьева, в частности, с идеей деятельности как «молярной единицы жизни»; третье значение вытекает из теории А. В. Карпова, в частности, из идеи о наличии у индивидуальной деятельности метасистемного уровня организации.

Но прежде чем все эти новые значения будут подробно развернуты, необходимо подвергнуть рассмотрению уже устоявшиеся, ставшие привычными трактовки жизнедеятельности, которые в силу их слабой психологизации малоприменимы для изучения смыслового кризиса.

6.1. Понятие «жизнедеятельность» в психологии и смежных науках

В современной психологии понятие «жизнедеятельность» является скорее имплицитным, значение которого неявно подразумевается, чем эксплицитным, значение которого «отчеканено» в строгих дефинициях. Оно не расшифровывается в психологических словарях и чаще всего используется в житейском смысле, практически сливающимся со значением слова «жизнь». В толковых словарях русского языка В. И. Даля и С. И. Ожегова «жизнь», «жизнедеятельность» приобретает следующие значения: длительность, продолжительность существования человека от рождения до смерти (хронологическое толкование); физиологические процессы (животворящие силы), поддерживающие существование человека и других живых созданий (биологическое толкование); совокупность всего сделанного и пережитого человеком в течение жизни, в том числе быт, деяния, похождения и т. д. (деятельностное толкование). В толковом словаре

под редакцией Д. И. Ушакова проводится частичное разделение семантики слов «жизнь» и «жизнедеятельность». Наряду со значениями слова «жизнь» семантика слова «жизнедеятельность» разъясняется двояко: во-первых, в смысле чистой физиологии – как совокупность жизненных отправлений организма, физиологических явлений и процессов; во-вторых, в смысле совокупной жизненной практики человека – как его деятельность, работа за все время существования, во всем разнообразии ее видов и форм.

В психологии термин «жизнедеятельность» зачастую употребляется в значении, перенесенном из биологических наук. В этом случае жизнедеятельность сводится к формам активности живого существа, в том числе человека, которые поддерживают его жизнь и противостоят его гибели, т. е. обеспечивают анатомическую неделимость и физиологическую непрерывность функций живого тела. На низшем уровне жизнедеятельность представлена организмическими (висцеральными, физиологическими) процессами, которые являются функциями отдельных клеток, тканей, органов и их систем. На высшем уровне жизнедеятельность охватывает процессы поведения и деятельности, направленные на построение витальных контактов с окружающей средой и регулируемые ее психическим отражением. Как отмечал в свое время А. Н. Леонтьев, «формой существования всякого живого тела вообще является процесс его жизнедеятельности. Это самое общее понятие. На известной ступени развития возникает особая, высшая форма жизнедеятельности. Мы называем ее просто деятельностью. Ее особенность в том, что она внутренне опосредствована (внутренне связана) с отражением организмом (субъектом деятельности) предметной действительности» [271, с. 187].

Подобной дифференциации понятий «жизнедеятельность» и «деятельность» придерживаются и другие исследователи. Так, В. А. Петровский считает жизнедеятельность низшей сферой деятельности человека – «воспроизводством его психофизической целостности» [371, с. 8], на которой надстраиваются предметная деятельность как производство предметов духовной и материальной культуры, общение как воспроизводство отношений с другими людьми, деятельность самосознания как воспроизводство себя в качестве сознательной личности. Как пишет автор, «психологические исследования личности как субъекта витальности – это изучение биологических предпосылок поддержания человеком своих взаимоотношений с миром» [371, с. 8–9].

Не меньшее распространение в психологии получило собирательно-обобщающее значение понятия «жизнедеятельность», проникшее из марксистской философии и социальных наук. «В последние годы в общей и социальной психологии для обозначения широкого спектра социальных форм активности человека стало все чаще использоваться понятие «жизнедеятельность», – констатирует А. А. Журавлев [122, с. 27]. При таком подходе жизнедеятельность объемлет все многообразие видов деятельности, которые человек практикует как социальный индивид (член общества) в определенный период общественной и индивидуальной жизни. Общепринятым является членение жизнедеятельности человека сообразно с

разграничением сфер общественного производства (материальная и духовная), форм общественной жизни (производственная, семейная, бытовая и т. д.) или социальной «номенклатуры» видов деятельности (учебная, трудовая, досуговая и т. п.). Например, К. А. Абульханова указывает, что «жизнедеятельность индивида реально складывается в конечном итоге из познания, общения и труда» [11, с. 26]. В том же ключе Н. Н. Хашенко под жизнедеятельностью подразумевает «различные формы и виды активности (деятельности, общения, отдельных действий и поступков) личности как субъекта, а также включенность человека в межличностное и межгрупповое взаимодействие. Это понятие включает социальные, экономические, политические, этнические, экологические, социально-психологические аспекты жизнедеятельности личности» [475, с. 3].

Отдельную проблему представляет диалектика природного и общественного в индивидуальной жизнедеятельности. Общепринятый взгляд на сущность данной проблемы излагает Н. А. Шульга, предлагая развести понятия «жизнедеятельность человека» и «жизнедеятельность личности». Первое есть «всеобъемлющий процесс развертывания жизни в любых ее проявлениях: в физическом и социальном пространстве, в физическом и социальном времени» [118, с. 35]. Более узким и конкретным является понятие «жизнедеятельность личности», которое абстрагируется от биологической стороны человеческой жизни и фокусируется на ее социальных аспектах. «Жизнедеятельность личности – это организация процесса жизни на основе исторически сложившихся социальных форм и способов деятельности, общения, поведения; это воспроизводство своей жизни личностью путем включения в социальные процессы» [118, с. 35].

Наконец, самым простым и всеупотребительным способом обращения с понятием «жизнедеятельность» в психологии является его уравнивание в объеме и значении с понятием «деятельность». В этой связи в литературе практически отсутствуют попытки проанализировать соотношение и провести разграничение данных понятий. Исключение составляет исследование И. О. Мартынюка, намечающее возможные варианты решения данного вопроса: 1) категория «деятельность» охватывает более широкий круг явлений, чем «жизнедеятельность»; 2) понятия «деятельность» и «жизнедеятельность» приравниваются одно к другому и используются как синонимы; 3) категория «жизнедеятельность» имеет больший объем, чем «деятельность». Самому автору наиболее обоснованным представляется подход, в соответствии с которым жизнедеятельность «не может быть выражена в других понятиях, кроме тех, которые составляют содержание категории «деятельность» [312, с. 68].

Таким образом, в современной психологии «жизнедеятельность» имеет статус понятия с широким объемом и расплывчатым значением, которое едва ли применимо для изучения развития и функционирования личности как субъекта жизни, в том числе для объяснения психологических механизмов и закономерностей смыслового кризиса. Совершенно очевидно, что *данное понятие нуждается в более узком, точном и, главное, конкретно-психологическом содержании, которое акцентирует особую осознанную,*

осмысленную и деятельно-преобразующую активность субъекта по отношению к собственной жизни в целом. Следует подчеркнуть, что ранее уже предпринимались небезуспешные попытки вложить в понятие «жизнедеятельность» специальное содержание, адаптированное к исследованиям личности как субъекта жизни. Таким, к примеру, является определение жизнедеятельности в работах Е. Ю. Коржовой как «процесса взаимодействия человека с жизненными ситуациями» [245, с. 60].

6.2. Способы человеческого бытия: жизнь как процесс и жизнь как деятельность

Первое и наиболее широкое психологическое толкование жизнедеятельности сопряжено с разведением качественно различных способов осуществления человеком индивидуальной жизни. Теоретические предпосылки для этого содержатся в философско-психологическом учении С. А. Рубинштейна и представлены, во-первых, различием «процесса» и «деятельности», обоснованным в рамках концепции психического как процесса [397], во-вторых, идеей о двух способах человеческого бытия, сформулированной в рамках концепции человека как субъекта жизни [402]. Эти идеи явились продолжением оригинальной психологической теории деятельности, которая в своих основных положениях была разработана С. А. Рубинштейном ранее (в 30–40-е годы прошлого века). Синтезируя эти идеи, можно обоснованно дифференцировать две формы протекания, или два способа осуществления человеческой жизни: *жизнь как процесс* и *жизнь как деятельность*, или собственно *жизнедеятельность*.

На наш взгляд, введенное С. А. Рубинштейном представление о двух способах человеческого бытия, корреспондирует с его более ранней, но не менее известной идеей о различии процесса и деятельности. Эта идея первоначально была обоснована для дифференциации основных форм существования психического и получила преимущественное развитие в конкретно-психологических исследованиях познавательных функций, в особенности мышления. Однако концепция способов бытия может рассматриваться как своего рода реминисценция, восстановление данной идеи в области психологического изучения человека как субъекта жизни.

С. А. Рубинштейн подчеркивал, что процесс – это основной способ существования явлений объективной действительности, и психика, будучи неотъемлемой частью этой действительности, также существует в процессуальной форме. Наряду с процессом С. А. Рубинштейн систематически вычленил деятельность в качестве другого, более специфического способа существования психических явлений. «Надо различать процесс и деятельность. Всякая деятельность есть вместе с тем и процесс или включает в себя процессы, но не всякий процесс выступает как деятельность человека. Под деятельностью мы будем разуметь такой процесс, посредством которого реализуется то или иное отношение человека к окружающему его

миру – другим людям, к задачам, которые ставит перед ним жизнь» [397, с. 256–257]. Деятельность в отличие процесса всегда подразумевает субъекта – человека, осуществляющего посредством этой деятельности определенное пристрастное отношение к миру. «Деятельность в этом смысле – всегда взаимодействие субъекта с окружающим миром» [397, с. 256]. Превращение процесса в деятельность опосредовано сознательной регуляцией, которая находит выражение в рефлексии. «Возникновение сознания связано с выделением из жизни и непосредственного переживания рефлексии на окружающий мир и на самого себя. Сознание – это всегда знание о чем-то, что вне его. Оно предполагает отношение субъекта к объективной действительности» [397, с. 260]. Сознательная деятельность отличается от неосознанного процесса иным отношением к объекту: для процесса объект всего лишь раздражитель внешней среды, вещь в совокупности своих физических свойств, а для деятельности объект дан в виде предмета сознательного и осмысленного отношения человека. «Деятельность и сознание – не два в разные стороны обращенных аспекта. Они образуют органическое целое – не тождество, но единство. ... Сам факт осознания своей деятельности изменяет условия ее протекания, а тем самым ее течение и характер» [400, с. 26]. Поэтому деятельность является специфическим способом реализации человеком своего в высшей степени сознательного и глубоко личностного отношения к различным объектам и явлениям окружающего мира.

Теперь следует обратиться к различению двух способов существования человека, в которых, на наш взгляд, усматриваются четкие теоретические параллели с только что описанным различием процесса и деятельности. «Существуют два основных способа существования человека, и, соответственно, два отношения его к жизни», – пишет С. А. Рубинштейн [402, с. 351]. Первый и простейший из них – жизнь, которая не выходит за пределы непосредственных отношений к отдельным ситуациям, в которые погружен человек. «Здесь человек весь внутри жизни, всякое его отношение – это отношение к отдельным явлениям, но не к жизни в целом. Отсутствие такого отношения к жизни в целом связано с тем, что человек не выключается из жизни, не может занять мысленно позицию вне ее для рефлексии над ней» [402, с. 351]. Такая жизнь, выступающая почти как самопроизвольный, естественный процесс, кончается с появлением рефлексии, которая «как бы приостанавливает, прерывает этот непрерывный процесс жизни и выводит человека мысленно за ее пределы» [402, с. 351]. Второй способ существования, связанный с произвольным построением жизни на сознательной основе, требует от человека выработки отношения к жизни в целом, а не к отдельным ее ситуациям, или, по выражению С. А. Рубинштейна, «философского осмысления жизни», «общего отношения к жизни», «занятия позиции над ней». Очевидно, что дифференциация двух способов жизни имплицитно восходит к ранее предложенному пониманию психологической специфики процесса и деятельности.

Таким образом, на основе интерпретации философско-психологической концепции С. А. Рубинштейна целесообразно выделить *два*

способа человеческого бытия – «жизнь-процесс» и «жизнь-деятельность» (или собственно «жизнедеятельность»). Этим способам соответствуют разные уровни психического отражения и регуляции индивидуальной жизни, а также разные формы действенно-практического взаимодействия человека с ее обстоятельствами. Осознание и осмысление жизни как целого изменяет условия ее протекания и преобразует способ ее осуществления человеком.

Процесс – это первичная и простейшая форма, в которой совершается человеческая жизнь. Жизнь в форме процесса представляет собой поток событий, в который погружен и в котором «дрейфует» и сам человек. Течение жизни здесь носит стихийно-спонтанный характер и преимущественно обусловлено объективными детерминационными связями: будущее продиктовано прошлым, а настоящему отведена роль «передаточного механизма» в цепи прошлых событий-причин и будущих событий-следствий. В данном случае можно сказать, что не человек живет, а ему живется, поскольку он находится в сильной зависимости от объективной логики развертывания жизни. Это означает, что человек существует не субъектно, а объектно. Очевидно, что жизнь как процесс – это *бессубъектный способ существования*, который не предполагает участия человека в изменении жизненных обстоятельств. В психологическом, внутреннем плане жизни-процессу соответствует несформированность психических структур, процессов и механизмов, которые могли бы обеспечивать регуляцию жизни в целом и конституировать личность в качестве ее субъекта. В первую очередь, здесь отсутствует смысл жизни – внутреннее отношение человека к собственной жизни как особого рода целостности, которое является исходным и основополагающим для любых проявлений субъекта жизни.

Жизнь как процесс не только *бессубъектный*, но также и *безличностный* (доличностный, субличностный) способ существования человека. В нем нет определенного пристрастно-личностного (ценностно-смыслового) отношения к индивидуальному бытию, а потому жизнью-процессом часто руководят чужие интересы и отчужденные от личности закономерности. Л. С. Выготский подчеркивал, что «в сфере психологии мы никогда не пойдем до конца человеческой личности, если будем рассматривать ее статически, как сумму проявлений, поступков и т. п., без единого жизненного плана этой личности, без лейтлинции, превращающей историю жизни человека из ряда бессвязных и разрозненных эпизодов в связный единый биографический процесс» [88, с. 157]. Только с появлением у жизни самостоятельного мотива – смысла жизни – она начинает воспроизводиться личностью как внутренне единая, преемственная деятельность – жизнедеятельность, в которой все дела и занятия выступают последовательными шагами, этапами осуществления этого мотива. Можно сказать, что наличие смысла превращает саму жизнь в дело, и конституирует личность как активного, пристрастного, интенционального деятеля – субъекта жизни. *По мере образования индивидуального смысла жизни происходит смена бессубъектного на подлинно субъектный способ бытия, осуществляется переход от жизни-процесса к жизни-деятельности.*

В данном контексте понятие «жизнедеятельность» обозначает такой способ существования, при котором человек реализует то или иное отношение к собственной жизни как целому, содержательно определенное и закрепленное индивидуальным смыслом жизни и производными от него жизненными целями и задачами. Обязательным атрибутом такого способа существования является осознанная, осмысленная и деятельно-преобразующая активность человека, направленная на изменение наличных и строительство новых жизненных обстоятельств. Подобного рода активность специфицирует человека в качестве субъекта жизни, а самой жизни придает характер деятельности, или жизнедеятельности. Жизнь и в этом случае не перестает быть процессом (потоком жизненных изменений), но это уже качественно иной процесс, который во многом утрачивает стихийность и спонтанность протекания, поскольку инициируется, направляется и контролируется субъектом, активно реализующим смысл своей жизни. Как пишет К. А. Абульханова, «жизнедеятельность и есть тот процесс, специфика которого создается участием, способом организации, активностью личности, и тот масштаб анализа личности, в котором улавливается ее развитие». В этом понятии «на первый план выступает не различность историй, путей жизни, а мера зависимости истории от ее субъекта – личности или, напротив, мера зависимости личности от своей истории» [11, с. 22].

Определение жизнедеятельности как одного из возможных способов человеческого бытия перекликается с положениями некоторых психологических теорий личности, в которых выделяются две формы ее развития и (или) два режима ее функционирования, что фиксируется терминами «стили жизни», «стороны жизни», «способы адаптации», «способы воспроизводства жизни» и т. д. Так, в экзистенциальной персонологии С. Мадди дифференцируются два жизненных стиля – конформизм и индивидуализм. Самое контрастное различие между конформистом и индивидуалистом в том, что первый мыслит и проживает свою жизнь как заданность и фактичность, которая неподвластна изменениям, а второму – «жизнь видится как связанная с направленным преобразованием, обновлением и неразрывностью во времени» [304, с. 93–94]. В теории польского психолога К. Обуховского разграничиваются два способа человеческой жизни: один соответствует «человеку-субъекту», который концентрирует помыслы и усилия на реализации смысла жизни и отдаленных жизненных целей, а другой присущ «человеку-предмету», который одержим удовлетворением ситуационных потребностей и пленен текущей ситуацией. «Следовательно, – заключает К. Обуховский, – можно осуществлять жизнь или осуществляться ею», «реализовывать жизнь через себя, а не быть реализуемым через обстоятельства» [344, с. 17, 20]. Два способа воспроизводства личности индивидуальной жизни различаются в работах К. А. Абульхановой: «Один способ воспроизводства жизни – это вплетенность личности в «контекст» жизненных событий, ситуаций, дел, когда индивид не самоопределяется по отношению к ним, хотя и живет вполне определенным, характерным именно для него образом. Второй способ, когда индивид сам воспроизводит и в известных преде-

лах «предопределяет» логику своей жизни» [11, с. 39]. Д. А. Леонтьев описывает две альтернативные формы отношения к жизни, которые отражают ее разные стороны. «Первая – управляемая сторона жизни, предстающей как ресурс, – может быть обозначена понятием «жизнедеятельность». Вторая сторона жизни – тот самый ее аспект, который традиционно в философии обозначается понятием «бытие». Бытие – это то, чем мы не можем управлять, мы его можем лишь ощущать, познать и как-то по отношению к нему определяться» [286, с. 674].

Таким образом, жизнь как процесс – это бессубъектный способ существования человека, при котором жизнь течет сама собой, подчиняясь внешней детерминации. Жизнь как деятельность – это субъектный способ существования человека, предполагающий действие-практическую реализацию индивидуального смысла жизни посредством создания новых и преобразования наличных жизненных обстоятельств.

В завершение необходимо сделать несколько уточнений к предложенному определению жизнедеятельности. Первое состоит в том, что обозначая субъектный способ осуществления индивидуальной жизни, понятие «жизнедеятельность» приобретает предельно широкое значение. Оно включает не только собственно деятельность, связанную с предметно-практическим изменением жизненных обстоятельств, но и «недеятельные» формы активности. Преобразующая деятельность является основной, но не единственной формой реализации субъектного способа бытия. Субъект жизни – это не только субъект действия, но и субъект познания и переживания жизни. Поэтому жизнедеятельность, как один из потенциальных способов бытия человека, есть *особый формат субъективного отражения жизни и особый режим осуществления повседневной деятельности*. Специфика здесь заключается в том, что жизнь осознается и переживается не только такой, какая она есть, но и такой, какая одна должна быть или стать с точки зрения личности, а повседневная деятельность не просто соотнобразится с наличными жизненными обстоятельствами, но и двигает, преобразует их в желательном и должном для личности направлении. При этом *функцию психологического органа, содействующего переводу процесса жизни в форму жизнедеятельности, выполняет индивидуальный смысл жизни*. Д. А. Леонтьев правомерно отмечает, что «взаимодействие с жизнью-жизнедеятельностью, понимаемой как ресурс, требует развития системы саморегуляции – системы управления жизнедеятельностью, связывающей все ее аспекты воедино и направляемой единым смыслом. ... Взаимодействие с жизнью-бытием, напротив, не требует и не предполагает саморегуляции, оно требует иного – присутствия, открытости бытию» [286, с. 674].

Другое уточнение вызвано тем, что описанные способы человеческого бытия – это теоретические абстракции, идеализации реальных форм осуществления жизни. В действительности каждый конкретный человек сочетает бессубъектный и субъектный способ существования, воспроизводит индивидуальную жизнь в формате то процесса, то жизнедеятельности. Размежевание различных способов

осуществления жизни значимо для изучения возрастнопсихологических и индивидуально-психологических различий между людьми. Оно полезно для решения задачи, поставленной еще С. Л. Рубинштейном и заключенной в том, чтобы «выделить различные способы существования, отличающиеся в зависимости от особенностей их субъекта»; главная же особенность субъекта – «в мере соотношения самоопределения и определения другим (условиями, обстоятельствами)» [402, с. 260, 261]. Жизнь как процесс и жизнь как деятельность выступают контрастными способами бытия, которые обнаруживают диаметрально противоположные варианты этого соотношения.

Третье замечание мотивировано тем, что введенное *разграничение «жизни-процесса» и «жизни-деятельности»* в качестве двух возможных способов существования человека концептуально стыкуется с двумя сложившимися в психологической науке подходами к описанию структуры человеческой жизни – *событийным* [20; 95; 223; 245; 254; 295] и *деятельностным* [267; 271]. И это закономерно, поскольку способ существования подразумевает определенный способ членения, квантования личностью собственной жизни. При чем речь идет об особенностях как субъективного восприятия, осознания и переживания жизни, так и о специфике ее предметно-практического упорядочивания и воспроизводства.

При бессубъектном способе существования индивидуальная жизнь структурируется на события. Событие оказывается основной единицей человеческой жизни при условии, что она осуществляется личностью в форме процесса. Жизнь как процесс – это и есть *поток событий*, т. е. дискретных, скачкообразных, революционных либо дрящихся, континуальных, эволюционных изменений в жизненных обстоятельствах, активная роль личности в которых сведена до минимума. В понятие события в данном случае вкладывается смысл происшествия – того, что случилось, произошло, приключилось с человеком. Событие в таком толковании приобретает смысловой оттенок «недеяния» (созерцательной пассивности), т. е. неучастия в спонтанном развитии обстоятельств, невмешательства в естественный ход вещей, пассивного смирения с непредсказуемостью и «своезаконием» жизни. В этой связи событийный формат переживания и проживания своей жизни реальным человеком, а также событийный подход к изучению структуры человеческой жизни в науке наиболее соответствует бессубъектному способу существования, или «жизни-процессу».

Ограниченность событийного подхода проявляется в том, что он позволяет воссоздать структуру человеческой жизни лишь в режиме процесса, в условиях бессубъектного способа бытия. Субъектный способ существования, выраженный в переживании и проживании личностью свой жизни как протяженной, пролонгированной жизнедеятельности, отдельные акты и стадии которой «сцементированы» общим сквозным смыслом, требует совершенно иного научного подхода. Элементарной структурной единицей жизни при данном способе существования выступает отнюдь не событие, а единичная деятельность, которая в масштабе целостной жизнедеятельности за-

нимает место частного «жизнедействия», т. е. относительно самостоятельного, законченного акта реализации смысла жизни.

Зачатки такого альтернативного – деятельностного – подхода к психологическому анализу человеческой жизни содержатся в положении А. Н. Леонтьева о том, что «деятельность есть молярная, не аддитивная единица жизни» [267, с. 81], а индивидуальная жизнь есть «совокупность, точнее, система сменяющих друг друга деятельностей» [267, с. 102]. На сегодняшний день данный подход к изучению структуры индивидуальной жизни развит недостаточно, потому что психология замкнулась на компонентах, уровнях, взаимопереходах, присущих отдельной деятельности, и обобща вниманием проблеме междеятельностных связей в структуре целой жизни. Деятельность исследовалась в отношении самых разнообразных условий – предмета, субъекта, технологии, нормативов и т. д., но при этом систематически недооценивалось, что «всякая деятельность – это отрезок жизни целостной личности» [23, с. 45]. Вследствие этого в классической теории деятельности недостает одного звена – представления о психических структурах и процессах, механизмах и закономерностях, благодаря которым частная деятельность вписывается в «инфраструктуру» жизнедеятельности личности.

Деятельность является основной единицей членения человеческой жизни при субъектном способе существования. Каждый частный вид деятельности представляет собой особенную форму взаимодействия личности с жизненными обстоятельствами, а жизнедеятельность в целом есть определенная структура и диахроника деятельностей. Отдельным актам, фазам, циклам жизнедеятельности соответствуют разные виды деятельности, за счет преемственности которых личность придает обстоятельствам своей жизни особую форму движения, имманентно им не свойственную. Она заставляет их двигаться не только по естественной логике, заданной объективными закономерностями, но и по логике своего личностного существования, «сконденсированной» в индивидуальном смысле жизни. В таком аспекте жизнедеятельность выступает как динамический процесс смены разных деятельностей, связанных в единое целое общим смысловым отношением личности к собственной жизни. Развертывание процесса жизнедеятельности весьма точно отражено С. А. Рубинштейном: «Человек включен в бытие своими действиями, преобразующими наличное бытие. Этот процесс – непрерывная серия взрывных реакций: каждая данность – наличное бытие – взрывается очередным действием, порождающим новую данность наличного бытия, которое взрывается следующим действием человека» [402, с. 341].

При субъектном способе существования узловые события в жизни образуют даже не изменения условий и обстоятельств, а перестройки и сдвиги в системе тех многообразных деятельностей, которые слагают жизнедеятельность личности. Эти события знаменуют появление новых и исчезновение старых видов деятельности, их перекрещивание и переподчинение, реструктуризацию связей, которыми они скрепляются в составе индивидуальной жизни. Самое

кардинальное различие между людьми заключается даже не в номенклатуре и не в разнообразии видов деятельности, вплетенных в структуру их жизней, а в неповторимой конфигурации этих деятельностей, в которой зашифрована индивидуальная стратегия жизни.

Таким образом, разным способам бытия соответствует онтологически разные способы членения и связывания – одним словом, структурирования личностью собственной жизни. Событийный и деятельностный подходы к научному описанию структуры человеческой жизни являются не альтернативными, а взаимодополняющими, поскольку каждый из них отображает один из реальных способов существования личности. В одном случае жизнь оказывается совокупность событий, нередко непредвиденных, неконтролируемых, стихийных, в другом случае – сознательно выстроенной и произвольно управляемой последовательностью дел, занятий, деятельностей, ведущих к достижению смысла жизни.

Последнее уточнение продиктовано тем обстоятельством, что *способ осуществления индивидуальной жизни предопределяет форму личностного развития человека*. В этом контексте актуальное звучание получает идея К. А. Абульхановой о необходимости различать *изменение личности и ее развитие* [11]. Изменение – форма динамики личности, при которой объективный ход событий задает характер и направленность ее развития. Изменения охватывают все то, что было сформировано, закреплено, возвращено в личности жизненными обстоятельствами и событиями. Весьма показательно, что личностные изменения человека, индуцированные какой-либо переменной в обстоятельствах его жизни, в психологии принято считать критерием жизненного события [223; 236]. В этом аспекте личность предопределена тем, что было уготовано самой жизнью, что ей довелось пережить и претерпеть, а совсем не тем, что удалось совершить и осуществить в собственной жизни. Подлинное же развитие – это форма динамики личности, опосредованная ее собственной деятельностью и включающая лишь такие психологические изменения, которые умышленно или неумышленно были инициированы, спровоцированы самой личностью в процессе деятельного преобразования обстоятельств жизни. В отличие от реактивного изменения настоящее личностное развитие личности носит проактивный характер.

Таким образом, два способа существования соотносятся с двумя качественно различными формами личностной динамики: при бес- субъектном способе бытия («жизнь-процесс») преобладают вынужденные, навязанные изменения, а в условиях субъектного способа бытия («жизнедеятельность») имеет место подлинное развитие, причинность и авторство которого принадлежит самой личности. Если в первом случае «способ переживания событий определяет психологическую судьбу личности» [65, с. 29], то во втором – личность сама вершит собственную судьбу путем активного конструирования жизненных обстоятельств, инициации одних и купирования других событий.

6.3. Жизнедеятельность личности как полидеятельностное образование

Дальнейшая конкретизация (психологизация) понятия «жизнедеятельность» требует обращения к версии деятельностного подхода в отечественной психологии, разработанной А. Н. Леонтьевым. При этом на первый план выступает задача соотношения данного понятия с категорией деятельности, содержание которой является психологически конкретным и определенным. В научной литературе это соотношение, как правило, не проблематизируется, так как «жизнедеятельность» употребляется в качестве синонима «деятельности», а если и обсуждается, то в формально-логическом аспекте (сопоставление объемов понятий по принципу «шире – уже», а не по психологическому содержанию) (например, [312]). По нашему мнению, при всем множестве способов чисто формального сравнения этих понятий, собственная логика психологической теории А. Н. Леонтьева подталкивает к рассмотрению жизнедеятельности в качестве *полидеятельности – особой формы связывания, интеграции и соорганизации совокупности деятельностей, которые освоены и практикуются личностью в индивидуальной жизни* [158; 159]. Для аргументации такого представления методологическую ценность имеют идеи А. Н. Леонтьева, не публиковавшиеся им при жизни, не вошедшие в «канонизированную» версию психологической теории деятельности и по этой причине не получившие широкой известности и интенсивного развития в работах учеников и последователей. Эти идеи, почерпнутые из личного архива А. Н. Леонтьева, впервые увидели свет в 1994 году в виде специального издания «Философия психологии: Из научного наследия», на которое мы будем неоднократно ссылаться при дальнейшем анализе.

Помимо развернутого описания специфики и взаимопереходов хорошо известных уровней строения деятельности – уровня операций, действий и самостоятельной деятельности – в поздних работах А. Н. Леонтьева намечаются контуры вышестоящего уровня, которым является целостная человеческая жизнь. «Деятельность представляет собой как бы элементарное понятие жизни, как бы единицу, из которой складывается жизнь, бытие, т. е. жизнь в определенных конкретных условиях» [271, с. 231]. Взаимосвязи самостоятельных видов деятельности и тот уровень их организации, на котором они приобретают характер целостной системы, интересовали А. Н. Леонтьева, прежде всего, в связи с психологической проблемой личности. Личность, как системное сверхчувственное свойство человека, не выводима из какой-либо одной, пусть даже очень важной деятельности, «проблема личности есть проблема единства, взаимосвязи отдельных деятельностей» [271, с. 194]. Психологический склад личности определяется всей жизнью, а не отдельными деятельностями как ее изолированными единицами, поэтому релевантным масштабом психологического анализа личности выступает индивидуальная биография. В этом смысле «личность определяется жизнью. Она и есть не что иное, как сгусток жизни, продукт ее кристал-

лизации в форме субъекта – субъекта, всегда несущего в себе свою историю, свою реальную биографию» [271, с. 200].

В системе научных взглядов А. Н. Леонтьева личность – это своего рода психический «узел», посредством которого различные виды деятельности связываются, сплетаются в индивидуальную жизнь. Становление личности есть процесс развития особых психических регуляторов, инстанций, механизмов, обеспечивающих способность человека к связыванию и вообще к свободному оперированию отдельными деятельностями как единицами жизни. Быть личностью – значит воспроизводить свою жизнь не как хаотическую смену или бессвязный поток деятельностей, а как жизнедеятельность – упорядоченную систему, в которой каждой деятельности отведено свое место и время. Структура жизнедеятельности, представляющая собой упорядоченную совокупность частных видов деятельности, до известной степени изоморфна структуре личности, которая «представляет собой относительно устойчивую конфигурацию главных, внутри себя иерархизированных, мотивационных линий» [267, с. 221].

На уровне конкретно-психологического анализа на место сложной системы, какой в действительности является личность, можно подставить более простые психологические подсистемы, которые занимают в личностной структуре центральное место и являются ключом к пониманию личности в целом. Когда исследование касается развитой, зрелой личности в качестве подсистемы, репрезентирующей целостную личность в ее основных чертах и тенденциях, может быть избран смысл жизни. Смысл жизни – содержательное и структурно-функциональное «ядро» личности, которому в структуре ее индивидуальной жизнедеятельности соответствует набор ведущих, главных видов деятельности, обеспечивающих его реализацию. И хотя понятие «смысла жизни» не употребляется в работах А. Н. Леонтьева как строгий научный термин, психологические функции смысла жизни возлагаются на «главный мотив», «жизненный мотив-цель», «ведущий мотив-цель», «жизненную цель». Как полагал А. Н. Леонтьев, «нельзя представить себе развитую личность иначе, как такую, которая характеризуется ясно очерченной, ведущей деятельностью, занимающей центральное место в жизни личности, несколькими, немногими отношениями к миру и соответственно наличием ведущих, устойчивых и всегда поэтому отдаленных мотивов, которые характеризуют уже мотивационную сферу этой личности. Как мы обычно говорим, характеризуя положительно человека, т. е. высокоразвитую, большую личность – жизнь этого человека имеет как бы единый стержень, единую «красную линию». Есть какая-то центральная большая жизненная цель, которая и побуждает жизнь человека. Эта направленность, эта центральная деятельность и этот центральный мотив и есть выражение того, что теперь деятельность и мотивы оказываются подчиненными чему-то ведущему, главному, построены, соотнесены друг с другом в порядке каких-то взаимных связей. Не надо преувеличивать этого положения до представления какой-то схематичности в человеке. Человек вступает в многообразные отношения к миру. Поэтому, когда

мы говорим о единой линии жизни, то мы говорим о главной линии. Поэтому мы и говорим о смысле жизни человека, который он находит то в одном, то в другом. Тем самым мы говорим о главном мотиве, который придает личностный смысл собственной жизни человека» [271, с. 243].

С позиции изложенного жизнедеятельность может быть определена как *система деятельностей, осуществляющих смысловое отношение личности к собственной жизни в целом, т. е. подчиненных реализации индивидуального смысла жизни*. Жизнедеятельность в качестве компонентов включает частные деятельности, сопоставима с целостной личностью и складывается, прежде всего, при условии сформированности у нее индивидуального смысла жизни. В психологическом строении деятельности А. Н. Леонтьев предлагает выделять, «во-первых, отдельные (особенные) деятельности по критерию побуждающих их мотивов. Далее выделяются действия – процессы, подчиняющиеся сознательным целям. Наконец, это операции, которые непосредственно зависят от условий достижения конкретной цели» [267, с. 109]. Логически продолжая эту схему, можно прийти к выводу, что *смысл жизни конституирует жизнедеятельность аналогично тому, как мотив обособляет и специфицирует отдельную деятельность, цель – действие, а задача – операцию. Смыслу жизни релевантна связанная совокупность многих частных видов деятельности, которая и образует уровень целостной жизнедеятельности*.

Фундаментальным постулатом теории А. Н. Леонтьева выступает положение о том, что онтогенетическое развитие личности опосредуется трансформациями ее индивидуальной деятельности. Современные исследователи, продолжающие логику деятельностного подхода, формулируют данную закономерность личностного развития как «принцип деятельностного опосредования» [29; 282]. На наш взгляд, теоретико-методологическое значение этого принципа до сих пор остается недооцененным, поскольку трансформации деятельности, влекущие за собой личностные изменения, традиционно рассматриваются лишь в двух аспектах. Первый аспект – «внутридеятельностная» динамика, т. е. все восходящие и нисходящие превращения мотивов, целей и задач, не выходящие за рамки отдельной деятельности. Другой аспект – процесс онтогенетической смены ведущих видов деятельности. Здесь в отличие от предыдущего аспекта уже учитывается, что любая деятельность на любой возрастной стадии не является самодовлеющей и изолированной от других. Однако сама трансформация предстает как чередование ведущих деятельностей, подчиненное требованиям социальной ситуации развития. Это «заслонило» вопрос об эволюции способности самой личности к связыванию расширяющегося набора деятельностей в целостную систему на каждом новом витке своего развития.

«Белым пятном» остался еще один аспект трансформации индивидуальной деятельности, а именно перестройки структуры связей между самостоятельными деятельностями в составе такого масштабного единства, каким является индивидуальная жизнь. Этот аспект подразумевает переход из «внутридеятельностной» в «межде-

тельность» плоскость анализа и установление психических закономерностей и механизмов структурирования и воспроизводства целостной жизни, присутствующих на разных стадиях становления личности и представляющих собой разные способы организации индивидуальной жизнедеятельности. Подступы к изучению данного аспекта можно найти в поздних работах А. Н. Леонтьева. Подводя итоги развития психологической теории деятельности и намечая ее перспективы, ученый писал, что «прогресс здесь должен заключаться в том, чтобы исследовать *взаимосвязи* различных видов деятельности» [268, с. 244]. Более того, исследование трансформаций индивидуальной деятельности в этом аспекте является ключом к пониманию личности и собственной логики ее онтогенетического развития. Дело в том, что личность – это психическое образование, создающее возможность ориентировки в расширяющемся «каталоге» деятельностей и их связывания, структурирования, организации в целостную жизнедеятельность. Необходимость в развитии личности, как особой «инстанции» психической регуляции, объективно возникает по мере освоения взрослеющим человеком все новых и новых видов деятельности, их «переплетения» и «столкновения» в пространстве и времени жизни, усложнения индивидуального деятельностного репертуара. Регулирующая функция личностных структур, процессов и механизмов проявляется, прежде всего, в упорядочении, структурировании доступных видов деятельности. Это подразумевает их дифференциацию и интеграцию по личностной значимости, в результате чего они распадаются на ведущие и подчиненные, основные и вспомогательные, главные и побочные, центральные и периферические. Как подчеркивает А. Н. Леонтьев, «развитие, умножение видов деятельности индивида приводит не просто к расширению их «каталога». Одновременно происходит центрирование их вокруг немногих главнейших, подчиняющих себе другие» [267, с. 188].

Развитие личности – это процесс формирования таких психических структур и процессов, которые обеспечивают регуляцию сначала отдельных действий в составе совместной деятельности с другими людьми, затем – частной, но уже самостоятельной деятельности, а позднее – целостной системы деятельностей конкретного индивида. В этом развитии прослеживается нормативная последовательность этапов: субъект действия – субъект деятельности – субъект жизни, т. е. системы деятельностей, или жизнедеятельности. Очевидно, что те личностные образования и механизмы, которые необходимы для управления и контроля частной деятельности, сами по себе недостаточны для интеграции, дифференциации, координации некоторого множества деятельностей в структуре жизнедеятельности. Поэтому разным стадиям личностного развития, разным ступеням личностной зрелости соответствуют качественно различные формы и способы структурной организации совокупности индивидуальных деятельностей. Причем далеко не каждая форма существования этой совокупности может быть оценена как подлинная жизнедеятельность, равно как и не всякая личность поднимается в своем развитии до уровня полноценного субъекта жизни. В конеч-

ном итоге, уровень и качество личностного развития определяется способностью человека приводить доступные ему виды деятельности в состояние структурно упорядоченного и эффективно функционирующего целого – жизнедеятельности.

Достаточно хорошо известна идея А. Н. Леонтьева о двух «рождениях» личности, т. е. кардинальных сдвигах в личностном развитии человека. Если опираться на понимание личности как психической инстанции, обеспечивающей интеграцию разных видов деятельности в пространстве-времени индивидуального бытия, то *основные переломы в личностном развитии логично связывать с качественными изменениями в организации индивидуальной жизнедеятельности*. Сразу же необходимо отметить, что *на первом плане в возрастном развитии жизнедеятельности стоит не столько расширение, обогащение состава слагающих ее деятельностей или совершение, усложнение каждой деятельности по отдельности, сколько изменение междеятельностных связей, скрепляющих разные виды деятельности между собой*. Поскольку жизнедеятельность является системой, а не механическим «агрегатом», ее развитие не складывается из суммы развития частных деятельностей. Наоборот, всякая частная деятельность эволюционирует в зависимости от развития жизнедеятельности как целого. *На каждой ступени личностного развития коренным образом преобразуется соотношение между жизнедеятельностью как целым и отдельными видами деятельности как частями, а также меняется природа и характер детерминации отношений, связывающих отдельные виды деятельности в целостную жизнедеятельность*.

Начальные этапы личностного развития характеризуются несформированностью жизнедеятельности как внутренне связанной, устойчивой системы усвоенных видов деятельности. Причем это никоим образом не объясняется бедностью круга занятий и деятельностей в детском возрасте. В процессе целенаправленного обучения и стихийного научения ребенок постоянно приобретает к самым различным занятиям и достаточно быстро наращивает, пополняет свой деятельностный репертуар. Однако эти деятельности и занятия осуществляются как изолированные единицы детской жизни, носят как бы самодостаточный характер. Порядок следования и смена одной деятельности другой диктуется внешними требованиями социального окружения, а также подстраивается под динамику обострения и насыщения потребностей ребенка. Внешне жизнь ребенка может производить впечатление организованной, ритмичной, повторяющейся последовательности разных видов деятельности, но эта четкая размеренность, регулярность, как правило, привнесена взрослыми, управляющими повседневной активностью ребенка. Иными словами, на ранних стадиях онтогенеза, предваряющих появление личности, связи между доступными ребенку видами деятельности носят непосредственный, неустойчивый, ситуативный, а зачастую чисто случайный характер. Главная особенность этих связей в том, что они накладываются извне, перенимаются из окружения, но не строятся осознанно и осмысленно самим ребенком. Здесь еще нет

личностной регуляции как способности к соорганизации и, в частности, соподчинению разных деятельностей, а, значит, нет и жизнедеятельности в специфическом смысле этого термина. По этому поводу А. Н. Леонтьев отмечал: «У ребенка раннего возраста легко проследить не связанность, независимость, т. е. «самодовлеющий» характер многих деятельностей. Разрушение одной из них не затрагивает другие. Это – «натуральные хозяйства», не нуждающиеся одно в другом ... Иное дело, «мировое хозяйство» развитой личности. Даже самые элементарные действия, направленные на осуществление элементарнейших отношений, могут быть подчинены вне их лежащим мотивам» [271, с. 183–184].

Онтогенетически первые проявления личности обусловлены зарождением и разворачиванием регуляторных механизмов, позволяющих ребенку самостоятельно, без внешнего опосредования соподчинять между собой разные виды деятельности. Суть данного феномена заключается в том, что одна деятельность ставится в служебное, подчиненное положение по отношению к мотивам другой деятельности и приобретает в свете этих мотивов определенный смысл. Отныне у этой деятельности имеется не только внутренний смысл, который ей придают собственные мотивы, но и как бы внешний смысл, который произведен от мотивов, лежащих вне этой деятельности. Развитие умения регулировать свою деятельность на основе не только непосредственного побуждения к ней, но и того смысла, которым она наделена в свете мотивов других деятельностей, и есть магистральная линия в генезисе личности. Именно за счет этого умения затягиваются первые «узелки» системы, которая в своем дальнейшем развитии превращается в полноценную человеческую жизнедеятельность с присущей ей дифференциацией деятельностей на ведущие и подчиненные, главные и второстепенные. Наблюдение за ходом онтогенетического развития деятельности показывает, что «отдельные конкретные деятельности выступают не рядом, не рядом одна с другой, а выступают в отношениях известной взаимной связи, соподчинения друг другу. Поэтому всегда могут быть выделены при анализе деятельности некоторые главные деятельности, которые могут быть также названы ведущими, и напротив – такие деятельности, которые имеют характер побочных, частных, ... отдельных, подчиненных другим, занимающим это место ведущей или главной деятельности» [271, с. 232].

Примечательно то, что в процессе становления личности существенно изменяется природа связей, соединяющих разные виды деятельности между собой, определяющих их субординацию и порядок осуществления в повседневной жизни. Постепенно эти междеятельностные связи теряют внешнюю социально-нормативную обусловленность и уступают место связям смысловой природы, воплощающим индивидуализированную логику личностного бытия.

Качественный скачок («второе рождение») в развитии личности датируется подростковым возрастом. Именно в этот период функционально созревают психические механизмы, потенцирующие способность к осознанному и осмысленному оперированию частными

деятельностями как единицами индивидуальной жизни – их выбору, сохранению, воспроизводству и отвержению, а также, что еще более важно, к связыванию этих деятельностей в целостную динамическую композицию.

Решающей предпосылкой для становления этой способности является стабилизация, содержательная генерализация, увеличение пространственно-временного «радиуса» ведущих мотивов личности. Закономерным следствием этих преобразований мотивационно-смысловой сферы выступает формирование индивидуального смысла жизни – обособление группы наиболее значимых, обобщенных, доминирующих мотивов, осуществляющих долговременную, трансситуативную регуляцию поведения и деятельности. Решающее значение также приобретает развитие самосознания личности, обеспечивающего рефлексию и произвольное управление собственной мотивацией. Дальнейшее совершенствование этих новообразований приводит личность к возможности быть субъектом не какой-то одной, пусть даже очень важной деятельности, а одновременно всех деятельностей, конституирующих ее жизнь. Иначе говоря, возникает умение «приноравливать» эти деятельности к смыслу жизни и подчинять их интересам ее реализации, тем самым трансформируя их в «жизнедействия» – структурно-функциональные единицы целостной жизнедеятельности. Будучи отныне по своей функции «жизнедействием», каждая деятельность онтологически продолжает существовать при этом как дискретная и сохраняет все черты таковой. Возникновение жизнедеятельности не означает уничтожения или полного поглощения частных видов деятельности со свойственными им мотивами, целями и задачами, но психологическая сторона каждой частной деятельности теперь во многом определяется ее соотношением со смыслом жизни, местом и ролью в целостной жизнедеятельности как системе более высокого порядка. Связи, которыми дискретные деятельности «сшиваются» в непрерывную жизнедеятельность, носят смысловой характер и налаживаются преимущественно самой личностью. Это связи более высокого порядка и иной природы, нежели те, которые проецируются извне и соединяют разные деятельности в жизни ребенка. Общая тенденция развития индивидуальной жизнедеятельности состоит в том, что отношения частных деятельностей, навязанные непосредственными побуждениями либо вытекающие из требований ситуации, прогрессивно замещаются отношениями личностно-смыслового характера, которые опосредованы объективным отношением каждой отдельной деятельности к смыслу всей жизни. Основу этого процесса как раз и составляет развитие личности как психической инстанции, релевантной жизнедеятельности в целом и служащей для ее организации и регуляции сообразно с индивидуальным смыслом жизни.

Зрелую личность отличает способность к автономному (самостоятельному) соотнесению, соподчинению, связыванию разных видов деятельности по смысловым основаниям, в результате чего формируется их динамическая система – индивидуальная жизнедеятельность. В условиях личностной зрелости отдельные деятельности

строятся и развертываются не иначе, как «молярные единицы жизни», т. е. через соотнесение с ведущим «мотивом» личности – смыслом жизни, в свете которого как бы санкционируются одни и дискредитируются другие занятия, дела, поступки. Если «первоначально личность есть совокупность отдельных отношений – деятельностей», то «на своем высшем уровне это есть «цельная» личность, деятельность которой есть единая система иерархизированных действий; это – целеустремленная личность, это личность, всякий акт которой может быть понят из единой общей цели, подчиняющей себе всю жизнь человека» [271, с. 183]. У зрелой личности разные виды деятельности оказываются несамостоятельными и взаимозависимыми в функциональном плане: они функционируют как система, объединенная общей задачей реализации смысла индивидуальной жизни. В этой связи психологическое изучение любой деятельности зрелой личности «непреренно потребует анализа того места, которое данная деятельность занимает в жизни» [271, с. 241]. Это требование продиктовано тем, что отдельные деятельности взрослого человека все же не являются абсолютно отдельными: они «не соположены одна рядом с другой, а взаимосвязаны и соподчинены. Как бы мы ни очерчивали деятельность, все-таки деятельность входит в некоторые цели человеческой жизни» [271, с. 242]. Конечно, не все деятельности личности оказываются непосредственно реализующими смысл ее жизни. Некоторые из них осуществляются только ради того, чтобы создавать условия и возможности, устранять препятствия и ограничения для других деятельностей, воплощающих собственно смысл жизни. Некоторые деятельности вообще не обнаруживают никакой связи с реализацией жизненно значимого, кроме собственных локальных мотивов, и потому воспринимаются личностью как отчужденная, бессмысленная часть жизни. «Не всякая фактически осуществляющаяся деятельность человека есть действительно часть его жизни. При известных исторических условиях отдельные жизненные отношения могут отчуждаться от человека» [271, с. 201].

Таким образом, в контексте теории деятельности А. Н. Леонтьева понятие «жизнедеятельность» обретает конкретно-психологическое содержание и означает *высшую форму интеграции (высший уровень организации) индивидуальной деятельности личности, подчиненную интересам практической реализации индивидуального смысла жизни*. В реальности жизнедеятельность существует как *полидеятельностное образование*, что создает парадокс ее психологического анализа. Он заключается в том, что если из индивидуальной жизни «вычесть» все частные виды деятельности, то в остатке невозможно будет обнаружить какую-то особую, специальную («смысло-жизненную») деятельность, подчиненную необходимости реализовать смысл жизни. Это недоразумение устраняется, как только жизнедеятельность начинает рассматриваться не как самостоятельный, парциальный, специфический вид деятельности, соположенный другим деятельностям в жизни личности, а как особый уровень организации и координации всех этих деятельностей в масштабе ин-

дивидуальной биографии. Иными словами, осуществление личностью собственной жизнедеятельности, практическая реализация смысла своей жизни – не какой-то совершенно самостоятельный процесс, протекающий параллельно остальным деятельности, а такой процесс, который реализуется через выполнение этих деятельностей. Включаясь в состав жизнедеятельности, частные виды деятельности, как правило, трансформируются в операциональные средства и способы ее реализации личностью. Здесь уместно вспомнить общий принцип, которому подчиняются межуровневые отношения в психологической структуре деятельности: «Наличный высший уровень всегда остается ведущим, но он может реализовать себя только с помощью уровней нижележащих и в этом от них зависит» [267, с. 232–233].

В заключение следует подчеркнуть, что через понятие «жизнедеятельность» теория деятельности сообщается с областью психологических исследований личности как субъекта жизни, в том числе и с проблемами смысла жизни и смысложизненного кризиса. Если принять, что смысл жизни суть связанная система мотивов личности, то в структурной организации деятельности ему должен отвечать уровень целостной жизнедеятельности – связанной системы частных деятельностей. Тем самым пара понятий «смысл жизни» – «жизнедеятельность» надстраивает дополнительный уровень к общепризнанной трехуровневой схеме строения деятельности (рисунок 4).

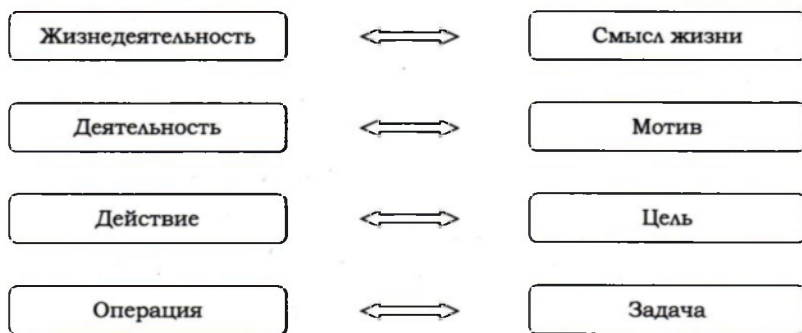


Рисунок 4 – Жизнедеятельность как высший уровень структурной организации индивидуальной деятельности

6.4. Жизнедеятельность личности как метадеятельность

Жизнедеятельность, как следует из предшествующего изложения, не сводится к отдельному виду деятельности, пусть даже чрезвычайно сложному по сравнению с другими деятельностями личности. Общепсихологическое решение проблемы заключается в том, чтобы рассматривать ее как *высший, интегральный уровень* струк-

турной организации индивидуальной деятельности, возвышающийся над такими уровнями, как самостоятельная деятельность, действие и операция. Самый важный момент, который необходимо при этом подчеркнуть, – жизнедеятельность не прибавляется в качестве еще одного вида к тому репертуару деятельностей, которым владеет конкретная личность. Она выступает именно *интегральной формой (полисистемой) и метасистемным уровнем (метауровнем)* организации всех видов деятельности, которые практикуются личностью в индивидуальной жизни. Жизнедеятельность надстраивается над ними в качестве системы более высокого порядка и подчиняет их развитие и функционирование новым закономерностям, не выводимым из внутренних особенностей частных видов деятельности. Этот момент особо подчеркивается некоторыми философами, например, В. П. Ивановым: «Не сами деятельности, а их особый набор, индивидуальная номенклатура и иерархия могут образовать некоторую конфигурацию, лежащую в основе самобытного характера и жизненной ориентации личности. ... Над совокупностью деятельностей, которыми занята личность, возвышается самый универсальный и синтетический процесс – жизнь» [317, с. 60, 62]. Фактически тот же аспект акцентирует И. О. Мартынюк: «Категория «жизнедеятельность» отражает целостное состояние субъекта, являющееся не просто совокупностью, но системой видов и форм его деятельности в определенный период. Именно с жизнедеятельностью в целом – как системой деятельности – связаны, на наш взгляд, те жизненные цели, которые не может поставить перед собой личность, выступающая в качестве субъекта какого-то одного вида деятельности» [312, с. 67].

Закономерности, привносимые вместе с образованием жизнедеятельности в строение и движение частных видов деятельности, не наслаиваются на их собственные закономерности, а замещают и перестраивают их. Поэтому психологическое описание структуры и динамики любой частной деятельности взрослого человека, не учитывающее ее принадлежность к более сложной и общей системе жизнедеятельности, является безжизненной абстракцией. Чтобы придать этому описанию большую достоверность и жизненность, необходимо учитывать, что любая деятельность взрослого человека практически никогда не является полностью автономной, изолированной от других видов деятельности и замкнутой только на своем предмете; она всегда включена в процесс взаимодействия личности с собственной жизнью и скоординирована с другими деятельностями в составе целостности более высокого порядка.

Будучи особой формой связывания, координации и интеграции доступных для личности видов деятельности в масштабе целостной жизни, жизнедеятельность в реальности существует как полидеятельностное образование. Она «соткана» из этих видов деятельности и разворачивается как определенная их последовательность во времени и пространстве жизни. По своей форме и внешним выражениям жизнедеятельность не выходит за пределы отдельных видов деятельности, но по своему психологическому содержанию, организации, детерминантам она превосходит все частные деятельности.

Жизнедеятельность возникает и проявляется именно как *новое психологическое измерение* в структурно-уровневой организации каждой из них, через которое частная деятельность сообщается с другими деятельностями данной личности. В этом измерении дискретные виды деятельности отчасти теряют свою самостоятельность и превращаются в частные «жизнедействия», которые реализуют какую-то часть жизненного замысла личности. К их регуляции подключаются новые, более мощные психические структуры, процессы и механизмы, обеспечивающие долгосрочное, стратегическое, транзитивное подчинение этих видов деятельности интересам реализации смысла жизни. По своему назначению они начинают служить уже не только в качестве способов осуществления, лежащих за ними мотивов, целей и задач, но и в качестве средств воплощения смысла жизни, жизненных целей, планов и программ. При определенных условиях отдельный вид деятельности может возвыситься до уровня целостной жизнедеятельности и занять центральное место в индивидуальной жизни, узурпируя все ее пространство и время и вытесняя на периферию другие деятельности. Но для этого собственный мотив данного вида деятельности по своей значимости должен вырасти до масштабов смысла всей жизни, стать ведущим смыслообразующим ориентиром жизненного пути личности.

Отсюда следует, что *существуют особые (метасистемные) механизмы и закономерности развития, структурирования, функционирования жизнедеятельности как полидеятельностного образования, не исчерпывающиеся теми законами, которые характеризуют собственной строение и движение входящих в нее отдельных деятельностей*. В аналитических целях эти метасистемные механизмы и закономерности могут быть подразделены на две группы: во-первых, механизмы и закономерности психологических трансформаций, которые происходят с отдельными видами деятельности при их консолидации, инкорпорации в структуру жизнедеятельности личности; во-вторых, собственные механизмы и закономерности формирования и функционирования жизнедеятельности, которая не редуцируется к сумме слагающих ее частных деятельностей.

Психологические механизмы и закономерности, свойственные жизнедеятельности как целому и отдельным деятельностям как ее составным частям («жизнедействиям»), еще сравнительно слабо освещены в науке. Это объясняется тем, что традиционный вариант принципа системности (системного подхода), на который опираются научные исследования деятельности, до конца не раскрывает всей ее психологической сложности и многомерности, в том числе не предусматривает в ее строении такого интегрального метауровня, каким является жизнедеятельность. Для психологии неоспоримым является тезис о том, что «деятельность – это не реакция и не совокупность реакций, а система, имеющая строение, свои внутренние переходы и превращения, свое развитие» [267, с. 82]. Внутри индивидуальной деятельности принято вычленять иерархически соподчиненные уровни структурной организации: операционный, действенный и уровень самостоятельной целостной деятельности [267;

296; 400; 498]. Сообразно с этим подавляющее большинство теоретических и эмпирических работ ориентировано на выявление психологических закономерностей формирования, структурирования и функционирования названных уровней, а также на динамику межуровневых переходов, составляющих логику собственного развития и распада деятельности. Психологическое исследование как бы замыкается внутри отдельно взятой деятельности, при этом теряя из виду вышележащий уровень жизнедеятельности. Это ограничение традиционного подхода к системно-структурному анализу деятельности констатируют и другие современные исследователи: «В настоящее время как в общей психологии, так и в отдельных ее отраслях наиболее исследованным является уровень деятельности и ее структурных уровней, т. е. внутридеятельностные контуры. В то же время аналогичные механизмы и закономерности, существующие в более широких жизненных контекстах, которые располагаются выше уровня деятельности, исследованы в гораздо меньшей степени. Представляется необходимым распространить и конкретизировать методологические представления о стабилизации и самодвижении деятельности и для более масштабных и обобщенных контуров жизнедеятельности, представляющих собой сложные системы деятельности», – отмечает Н. Р. Салихова [408, с. 89].

На наш взгляд, чтобы выявить специфику жизнедеятельности именно в качестве *метауровня индивидуальной деятельности и метадеятельности личности как субъекта жизни*, целесообразно прибегнуть к методологии *метасистемного подхода*, разработанной А. В. Карповым [220; 221]. Данный подход существенно расширяет классические представления и процедуры структурно-уровневого анализа деятельности. А. В. Карповым обосновано существование не трех, а пяти основных уровней в многомерной организации деятельности. С точки зрения метасистемного подхода, в структуре любой сложной целостности могут быть дифференцированы следующие уровни: элементный, компонентный, субсистемный, системный и метасистемный. В приложении к «морфологии» деятельности эти общие уровни конкретизируются следующим образом: элементный уровень совпадает с операциями, компонентный – с действиями, субсистемный – с устойчивыми комплексами, паттернами действий, системный – с целостной самостоятельной деятельностью. В рамках настоящего исследования особое значение имеет выделение метасистемного уровня в психологической «архитектонике» деятельности. А. В. Карпов подчеркивает, что «с позиций общего решения проблемы иерархии уровней необходимо учитывать и то, что любая сложная целостность сама выступает как составляющая еще более широкой и общей *метасистемы*. В составе последней то или иное явление (процесс) вообще только и может существовать не как абстракция, а как онтологическое образование; приобретает свое конкретное «внутрисистемное» бытие. Во взаимодействии с метасистемой явление, процесс приобретает новые качественные характеристики, измерения и параметры, которые образуют в совокупности высший (*метасистемный*) уровень организации» [219, с. 132].

В русле метасистемного подхода к структурно-уровневому анализу деятельности узловой вопрос состоит в том, что же выступает в качестве более общей и широкой системы (метасистемы) по отношению к индивидуальной деятельности личности. В психологических исследованиях показано, что применительно к индивидуальной деятельности метасистемой может служить совместная деятельность коллективного субъекта (А. Л. Журавлев); и сама индивидуальная деятельность может быть такой метасистемой в случае, если ее предметом становится деятельность другого субъекта, а целью – формирование, управление, организация, оптимизация этой деятельности (например, педагогическая деятельность по отношению к учебной деятельности (Ю. Н. Кулюткин) или управленческая деятельность в отношении к деятельности подчиненных (А. В. Карпов)).

По нашему мнению, метасистемный подход может быть с успехом экстраполирован на психологические механизмы и закономерности жизнедеятельности личности. С позиций данного подхода жизнедеятельность может быть определена как *метасистемный уровень организации индивидуальной деятельности*, или как *метадеятельность – активность личности в качестве субъекта жизни, которая направлена на оперирование доступными видами деятельности с целью продуктивной реализации индивидуального смысла жизни*. В метасистемном аспекте жизнедеятельность предстает как *деятельность второго порядка*, надстраивающаяся над множеством доступных личности видов деятельности и обеспечивающая такую их координацию (интеграцию, координацию, субординацию и т. д.), которая оптимальна для осуществления личностью смысла собственной жизни. Исходя из этого, психологическое исследование жизнедеятельности должно выявлять: 1) *метасистемные свойства*, которые отдельные виды деятельности (учебная, профессиональная и т. д.) приобретают по мере включения в состав жизнедеятельности, т. е. взяты не сами по себе, а в их отношении к практической реализации смысла жизни и строительству индивидуального жизненного пути; 2) *метадеятельностные формы активности*, ориентированные на координацию и субординацию этих видов деятельности в пространстве и времени индивидуальной жизни.

В первую очередь, необходимо учитывать, что *встраиваясь в структуру жизнедеятельности, каждая конкретная деятельность наделяется особыми свойствами метасистемного характера*. Чтобы раскрыть сущность этих метасистемных свойств, необходимо принять во внимание, какие регуляторные процессы, структуры и механизмы обеспечивают функционирование жизнедеятельности или, точнее, какова специфика ее психической регуляции. Ведущим регулятором жизнедеятельности выступает смысл жизни, вокруг которого формируется целая система производных психобиографических регуляторов: жизненных целей и задач, жизненных планов и программ, субъективных критериев жизненного успеха-неуспеха и т. д. Поскольку смысл жизни является функциональным «ядром» психической регуляции индивидуальной жизнедеятельности, именно он конституирует личность в качестве субъекта жизни. В свою оче-

редь, у каждой частной деятельности наличествуют собственные смыслообразующие мотивы, цели и задачи, которые обособляют ее в ряду других деятельностей и конституируют личность в качестве субъекта этой деятельности. Вместе с ее внедрением в структуру жизнедеятельности психические структуры и процессы, складывающиеся и функционирующие в рамках данной деятельности, начинают функционально «сниматься» психической регуляцией жизненного пути личности. Это значит, что они начинают испытывать на себе корригирующее воздействие со стороны смысла жизни и других психобиографических структур, образующих внутреннюю сторону жизнедеятельности.

Метасистемный анализ как раз и сосредотачивается на том, как присущие отдельному виду деятельности мотивы, цели и задачи соотносятся с психологической структурой жизнедеятельности, которая задана смыслом жизни, жизненными целями, планами, программами и т. д. Ведущий и конечный мотив частного вида деятельности может приобретать разный психологический статус в составе жизнедеятельности. Он может полностью «срастаться» со смыслом жизни как главенствующим мотивом жизнедеятельности; может быть одним из структурных компонентов в сложной динамической организации смысла жизни; может низводиться в контексте целостного жизненного пути до ранга частной цели или задачи, не обладающей самостоятельным мотивирующим значением; может быть выведен за рамки внутренней мотивационно-целевой структуры жизнедеятельности вообще. В зависимости от этого внутреннего соотношения частная деятельность объективно по-разному позиционируется в структуре целостной жизнедеятельности личности.

В целом можно утверждать, что *метасистемные свойства характеризуют деятельность как составную часть жизнедеятельности и детерминируются ее объективным отношением к смыслу жизни и процессу его практической реализации.* В той мере, в какой тот или иной вид деятельности взрослого человека участвует в реализации смысла жизни, он или инкорпорируется, или выпадает из структуры жизнедеятельности. Чтобы установить место и роль частного вида деятельности в структуре жизнедеятельности взрослого человека, необходимо проанализировать содержательное и структурное соотношение внутренних мотивов, целей и задач данной деятельности со смыслом жизни как собственным «мотивом» жизнедеятельности. Метасистемный подход позволяет рассматривать жизнедеятельность не как «одну из» спектра видов деятельности, которыми владеет субъект, а как полидеятельностное образование, интегрирующее самые различные виды деятельности субъекта в рамках единой смысловой направленности жизненного пути.

Основной характеристикой места и роли отдельной деятельности в контексте практической реализации смысла жизни выступает ее жизненный смысл. *Жизненный смысл – это объективное отношение определенной деятельности к процессу практической реализации личностью смысла своей жизни, ее инструментальное значение для построения индивидуального жизненного пути.* В индиви-

дуальной психике жизненный смысл той или иной деятельности представлен в форме смысловых структур и процессов, которые, во-первых, определяя пристрастное отношение личности к этому виду деятельности, во-вторых, регулируют ее субъектную активность, направленную на оперирование и распоряжение данной деятельностью как частью собственной жизни.

Одной из актуальных задач метасистемного анализа является систематизация тех способов, при помощи которых субъект «состыковывает» частные виды деятельности со смыслом жизни и вписывает их в структуру собственной жизнедеятельности. Ее решение, прежде всего, требует построения типологии жизненного смысла деятельности, т. е. обобщения наиболее распространенных вариантов смыслового отношения личности к частным действиям как структурно-функциональным единицам собственной жизни. На наш взгляд, здесь целесообразно воспользоваться общепсихологической классификацией смыслов, введенной В. В. Столиным и М. Кальвино: «Можно рассматривать четыре возможных отношения, в качестве которых может выступать то или иное явление в структуре деятельности: 1) явление выступает в качестве мотива, 2) явление представляет собой условие, способствующее достижению мотива, 3) явление представляет собой условие, препятствующее достижению мотива, 4) явление представляет собой условие, содействующее достижению одного мотива и препятствующее достижению другого. Этим четырём отношениям соответствуют и четыре возможных смысла явления: смысл мотива, позитивный смысл, негативный смысл, конфликтный смысл» [142, с. 19]. Сообразно с приведенной классификацией любая частная деятельность может приобретать в структуре целостной жизнедеятельности следующий жизненный смысл [158]:

1. Деятельность как смысл жизни. В данном случае частная деятельность всецело сливается с жизнедеятельностью и предстает не как один из многих видов деятельности, практикуемых в индивидуальной жизни, а как дело всей жизни, превосходящее по своей значимости остальные занятия. Личность прокладывает свой жизненный путь посредством осуществления данной деятельности, соединяя в этом процессе функции субъекта деятельности и субъекта жизни. Такое тождество частной деятельности и жизнедеятельности наблюдается тогда, когда собственные мотивы данной деятельности приобретают характер ведущих жизненных мотивов, подчиняющих себе мотивы всех остальных видов деятельности в индивидуальной жизни. В данном случае эти мотивы совпадают со смыслом жизни и являются уже не просто мотивами, но смысло-жизненными ценностями личности. Частная деятельность, разрастаясь до масштабов жизнедеятельности, стремится занять все пространство и время индивидуальной жизни. Все остальные виды деятельности, выполняемые личностью, оцениваются с точки зрения их вклада в успешную реализацию этой главенствующей деятельности. Они не просто играют в жизни второстепенную роль, но обслуживают ее в качестве вспомогательных занятий.

Во всех следующих ниже случаях частная деятельность имеет уже не «терминальный», а «инструментальный» смысл, т. е. осмысливается личностью не как самоценность в жизни, а как сопутствующий фактор – средство либо преграда – для реализации смысла жизни, полностью не совпадающего с собственными мотивами данной деятельности.

2. *Позитивный жизненный смысл деятельности.* В данном случае деятельность объективно способствует реализации человеком смысла его жизни. Мотивы данной деятельности в системе смысловой регуляции жизненного пути личности взаимодействуют со смыслом жизни как «мотивы-стимуль» (А. Н. Леонтьев). Сообразно этому внутреннему соотношению в объективном плане деятельность входит в структуру жизнедеятельности в качестве одного из основных звеньев – «жизнедействий». Фактически, она расценивается и используется личностью в качестве удобного средства или подходящего способа для построения жизненного пути. При этом присутствует переживание позитивной значимости, но отсутствует максимальная вовлеченность, поглощенность личности этой деятельностью.

3. *Негативный жизненный смысл деятельности.* В данном случае деятельность объективно препятствует осуществлению смысла жизни. В структуре жизнедеятельности она занимает место преграды, которая блокирует и осложняет реализацию личностью избранного пути в жизни. Направленность мотивов данной деятельности, как правило, противоречит смыслу жизни, в силу чего в процессе смысловой регуляции жизненного пути они выступают как «мотивы-помехи» (В. К. Вильюнас). Другими словами, выполнение такой деятельности не только не приближает, но и отдаляет личность от смысла жизни.

4. *Конфликтный жизненный смысл деятельности.* Здесь деятельность одновременно помогает практическому воплощению одних, но мешает реализации других ценностей, входящих в структуру смысла жизни. Данный вид смыслового отношения личности к частной деятельности обусловлен сложносоставным, системным строением смысла жизни. Будучи динамической смысловой системой, смысл жизни объемлет не одну, а, как правило, несколько смысложизненных ценностей, которые придают любой частной деятельности различные жизненные смыслы. Это означает, что индивидуальная жизнедеятельность является полимотивированной, а каждая включенная в ее структуру частная деятельность – полиосмысленной формой личностной активности. Для актуализации конфликтного смысла частной деятельности необходимо столкновение личности с особой жизненной ситуацией, которая поляризует отношения между различными составляющими смысла жизни. Например, если для человека в жизни одинаково важны ценности «семья» и «работа», то такой ситуацией может явиться долгосрочная командировка, которая, с одной стороны, обещает новые возможности в профессии, а с другой стороны, судит невозможность занятия теми видами деятельности, которые требуют непосредственного общения с членами семьи. В динамической структуре смысла жизни,

таким образом, могут соединяться потенциально противоречивые ценности, в свете которых любая частная деятельность может приобрести конфликтный жизненный смысл.

Наряду с описанными выше видами жизненного смысла следует предусмотреть еще один вариант соотношения частной деятельности с целостной жизнедеятельностью личности. В этом варианте частная деятельность не имеет никакого жизненного смысла, поскольку ее собственные мотивы совершенно не пересекаются со смыслом жизни и реализуются человеком обособленно от магистральной линии жизненного пути. В данной ситуации можно говорить о *смысловом отчуждении деятельности*, которая переживается как бессмысленное, бесперспективное в масштабе жизни занятие и выполняется только лишь в силу внешней необходимости, а не по внутреннему побуждению и убеждению. Судьба такой деятельности, скорее всего, в том, чтобы быть отодвинутой на периферию, либо навсегда отторгнутой из индивидуальной жизни.

Жизнедеятельность как метауровень организации каждой конкретной деятельности проявляется не только через ее метасистемное свойство – жизненный смысл, но также выражается в особых формах активности, которые осуществляются личностью как субъектом жизни и выходят за пределы любой частной деятельности. Эти формы субъектной активности предназначены для оперирования основными и выполняемыми деятельностями как единицами жизни: их связывание, соподчинение, координацию в пространстве и времени индивидуальной жизни и характеризуют жизнедеятельность собственно, как *метадеятельность*, т. е. *деятельность по управлению другими деятельностями личности*.

Важнейшая задача субъекта жизни заключается в совмещении и соподчинении всех доступных ему видов деятельности в составе жизнедеятельности так, чтобы они максимально содействовали реализации смысла жизни. В роли субъекта жизни личность призвана обеспечить: 1) распределение жизненных ресурсов (временных, энергетических, материальных и других) между отдельными деятельностями, включенными в структуру ее жизнедеятельности; 2) сообразование каждой частной деятельности, входящей в структуру жизнедеятельности, со смыслом жизни, что предполагает преобразование ее внутреннего строения и оптимизацию ее динамики; 3) координацию и субординацию всех парциальных видов деятельности в составе жизнедеятельности, в результате чего складывается более или менее удачная их «композиция». Все это характеризует личность как субъекта целостной жизни, а не частных видов деятельности, и предполагает «внутреннюю активность по «сшиванию швов» между различными деятельностями человека» [446, с. 99]. Но возникает вопрос – чем регулируется эта специфическая субъектная активность?

Очевидно, что личность, изменяющая в функции субъекта жизни конкретный вид деятельности, руководствуется в своей активности жизненным смыслом этой деятельности. В соответствии с этим

смыслом личности приходится какими-то видами деятельности поступаться, а какие-то виды деятельности отстаивать. Во всяком случае, они выступают не как недвижимый балласт, но превращаются в объект ее активного отношения. На этом этапе характер взаимосвязи личности и системы ее деятельностей объективно меняется: если раньше деятельности направляли ход развития личности и предрешали ее психологическую судьбу, то теперь личность способна вершить судьбу каждой отдельной деятельности, сохраняя или отбрасывая ее как объективную часть своей жизни. Субъект жизни воспроизводит различные виды деятельности не в отрыве друг от друга, а в системном единстве, которое и есть человеческая жизнь.

Индивидуальная жизнедеятельность хотя и складывается из частных видов деятельностей, но не сводится к их сумме или аддитивной совокупности. Ее состав не исчерпывается только этими деятельностями и вмещает в себя специфические формы личностной активности, направленные на их структурирование и соподчинение, а иногда даже их изменение, отчуждение и разрушение. Одной из таких форм активности субъекта служит *поступок*, который, по меткому определению А. А. Леонтьева, «является своего рода единицей деятельности, но не всякой, а той системообразующей деятельности, которая «завязывает в узел» другие деятельности человека и соотнесена с прогнозированием и проектированием его жизненного пути» [265, с. 289]. Развернутый психологический анализ поступка как формы активности субъекта жизни и метадействия (деяния) в структуре жизнедеятельности выполнен в ряде наших публикаций [158; 159; 216].

Таким образом, в психологии понятие «жизнедеятельность» может обозначать метасистемный уровень организации освоенных и выполняемых личностью видов деятельности и те формы ее субъектной активности, которые необходимы для связывания, координации и интеграции этих видов деятельности в процессе практической реализации смысла жизни. Такой подход определяет видение жизнедеятельности как специфической формы осознанной произвольной активности субъекта, направленной на преобразование индивидуальной жизни в соответствии с ее личностным смыслом и в конечном итоге результирующей в особом «продукте» – индивидуальном жизненном пути.

Представленная концепция позволяет очертить *деятельностный аспект смысложизненного кризиса* в развитии личности. В данном аспекте кризис проявляется в *первичной несформированности или вторичной дезинтеграции, деструкции, распаде жизнедеятельности*. Процессуальная сторона данного состояния выражается в бессистемности, неупорядоченности различных дел и занятий, «разрывающих» повседневную жизнь на несвязанные эпизоды, а в тяжелых формах – в хаотическом, сумбурном метании между разными деятельностями, либо жестко регламентированном их исполнении и извне заданном их чередовании. Это обусловлено несформированностью или разрушением сложных смысловых отношений между

деятельностями и преобладанием простейших связей, которые продиктованы внутренней динамикой потребностей либо требованиями ситуации и внешнего окружения. Результативная сторона кризиса проявляется в непродуктивности жизнедеятельности – отсутствии, полной неопределенности или обрыве, незавершенности, непоследовательности жизненного пути личности.

Нормативная логика возрастного развития индивидуальной деятельности заключается в том, что сначала формируются личностно-регуляторные механизмы, которые позволяют соединять разрозненные операции и действия в целостную деятельность. На этой ступени уже есть субъект отдельной деятельности, но еще нет субъекта жизни в целом. Он появляется по мере созревания механизмов личностной регуляции, обеспечивающих интеграцию, синтез отдельных видов деятельности в целостность более высокого ранга – индивидуальную жизнедеятельность. Регуляторные процессы, структуры и механизмы, способствующие агрегированию дискретных операций и действий в целостную деятельность, а затем – автономных деятельностей в единую жизнедеятельность, имеют общую смысловую природу. Но если самостоятельность частной деятельности и ее субъекта конституируется мотивом, то на уровне субъекта жизни и целостной жизнедеятельности такой конститутивной структурой служит смысл жизни. Он отвечает за системное смысловое строение совокупности деятельностей, которое и есть индивидуальная жизнедеятельность личности.

На этом основании можно утверждать, что кризисное состояние жизнедеятельности как с процессуальной, так и с результативной стороны детерминируется психологическими затруднениями личности в обретении, сохранении и осуществлении смысла жизни. Деформации и деструкции жизнедеятельности с предельной четкостью обнажают смысложизненные дефициты и кризисы в развитии личности. Смысложизненный кризис – это особый случай недоразвития либо распада жизнедеятельности личности, обусловленный отсутствием, потерей либо невозможностью реализовать некогда избранный смысл жизни.

ГЛАВА 7 НЕОПТИМАЛЬНЫЙ СМЫСЛ ЖИЗНИ КАК ФАКТОР КРИЗИСА В РАЗВИТИИ ЛИЧНОСТИ



Представленная в предыдущих главах общепсихологическая концепция обладает высокими объяснительными возможностями в отношении различных аспектов смысложизненного кризиса (феноменологии, детерминации, динамики, патогенеза, систематики и др.). Ее эвристический потенциал раскрывается, в частности, в способности порождать нетривиальные решения традиционных проблем, а также проблематизировать устоявшиеся постулаты в области психологических исследований смысла жизни и смысложизненного кризиса. Одним из таких постулатов является «*постулат оптимальности смысла жизни*», который существенно сужает и упрощает научно-психологические воззрения на роль смысла жизни и смысложизненного кризиса в развитии личности [171].

Настоящая глава посвящена критическому анализу и проблематизации данного постулата, что открывает возможность расширения и углубления существующих представлений о психологической феноменологии, механизмах и закономерностях смысложизненного кризиса. Превращение вопроса о функциональной оптимальности смысла жизни из закостеневшего постулата в открытую проблему позволяет выделить и описать специфический *вид смысложизненного кризиса*, в детерминацию которого основной вклад вносят дисфункциональные, дисрегуляторные свойства принятого и реализуемого личностью смысла жизни. Необычность данной этиологической разновидности кризиса – *кризиса неоптимального смысла жизни* – заключается в том, что фактором торможения развития и источником психологических страданий личности становится не отсутствие или потеря, а именно присутствие смысла в ее жизни. Преодоление такого кризиса парадоксальным образом требует не обретения и сохранения, а, наоборот, утраты и освобождения от наличного смысла жизни.

Новые идеи о функциональной оптимальности смысла жизни и о кризисе неоптимального смысла жизни являются логическим продолжением излагаемой в монографии общепсихологической концепции и демонстрируют ее познавательную ценность применительно к проблемам, которые оставались нерешенными и даже незатронутыми в существующих подходах и теориях.

7.1. Функциональная оптимальность смысла жизни: постулат или проблема?

В соответствии с разграничением исследований описательного и объяснительного типов, принятым в методологии науки, могут быть выделены два подхода к психологическому анализу смысла жизни. В наших публикациях они были обозначены как *феноменальный* и

функциональный, поскольку предметом изучения первого подхода выступает *смысложизненная феноменология*, тогда как второй подход направлен на *смысложизненную регуляцию* [171].

В рамках функционального (регуляторного) подхода³ психическое явление анализируется не просто как уникальный феномен внутреннего мира человека, а, в первую очередь, как регулятор человеческого бытия – конкретных форм поведения, видов деятельности и целостной жизнедеятельности. В результате оно предстает в качестве более или менее автономного функционального блока или звена в сложносоставном, многоуровневом психическом механизме регуляции произвольной человеческой активности. Функциональный анализ как способ изучения психических явлений в ракурсе их регулирующей функции в настоящее время воплощен в самых разных теоретических подходах. При таком способе анализа, как справедливо отмечает В. И. Моросанова, «необходимо выяснить, реализацию каких из собственно регуляторных функций обеспечивает исследуемая переменная и служит ли она при этом психическим средством осуществления регуляторных функций или специфическим источником информации, необходимой для реализации процесса саморегуляции, или является необходимым условием осуществления регуляции» [323, с. 33]. Те признаки, которые при феноменальном подходе идентифицируют психическое явление в качестве его атрибутов, в контексте функционального анализа приобретают значение регуляторных параметров, так или иначе влияющих на успешность (продуктивность и надежность) произвольной активности человека. Тем самым исследование фокусируется не на специфике феномена как такового и его уникальных свойствах, а на зависимости внешней и внутренней произвольной активности человека от его особенностей и характеристик, которые могут оказываться оптимальными, неоптимальными или даже пессимальными для успеха этой активности. Соответственно, в русле функционального анализа каждое психическое явление оценивается через призму вклада в эффективную регуляцию либо дисрегуляцию разнообразных форм поведения и деятельности.

Общезвестно, что функциональность психического явления в качестве регулятора определяется его развитостью (зрелостью), сохранностью (целостностью) и совершенством, а также зависит от его содержательных, структурных и прочих регуляторно значимых особенностей. В конечном итоге, такой подход нацелен на поиск и установление *регуляторных оптимумов* – диапазонов качественной определенности или количественной выраженности, в пределах которых психические явления (процессы, состояния, свойства) наилучшим образом выполняют свою регулирующую функцию, способствуя успешности отдельных видов деятельности и целостной жизнедеятельности человека.

³Термин «функциональный подход» применительно к изучению процессов и механизмов саморегуляции в поведении животных и человека впервые был заявлен в статье Н. Винера, А. Розенблюта и Н. Бигелоу «Поведение, целенаправленность и телеология» (1968).

В исследовании любого психического явления феноменальный и регуляторный подходы одинаково важны и в идеале должны реализовываться в единстве, дополнять друг друга. В реальности же они зачастую осуществляются последовательно, составляя этапы или ступени научно-психологического анализа, либо параллельно, образуя альтернативные способы видения одного и того же психического явления. Сказанное весьма актуально для современной психологии смысла жизни, где *исследования феноменологии значительно преобладают над анализом регуляtorики*.

В контексте функционального изучения смысла жизни представит, прежде всего, как психический регулятор, оптимальность которого выражается в регуляторной мощности и качестве исполнения регулирующих функций в контексте всевозможных форм производной активности и развития личности. *Ключевой задачей* для данного подхода является *определение психологических условий и факторов оптимальности смысложизненной регуляции индивидуальной жизнедеятельности и онтогенетического развития личности*. Обратной стороной выступает *изучение дефектов, деформаций и дисфункций* смысла жизни, фигурирующих в качестве внутренних причин дизрегуляции жизнедеятельности и психологических факторов, провоцирующих кризисы, стагнацию, регресс личностного развития. В конечном итоге, насколько в регуляторном отношении оптимален индивидуальный смысл жизни, настолько велика вероятность, что личность состоится, утвердится и преуспеет в качестве субъекта собственной жизни. Выдвижение и исследование проблемы функциональной оптимальности-неоптимальности смысла жизни выводит категорию субъекта жизни из методолого-теоретического плана в плоскость конкретно-психологического анализа.

Доминирование феноменального над функциональным подходом в психологии смысла жизни объясняется как *онтологическими* (прежде всего, объективной сложностью и масштабностью смысла жизни как психического регулятора), так и *гносеологическими* причинами. В круг гносеологических причин входят некоторые догматические, косные и при этом не вполне корректные воззрения на роль смысла жизни в развитии, здоровье, благополучии и жизненной продуктивности личности. Основным научным стереотипом, господствующим в современной психологии (в большей степени – в зарубежной, в меньшей мере – в отечественной), является представление о смысле жизни как явлении, которое исполняет исключительно конструктивные функции в повседневной жизнедеятельности личности и оказывает единственно благотворное влияние на ее онтогенетическое развитие и психологическую судьбу. В наших работах это однобокое, неадекватное действительности положение было названо *«постулатом оптимальности смысла жизни»*. В самом общем виде «постулат оптимальности смысла жизни» можно определить, как научно-психологическое представление, согласно которому *смысл жизни является абсолютным, безусловным и неотъемлемым фактором полноценного существования, прогрессивного развития и продуктивного функционирования личности. Отсутствие или утрата – одним словом, дефицит смысла в жизни, напротив, при-*

знается неоптимальным или даже пессимальным состоянием, которое препятствует полнокровной жизни, благополучию и процветанию личности [171]. Этот постулат явно декларируется или незримо довлеет над многими исследованиями по смысложизненной проблематике, рассыпаясь на множество производных представлений: «лучше жить со смыслом, чем без смысла», «чем больше в жизни смысла, тем лучше», «смысл нужен всем, всегда, везде и во всем», «обретение смысла в жизни – благо, а отсутствие и потеря – беда», «главное – наличие смысла в жизни, а какой этот смысл по своим свойствам уже не столь важно» и т. п.

Хотя эти представления не всегда осознаются и озвучиваются, они весьма распространены в психологических исследованиях смысла жизни, смысложизненного кризиса и вообще любых феноменов, относящихся к смысложизненной реальности в психике и в поведении человека. В качестве своеобразных концептуальных установок они задают две магистральные канвы развертывания исследований в современной психологии смысла жизни: во-первых, *линию изучения смысла жизни как необходимого условия или обязательного компонента всевозможных позитивных состояний, процессов и свойств личности (субъективного и психологического благополучия, психического здоровья, продуктивной деятельности, успешной адаптации, нормального развития и т. д.)*; во-вторых, *линию изучения смысложизненного кризиса в качестве предпосылки и детерминанты самых разнообразных негативных состояний, процессов и свойств личности (дезадаптации, деформации, психопатологии, девиантного поведения и т. п.)*. Показательным эффектом установочного влияния «постулата оптимальности» на логику научного мышления является то, что эти линии не перекрещиваются между собой: *фактически отсутствуют исследования, поднимающие вопросы о негативном (деструктивном, ингибирующем, патогенном, дезадаптирующем и т. д.) воздействии смысла жизни и, наоборот, о позитивном (конструктивном, стимулирующем, оптимизирующем, саногенном и т. п.) воздействии смысложизненного кризиса на личность*.

Следует подчеркнуть, что представления, слагающие «постулат оптимальности смысла жизни», небеспопеченны: они базируются на огромном массиве теоретических работ и эмпирических данных, которые свидетельствуют, что осмысленность жизни для развития и функционирования личности в целом гораздо предпочтительнее, чем смысложизненный кризис и подобные ему смыслодефицитные состояния. Подлинная проблема заключается не в том, что «постулат оптимальности смысла жизни» ложен или ошибочен, а в том, что данное положение превратилось в практически незыблемую научную аксиому или максимум. Он выполняет функцию инерционной установки, которая сдерживает разработку всесторонних, более сбалансированных и реалистичных представлений о роли смысла жизни и смысложизненного кризиса в существовании и развитии личности. Он препятствует, в частности, переводу психологических исследований смысла жизни с феноменального на функциональный уровень анализа, поскольку *оптимальность смысла жизни как пси-*

хического регулятора постулируется вместо того, чтобы подвергаться проблематизации и тщательному изучению.

Причины и пути становления данного постулата в зарубежной и отечественной психологии подробно освещены в специальной монографии [171, с. 23–55]. Здесь же необходимо отметить, что проникаясь идеей о безусловной и беспредельной оптимальности смысла жизни, исследователи зачастую упускают из виду, что *любой психический фактор имеет пределы положительного влияния на развитие и жизнедеятельность личности*⁴. Каковы эти пределы для смысла жизни как психического регулятора или, говоря иначе, при каких условиях смысложизненная регуляция обеспечивает оптимальное существование, развитие, функционирование личности? В современной психологии эта тема «повисает в воздухе», поскольку для постижения функциональных пределов смысла жизни, необходимо выйти за пределы «постулата оптимальности» и задаться, на первый взгляд, алогичными, парадоксальными вопросами: «При каких условиях наличие смысла в жизни оказывается психологическим бременем для личности и фактором стагнации ее развития?», «Когда для личности лучше не иметь смысла или его утратить, чем продолжать его преследование в жизни?», «Должна ли личность не только разрешать противоречия, связанные с поиском, сохранением и реализацией смысла жизни, но и сама создавать и заострять их, инициируя смысложизненные кризисы в собственном развитии?» и т. д.

Несмотря на то, что «постулат оптимальности» – это доведенная до логической крайности идея о позитивных функциях смысла жизни в жизнедеятельности и развитии личности, его преодоление не означает категорического отрицания самой этой идеи и, тем более, впадения в логическую противоположность. Важно понимать, что изъять «постулата оптимальности смысла жизни» состоит совсем не в том, что это в корне неверный взгляд или заблуждение, а в том, что это чрезмерно генерализованное и догматическое представление, которое не отражает реальной функциональной амбивалентности, неоднозначности смысла жизни как регулятора личностного развития и бытия. Отсюда и задача преодоления «постулата оптимальности» должна формулироваться не как необходимость его полного опровержения, развенчания и низложения, а как задача ограничения этого постулата посредством внесения поправок и оговорок на условия, при которых обретение, сохранение и реализация смысла в жизни действительно оптимизирует процессы личностного развития и бытия. Это значит показать, что оптимальность – не абсолютная, а относительная, не безусловная, а обусловленная, не априорная, а производная характеристика индивидуального смысла жизни, зависящая от множества условий, в первую очередь, от его собственных психологических особенностей.

⁴Наглядной иллюстрацией данной закономерности являются т. н. «предубеждения в пользу собственного Я», или «позитивные иллюзии» (self-serving bias), которые, по данным психологических исследований, способствуют адаптации и благополучию личности лишь в определенных пределах – «оптимальных границах неадекватности» (R. F. Baumeister, H. McAllister).

Эта научная задача может решаться различными способами. Первый способ заключается в изучении таких функциональных вариантов смысла жизни, которые наиболее очевидным образом стимулируют прогрессивное поступательное развитие, повышают продуктивность жизнедеятельности и, в конечном итоге, делают личность счастливой, благополучной и здоровой. Здесь реализуется логика выявления «лучшего из лучших», т. е. того функционального варианта смысла жизни, который является самым оптимальным среди прочих, тоже хороших и приемлемых вариантов. Для настоящей работы более перспективным представляется другой способ, связанный с выделением разновидностей функционально неоптимального или даже дисфункционального смысла жизни, который приносит в жизнедеятельность и в развитие личности специфические психологические проблемы. Здесь работает логика выявления «худшего из лучших», т. е. таких функциональных вариантов смысла жизни, которые не вполне справляются со своей регулирующей функцией, порождают трудноразрешимые противоречия в жизнедеятельности и тем самым нагнетают психологические кризисы в развитии личности.

Проблематизация и преодоление «постулата оптимальности» предполагает особую стратегию теоретического и эмпирического исследования смысла жизни, принципиально отличную от традиционной схемы его изучения в психологии. Повинуясь логике общенаучного и конкретно-психологического анализа оптимума [162; 171], в первую очередь, предстоит выделить и описать функционально значимые свойства смысла жизни (*признаки оптимума*); наметить субъективные и поведенческие проявления, которые могли бы свидетельствовать о качестве и мощности выполнения смыслом жизни свойственных ему функций (*критерии оптимума*); определить диапазоны качественной определенности и количественной выраженности психологических свойств смысла жизни, в которых он обнаруживает свою функциональную оптимальность (*параметры оптимума*); оговорить дополнительные и побочные условия, которые могут влиять на проявление функционально важных свойств смысла жизни (*условия оптимума*).

Такую стратегию функционального анализа можно охарактеризовать как *микроаналитическую* в противовес привычной для психологии смысла жизни *макроаналитической* стратегии. Главное различие этих исследовательских стратегий коренится в выборе «единиц» анализа смысложизненной феноменологии и регуляции. Макроанализ оперирует переменными, которые интегрально, синкретично и зачастую поверхностно отражают наличие либо отсутствие, сохранность либо потерянность смысла в жизни конкретной личности. Чаще всего эта переменная в континуальном виде предстает как уровень общей осмысленности жизни, а в дихотомическом виде – как противоположность двух базовых состояний «осмысленность жизни – смысложизненный кризис», которые целостно схватывают состояние смысложизненной регуляции в некоторый промежуток времени. При макроаналитической стратегии сложная, си-

стемно организованная психическая реальность репрезентируется, как правило, одной-единственной переменной, что, естественно, огрубляет реальную феноменологию смысла жизни и упрощает действительные механизмы смысложизненной регуляции.

Исследования, выдержанные в рамках макроаналитической стратегии, легко попадают в плен «постулата оптимальности смысла жизни» и подпитывают его своими результатами. Дело в том, что при такой стратегии функциональность смысла жизни предопределяется самим фактом его наличия (сформированностью и сохранностью). Отсутствие смысла в жизни (бессмысленность, смыслоутрата, смысложизненный кризис), напротив, отождествляется с дисфункциональным, пессимальным состоянием психической регуляции индивидуальной жизнедеятельности. Более того, открыто постулируется или неявно подразумевается, что чем выше уровень осмысленности жизни, тем ближе смысложизненная регуляция к своему функциональному оптимуму («чем больше смысла, тем лучше жизнь»). Всецело полагаясь на уровень осмысленности жизни – якобы единственное свидетельство оптимальности – исследователи обходят вниманием психологические свойства индивидуального смысла жизни.

Совершенно по-другому реализуется микроаналитическая стратегия функционального анализа [171; 202]. В ней наряду с интегральными показателями смысложизненной реальности (уровнем общей осмысленности жизни и (или) интенсивностью переживания смысложизненного кризиса) вычленяются парциальные показатели, описывающие содержательные и формальные особенности индивидуального смысла жизни как относительно изолированной психической системы в целостной организации личности. Психологические свойства смысла жизни выступают своеобразными «микроединицами» анализа, учет которых существенно уточняет представления о структуре и функционировании смысложизненной регуляции, а также расширяет пространство индивидуально-психологических различий, сцепленных со смыслом жизни. Главное преимущество микроаналитической стратегии заключается в том, что мера функциональной оптимальности смысла жизни выводится из его психологических свойств, рассматривается как производная от их индивидуального профиля и неповторимой конфигурации. Самое интересное то, что у исследователя возникает возможность связывания смысложизненных переменных не только с переменными иной природы, но и сопоставления макропоказателей и микропоказателей смысложизненной регуляции между собой. При этом устанавливается зависимость уровня общей осмысленности жизни и подверженности личности смысложизненному кризису от психологических свойств принятого и реализуемого ею смысла жизни.

Этот путь функционального анализа открывает перспективу, во-первых, для корректировки «постулата оптимальности», поскольку функциональность смысла жизни оказывается зависимой от комплекса его психологических свойств и эффектов их функционального взаимодействия; во-вторых, для дополнения и углубления науч-

ных представлений об этиологии (детерминации) смысложизненного кризиса в развитии личности. Как показывает специальный историко-теоретический обзор, в психологических исследованиях господствует представление о том, что данный кризис порождается отсутствием или потерей смысла в жизни, т. е. его ведущими этиологическими факторами служат первичный смыслодефицит (кризис бессмысленности) или вторичный дефицит (кризис смыслоутраты). Сведение детерминации смысложизненного кризиса к дефициту смысла в жизни является еще одним логическим следствием из «постулата оптимальности». В логике данного постулата сама идея того, что кризис может проистекать не только из отсутствия, но из наличия смысла в жизни, является недопустимой лишь потому, что наличие смысла (осмысленность жизни) априори декларируется оптимумом для существования, развития и функционирования личности. Между тем, микроаналитическая стратегия исследования позволяет предположить, что кризис индуцируют не только бессмысленность и смыслоутрата, но также принятие и попытки практической реализации такого смысла в жизни, который является функционально неоптимальным по своим психологическим (регуляторным) свойствам. Такой кризис называет как бы вопреки обретенному и сохранному смыслу и по своей этиологии квалифицируется как кризис дисрегуляции. Решающим этиологическим фактором при этом выступает функциональная неполноценность смысложизненной регуляции, которая существенно лимитирует продуктивность индивидуальной жизнедеятельности и лишает личность оснований для нормального, стабильного развития. Применение микроаналитической стратегии, таким образом, дает возможность для выделения особой этиологической разновидности смысложизненного кризиса, которая обусловлена функциональной неоптимальностью смысла жизни и по данному признаку не смешивается с традиционно постулируемыми кризисами бессмысленности и смыслоутраты.

Среди существующих теорий смысла жизни и смысложизненно-го кризиса обособляется небольшая группа концепций, выходящих за границы «постулата оптимальности» и намечающих контуры микроаналитической стратегии. К этой группе относятся концепции А. Адлера, К. Юнга, К. Обуховского, А. А. Кроника и Р. А. Ахмерова, М. Ш. Магомед-Эминова и В. Э. Чудновского (развернутый анализ этих концепций с точки зрения вклада в построение микроаналитической стратегии смысла жизни и смысложизненного кризиса дан в [171; 202]). Несмотря на разновременность их создания и существенные теоретические расхождения, они имеют несколько важных точек соприкосновения. Прежде всего, их сближает стремление к *разностороннему учету позитивных и негативных функций смысла жизни* в контраст подходам, для которых характерна *односторонняя абсолютизация позитивных функций* данного психического феномена. Эти концепции обстоятельно аргументируют тезис о *функциональной двойственности, амбивалентности смысла жизни*, в силу чего ставят под сомнение стереотипное научное мнение о его априорной, безусловной, абсолютной оптимальности. Все они

эксплицируют идею о том, что наличие смысла в жизни – это условное и относительное психологическое благо, которое при определенных обстоятельствах может превратиться в психологические бремена, отягощающее, затормаживающее и искажающее развитие личности. Эта идея является прямой контрверзой «постулату оптимальности смысла жизни». Вдобавок к этому в них обсуждаются некоторые признаки, параметры, критерии функциональной оптимальности смысложизненной регуляции, а также негативные психологические последствия, которые возникают в случае отклонения индивидуального смысла жизни от регуляторного оптимума. Вместе с тем, эти рассуждения и представления в большинстве своем носят характер теоретических предположений, допущений, гипотез, которые по сей день не подвергались строгой эмпирической проверке ни авторами, ни последователями рассмотренных концепций.

Таким образом, существуют веские теоретические основания полагать, что оптимальность смысла жизни выступает: во-первых, *не априорной, а апостериорной* характеристикой, которая опробуется исключительно опытно-практическим путем и выясняется только в процессе деятельной реализации смысла жизни; во-вторых, *не безусловной, а обусловленной* характеристикой, которая зависит от многих внешних обстоятельств и внутренних условий, прежде всего, содержательных, структурных и других психологических свойств самого смысла жизни; в-третьих, *не абсолютной, а разностной* характеристикой, которая позволяет дифференцировать людей с точки зрения способности контролировать и направлять ход собственной жизни, т. е. быть ее подлинным субъектом.

Далее логично допустить, что смысл жизни не всегда способен регулировать ее оптимальным образом, обеспечивая успешную самореализацию и восходящую динамику развития личности. В ряде случаев он может оказаться функционально неоптимальным, нефункциональным или даже дисфункциональным, что влечет за собой дизрегуляцию жизнедеятельности, нарушает адаптацию, затрудняет самореализацию личности, отягчает и затормаживает ее развитие, подрывает ее психологическое благополучие и здоровье. Для обозначения функциональной неоптимальности смысла жизни в психологии сложился тезаурус специальных терминов – «антисмысл», «псевдосмысл», «смысл-эрзац», а также «ошибочный», «фиктивный», «неадекватный», «дефектный», «ущербный», «деструктивный» смысл жизни. Все эти термины не носят строгого характера и фиксируют разные виды, формы и степени отклонения смысла жизни от набора условий, определяющих оптимум смысложизненной регуляции. Например, термин «ошибочный смысл жизни» неявно адресуется к параметрам оптимума, а термин «деструктивный смысл жизни» скрыто апеллирует к критериям оптимума. В связи с имплицитной привязкой этих терминов к идее оптимума, наиболее подходящим унифицирующим термином представляется «неоптимальный смысл жизни».

7.2. Психологические признаки и критерии функциональной оптимальности смысла жизни

Микроаналитическая стратегия исследований закономерно приводит к постановке вопроса о признаках и критериях функциональной оптимальности-неоптимальности смысла жизни. Общенаучное понятие «признак оптимума» в русле конкретно-психологического анализа обозначает такие свойства смысла жизни как психического явления, которые удовлетворяют двум требованиям: во-первых, существенным образом влияют на его регуляторный потенциал; во-вторых, обладают достаточно высокой степенью индивидуальной изменчивости. Иными словами, *признаки оптимума* – это функционально значимые дифференциальные (индивидуально-типологические) особенности смысла жизни. В пределах «постулата оптимальности» монополярным признаком для выявления смысложизненных различий является наличие либо отсутствие смысла, или уровень общей осмысленности жизни. Однако в действительности пространство смысложизненных различий не сводится только к наличию-отсутствию смысла в жизни, но является гораздо более широким и объемным, вбирая различные свойства данного психического феномена.

В качестве признаков оптимальности-неоптимальности могут быть выделены следующие психологические свойства смысла жизни: 1) глубина (духовность) [156; 171; 708]; 2) широта [171; 214; 699; 708; 711; 734]; 3) иерархичность [156; 171; 214; 484; 494]; 4) согласованность-конфликтность [156; 164; 171; 344; 684]; 5) реалистичность [12; 171; 173; 378; 494]; 6) интегрированность [152; 156; 171]; 7) интринсивность-экстринсивность [171; 215; 344; 378]; 8) опосредованность [186; 195; 213]; 9) временная локализация [171; 210; 283]; 10) конгруэнтность-неконгруэнтность [156; 169; 170; 171].

Представленный перечень свойств не является сколько-нибудь завершенным и презентует современное состояние знаний о сопряженных со смыслом жизни дифференциально-психологических различиях. В совокупности они определяют функциональные возможности и целостный «профиль» индивидуального смысла жизни, по которому он может быть комплексно оценен как оптимальный либо неоптимальный. Перечисленные свойства относятся к содержанию, структуре и генезису смысла жизни, а потому выступают как содержательные, структурные, генетические, темпоральные и прочие признаки его функциональной оптимальности-неоптимальности. Выделение психологических свойств смысла жизни, соответствующих требованиям индивидуальной изменчивости и функциональной значимости, является необходимым шагом в рамках микроаналитической стратегии изучения смысложизненной феноменологии и регуляции.

При изучении самых разных аспектов, уровней и форм психической регуляции важное значение приобретает вопрос о *критериях оптимума* – объективных и субъективных показателях, которые позволяют прямо или косвенно судить о степени функциональной оптимальности-неоптимальности регуляtorики как целостной системы, а также отдельных психических регуляторов. Этот вопрос

неизбежен в силу того, что регуляторный оптимум является оценочной характеристикой, которая определяется относительно благоприятных последствий для самого человека и тех систем, в которые он включен (в первую очередь, общества). Множественность таких последствий и контекстов их осмысления создает высокую степень свободы в выборе критериев оптимума и в суждениях об оптимальности-неоптимальности определенных способов психической регуляции. Как справедливо замечает канадский персоналог С. Хейне, констатируя функциональный оптимум для того или иного психического феномена, всякий раз целесообразно задать вопрос: «По каким критериям оптимальное оптимально?» [604]. Этот вопрос акцентирует относительность любого оптимума психической регуляции и подталкивает к четкой экспликации его критериев.

В психологических исследованиях в качестве критериев, на основании которых оценивается степень оптимальности-неоптимальности психической регуляции как целостной системы и отдельных ее составляющих, обычно используются, во-первых, показатели успешности регулируемого вида произвольной активности человека (поведенческие и деятельностные критерии), во-вторых, показатели успешности психического развития человека в качестве субъекта данного вида активности (генетические критерии). Функциональные оптимумы регуляторики идентифицируются, как правило, по наивысшим показателям успешности в определенном виде человеческой активности и наилучшим достижениям (вершинам, кульминациям) в соответствующей сфере психического развития.

Успешность (продуктивность и надежность) осуществления той или иной формы произвольной активности является предельно общим критерием оптимальности ее психической регуляции, который всегда приспосабливается к специфике конкретного вида поведения или деятельности. Несколько сложнее дело обстоит с выработкой и подбором критериев регуляторного оптимума, связанных уже не с конкретной разновидностью поведения или деятельности, а характеризующих успешность развития личности как их субъекта. В качестве таких критериев чаще всего применяются: 1) качественно-количественные показатели сформированности частных психических новообразований, которые согласно принятой периодизации и нормативам развития должны наличествовать в определенном возрасте; 2) наличие-отсутствие, а также мера выраженности в структуре развития особых феноменов (кризисов, задержек, отклонений, нарушений и т. д.), которые служат индикаторами текущего статуса и достигнутого уровня развития в целом; 3) общие содержательные и формальные параметры процесса психического развития (темпы, направленность, стабильность и т. д.) либо же комплексные сочетания этих параметров, свойственные различным формам и типам развития. Так, на основе совместного учета вектора, темпов, устойчивости и общей продуктивности развития предлагается различать такие его формы, как прогрессивное (восходящее), стагнативное (застойное), регрессивное (нисходящее) [23].

Несмотря на многие трудности, возникающие при оценке функциональной оптимальности психической регуляции деятельности

через призму успешности личностного развития, эти попытки представляются теоретически оправданными. В отечественной психологии классическим принципом, утверждающим взаимосвязь деятельности и психического развития человека, выступает «принцип деятельностного опосредования». При таком подходе «деятельность как способность субъекта онтологически реально изменить действительность в предполагаемом направлении и само ее изменение, т. е. результат деятельности, определены как условия развития субъекта» [5, с. 5]. Соответственно, деятельность понимается как процесс, в котором «человек не только преобразует окружающий мир, но и преобразует самого себя» [498, с. 21]. Помимо своего основного материального или нематериального продукта любая деятельность производит «побочный» результат в виде новообразованных свойств или изменений в ранее сложившихся свойствах личности. Это означает, что успешность деятельности измеряется не только количеством и качеством ее основной продукции, но и продуктивностью психического развития личности. Чем успешнее деятельность, тем продуктивнее, динамичнее, стабильнее и в целом прогрессивнее психическое развитие ее субъекта. Следовательно, *деятельностные и генетические критерии оптимума психической регуляции составляют единство, хотя и не тождество.*

Таким образом, преследуя цель выявления функциональных оптимумов психической регуляции, исследователи опираются на разнообразные критерии, совпадающие с показателями успешности деятельности и (или) успешности психического развития, опосредованного данной деятельностью. Критерии оптимальности психической регуляции по разным основаниям подразделяются на *прямые и косвенные, объективные и субъективные, результативные и процессуальные, содержательные и формальные, позитивные и негативные, индивидуальные и общественные.* Выбор конкретного параметра деятельности и показателя развития личности в качестве критерия оптимальности во многом предопределяет угол зрения на механизмы и закономерности психической регуляции. В этой связи любой вывод о том, что одни формы (способы, режимы, уровни, стратегии, стили и т. д.) психической регуляции эффективнее других, обязательно требует развернутой аргументации со ссылкой на критерий, на котором базируется такое суждение.

При анализе психической, в том числе смыслосложившейся регуляции целостной жизнедеятельности исследователи сталкиваются с существенными трудностями в теоретическом определении и эмпирической операционализации критериев оптимума. Ведь в данном случае встает вопрос о тех признаках, на основе которых можно было бы глобально судить о жизненном успехе личности и тотально оценивать успешность ее развития как субъекта целостной жизни. Проблема критериев и единиц измерения продуктивности индивидуальной жизни (биографии) является «камнем преткновения» для биографического метода в гуманитарных науках и, в частности, для психобиографических исследований. «Само понятие «продуктивность жизни» используется для характеристики некоторой совокупности жизненных успехов и достижений. Однако до сих пор не вы-

работаны достаточно строгие критерии, на основе которых стало бы реальным интегративное измерение продуктивности жизни человека в целом и ее отдельных этапов», – подчеркивает Е. И. Головаха [94, с. 256–257]. Научное решение вопроса о критериях продуктивности индивидуальной жизни отягчается и некоторыми другими обстоятельствами: «Во-первых, необходимо учитывать множество сфер жизнедеятельности, в каждой из которых продуктивность может характеризоваться различными, непосредственно несопоставимыми показателями. Во-вторых, продуктивность жизни может быть оценена как с точки зрения той пользы, которую человек объективно приносит обществу и окружающим его людям, так и с позиций его внутренней самооценки жизни» [94, с. 256]. *Ни в психологии, ни в других социально-гуманитарных науках нет объективных методов измерения общей продуктивности жизнедеятельности, которая в то же самое время служит самым естественным и интегральным критерием оценки функциональной оптимальности индивидуального смысла жизни.*

Выход из этого противоречия возможен за счет ориентации на субъективные критерии продуктивности жизнедеятельности и развития личности как субъекта жизни. По нашему мнению, наиболее адекватными субъективными индикаторами продуктивности индивидуальной жизнедеятельности, а значит – достоверными критериями функциональной оптимальности смысложизненной регуляции являются переживания осмысленности жизни, удовлетворенности жизнью и смысложизненного кризиса. Функционально оптимальным, с этой точки зрения, должен быть признан такой смысл, который в силу присущих ему психологических особенностей способен обеспечивать: 1) объективно необходимый и субъективно достаточный уровень осмысленности жизни; 2) субъективно приемлемый уровень удовлетворенности жизнью; 3) восходящее устойчивое динамичное развитие личности, не отягощенное смысложизненными кризисами. Общим объективным основанием для всех названных психологических проявлений выступает высокая продуктивность реальной жизнедеятельности, которая и принимается за генеральный критерий функциональной оптимальности смысла жизни. Добиваясь высокой продуктивности в практической реализации избранного смысла жизни, личность обретает и ощущение осмысленности жизни, и чувство удовлетворенности жизнью, и внутреннюю устойчивость к кризисам смысложизненной этиологии. Принципиальная общность этих критериев заключается в том, что по своей природе они являются внутренними переживаниями личности, и поэтому фигурируют в статусе субъективных критериев. При этом данные переживания генерируются в контексте целостной жизнедеятельности и присущи личности как субъекту жизни, а не частной деятельности, что позволяет применять их в качестве критериев функциональной оптимальности смысла жизни, а не каких-то низкоуровневых регуляторов с локальным радиусом действия [171].

Наряду с общими чертами названные критерии имеют существенные различия. *Первое и наиболее весомое различие* состоит в том, что в отличие от ощущения осмысленности жизни и чувства

удовлетворенности жизнью, которые характеризуют текущую динамику жизнедеятельности и являются *функциональными критериями*, смысложизненный кризис является *генетическим критерием*, отражающим актуальное состояние развития личности как субъекта жизни.

Обоснование смысложизненного кризиса в качестве критерия функциональной оптимальности-неоптимальности с необходимостью поднимает более общий вопрос о роли смысла жизни в детерминации психического развития личности. Известно, что, возникнув на определенном возрастном этапе, смысл жизни становится значимым фактором дальнейшего личностного развития. При этом он влияет на развитие личности не напрямую, а косвенно через регуляцию индивидуальной жизнедеятельности. Принцип деятельностного опосредования не теряет своей объяснительной силы и в сфере развития личности как субъекта жизни. С одной стороны, чем выше уровень развития личности как субъекта жизни, тем больше у нее оснований и предпосылок для эффективной жизнедеятельности, и достижения жизненного успеха; с другой стороны, именно продуктивная жизнедеятельность и жизненные успехи личности стимулируют ее становление и совершенствование как субъекта жизни. Иными словами, продуктивная жизнедеятельность не только выявляет развитость, полноценность и совершенство субъекта жизни, но и потенцирует его дальнейшее развитие. В этом механизме смысл жизни первично выступает как психический регулятор жизнедеятельности, от функциональной оптимальности-неоптимальности которого первично зависит ее продуктивность, а уже вторично – как детерминанта развития, которая опосредованно влияет на психологическую судьбу личности. Функционально оптимальный смысл жизни, максимизируя продуктивность индивидуальной жизнедеятельности, оптимизирует процесс личностного развития. В случае неоптимального смысла жизни сначала имеет место дисрегуляция и низкая продуктивность повседневной жизнедеятельности, из которой рано или поздно проистекает смысложизненный кризис в развитии личности.

В соответствии с этим одним из параметров личностного развития является *стабильность-кризисность*, т. е. степень его отягощенности психологическими кризисами. Кризисы – это феномены личностного развития, по частоте возникновения и интенсивности протекания которых можно судить о мере оптимальности внешних и внутренних условий, факторов, детерминант развития. Кризисность является общим следствием и верным признаком неоптимальной обусловленности развития. *Применительно к смыслу жизни как фактору развития «лакмусовым» критерием оптимальности-неоптимальности выступает подверженность личности смысложизненному кризису.* Оптимальным для личности является тот смысл жизни, принятие и осуществление которого оптимизирует процесс ее развития, т. е. обеспечивает высокую продуктивность и динамичность, прогрессивный характер и восходящую траекторию, гармоничность и адаптивность личностных изменений. Это отнюдь не означает, что принятие и попытки реализации такого смысла не

порождают никаких трудностей, проблем и противоречий. Просто эти противоречия, как правило, являются посылками для личности и оказывают стимулирующее, мобилизующее воздействие на ход индивидуального развития. Неоптимальный смысл жизни, напротив, обременяет процесс развития такими противоречиями, которые в силу своей принципиальной неразрешимости или несоразмерности возможностям личности приобретают кризисогенный и разрушительный оборот. Это проявляется в неустойчивости, непродуктивности, адинамии развития и повышенной личностной уязвимости к переживанию кризисов смысложизненной этиологии.

*Другое существенное различие субъективных переживаний осмысленности жизни, удовлетворенности жизнью и смысложизненного кризиса как критериев функциональной оптимальности смысла жизни состоит в том, что первые два являются *позитивными критериями*, тогда как третий – *негативным критерием*. Функциональная оптимальность того или иного параметра смысложизненной регуляции идентифицируется по высокому уровню осмысленности и удовлетворенности жизнью при отсутствии смысложизненного кризиса; функциональная неоптимальность и пессимальность – по высокой интенсивности переживания кризиса на фоне тотально сниженной осмысленности и неудовлетворенности личности собственной жизнью. При этом необходимо учитывать, что позитивные критерии (осмысленность и удовлетворенность жизнью) наиболее информативны и показательны для определения функциональной оптимальности смысла жизни, тогда как негативный критерий (смысложизненный кризис) в данном вопросе имеет второстепенное значение. Это продиктовано тем, что функциональная оптимальность смысла жизни проявляется не только и даже не столько в том, что он оберегает личность от кризиса, сколько в его способности обеспечить ее продуктивное развитие в контексте повседневной жизнедеятельности, чему всегда аккомпанируют чувства осмысленности и удовлетворенности жизнью. В вопросе о функциональной неоптимальности смысла жизни все обстоит наоборот: здесь приоритет отдается негативному критерию, а именно наличию и остроте кризисного состояния личности, тогда как позитивные критерии не столь индикативны. Это объясняется тем, что функционально неоптимальный смысл не просто создает дефицит удовлетворенности и осмысленности в индивидуальной жизни, но и порождает негативные феномены развития личности как субъекта жизни, к которым принадлежит смысложизненный кризис.*

Таким образом, осмысленность жизни, удовлетворенность жизнью и смысложизненный кризис – это психические явления, которые отражают состояние самореализации и развития личности как субъекта собственной жизни. Эти феномены «сгущают» в своем содержании ведущие тенденции, движущие противоречия, основные линии – одним словом, создают динамический «срез» становления и функционирования субъекта жизни. Несмотря на субъективный характер, все они могут использоваться как доступные, надежные и информативные критерии оптимальности-неоптимальности смысложизненной регуляции. Выделенные критерии частично совпадают

с теми, которые предусмотрены В. Э. Чудновским в определении оптимального смысла жизни: 1) «высокая успешность в различных областях деятельности»; 2) «максимальное раскрытие способностей и индивидуальности человека»; 3) «эмоциональный комфорт, проявляющийся в переживании полноты жизни и удовлетворенности ею» [494, с. 239].

Подводя итог сказанному, можно констатировать, что в современной психологии назрели веские основания для перехода к микроаналитической стратегии исследования смысложизненной феноменологии и регуляции. Эта стратегия реализуется через особый *дизайн психологического исследования*, в котором по-новому определяется место такой переменной, как смысложизненный кризис в развитии личности. В отличие от макроаналитической стратегии, где кризис фигурирует в качестве противоположного полюса состояния осмысленности жизни и традиционного занимает место *признака и (или) параметра* смысложизненной регуляции, в контексте микроаналитической стратегии он концептуализируется как производное следствие от психологических особенностей принятого и реализуемого личностью смысла жизни и тем самым превращается в *критерий* его функциональной оптимальности-неоптимальности. Роль признаков оптимума начинают выполнять психологические свойства этого смысла, обусловленные его генезисом, содержанием, структурой и существенно влияющие на его функциональный потенциал. В планах эмпирического исследования и в алгоритмах статистического анализа смысложизненный кризис перестает быть независимой переменной, относимой непосредственно к регуляторике, и занимает место зависимой переменной, характеризующей текущее состояние индивидуальной жизнедеятельности и развития личности. Такая стратегия исследования открывает перспективу преодоления «постулата оптимальности смысла жизни» за счет теоретического обоснования и эмпирического выявления психологических вариантов неоптимального смысла жизни и особого подвида смысложизненного кризиса, а именно *кризиса неоптимального смысла жизни*.

7.3. Кризис неоптимального смысла жизни как разновидность смысложизненного кризиса

Согласно введенному общепсихологическому определению, смысложизненный кризис – это психологический кризис развития личности как субъекта жизни, который обусловлен неразрешенностью или неразрешимостью противоречий, связанных с поиском, сохранением и практической реализацией индивидуального смысла жизни. Ему присуща многофакторная детерминация и широкий полиморфизм, т. е. множественность иницирующих противоречий и вариативность форм начала, течения и исхода. С точки зрения предложенной нами этиологической классификации, каждый вид смысложизненного кризиса детерминируется определенным типом противоречий и специфической смысложизненной задачей, которая не была своевременно принята и конструктивно решена личностью

либо является для нее принципиально неразрешимой. Классификация видов смысложизненного кризиса в зависимости от задач развития и соответствующих им кризисогенных противоречий представлена в таблице 2.

Таблица 2 – Психологическая классификация видов смысложизненного кризиса

Разновидность смысложизненного кризиса	Задача личностного развития	Содержание кризисогенного противоречия
Кризис бессмысленности	Задача поиска и обретения смысла жизни	Неспособность или невозможность определить смысл индивидуальной жизни, когда личность в нем нуждается
Кризис смыслоутраты	Задача сохранения смысла жизни	Неспособность или невозможность восстановить утраченный смысл, когда личность не может продолжать без него свое существование
Кризис нереализованности смысла жизни	Задача практической реализации смысла жизни	Неспособность или невозможность продуктивно воплотить смысл в жизни, несмотря на то, что личность прилагает необходимые усилия

Сущность противоречий, провоцирующих смысложизненные кризисы в развитии личности, состоит в том, что необходимость найти, сохранить и претворить смысл в жизни не получает должной реализации, осложняется и блокируется самыми разнообразными внешними и внутренними условиями. Каждой психологической разновидности смысложизненного кризиса свойственно своеобразное сочетание и взаимодействие внешних (экзогенных, ситуационных, средовых, объектных) и внутренних (эндогенных, личностных, субъектных) детерминант, создающих неповторимый тип кризисогенного противоречия.

В психологических исследованиях, посвященных смысложизненному кризису, явно прослеживается тенденция к переоценке внешних и недооценке внутренних условий, ограничивающих возможности отыскания, сохранения и реализации личностью смысла жизни. Подавляющее большинство работ сфокусировано на анализе внешних по отношению к личности препятствий, обобщаемых понятием критической (трудной, экстремальной и т. д.) жизненной ситуации. Их предметом служат барьеры развития и самореализации, локализованные во внешней – предметной и социальной – среде, а не во внутреннем мире личности. В то же время незаслуженно мало внимания уделяется психологическим по своей природе внутренним

препятствиям («психологическим барьерам», «внутренним преградам» и т. п.), которые укоренены в содержании сознания и закреплены в структуре личности. Как следствие, неизученными остаются механизмы и закономерности смысложизненных кризисов, которые индуцированы факторами, скрытыми в самой личности и действующими изнутри.

Проблема внутренней детерминации смысложизненного кризиса может быть сформулирована в виде общего вопроса о том, какие условия, относящиеся к психическим свойствам, процессам и состояниям личности, препятствуют успешному поиску, сохранению и осуществлению смысла в индивидуальной жизнедеятельности. По нашему мнению, для обозначения множества препятствий, имеющих внутриличностную локализацию и мешающих решению смысложизненных задач, в полной мере применимо понятие «внутренние преграды». Его автор В. В. Столин отмечает, что «те же личностные образования, которые побуждают или регулируют деятельность человека, могут при известных условиях выступать в качестве внутренних преград ... В этой роли могут выступить такие личностные образования, как идеалы, нормы, ожидаемые санкции, черты личности, самооценка» [446, с. 126]. В оригинальных исследованиях В. В. Столина раскрыты функции внутренних преград в формировании самосознания личности, в частности, в процессах возникновения его негативных изменений: «Если внутренние преграды оказываются препятствием в осуществлении каких-либо важных жизненных целей, препятствием в достижении мотивов, то и себя в целом человек осознает, как препятствие на пути самореализации – «Я» приобретает негативный личностный смысл» [446, с. 150]. Вышеперечисленные и многие другие личностные образования потенциально могут служить внутренними преградами для продуктивного поиска, сохранения и воплощения смысла в жизни, и в этой связи быть причастными к возникновению соответствующих разновидностей смысложизненного кризиса в развитии личности. В то же время необходимо подчеркнуть, что уровень разработки смысложизненной проблематики в современной психологии еще не позволяет выполнить сколько-нибудь систематизированный обзор тех внутренних условий, которые оказывают преградное влияние на процессы поиска, сохранения и, в особенности, реализации личностью смысла жизни.

Среди выделенных разновидностей смысложизненного кризиса самым распространенным является, пожалуй, кризис нереализованности смысла жизни. Практическая реализация смысла является кульминационной и приоритетной задачей личности как субъекта жизни, которая основывается на результатах решения ею остальных смысложизненных задач. В конечном счете, личность ищет и сохраняет смысл ради того, чтобы выстроить сообразно с ним свой жизненный путь, объективировать его в реалиях собственной жизни, а без перспективы его реализации смыслопоисковая и смылосберегающая задачи теряют свою значимость и необходимость. Практическая реализация смысла сама по себе является сложной задачей, которая предполагает преобразование личностью наличных условий

своей жизни и построение из этого обезличенного биографического «материала» глубоко индивидуализированного жизненного пути. В начале пути, как пишет В. Франкл, «вся жизнь представляет собой еще нетронутый и неоформленный «материал» [468, с. 193]. Однако по мере реализации смысла «этого «материала» становится все меньше и меньше, и он все больше и больше превращается в функцию – так что под конец жизнь во многом состоит из того опыта поступков и переживаний, который накопил человек на своем жизненном пути» [468, с. 193].

Реализация смысла жизни практически никогда не бывает гарантированной, поскольку ее успеху угрожают различные препятствия. С известной долей условности их можно разделить на *внешние барьеры*, представленные неблагоприятными предметными и социальными условиями жизни, и *внутренние преграды*, связанные с отдельными психическими свойствами или целостным психологическим складом личности. *Кризис нереализованности развивается на почве противоречия между стремлением личности максимально полно воплотить смысл в жизни и невозможностью сделать это с надлежащей продуктивностью в силу внешних либо внутренних условий*. Ключевой вопрос для психологического анализа состоит в том, почему при сформированном и сохранным смысле личности не удается следовать ему в повседневной жизни и претворять его в жизненную действительность. В немногочисленных работах, рассматривающих динамику практической реализации смысла жизни, причины непродуктивности в основном сводятся к отсутствию необходимых и достаточных прагматических ресурсов, к наличию трудных обстоятельств или людей, которые не благоволят и противодействуют жизненному успеху личности. Тем не менее, психологический анализ должен на равных учитывать и внешние барьеры, и внутренние преграды реализации смысла жизни хотя бы потому, что на сегодняшний день отсутствует однозначное и обоснованное фактами представление об их удельном вкладе в детерминацию смысложизненного кризиса.

Внутриличностные образования, которые при известных условиях могут преградить реализацию смысла жизни и спровоцировать соответствующую разновидность кризиса, целесообразно подразделять на две группы. Одна группа внутренних преград включает психические образования (процессы, состояния, свойства), которые непосредственно не входят в структуру смысла жизни. Эти образования составляют своего рода оболочку, периферию в психологической организации личности как субъекта жизни и выполняют функции «исполнительской» (С. Л. Рубинштейн) регуляции, т. е. отвечают за выбор средств и построение способов познавательного и практического взаимодействия личности с собственной жизнью. Другая группа внутренних преград охватывает собственные содержательные и формальные свойства смысла жизни как ядерного, стержневого образования в психологической организации субъекта жизни. От индивидуальной выраженности и конфигурации этих свойств зависит характер смысложизненной («побудительной» [397]) регуляции жизнедеятельности, т. е. способ осуществления смыслом

жизни побуждающей, направляющей, смыслообразующей и других функций. Предложенная группировка внутренних преград согласуется с общепсихологическими представлениями о структуре личности, в которой в качестве основных подструктур различают «план экспрессивных и инструментальных выражений» и «план смысловых содержаний» [28], «индивидуально-исполнительский уровень или уровень реализации» и «личностно-смысловой уровень» [61], «экспрессивно-инструментальный уровень» и «смысловой уровень» [283].

Внутренние преграды, причисленные ко второй группе и представленные дисфункциональными, дисрегуляторными свойствами самого смысла жизни, практически не освещены в современной психологии. По большей части это обусловлено абсолютизацией позитивных функций смысла жизни как психического феномена и его конструктивной роли в существовании и развитии личности. В. Э. Чудновский справедливо отмечает, что «как это ни странно, в литературе до последнего времени психологическая характеристика данного феномена рассматривалась односторонне, подчеркивалась главным образом его позитивная направленность» [494, с. 8]. Совокупность представлений об априорной, абсолютной и безусловной конструктивности смысла жизни формирует «постулат оптимальности смысла жизни», который не всегда артикулируется исследователями в явном виде, но легко прочитывается в подтексте проводимых исследований. Суть этих представлений в следующем: а) наличие смысла в жизни является безусловным благом для личности, залогом ее прогрессивного развития, продуктивности, благополучия, адаптации и здоровья; б) отсутствие или разрушение смысла жизни неизбежно оборачивается для личности психологическими проблемами; в) при этом не так уж и важно, какими психологическими свойствами обладает смысл жизни [171].

Редкие психологические концепции посягают на эти устоявшиеся представления и выводят неуспех самореализации и сопутствующие кризисы в развитии личности из функциональных дефектов, которые заложены в самом смысле жизни (их развернутый обзор – в [202]). Вместе с тем, эти концепции содержат больше открытых вопросов, нежели готовых ответов, поскольку многие их положения носят гипотетический характер и нуждаются в эмпирической валидации. В совокупности они дают основания предполагать, что успешность практической реализации смысла жизни в немалой степени зависит от его собственных свойств – содержания, структуры, временной локализации, побудительного потенциала и т. д. В некоторых случаях эти свойства оказываются функционально неоптимальными или даже дисфункциональными, т. е. играют роль внутренних преград реализации смысла жизни. Вызывая дисрегуляцию индивидуальной жизнедеятельности и резко снижая ее продуктивность, такие свойства способны спровоцировать кризис нереализованности смысла жизни. По своей детерминации такой кризис может быть охарактеризован как *кризис неоптимального смысла жизни*, который порождается противоречием между стремлением личности претворить имеющийся смысл и невозможностью сделать это с подобающей продуктивностью, в первую очередь, из-за его дис-

функциональных, дизрегуляторных свойств. Следует согласиться с польским психологом К. Обуховским в том, что «неспособность к реализации определенной концепции смысла жизни, действуя как фактор, активно нарушающий приспособление, часто влечет за собой более серьезное расстройство приспособления, чем то, которое вызывается отсутствием такой концепции» [346, с. 194].

Таким образом, вопреки распространенной научной тенденции к абсолютизации позитивных функций и постулированию регуляторной оптимальности смысла жизни, в реальности далеко не всякий смысл «работает» на восходящее развитие, жизненную продуктивность и психологическое благополучие личности. При определенных условиях он превращается из блага, отвечающего одной из насущных потребностей, в бремя, которое мешает нормальной жизнедеятельности и гармоничному развитию личности. Собственные свойства смысла жизни могут исполнять функцию внутренних преград, т. е. существенно осложнять, сдерживать или даже парализовать процесс самореализации личности. В результате искажения его психологических свойств и функций приводят к всевозможным срывам и нарушениям личностного развития, которые составляют достаточно обширную группу кризисов смысложизненной этиологии.

Кризис неоптимального смысла жизни – это этиологическая разновидность смысложизненного кризиса, которая возникает вследствие принятия личностью смысла жизни с дисфункциональными свойствами и невозможностью его продуктивно реализовать в собственной жизнедеятельности. В отличие от «классических» кризисов бессмысленности и смыслоутраты, а также кризисов нереализованности, индуцированных столкновением личности с объективными жизненными трудностями, этот вид смысложизненного кризиса практически не исследован психологической наукой. Во многом это продиктовано парадоксальностью порождающих его противоречий, которая плохо вписывается в стереотипы научно-психологического понимания смысла жизни. Чтобы глубже проникнуть в механизмы и закономерности детерминации данной разновидности смысложизненного кризиса, необходимо обратиться к рассмотрению психологического содержания и сущности *неоптимального смысла жизни*.

7.4. Психологическая характеристика неоптимального смысла жизни

Термины «оптимальный» и «неоптимальный» проистекают от слова «оптимум», которое обозначает совокупность наиболее удачных, благоприятных для чего-либо условий. В соответствии с этим *оптимальным может быть назван смысл жизни, который в силу своих содержательных и структурно-функциональных свойств создает наиболее благоприятствующие условия для развития личности.* При наполнении данного понятия научным содержанием необходимо отгадываться от познанных психологической наукой закономерностей развития личности в биографическом масштабе. Одной из

фундаментальных закономерностей выступает опосредованность личностного развития реальной жизнедеятельностью – особой формой произвольной активности, побуждаемой смыслом жизни и направленной на построение личностью индивидуального жизненного пути из обстоятельств собственной жизни. По сути, индивидуальная жизнедеятельность складывается из тех занятий и поступков личности, которые она совершает с намерением исполнить дело своей жизни и осуществить ее смысл.

В контексте жизнедеятельности зарождаются и вызревают движущие противоречия развития личности, а ее динамика и направленность задают темп и вектор этому развитию. С различных позиций и в разное время к практически единообразному пониманию общей логики, которой подчиняется развитие личности в биографическом масштабе, пришли многие психологи. В частности, С. А. Рубинштейн отмечал: «Чтобы понять путь своего развития в его подлинно человеческой сущности, человек должен его рассматривать в определенном аспекте: чем я был? – что я сделал? – чем я стал? ... Линия, ведущая от того, чем был человек на одном этапе своей истории, к тому, чем он стал на следующем, проходит через то, что он сделал» [399, с. 246]. Этому весьма созвучен тезис В. Франкла: «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» [468, с. 114].

Индивидуальная жизнедеятельность в комплексе своих содержательных и формальных параметров выступает ключевым условием развития личности. Влияние смысла жизни на личностное развитие опосредуется жизнедеятельностью, по отношению к которой он выполняет регулирующую функцию. Значит, оптимальность либо неоптимальность смысла жизни – это, прежде всего, его характеристика как психического регулятора жизнедеятельности личности. Степень оптимальности смысла жизни выражается в том, насколько он благоприятствует развитию личности за счет определения основных параметров индивидуальной жизнедеятельности. Придавая жизнедеятельности определенную смысловую направленность, ту или иную форму организации, тот или иной уровень продуктивности, смысл жизни обеспечивает ускорение либо стагнацию личностного развития, привносит в него прогрессивные либо регрессивные тенденции, сообщает ему восходящую либо нисходящую траекторию.

Существует ряд условий, при соответствии которым смысл жизни обнаруживает максимальную функциональность, наивысший регуляторный потенциал в жизнедеятельности личности. Эти условия затрагивают ценностное содержание, структурную организацию, временную локализацию и другие психологические особенности смысла жизни. В совокупности они составляют *регуляторный оптимум* – комплекс психологических свойств смысла жизни, оптимизирующих процесс жизнедеятельности и позволяющих личности достигать высокой жизненной продуктивности. Смысла жизни, который по своим психологическим параметрам приближается к регуля-

торному оптимуму, вслед за В. Э. Чудновским можно назвать «*оптимальным*» и охарактеризовать как «гармоническую структуру смыслосложившихся ориентаций, существенно обуславливающую высокую успешность в различных областях деятельности, максимальное раскрытие способностей и индивидуальности человека, его эмоциональный комфорт, проявляющийся в переживании полноты жизни и удовлетворенности ею» [494, с. 239]. Регуляторный оптимум не следует абсолютизировать и трактовать как некий психологический норматив, который применим ко всем без исключения индивидуальным смыслам жизни. Во многом он задан неповторимыми свойствами личности как субъекта жизни и уникальными обстоятельствами ее жизненного пути, в соотношении с которыми психологические параметры смысла жизни проявляют меру своей оптимальности. Несмотря на высокую степень индивидуализации регуляторного оптимума, все же существуют общие закономерности психической регуляции жизнедеятельности, которые делают правомерным выделение типовых и всеобщих параметров оптимального смысла жизни. Смысл жизни, обладающий этими инвариантными характеристиками, обеспечивает любой личности и в любом биографическом контексте более или менее приемлемые шансы на жизненный успех, продуктивную самореализацию и динамичное устойчивое развитие.

Процесс формирования индивидуального смысла жизни в онтогенезе подвержен влиянию многих внешних и внутренних факторов, среди которых нередко встречаются и неблагоприятные. Эти факторы нарушают становление смысла жизни как особого личностного образования, деформируют его психологические свойства и функции. Искажаясь под их воздействием, смысл жизни в дальнейшем и сам начинает негативно воздействовать на становление личности, дезориентировать и дезорганизовывать ее индивидуальную жизнедеятельность. Из-за свойственных ему дисфункциональных особенностей он выступает как антипод оптимального смысла жизни и вместо позитивного регуляторного эффекта приносит моменты дисрегуляции в процесс жизнедеятельности. Строго говоря, *неоптимальным является такой смысл жизни, который по своим содержательным и формальным свойствам существенно отклоняется от функционального оптимума и не способен эффективно регулировать повседневную жизнедеятельность и детерминировать устойчивое прогрессивное развитие личности.*

Неоптимальный смысл жизни отягощает жизнедеятельность личности противоречиями особого рода. Их специфика заключается в том, что смысл присутствует в жизни и требует своей реализации, но, обладая выраженными дисрегуляторными, дисфункциональными свойствами, он создает по ходу жизнедеятельности такие затруднения, которые препятствуют его продуктивному воплощению. Кризис в данном случае возникает по причине рассогласования между стремлением личности реализовать смысл жизни и невозможностью сделать это на должном уровне продуктивности. Объединяющий признак всех неоптимальных смыслов жизни состоит в том, что эти смыслы либо труднореализуемы, либо абсолютно нереа-

лизуемы в жизнедеятельности личности. Отсюда не следует, что оптимальный смысл жизни – это легко осуществимый смысл, не создающий противоречий, трудностей или не требующий их преодоления, разрешения. Оптимальный смысл жизни и является таковым лишь постольку, поскольку попытки его реализации порождают в жизнедеятельности личности противоречия оптимального уровня сложности. Такие противоречия принципиально разрешимы за счет сил самой личности как субъекта жизни и создают здоровую дозу напряжения, которая, по меткому выражению В. Франкла, «является неотъемлемым атрибутом человечности и необходима для душевного благополучия» [468, с. 66]. Сказанное подводит к теоретической дифференциации оптимального и неоптимального смысла жизни. *Психологически оптимальен не тот смысл, которому гарантирована автоматическая и беспроблемная реализация в жизнедеятельности личности, а тот, который в принципе является реализуемым при условии приложения личностью напряженных, систематических и продолжительных усилий. Неоптимальным с психологической точки зрения может считаться такой смысл, который чрезмерно легок в плане практического осуществления и не предполагает длительной мобилизации и концентрации усилий личности, либо избыточно сложен и не доступен для продуктивной реализации даже при условии полной самоотдачи со стороны личности.*

Оптимальный и неоптимальный смысл жизни различаются совсем не тем, что первый не создает, а второй индуцирует противоречия в жизнедеятельности личности. Противоречия всегда сопутствуют реализации как оптимального, так и неоптимального смысла в жизни, и потому основное различие между этими смыслами коренится *в качестве порождаемых противоречий*. Учитывая, что функциональный оптимум – это характеристика, комплексно отражающая влияние смысла жизни на личностное развитие, решающим критерием для разграничения оптимального и неоптимального смысла становится качество противоречий именно в отношении к этому развитию. Как отмечает Э. И. Рябикина, «противоречие может побуждать к развитию – прогрессивному изменению, связанному с возрастанием возможностей субъекта, а может разрушать, если личности не хватает ресурсов для его конструктивного разрешения» [405, с. 84]. Оптимальный смысл жизни продуцирует преимущественно развивающие противоречия, преодоление которых мобилизует личность и стимулирует ее дальнейшее развитие. Неоптимальный смысл жизни привносит в жизнедеятельность разрушительные противоречия, которые в силу своей избыточной сложности демобилизуют и деформируют личность. Смысложизненный кризис в данной ситуации возникает как срыв развития, таящий опасность в внутреннего разрушения личности.

Кризисогенность неоптимального смысла жизни predetermined его сниженным регуляторным потенциалом, в силу которого закономерно снижается и продуктивность индивидуальной жизнедеятельности. Стремясь практически реализовать неоптимальный смысл жизни, личность сталкивается с существенными затруднениями и противоречиями, которые не всегда носят преодолимый ха-

рактик. Движущее противоречие личностных кризисов, порожденных неоптимальным смыслом жизни, как раз и заключается в резком ограничении возможностей или в абсолютной невозможности продуктивной самореализации в жизни. Подрывая продуктивность индивидуального жизненного пути, неоптимальный смысл жизни сначала лишает личность объективных оснований для переживания осмысленности и удовлетворенности жизнью, а затем свертывает ее в кризисное состояние. При этом динамика развития смыслосложившегося кризиса во многом зависит от того, насколько личность успешна в реализации неоптимального смысла жизни. Если степень неоптимальности смысла жизни невелика, продуктивность жизнедеятельности страдает незначительно, возникающие противоречия оказываются психологически и преодолимыми для личности, то кризис может и не наступить. Кризисом чревата ситуация, когда неоптимальность смысла жизни настолько высока, что порождаемые противоречия и затруднения становятся принципиально неразрешимыми и резко «обрушивают» продуктивность самореализации личности. Отсюда напрашивается вывод о том, что *кризис неоптимального смысла жизни по своей психологической природе является самореализационным кризисом личности*. В этом он сходен с биографическими кризисами, изучаемыми в рамках каузометрического подхода. В его рамках биографический кризис трактуется как «феномен внутреннего мира человека, который проявляется в различных формах переживания человеком непродуктивности своего жизненного пути» [37, с. 2]. Сами авторы данного подхода солидарны с тем, что «биографические кризисы, проявляясь в переживании непродуктивности своей жизни (в прошлом, настоящем, будущем), по сути, являются смыслосложившими кризисами личности» [38, с. 62].

Реальные затруднения, создаваемые неоптимальным смыслом жизни в повседневной жизнедеятельности личности, умножаются, аккумулируются и со временем перерастают в острые противоречия, дающие начало смыслосложившему кризису. Практическую реализацию неоптимального смысла жизни неизбежно сопровождают негативные переживания личности по поводу непродуктивно прожитых дней, месяцев, лет или целой жизни, которые постепенно хронифицируются и заполняют внутренний фон жизни. Эти переживания имеют высокую степень индивидуальной изменчивости по таким признакам как модальность, интенсивность, глубина, травматичность, периодичность, генерализованность, временная стабильность и т. д. В умеренных дозах они выполняют конструктивную функцию в регуляции жизненного пути и в развитии личности, поскольку сигнализируют о рассогласовании личностного смысла и реалий жизни, и тем самым побуждают личность к корректировке жизненного замысла или более глубокому преобразованию жизненных обстоятельств. Но при значительных, неустраняемых противоречиях между требованиями смысла и возможностями жизни, эти негативные переживания приобретают критическую остроту, что ведет к дезорганизации индивидуальной жизнедеятельности и деформации личности как ее субъекта. Напряженные размышления и переживания по поводу непродуктивности собственной жизни в

соединении с неблагоприятными личностными и поведенческими изменениями составляют основное психологическое содержание кризиса неоптимального смысла жизни.

Переживание данного кризиса является свидетельством того, что в механизме личностного развития произошел определенный сбой или срыв: стремление к поиску, обретению и воплощению смысла в жизни, которое обычно способствует адаптации, благополучию и здоровью личности, здесь начинает действовать как фактор ее дезадаптации, страданий и нездоровья. Хорошо известно, что движущие силы и закономерности развития, которые обычно выводят человека к вершинам личностной зрелости, при определенных условиях способны привести его к психологическому падению. А. А. Бодалев, в частности, подчеркивает, что тенденции собственного поведения личности, связанные с активным созиданием и самоорганизацией индивидуальной жизни, «либо «работают» на ее развитие по восходящей, либо тормозят его, а иногда ведут к социальной деградации» [54, с. 62]. Кризис неоптимального смысла жизни – это тот случай, когда стремление к обретению и реализации смысла, являющееся предпосылкой личностного роста и высших субъектных проявлений, оборачивается против личности в силу нереализуемости, неосуществимости принятого ею смысла жизни. Парадокс состоит в том, что в интересах дальнейшего развития личность нуждается в утрате неоптимального смысла и воздержании от попыток его реализации в жизни. Психологическую основу кризиса, возникающего в данной ситуации, как раз и образуют субъективно болезненные, глубинные процессы содержательной переоценки и структурно-функциональной перестройки неоптимального смысла жизни.

Таким образом, попытки осуществления неоптимального смысла жизни влекут за собой кризис потому, что этот смысл порождает в повседневной жизнедеятельности личности трудноразрешимые или неразрешимые противоречия, которые снижают продуктивность самореализации личности. Столкновение неоптимального смысла жизни с жизненной действительностью результирует в субъективно дискомфортных, болезненных переживаниях. Если они приобретают острый, застойный, регулярный характер, это свидетельствует о том, что неоптимальность смысла достигла того критического уровня, на котором объективная логика жизни «отторгает» его реализацию. Однако эти переживания не просто фиксируют противоречие между смыслом жизни и реальным бытием, они к тому же являются маркерами процессов содержательной переоценки и структурно-функциональной перестройки индивидуального смысла жизни. Сущность кризиса, спровоцированного неоптимальным смыслом жизни, как раз и заключается в переосмыслении личностью собственной жизни и своего места в ней, в результате которого складывается более адекватный смысл жизни. Парадоксально, но факт: *задача личности как субъекта жизни может заключаться не в том, чтобы отыскать, уберечь и довести до практической реализации адекватный смысл жизни, а в том, чтобы освободиться от неоптимального смысла, воздержаться от его воплощения в жизнь, нейтрализовать его деструктивное влияние на собственную жизнедеятельность.*

ВЫВОДЫ ПО РАЗДЕЛУ 1

1. *Психология смысложизненного кризиса* представляет самостоятельное направление исследований в рамках психологии личности, предметом которого выступает феноменология, механизмы и закономерности возникновения, течения и преодоления смысложизненного кризиса, а также его влияния на адаптацию, благополучие, здоровье личности и продуктивность ее индивидуальной жизнедеятельности. Несмотря на основательность существующих концепций и значимость отдельных исследований, анализ современного состояния данной научной области обнаруживает ряд негативных особенностей (терминологическая разобщенность, методологическая раздробленность, теоретическая лакунарность, методическая небеспеченность, низкая эмпирическая разработанность), неконструктивных тенденций (избыточная дифференциация, патологизация, редуccionизм) и мнимых постулатов («постулат оптимальности смысла жизни»). Совокупность этих признаков указывает на назревшую необходимость в единой *общепсихологической концепции смысложизненного кризиса*, адекватную основу для которой на уровне общенаучной (общегуманитарной) методологии может составить онтология жизненного мира, а на уровне конкретно-научной (собственно психологической) методологии – культурно-исторический, смысловой, субъектный, деятельностный и метасистемный подходы. На этих уровнях методологии раскрываются соответственно *онтология и психология смысложизненного кризиса* в развитии личности.

2. Онтология смысложизненного кризиса описывает объективные смыслопорождающие отношения между человеком и его индивидуальной жизнью и объективные кризисогенные противоречия, складывающиеся в системе этих отношений. Эксплицированы три альтернативные онтологии («онтология заданного смысла», «онтология созданного смысла», «онтология жизненного мира»), через призму которых по-разному объясняется психологическое содержание, механизмы и закономерности смысложизненного кризиса. Наибольшим объяснительным ресурсом обладает онтология жизненного мира, в рамках которой смысложизненный кризис рассматривается как состояние развития личности, производное от состояния, динамики и продуктивности реализации ею особой категории жизненных (субъект-объектных) отношений. Это – *смысложизненные отношения*, связывающие человека с его собственной жизнью как единым целым и характеризующиеся потенциальной возможностью ее познания и практического преобразования. Этим отношениям присваивается статус особой объективной реальности и бытийной первоосновы для: а) особой формы субъектности (*субъект жизни*); б) специфического вида деятельности (*жизнедеятельность*); в) психических структур (*смысл жизни*), которые являются субъективно превращенными формами смысложизненных отношений, конституируют личность в качестве их субъекта и регулируют деятельность, в которой эти отношения порождаются и осуществляются.

3. В онтологическом аспекте смысложизненный кризис определяется как феномен, возникающий в контексте объективных отношений человека с собственной жизнью как особого рода целостностью и обусловленный специфическими противоречиями этих отношений. Его онтологические (бытийные) предпосылки связаны с тем, что смысложизненные отношения могут складываться как благоприятным, так и неблагоприятным образом для развития человека. Благоприятным состоянием следует считать ситуацию, когда отношения человека в смысложизненном модусе сформированы, сохранены и реализуемы. Напротив, неблагоприятным состоянием модуса смысложизненных отношений выступает ситуация их неразвитости, нарушенности и нереализуемости (нереализованности), что в психологическом измерении соотносится со смысложизненным кризисом.

4. Ключевая особенность смысложизненных отношений заключается в том, что они могут сдвигаться на самые различные модусы жизненных отношений, и, таким образом, представляют *метасистемный уровень организации жизненного мира* человека. Эта особенность детерминирует *метасистемный статус* субъекта жизни, жизнедеятельности и смысла жизни. Сущность метасистемности в каждом из этих случаев выражается в том, что: а) субъект жизни предстает не как онтологически самостоятельное образование, а как особое качество, переходящее на субъекта профессии, семейных отношений, досуга и т. д. при условии, что какая-то из этих сфер приобретает смысложизненную значимость и становится важнейшей частью индивидуальной жизни; б) жизнедеятельность выступает не как онтологически отдельный вид деятельности, а как особая форма организации наличных деятельностей человека, подчиненная задаче поиска, поддержания и практического осуществления смысла жизни; в) смысл жизни не является мотивационной структурой, совершенно обособленной от «рядовых» мотивов, а скорее особым качеством (функцией) мотива или мотивов, поднявшихся на вершину мотивационной иерархии и с «высоты» своей чрезвычайной значимости освещающих смыслом индивидуальную жизнь целиком. По той же логике смысложизненный кризис концептуализируется как *метасистемный кризис (метакризис)*, который в порядке вторичного осложнения присоединяется к переживанию системных кризисов, обусловленных противоречивостью локальных систем (модусов) жизненных отношений личности (профессиональных, семейных и т. д.). Метасистемность смысложизненного кризиса означает, что он составляет особое психологическое измерение (форму переживания) других кризисов при условии, что они вытекают из противоречий жизненных отношений, совпадающих со сферой поиска и реализации личностью смысла жизни.

5. Локально-отраслевые онтологии, лежащие в основе психологических исследований смысложизненного кризиса, различаются своим решением вопроса о его историческом происхождении и социокультурной детерминации. Онтологии «заданного смысла» и «созданного смысла» дают начало *экзистенциально-антропоцентрическому*

подходу, с точки зрения которого смысложизненный кризис рассматривается как аисторический и культурно-инвариантный феномен, а онтология жизненного мира фундирует *культурно-исторический подход*, с точки зрения которого он трактуется как конкретно-исторический и культурно-вариативный феномен, появляющийся в структуре индивидуального развития личности на определенной стадии исторического развития общества и лишь в избранных культурах. Отправным пунктом историогенеза смысложизненного кризиса выступает обособление, эмансипация индивидуальной жизни от коллективной жизнедеятельности социального целого (рода, племени, общины и других исторических форм организации человеческого сообщества), т. е. возникновение *личной жизни* в качестве особого исторического феномена и объекта жизненных отношений человека. Личная жизнь – это исторически сложившаяся форма организации индивидуального бытия, которая специфицируется его выделенностью из существования социальной общности, относительной эмансипацией от внешней социальной регуляции и объективной необходимостью в саморегуляции (автономном управлении со стороны самого индивида).

6. Возникновение личной жизни способствовало изменению содержания, структуры и логики психического развития людей, живущих в соответствующих культурно-исторических обстоятельствах. Смысл жизни, жизнедеятельность и субъект жизни – *исторические новообразования индивидуального развития*, обусловленные вовлечением человека в строительство, поддержание и осуществление смысложизненных отношений. Смысл жизни при этом выступает высшей психической функцией, а жизнедеятельность – высшей формой человеческой деятельности, которые солидарно обеспечивают человеку возможность овладения собственной жизнью и тем самым конституируют его в качестве ее автономного субъекта. Овладение и присвоение жизни есть не что иное, как формирование специфической системы саморегуляции, во главу которой поставлен смысл жизни. *Смысложизненная регуляция* – одна из высших и исторически наиболее поздних форм саморегуляции, которая возникает по мере обретения человеком относительной самостоятельности не в каких-то отдельных видах деятельности, а в жизни в целом. Вместе с появлением психических новообразований, амплифицирующих человеческую способность саморегуляции целостной жизни, исторически возникают и новые, более изощренные формы кризисов и аномалий психического развития. Смысложизненный кризис, относящийся к формированию индивидуального смысла жизни, жизнедеятельности и субъекта жизни, вторгается в процесс развития личности в тех обществах и культурах, где впервые выделяется личная жизнь и складывается новая система жизненных отношений. И поскольку обособление личной жизни достигает своего пика на достаточно поздних этапах истории, смысложизненный кризис преимущественно присущ развитию современной личности.

7. Происхождение смысла жизни, жизнедеятельности, субъекта жизни и возникновение смысложизненного кризиса вплетено в бо-

лее широкую канву исторического становления личности. Главное предназначение личности как механизма саморегуляции в человеческой психике заключается в обеспечении условий для существования и функционирования человека в качестве индивидуального субъекта – субъекта индивидуальной деятельности и личной жизни. Фундаментальной закономерностью развития личности (как в истории, так и в онтогенезе) является *движение от интериндивидуальных форм регуляции к интраиндивидуальным формам саморегуляции* («переход от интерпсихического к интрапсихическому»). Данный закон в равной степени справедлив для генезиса высших форм личностной саморегуляции, представленных механизмами смыслообразования индивидуальной жизни и смысложизненной регуляции. Общий вектор исторического и онтогенетического развития смысложизненной регуляции идет *от коллективных форм смыслообразования индивидуальной жизни, продуктом которых является ее общественное значение, к индивидуальным формам ее осмысления, продуктом которых выступает ее личностный смысл*. В этой перспективе смысложизненный кризис определяется как *переходное состояние между ее гетерономно заданным, общественным значением и автономно определенным, личностным смыслом*. Исходное историческое противоречие, порождающее смысложизненный кризис, заключается в том, что при ослаблении внешней смысловой регуляции *личность сталкивается с неопределенностью смысла и негарантированностью его сохранения и реализации в индивидуальной жизни*.

8. С точки зрения культурно-исторического подхода, в основе психологических кризисов индивидуального развития лежит *противоречие между актуально достигнутой реальной формой и идеальной формой*, намечающей перспективу развития личности. Аналогичное противоречие выступает движущей силой развития и в смысложизненном кризисе. Исторический процесс обособления личной жизни способствовал порождению не только новой системы жизненных отношений (смысложизненных отношений), но и новой идеальной формы – *культурного образа человека как субъекта собственной жизни*, который является одним из *ведущих ориентиров развития современной личности на границе детства и взрослости*. В таком ракурсе смысложизненный кризис концептуализирован как психологический кризис, обусловленный невозможностью и (или) неспособностью личности открыть для себя идеальную форму субъекта жизни и субъективировать ее, т. е. перевести в реальный способ осуществления индивидуальной жизни.

9. В свете принципа историзма открывается не только историческое происхождение и детерминация, но также *историческое значение смысложизненного кризиса* в контексте развития общества. Индивидуализация, дифференциация и диверсификация смыслов жизни и жизненных путей (человеческих судеб), начавшаяся в связи с выделением личной жизни и становлением личности, придала импульс исторически беспрецедентному, безлимитному росту ресурсов вариативности, поддерживающих социальный прогресс. В социо-

генетической перспективе индивидуальный смысл жизни выступает как один из возможных смыслов истории, а индивидуальный жизненный путь – как один из потенциальных путей исторического движения общества, что поднимает полноценно функционирующего субъекта жизни до ранга субъекта истории. Смыслжизненный кризис как явление личностного развития в контексте общественной истории выполняет амбивалентную функцию. Позитивная роль заключается в том, что смыслжизненный кризис – это жизнетворческое состояние, в течение которого наиболее вероятно появление объективно и субъективно новых вариантов осмысления и строительства индивидуальной жизни. Вместе с тем сказанное справедливо лишь для конструктивно и современно преодоленного кризиса, из которого личность выходит с новым или существенно обновленным смыслом и проектом собственной жизни. Неразрешимый или неразрешенный смыслжизненный кризис ведет к недоразвитию и недоиспользованию потенциала субъектности и жизнетворчества отдельной личности, а косвенно – затормаживает и stagnирует общественно-исторический процесс.

10. Онтологический и исторический анализ смыслжизненных отношений как особого модуля жизненного мира человека показывает, что «смысл жизни», «субъект жизни», «жизнедеятельность» – триада основополагающих научных понятий, необходимых для психологического анализа смыслжизненного кризиса. В этой связи с опорой на методологию смыслового, субъектного и деятельностного подходов обоснованы конкретно-психологические концепции смысла жизни, субъекта жизни и жизнедеятельности, прокладывающие путь к общепсихологической концепции смыслжизненного кризиса в развитии личности. В первую очередь смыслжизненный кризис определяется в контексте психологической концепции смысла жизни, в которой описываются его состав, структура, функции и свойства как сложной (многоуровневой, поликомпонентной, мультифункциональной) психической системы. В контексте данной концепции смыслжизненный кризис конкретизируется как *кризис онтогенетического развития индивидуального смысла жизни*, совпадающий с узловыми точками и переломными моментами смыслогенеза, в которых совершается первичное становление (обретение) и все последующие более или менее кардинальные содержательные и структурно-функциональные перестройки индивидуального смысла жизни. Вне зависимости от происхождения и детерминации кризиса, его общим проявлением всегда является *дефицит или дисфункция смыслжизненной регуляции*, что сопряжено с *арегуляцией* или *дизрегуляцией* индивидуальной жизнедеятельности.

11. Выделены и систематизированы регулирующие функции смысла жизни, что позволяет объяснить субъективные и поведенческие проявления смыслжизненного кризиса, которые возникают из-за выпадения или снижения этих функций в условиях отсутствия, распада или дисфункциональности индивидуального смысла жизни. Нарушение каждой конкретной функции привносит в структуру кризисного состояния специфические симптомы (напри-

мер, выпадение или ослабление побуждающей функции ведет к амотивации и потере интереса к жизни, интегрирующей функции – к бессвязности, фрагментации субъективной картины жизненного пути, коммуникативной функции – к трудностям установления и поддержания глубоких межличностных отношений и т. д.). Охват всех функций смысла жизни позволяет с достаточной точностью и полнотой восстановить феноменологическую картину и поведенческий рисунок смысложизненного кризиса как состояния смысловой арегуляции или дисрегуляции жизнедеятельности личности. Ведущей функцией смысла жизни, которая обеспечивается системным эффектом (синергией) всех остальных, является *субъектообразующая функция*. Для психологического исследования смысложизненного кризиса это положение имеет принципиальное значение потому, что частные дисфункции смысла жизни неизбежно подрывают его общую субъектообразующую функцию.

12. Формирование индивидуального смысла жизни представляет одну из линий более широкого процесса развития личности в качестве субъекта жизни, что позволяет трактовать смысложизненный кризис как явление *не только смыслогенеза, но также персоногенеза и субъектогенеза*, а конкретнее – как *кризис становления личности субъектом собственной жизни*. Такая трактовка базируется на предложенной в монографии психологической концепции, где субъектность жизни рассматривается как функциональное проявление, измерение онтогенетического развития и параметр индивидуально-психологических различий личности в системе смысложизненных отношений. Наряду с прочими атрибутивными признаками (особыми формами произвольной активности, специальным контуром их саморегуляции, специфическими видами ресурсов и т. д.) существованию и развитию личности в качестве субъекта жизни присущи особые бытийные противоречия и психологические кризисы («жизненные», или «*биографические кризисы*»). В отличие от других психологических кризисов они производны от противоречий, назревающих в системе объективных отношений человека с собственной жизнью как целым; сопровождаются дисфункцией и распадом особых психобиографических структур личности; причастны к дезорганизации целостной жизнедеятельности, а не только частных видов деятельности. Смысложизненный кризис является *наиболее тяжелой* разновидностью биографического кризиса в силу того, что непосредственно затрагивает ядерную субъектообразующую структуру – смысл жизни, от сформированности, сохранности и практической реализуемости которой напрямую зависит психологическая судьба субъекта жизни. Под таким углом смысложизненный кризис характеризуется как *кризис неприобретенной, утраченной или неэффективной субъектности, который соответственно детерминируется отсутствием, потерей или нереализуемостью смысла жизни*. В любом из вариантов его характерным и решающим признаком выступает *бессубъектность или значительная десубъектизация – неразвитость, недоразвитость или деформация личности в качестве субъекта жизни*.

13. Самым общим критерием личности как субъекта является способность, с одной стороны, конструктивно и своевременно разрешать стихийно возникающие противоречия; с другой стороны, осознанно и произвольно инициировать посылные противоречия с тем, чтобы управлять процессом собственного развития. Исходя из этого, непосредственной причиной возникновения психологических кризисов должны быть признаны не противоречия как таковые, а, во-первых, *наличие своевременно и конструктивно непреодоленных или в принципе непреодолимых противоречий*; во-вторых, *отсутствии, исчерпание преодолимых, посылных противоречий*. Учитывая решающую роль субъекта с его способностью разрешения и создания противоречий, любой психологический кризис манифестирует *частичное снижение или полную утрату личностью способности разрешать существующие противоречия, а также генерировать новые противоречия, придающие прогрессивный динамичный характер индивидуальному развитию*. Это справедливо и для смысложизненного кризиса, что подталкивает к выявлению и описанию специфических для него *смысложизненных противоречий*: а) между субъективной необходимостью и объективными способностями и возможностями определить, отыскать смысл жизни (*противоречие самоопределения личности в качестве субъекта жизни*); б) между субъективной необходимостью и объективными способностями и возможностями сохранить найденный смысл жизни (*противоречие самосохранения личности в качестве субъекта жизни*); в) между субъективной необходимостью и объективными способностями и возможностями продуктивно осуществить смысл жизни (*противоречие самореализации личности в качестве субъекта жизни*).

14. Представленная градация противоречий служит *критерием этиологической классификации* смысложизненных кризисов, в соответствии с которым различаются: а) *кризис бессмысленности*, или кризис самоопределения личности как субъекта жизни; б) *кризис смыслоутраты*, или кризис самосохранения личности как субъекта жизни; в) *кризис нереализованности смысла жизни*, или кризис самореализации личности как субъекта жизни. Каждая разновидность смысложизненного кризиса специфицируется собственным ведущим и движущим противоречием и начинается при условии его неразрешимости или неразрешенности в жизнедеятельности личности.

15. Основным способом создания и разрешения смысложизненных противоречий выступает индивидуальная жизнедеятельность личности. Оптимальное развитие, предполагающее стабильность, динамичность и восходящий характер, требует от личности *умения совмещать и уравновешивать в своей жизнедеятельности две противоположные тенденции*. Первая тенденция – редукция и нейтрализация существующих смысложизненных противоречий, что в плоскости реальной жизнедеятельности достигается за счет решений и действий, подчиненных *принципу смыслообразности*. Вторая тенденция – генерация и максимизация смысложизненных противоречий, что на уровне жизнедеятельности реализуется посредством решений и действий, построенных *по принципу смыслонесообразно-*

сти. Смысложизненные кризисы детерминированы существенной диспропорцией, дисбалансом этих тенденций в развитии и функционировании личности.

16. Базовым механизмом, лежащим в основе индивидуальной способности создания и разрешения противоречий, выступает умение личности превращать эти противоречия в *задачи собственного развития*. Специфические задачи развития могут быть выделены не только в разрезе отдельных возрастных стадий (по хронологическому критерию), но и применительно к разным сферам и линиям развития, соответствующим качественно различным и относительно обособленным модусам жизненных отношений личности (по топологическому критерию). Развитию личности в качестве субъекта жизни присущи особые *смысложизненные задачи*, которые подразделяются на подклассы *первичных* и *вторичных*, *глобальных* и *ситуационных* задач развития.

Первичные задачи ориентированы на разрешение личностью основных смысложизненных противоречий, пока эти противоречия находятся в развивающей, конструктивной фазе и не порождают смысложизненного кризиса. К этому подклассу принадлежат *смыслопоисковая* (поиск и обретение индивидуального смысла жизни), *смыслосберегающая* (сохранение обретенного смысла жизни) и *смыслореализующая* (практическая реализация найденного и сохраненного смысла жизни) задача. Их решение составляет магистральную линию развития личности как субъекта жизни в стабильный, бескризисный период. *Вторичные задачи* направлены на устранение негативных последствий и осложнений в развитии личности, которые возникают вследствие перехода смысложизненных противоречий в разрушительную, деструктивную фазу и провокации ими смысложизненного кризиса. В зависимости от разновидности переживаемого кризиса к этому подклассу относятся: *смысловосстановительная задача* (восстановление, восполнение потерянного смысла) – в ситуации *кризиса смыслоутраты*; *смыслотрансформативная задача* (содержательная переоценка и структурная перестройка нереализованного или в принципе нереализуемого смысла) – в ситуации *кризиса нереализованности смысла жизни*; *смыслопоисковая задача*, которая, не будучи решенной в докризисный период, приобретает вторичный характер в ситуации *кризиса бессмысленности*. Эти задачи предопределяют развитие личности как субъекта жизни в кризисный период.

Смысложизненные задачи ставятся и решаются на *глобальном и ситуационном уровне*, ввиду чего введено разграничение «*больших*» (*макрозадач*) и «*малых*» (*микрозадач*). Отыскание, сбережение и осуществление смысла в жизни – это *макрозадачи*, процесс решения которых охватывает жизнь целиком и пронизывает личностное развитие в масштабе жизненного пути. Каждая из этих *онтогенетических* макрозадач в свою очередь экстраполируется на условия отдельных жизненных ситуаций и распадается *актуалгенетические* микрозадачи: «задача на личностный смысл» (А. Н. Леонтьев), или «задача смыслоосознания» (Д. А. Леонтьев); «задача на конфликтный

личностный смысл», или на соподчинение противоборствующих мотивов (В. В. Столин); «задача смыслопорождения» (Ф. Е. Василюк); «задача смыслотрансформации» (М. Ш. Магомед-Эминов), «задача изменения смысла», или произвольного управления процессом смыслообразования (В. А. Иванников) и т. д. Успешное решение «малых» задач в ситуационном масштабе создает предпосылки для решения «больших» задач в глобальной жизненной перспективе.

17. Субъективными индикаторами успеха-неуспеха в решении смысложизненных задач и в преодолении скрытых за ними противоречий выступают переживания *осмысленности жизни, удовлетворенности жизнью и смысложизненного кризиса*. В контурах саморегуляции жизнедеятельности и самодетерминации развития личности они выполняют *функцию обратной связи*. Чувства осмысленности и удовлетворенности жизнью служат сигналами *положительной обратной связи*, свидетельствующими о продуктивности жизнедеятельности и прогрессе развития личности. Субъективное переживание смысложизненного кризиса, наоборот, является *отрицательной обратной связью*, извещающей о наличии непреодоленных противоречий и нерешенных задач развития, которые препятствуют продуктивной жизнедеятельности и тормозят развитие личности. Для каждой смысложизненной задачи существует специфический субъективный индикатор ее решенности/нерешенности: осмысленность сигнализирует о присутствии и сохранности смысла в жизни, удовлетворенность – о его продуктивном осуществлении, а смысложизненный кризис – о его отсутствии, утрате или нереализованности (в зависимости от вида кризиса). *Полиморфизм и многофакторная детерминация* смысложизненного кризиса, таким образом, обусловлены реальной множественностью и разнообразием смысложизненных противоречий и задач, которые личность решает в качестве субъекта собственной жизни.

18. Через концепцию смысла жизни феномен смысложизненного кризиса сопрягается с фундаментальной категорией «сознание» и определяется как кризис высшей формы сознательной регуляции (смысложизненной регуляции), через концепцию субъекта жизни – сообщается с фундаментальной категорией «личность» и раскрывается как кризис развития и функционирования личности в ее «вершинных» проявлениях (субъект жизни), однако общепсихологическая характеристика не будет полной, пока остается нераскрытым деятельностный аспект. Необходимость привлечения категории «деятельность» к общепсихологическому анализу смысложизненного кризиса продиктована тем, что любой психологический кризис выражается *в состоянии дезорганизации, деформации или даже распада определенной деятельности, которое сопровождается критически низкой продуктивностью или непродуктивностью*. Психологические механизмы и закономерности смысложизненного кризиса адекватно улавливаются в деятельностном контексте, образуемом не какой-то единичной парциальной деятельностью, а целостной жизнедеятельностью личности. В этой связи в монографии обоснована *конкретно-психологическая концепция жизнедеятельности лично-*

сти, в рамках которой данное понятие отделяется от его обыденного понимания и научных трактовок, заимствованных из биологических и общественных наук. В данной концепции жизнедеятельность наделяется значением: во-первых, одного из способов осуществления человеком индивидуальной жизни (*жизнь-деятельность* в противоположность *жизни-процессу*); во-вторых, полидеятельностного образования, интегрирующего некоторое множество различных видов деятельности (*полидеятельность*); в-третьих, метасистемного уровня организации индивидуальной деятельности (*метадеятельность*). На стыке всех трех значений жизнедеятельность раскрывается как *особенная форма активности личности в качестве субъекта жизни, в ходе которой она преобразует наличные жизненные обстоятельства в индивидуальный жизненный путь, руководствуясь смыслом собственной жизни.*

19. В контексте предложенной концепции смысложизненный кризис квалифицирован как *кризис индивидуальной жизнедеятельности*, который выражается в ее *дизинтеграции*, т. е. первичной несформированности из доступных видов деятельности или вторичном расколе на отдельные деятельности, которые осуществляются личностью бессвязно, разрозненно и хаотично. С *процессуальной стороны* он проявляется в бессистемности, неупорядоченности различных дел и занятий, «разрывающих» повседневную жизнь на несвязанные эпизоды, а в тяжелых формах – в хаотическом, сумбурном метании между разными деятельностями, либо в жестко регламентированном и извне заданном их исполнении. С *результативной стороны* он определяется как *кризис непродуктивной жизнедеятельности*, который проявляется в непоследовательности жизненного пути личности. Подобный разлад индивидуальной жизнедеятельности как с процессуальной, так и с результативной стороны детерминируется психологическими затруднениями личности в обретении, сохранении и осуществлении смысла в жизни.

20. Научно-психологические воззрения на роль смысла жизни и смысложизненного кризиса в развитии личности существенно сужаются и упрощаются *«постулатом оптимальности смысла жизни»*. В свете данного постулата отсутствие или утрата смысла в жизни – одним словом, смысложизненный кризис признается неоптимальным и, более того, пессимальным состоянием, которое чревато для личности исключительно негативными последствиями (дезадаптацией, неблагополучием, психопатологией и т. п.). В результате установочного влияния «постулата оптимальности» в современной психологии практически отсутствуют исследования, поднимающие вопросы, с одной стороны, о негативном (деструктивном, ингибирующем, патогенном, дезадаптирующем и т. д.) воздействии смысла жизни, с другой стороны, о позитивном (конструктивном, стимулирующем, оптимизирующем, адаптогенном, саногенном и т. п.) воздействии смысложизненного кризиса на личность.

В целях проблематизации данного постулата произведено разграничение двух подходов к психологическому анализу смысла жизни – *феноменального*, предметом которого выступает смысложиз-

ненная феноменология, и *функционального*, предметом которого является смысложизненная регуляция. Проблема функциональной оптимальности/неоптимальности смысла жизни принадлежит к компетенции функционального подхода, конечная цель которого сводится к установлению *регуляторного оптимума* – диапазона качественной определенности или количественной выраженности смысла жизни, в пределах которого он наилучшим образом выполняет свои регулирующие функции, способствуя успешности жизнедеятельности и индивидуального развития личности. Далее для определения истоков и путей преодоления «постулата оптимальности смысла жизни» в рамках функционального подхода дифференцированы две стратегии исследования смысложизненной регуляции – *макроаналитическая* и *микроаналитическая*. Первая стратегия (макроанализ) способствует формированию, подкреплению и удержанию «постулата оптимальности» в психологической науке, тогда как вторая стратегия (микроанализ), наоборот, содействует его конструктивному ограничению и корректировке. Эти различия объективно заданы выбором *единиц анализа* смысложизненной регуляции в рамках данных исследовательских стратегий.

Макроанализ оперирует единственной макропеременной, которая интегрально и синкретично отражает наличие/отсутствие, сохранность/потерянность, реализуемость/неосуществимость смысла жизни. Эта переменная в континуальном виде предстает как уровень осмысленности жизни, а в дихотомическом виде – как оппозиция состояний «осмысленность жизни – смысложизненный кризис». При такой стратегии функциональность смысла жизни предопределяется самим фактом его наличия (сформированностью и сохранностью), а отсутствие или потеря смысла в жизни, т. е. первичный или вторичный смыслодефицит, отождествляется с дисфункциональным состоянием. Микроанализ обеспечивает возможность преодоления «постулата оптимальности» постольку, поскольку наряду с монопеременной «осмысленность жизни-смысложизненный кризис» включает целый ряд микропеременных, репрезентирующих смысложизненную регуляцию. В качестве микроединиц анализа здесь фигурируют психологические (содержательные, структурные, динамические, темпоральные и др.) свойства индивидуального смысла жизни. Главное преимущество микроаналитической стратегии заключается в том, что мера функциональной оптимальности смысла жизни рассматривается как производная от его психологических свойств и их индивидуальной конфигурации.

Для психологии смысложизненного кризиса микроаналитическая стратегия исследований продуктивна потому, что открывает возможность сопоставлений макропоказателей и микропоказателей смысложизненной регуляции между собой, т. е. нахождения зависимости уровня общей осмысленности жизни и подверженности личности смысложизненному кризису от психологических свойств принятого и реализуемого ею смысла жизни. Этот путь функционального анализа открывает перспективу преодоления «постулата оптимальности смысла жизни» за счет теоретического обоснования и эм-

пирического выявления психологических вариантов *неоптимального смысла жизни* и особого подвида смысложизненного кризиса – *кризиса неоптимального смысла жизни*.

21. Оптимальным является смысл жизни, который в силу своих индивидуально-психологических свойств создает наиболее благоприятствующие условия для развития личности. Влияние смысла жизни на личностное развитие опосредуется жизнедеятельностью, по отношению к которой он выполняет регулирующую функцию. Вследствие этого оптимальность смысла жизни выражается в том, насколько он оптимизирует развитие личности за счет определения основных параметров индивидуальной жизнедеятельности, в первую очередь, ее продуктивности. Неоптимальным является смысл жизни, который в силу своих индивидуально-психологических свойств не способен эффективно регулировать повседневную жизнедеятельность и детерминировать устойчивое прогрессивное развитие личности. Ключевое различие оптимального и неоптимального смысла жизни коренится в *качестве порождаемых ими противоречий*. Оптимальный смысл жизни продуцирует преимущественно *посильные для личности развивающие противоречия*, преодоление которых стимулирует ее дальнейшее развитие. Неоптимальный смысл жизни привносит в жизнедеятельность *разрушительные противоречия*, которые в силу своей чрезмерной простоты или избыточной сложности провоцируют смысложизненный кризис в развитии личности. По своей детерминации *кризис неоптимального смысла жизни является самореализационным кризисом личности* (подвидом кризиса нереализованности смысла жизни). Парадоксальность противоречий, инициирующих данную разновидность кризиса, выдвигает перед личностью особую смысложизненную задачу развития в кризисный период. Она заключается в содержательной переоценке и структурно-функциональной перестройке неоптимального смысла, в результате чего личность приобретает существенно обновленный или совершенно новый смысл жизни.

Главным итогом теоретико-методологического анализа, проведенного в первом разделе монографии, является общепсихологическое понятие смысложизненного кризиса, соединяющее все вышеуказанные существенные признаки: *смысложизненный кризис – это психологический кризис развития личности, который вызван неразрешимыми или неразрешенными противоречиями в поиске, сохранении и практической реализации смысла жизни, проявляется в бессубъектности (десубъектизации) личности по отношению к собственной жизни, а также в дезинтеграции и непродуктивности ее индивидуальной жизнедеятельности*.

РАЗДЕЛ 2
**НОВЫЕ МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ
СМЫСЛА ЖИЗНИ И СМЫСЛОЖИЗНЕННОГО КРИЗИСА
В РАЗВИТИИ ЛИЧНОСТИ**

ГЛАВА 8
**АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ПСИХОДИАГНОСТИКИ
СМЫСЛА ЖИЗНИ И СМЫСЛОЖИЗНЕННОГО КРИЗИСА**



**8.1. Смысложизненная психодиагностика как новое
направление психодиагностической науки и практики**

Современный этап развития психологической науки характеризуется заметным приростом эмпирических исследований смысла жизни и смысложизненного кризиса. По итогам хронографических обзоров некоторые зарубежные исследователи констатируют ситуацию «смыслового бума» или «экзистенциального поворота», проявляющуюся в умножении тематических публикаций эмпирического жанра [541; 732]. Естественно, активизация и интенсификация исследований вряд ли стала бы возможной без серьезной работы над методическим инструментарием, предназначенным для эмпирического выявления и измерения различных аспектов смысложизненной реальности.

В результате обобщения и систематизации практики эмпирических исследований смысла жизни и смысложизненного кризиса в современной психологии нами были выделены семь самостоятельных методических подходов: *экспериментальный, психометрический, проективный, психосемантический, феноменологический, нарративный и биографический* [176]. Термин «*методический подход*» в данном случае обозначает совокупность принципов и правил, предписывающих общую стратегию планирования, подготовки и реализации эмпирического исследования, а также выбор способов и средств анализа и интерпретации фактических данных. В таком значении методический подход оказывается более широкой категорией, нежели метод сбора эмпирического материала, и вбирает в себя некоторое множество частных методов, а также методических приемов и конкретных методик.

Упомянутые методические подходы далее подразделяются на *общие* и *специальные*. Общими являются экспериментальный, психометрический, проективный, психосемантический и феноменологический подходы, которые в равной степени применимы для эмпирического изучения не только смысла жизни и родственных ему феноменов, но и вообще личностно-смысловых структур и процессов любого уровня и калибра [282; 283]. Специальные подходы – нарративный и биографический – в большей мере адаптированы для исследования высокоуровневых смысловых образований, отличающихся предельной генерализацией, устойчивостью, латентностью и

развертывающихся в масштабах жизненного пути личности. Смысл жизни и смысложизненный кризис как раз и выступают теми эмпирическими объектами, которые адекватно улавливаются в контексте целостной жизненной истории [295; 308; 412].

Все выделенные выше подходы сопоставимы друг с другом по ряду критериев, описывающих процедуру собирания, обработки и интерпретации фактического материала. Эти критерии представляют собой категориальные оппозиции, сложившиеся в методологии психологического исследования и используемые, как правило, для рефлексии возможностей и ограничений различных методов науки. Практикуемые в настоящее время подходы могут быть дифференцированы по методологически значимым критериям на такие группы, как: «объективные – субъективные» (в зависимости от источника, из которого исследователь извлекает информацию о смысложизненной реальности); «объясняющие (каузальные) – понимающие (интенциональные)» (в зависимости от задачи, которую решает исследование смысла жизни и смысложизненного кризиса); «номотетические – идиографические» (в зависимости от ориентации на обнаружение всеобщих, универсальных закономерностей либо единичных, уникальных черт в исследуемых феноменах); «количественные – качественные» (в зависимости от допустимости процедур квантификации, в том числе методов статистического анализа эмпирических данных); «монологические – диалогические» (в зависимости от характера взаимодействия исследователя с испытуемым-носителем смысложизненной реальности); «директивные (объектные) – недирективные (субъектные)» (в зависимости от объема свободы и активности, отведенной испытуемому в процедуре исследования) [176].

По солидарному мнению, исследователей, на текущий момент самым разработанным и востребованным в эмпирических исследованиях смысложизненной реальности является психометрический подход. В его рамках основными средствами изучения смысла жизни и смысложизненного кризиса служат *стандартизированные личностные опросники*, положительно себя зарекомендовавшие благодаря ряду преимуществ (доступность, универсальность, экономичность, оперативность и др.) [176; 526; 535]. Теория и практика использования личностных опросников в исследованиях смысложизненных феноменов в настоящее время достигла той стадии развития, на которой можно обоснованно утверждать о де-факто свершившемся формировании нового направления психодиагностической науки и практики – *смысложизненной психодиагностики* [174].

Смысложизненная психодиагностика – это область психологической науки, занимающаяся теоретическим обоснованием и психометрической разработкой методов выявления и измерения особого класса индивидуально-психологических особенностей, а именно смысложизненных различий. Она составляет раздел психодиагностики личности и мотивации, поскольку ее основной объект – индивидуальный смысл жизни – является узловым образованием в психологической структуре личности, выполняющим функции мотивационно-смысловой регуляции целостной жизнедеятельности в масштабе биографического времени. Исходя из современных научных

представлений о формах проявления смысложизненной реальности, оправдано выделять, как минимум, *три мишени смысложизненной диагностики*: 1) *общий уровень осмысленности жизни*; 2) *смысло-жизненный кризис*; 3) *психологические свойства индивидуального смысла жизни*.

Первые две мишени соответствуют интегральным формам проявления смысла жизни и развитии и функционировании личности. Осмысленность жизни и смысложизненный кризис – это делящиеся и относительно стабильные психические состояния, которые целостно характеризуют смысложизненный статус личности в некоторый промежуток времени, а говоря точнее, «результатируют» наличие либо отсутствие, сохранность либо потеряность, реализуемость либо неосуществимость смысла жизни на определенном отрезке жизненного пути. Третья мишень психодиагностики представлена множественными парциальными проявлениями – отдельными психологическими свойствами смысла жизни, которые выражают своеобразие его ценностного наполнения, детерминации становления, внутреннего строения, временной локализации, побудительной силы и прочих аспектов, существенно влияющих на потенциал и характер смысло-жизненной регуляции индивидуальной жизнедеятельности. Разумеется, этим сфера применения смысложизненной психодиагностики совсем не ограничивается, и в качестве ее потенциального предмета могут быть предложены и другие психические явления, имеющие самое непосредственное отношение к смыслу жизни (например, имплицитные концепции смысла жизни, а также осмысленной и бес-смысленной жизни [350; 666]).

Важно отметить, что обозначенные выше смысложизненные феномены обнаруживают довольно высокую меру индивидуальной и хронологической изменчивости. Это позволяет отслеживать по ним все основные типы дифференциально-психологических различий: 1) между разными индивидами или разными группами в один и тот же период времени (синхронные – межиндивидуальные и межгрупповые – различия); 2) между одним и тем же индивидом или одной и той же группой в разные периоды времени (гетерохронные – внутрииндивидуальные и внутригрупповые – различия).

Как отмечалось выше, сегодня в психологической науке практикуются самые разные подходы к эмпирическому изучению смысла жизни и производных от него феноменов: экспериментальный, психометрический, проективный, психосемантический, нарративный, биографический, феноменологический [176]. В компетенцию смысло-жизненной психодиагностики, если последнюю трактовать широко, включаются все перечисленные подходы и релевантные им методы, методики и методические приемы независимо от уровня их формализации и стандартизации. В предельно строгом («тестологическом») понимании смысложизненная психодиагностика охватывает только те методики и техники эмпирического измерения смысло-жизненных различий, которые удовлетворяют строжайшим психометрическим критериям и требованиям (надежность, валидность, стандартизация, объективность, квантификация и т. д.). Это, как правило, методы, представленные в формате личностных тестов –

стандартизованных опросников-самоотчетов, объединенные в рамках психометрического подхода.

В развитии любой отрасли психодиагностики рано или поздно наступает такой момент, когда требуется своего рода инвентаризация накопленного арсенала методов. За рубежом такие методические ревизии уже приобретают периодический характер [538; 541; 547; 574; 578; 589; 664; 668; 671; 709; 794], а в отечественной психологии смысла жизни и смысложизненного кризиса систематическое обозрение и классификация диагностического инструментария впервые выполнены в нашем исследовании [157; 174]. Не углубляясь в рассмотрение отдельных методов, отметим лишь то, что за прошедшие полвека мировая психологическая наука наработала богатый и разнообразный инструментарий – по нашим подсчетам более 60 самостоятельных диагностических методик, не считая их сокращенных форм и культурных адаптаций. В зависимости от предметной направленности существующие методики распределяются на три категории: 1) ориентированные на измерение уровня общего уровня осмысленности жизни; 2) специализированные на изучении смысложизненного кризиса; 3) предназначенные для выявления различий в психологических свойствах индивидуального смысла жизни. Особую категорию составляют многопрофильные методы, позволяющие комплексно оценить смысложизненный статус испытуемого по целому ряду дифференциально-психологических параметров. Далее внутри каждой категории происходит подразделение психодиагностических методов на *общие* и *контекстные*. Для первых предметом измерения служит, например, общая осмысленность жизни, а для вторых – локальная осмысленность, которая распространяется на отдельную сферу жизни, частный вид деятельности или конкретные жизненные ситуации. Систематика методов смысложизненной диагностики, наличествующих в зарубежной и отечественной психологии, представлена в *Приложении 1*.

В рамках настоящего исследования целесообразно сосредоточить внимание на существующих методах диагностики смысложизненного кризиса в развитии личности. Методы определения осмысленности жизни и смысложизненного кризиса – две основные категории, выделяемые нами по предметному основанию. Это подразделение во многом сходно с различием «рост-ориентированных» («growth-oriented») и «дефицит-ориентированных» («deficit-oriented») методов изучения смысла жизни у некоторых зарубежных ученых. Первые сфокусированы на смысложизненном благополучии личности, тогда как вторые, напротив, на всевозможных патологических и непатологических формах смысложизненного неблагополучия [541; 668].

Данные *Приложения 1* дают наглядное представление о том, что методы диагностики осмысленности жизни количественно преобладают над методами распознавания смысложизненного кризиса. Насколько можно судить по доступной литературе, в зарубежной психологии не разработано ни одного самостоятельного специализированного инструмента для кризисной психодиагностики. Прямыми средствами детекции кризиса и оценки тяжести его течения обычно служат шкалы многофакторных диагностических методов –

шкала «Экзистенциальный вакуум» («Existential Vacuum») опросника «Профиль жизненных установок» (LAP и LAP-R – «Life Attitudes Profile») [691; 712; 715], шкала «Экзистенциальная фрустрация» («Existentieller Frustration») LOGO-теста Е. Лукас [651], шкала «Кризис смысла» («Crisis of meaning») методики «Источники смысла» (SoMe – «Sources of Meaning») [738]. Существует практика выявления кризиса с помощью одиночного лобового вопроса типа «Насколько бессмысленной Вам кажется собственная жизнь?», как, например, в опроснике EMF/EML («Experienced Meaningfulness and Meaninglessness Questionnaire») [563], но по психометрическим соображениям этот прием вряд ли вообще можно причислить к категории психологических тестов. В отечественной психологии практически единственным инструментом, спрофилированным на диагностику субъективных и поведенческих признаков кризиса, выступает опросник смысложизненного кризиса (ОСЖК), сконструированный и опубликованный нами в 2008 г. [176].

В некоторых концепциях психологический кризис, вырастающий на почве смысложизненных проблем и противоречий в развитии личности, обозначается альтернативными терминами («отчуждение», «экзистенциальная тревога», «ценностный кризис») и диагностируется посредством одноименных методик, как то: Тест отчуждения («Alienation Test») [654], субшкала «Отчуждение» («Alienation») опросника ASTI («Adult Self-Transcendence Inventory») [646], Шкала экзистенциальной тревоги (EAS – «Existential Anxiety Scale») [595], субшкала «Тревога пустоты и бессмысленности» опросника EAQ («Existential Anxiety Questionnaire») [786], в польской психологии – Опросник ценностного кризиса (KKW – «Kwestionariusz Kryzysu Wartosciowania») [683]. Обозначенные методы не имеют русскоязычных аналогов, за исключением Теста отчуждения С. Мадди, С. Кобэйса и М. Хувера, на основе которого создан Опросник субъективного отчуждения (ОСОТЧ-В) и его модификация для учащихся (ОСОТЧ-У) [354].

В ряде случаев методики операционализируют концепты, обозначающие частные проявления, признаки, симптомы смысложизненного кризиса. Считается, что кризис проистекает из недостатка смысла в жизни и потому сопровождается настойчивыми поисками ценностей и целей, могущих восполнить этот дефицит. Сила смыслопоисковой мотивации и активности, косвенно указывающая на кризисное состояние, определяется с помощью таких методик как «Шкала поиска нозических целей» (SONG – «Seeking for Noetic Goals») [558] и субшкала «Поиск смысла» («Search for Meaning») опросника «Смысл в жизни» (MLQ – «Meaning in Life Questionnaire») [767]. Наличествуют и контекстуальные опросники, придерживающиеся той же стратегии обнаружения смысложизненного кризиса в ситуации смертельно опасного заболевания – SMS («Search for Meaning Survey») [772] и ML («Meaning in Life») [778].

Смысложизненный кризис представляет не просто дрящее субъективно болезненное состояние, но, что гораздо важнее, психологический механизм глубокой трансформации личности, подразумевающий коренное переосмысление жизни, содержательную пере-

оценку и структурно-функциональную перестройку наличного смысла жизни. Кризис не проходит бесследно в том плане, что обязательно оставляет после себя «следы» в виде позитивных и негативных изменений в различных психических структурах, в первую очередь, в самом смысле жизни и питающих его личностных целях и ценностях. Следообразующие закономерности кризиса открывают возможность его диагностики по изменениям смысла жизни и связанных с ним внутренних содержаний и отношений, которые испытуемый фиксирует в себе на фоне или впоследствии каких-либо неблагоприятных условий и суровых испытаний (кризисогенных ситуаций). Эту возможность продуктивно эксплуатируют психодиагностические методики CMS («Constructed Meaning Scale») [587], MOI («Meaning of Illness») [567], SMS («Sense Making Scale») [687], IOC («Impact of Cancer») [803].

Встречаются негативные состояния личностного развития, которые ввиду обостренного переживания отсутствия или утраты смысла в жизни, можно квалифицировать как смыслодефицитные. Разумеется, их нельзя отождествлять со смысложизненным кризисом, но поскольку элемент субъективного переживания бессмысленности в них неотъемлемо присутствует, для их обозначения предложен термин «кризисоподобные состояния» [202]. К таковым относится, например, синдром деморализации, описанный в клинической психологии и психиатрии в качестве распространенного психического состояния тяжело, неизлечимо и терминально больных людей. Ведущим симптомом деморализации выступает ощущение смыслоутраты, которое измеряется шкалой «Утрата смысла и цели» («Loss of meaning and purpose») из опросника DS («Demoralization Scale») [624; 667].

Подобно средствам измерения осмысленности жизни методики диагностики смысложизненного кризиса подразделяются на общие и контекстуальные. Общие – определяют остроту и генерализованность кризисной симптоматики безотносительно к порождающим ее условиям и причинам; контекстуальные – проясняют не только наличие смысложизненного кризиса, но и причастность определенного события или ситуации к его возникновению, что обязательно отражается в формулировках пунктов. Например, шкала «Растерянность и потеря смысла» («Confusion and Lessened Meaning») опросника MiLS помогает идентифицировать кризисное состояние, обусловленное раковым заболеванием [612], а тест QM («Questionnaire on Meaning») – смысложизненный кризис, индуцированный смертью близкого человека [792].

Предпринятый методический обзор позволяет заключить, что в настоящее время методы эмпирического изучения смысложизненных феноменов, в первую очередь, смысла жизни и смысложизненного кризиса, образуют новое и быстро развивающееся направление психодиагностики личности. Как и любому относительно самостоятельному направлению психологической науки и практики, смысложизненной психодиагностике присущи собственные тенденции, проблемы и противоречия развития. Их обсуждению посвящены следующие параграфы монографии.

8.2. Теоретические и методические проблемы психодиагностики смысложизненного кризиса

Смысложизненная психодиагностика в ее актуальном состоянии – это самостоятельный раздел психодиагностической науки, обладающий собственными методологическими принципами, теоретическими основаниями и методическими подходами. В процессе ее становления естественны противоречия между концептуализацией и операционализацией смысложизненных феноменов, равно как неминуемы вытекающие из этих противоречий психодиагностические ошибки. Ниже проанализируем типичные ошибки, которые допускаются в диагностике смысложизненного кризиса в зарубежной и отечественной психологии.

Самая грубая повсеместная ошибка заключается в том, что для диагностики смысложизненного кризиса подбираются методики, исходно спроектированные для оценки общего уровня осмысленности жизни. Средние и тем более высокие тестовые показатели расцениваются как свидетельство отсутствия кризиса, и таким образом отвергается возможность существования кризисов, при которых поддерживается более или менее приемлемый уровень осмысленности жизни. Низкий показатель по этим методикам принимается за доказательство кризисного состояния у испытуемого, и тем самым на операционально-методическом уровне смысложизненный кризис редуцируется к низкой осмысленности жизни. В обоих случаях исследователь рискует сформулировать ложное диагностическое заключение: в первом случае кризис отрицается там, где вероятно его наличие; во втором – кризис утверждается тогда, когда вероятно его отсутствие. По аналогии с ошибками при проверке статистических гипотез неверные психологические диагнозы могут трактоваться как диагностические ошибки первого и второго рода.

Некорректное применение методик смысложизненной психодиагностики продиктовано неадекватными теоретическими воззрениями на соотношение осмысленности жизни и смысложизненного кризиса. Зачастую исследователи отталкиваются от того, что данные феномены выступают друг по отношению к другу как полные противоположности (антагонисты), образующие единый биполярный континуум, и имплицитно или эксплицитно мыслят оппозицию «осмысленность жизни – смысложизненный кризис» в качестве фундаментального параметра смысложизненных различий (подробнее об этом см. [171]). При таком подходе диагност пренебрегает качественными особенностями этих феноменов и фиксирует чисто количественные различия между ними. Например, если частным проявлением осмысленности является стойкий положительный интерес личности к собственной жизни (жизнелюбие), то смысложизненному кризису приписывается его падение или утрата, т. е. чисто количественное изменение данного признака. В действительности же, в кризисе личностное отношение к жизни качественно перерождается и обобщается, и вследствие этой метаморфозы жизнелюбие сменяется враждебным или даже ненавистным отношением к соб-

ственному существованию. Сказать, что смысложизненный кризис есть критически низкий уровень осмысленности жизни, значит проигнорировать и «размыть» качественные различия между этими состояниями в целом и их частными проявлениями.

Полагание осмысленности жизни и смысложизненного кризиса в виде единого биполярного конструкта навязывает особую – оппозиционную – логику диагностического вывода. Согласно данной логике, *утверждение осмысленности жизни есть отрицание смысложизненного кризиса, а отрицание осмысленности есть утверждение смысложизненного кризиса.*

Результаты современных эмпирических исследований высвечивают, по крайней мере, неправомерность отождествления смысложизненного кризиса с низким уровнем осмысленности жизни. Так, приравнивая смысложизненный кризис к дефициту осмысленности, исследователи имеют в виду только лишь *интенсивностный критерий* – силу, уровень, глубину и т. п. переживания смысла в жизни, забывая о другом немаловажном критерии – *временной стабильности, или стойкости* данного переживания. Между тем, на перекрестке критериев интенсивности и стабильности складывается любопытная четырехполюсная типология смысложизненных состояний личности (таблица 3).

Таблица 3 – Типология смысложизненных состояний по критериям интенсивности и стабильности переживания осмысленности жизни

Интенсивность	Стабильность	
	<i>Низкая</i>	<i>Высокая</i>
<i>Низкая</i>	Слабое и нестойкое переживание осмысленности жизни	Слабое, но устойчивое переживание осмысленности жизни
<i>Высокая</i>	Сильное, но нестойкое переживание осмысленности жизни	Сильное и устойчивое переживание осмысленности жизни

Достаточно очевидно, что смысложизненный кризис – это не только значительное, но и стойкое, дрящееся, хронически повторяющееся падение осмысленности жизни, и этим кризисное состояние отличается от ситуативных, мимолетных колебаний интенсивности переживания смысла в жизни. Проблема в том, что критерий временной стабильности практически не учитывается в психологической диагностике, поскольку уровень осмысленности жизни по ложному стереотипу воспринимается как инертный и малоподвижный показатель. Однако научные факты указывают на то, что уровень общей осмысленности жизни характеризуется выраженной микродинамикой и может флуктуировать не только в масштабе жизненного пути и протяженных стадий развития, но и в течение одного дня и даже часа [609; 621; 766]. Колебания уровня осмысленности жизни в микроинтервалах времени отражают ситуативную динамику взаимодействия личности с текучими жизненными обстоятельства-

ми. Пики осмысленности прослеживаются в ситуациях, которые содержательно «резонируют» с индивидуальным смыслом жизни и благоприятствуют его реализации; спады наблюдаются в ситуациях, которые «диссонируют» с содержанием смысла жизни и препятствуют его осуществлению. Если смысл жизни (как устойчивое свойство) – это долгосрочный ориентир для прокладки жизненного курса и планирования пролонгированной жизненной стратегии, то переживание осмысленности жизни (как текущее состояние) – это психологический «барометр», обеспечивающий гибкую ориентировку в текущей ситуации и оперативную саморегуляцию жизнедеятельности. Принципиально важно подчеркнуть, что, опускаясь в «ямь» и достигая «дна» осмысленности в различных жизненных ситуациях, личность не обязательно скатывается и застревает в состоянии смысложизненного кризиса. И хотя результаты некоторых исследований свидетельствуют, что большая амплитуда и высокая частота колебаний уровня осмысленности негативно воздействует на благополучие, здоровье и продуктивность [768], ситуативный спад силы переживания смысла в жизни вовсе не означает, что личность соскальзывает в смысложизненный кризис. Не принимая в расчет данного обстоятельства, оппозиционная логика диагностических выводов оказывается весьма обманчивой в тех случаях, когда только лишь по низкому уровню осмысленности жизни у испытуемого констатируется наличие кризисного состояния.

Несостоятельность данного подхода еще резче проступает в том, что он начисто отвергает возможность соприсутствия состояний осмысленности жизни и смысложизненного кризиса в одно время у одного и того же испытуемого. Оппозиционная логика подразумевает, что на полюсах оппозиции лежат нейтрализующие и исключаящие друг друга явления, которые способны существовать всегда диахронно (последовательно) и никогда синхронно (параллельно). Когда диагност имеет дело с полярными – высокими или низкими – тестовыми показателями, данная логика срабатывает безотказно: «мало осмысленности = есть кризис», «много осмысленности = нет кризиса». Но если диагност пытается истолковать в данной логике средние тестовые показатели, то он неизбежно сталкивается с неразрешимыми противоречиями. На самом деле, что психологически означает балл, набранный испытуемым по методике диагностики осмысленности жизни и попадающий в зону средних значений: «Нет ни осмысленности, ни кризиса?», «Немного осмысленности и немного кризиса?». При трактовке таких показателей оппозиционная логика заводит в тупик, потому как утверждает невозможность сосуществования смысла жизни и смысложизненного кризиса или, другими словами, исключает такие состояния, когда «нет ни смысла в жизни, ни смысложизненного кризиса» либо «есть и смысл в жизни, и смысложизненный кризис». И здесь она в очередной раз вступает в противоречие с фактами, накопленными в современных эмпирических исследованиях. Причем самыми показательными оказываются результаты исследований, свободных от рассматриваемых ме-

тодических ошибок: в них состояния осмысленности жизни и смысложизненного кризиса диагностируются разными методиками или раздельными шкалами одной методики.

Так, наши многолетние исследования позволяют утверждать, что в действительности не столь уж редки случаи, когда личность страдает от смысложизненного кризиса вопреки наличию смысла в жизни и, более того, на фоне вполне сносного уровня осмысленности жизни. Это – психологическая ситуация функционально неоптимального смысла жизни, который отягощен рядом дизрегуляторных особенностей (нереалистичность, конфликтность, неконгруэнтность, экстринсивность, дезинтеграция и т. д.) и поддается с трудом или вовсе не поддается продуктивной реализации в повседневной жизнедеятельности. Разные формы неоптимального смысла причастны к провокации и эскалации смысложизненного кризиса, который наступает несмотря на сформированность и сохранность смысла жизни [171]. Следует заметить, что во всех исследованиях данного цикла сида и стойкость кризисных проявлений оценивалась с помощью авторского опросника смысложизненного кризиса, а уровень осмысленности жизни – посредством теста СЖО Д. А. Леонтьева либо шкалы «Цель в жизни» опросника ШШБ К. Рифф.

Другой источник критических данных – цикл исследований Т. Шнелъ и ее коллег, в которых для смысложизненной диагностики использована методика SoMe, предусматривающая независимые шкалы для осмысленности жизни и смысложизненного кризиса. Ортогональное скрещение этих шкал позволило построить эмпирическую типологию смысложизненных состояний и определить частоту их встречаемости в репрезентативных выборках (таблица 4).

Таблица 4 – Типология смысложизненных состояний по критериям выраженности осмысленности жизни и смысложизненного кризиса

Осмысленность жизни	Смысложизненный кризис	
	<i>Низкий</i>	<i>Высокий</i>
<i>Низкая</i>	Экзистенциальная индифферентность (Existential indifference)	Кризис смысла жизни (Crisis of meaning)
<i>Высокая</i>	Осмысленная жизнь (Meaningfulness)	Экзистенциальный конфликт (Existential conflict)

Наибольшее внимание в этой типологии привлекают состояния экзистенциальной индифферентности (низкая осмысленность и низкий кризис) и экзистенциального конфликта (высокая осмысленность и высокий кризис), которые по оппозиционной логике диагностического вывода являются абсурдными и невероятными. Но эмпирические факты противятся данной логике: состояние экзистенциального безразличия выявляется у 9,6–35 %, а экзистенциальный конфликт – у 1–4 % испытуемых [560; 732]. Учитывая солидные объемы обследованных выборок (N = 603–3034), такие показатели вряд

ли можно списать на недобросовестность респондентов или погрешность процедуры измерения; скорее это оппозиционная логика не выдерживает испытания фактами.

Порочная традиция применения методик, служащих для измерения осмысленности жизни, в целях диагностики смысложизненного кризиса иногда аргументируется наличием в их структуре обратных пунктов, якобы, «чувствительных» к кризисным проявлениям. Как правило, обратные пункты формулируются в ключе лексико-грамматического отрицания прямых утверждений и гласят об отсутствии либо низкой степени выраженности субъективных и поведенческих признаков состояния осмысленности. Дополнительный аргумент, которым оправдывают практику применения методик диагностики осмысленности жизни в целях измерения кризиса, заключается в том, что при анализе их внутренней структуры посредством факторизации пунктов иногда отщепляется фактор, объединяющий все или почти все обратные пункты. Он расценивается как доказательство присутствия смысложизненного кризиса в качестве латентного диагностического конструкта.

Данная аргументация неубедительна по теоретическим и психометрическим соображениям. С теоретических позиций в феноменологической картине смысложизненного кризиса целесообразно различать негативные и позитивные признаки (в данном случае уместна аналогия с принятым в психиатрии подразделением симптомов психических болезней). *Негативные признаки («минус-симптомы»)* формируются вследствие «выпадения», «стирания» тех субъективных и поведенческих проявлений, которые присущи осмысленной жизни как нормальному состоянию развития и функционирования личности. Однако смысложизненный кризис не сводится к простому дефициту осмысленности и добавок к нему манифестируется *позитивными признаками («плюс-симптомами»)* – особенными проявлениями, которые прежде (в докризисный период) не наблюдались в психике и в поведении личности. В конечном итоге, качественное своеобразие кризиса как дрящегося психического состояния определяется не столько «вычитанием» признаков осмысленной жизни, сколько «прибавлением» специфических кризисных проявлений. Непригодность методик диагностики осмысленности жизни для изучения смысложизненного кризиса обусловлена тем, что их обратные пункты способны идентифицировать кризис только в части негативных признаков и никогда во всей полноте его проявлений. Феноменологическая картина смысложизненного кризиса – не просто «негативный снимок» осмысленной жизни, но, что гораздо важнее, комплекс специфических симптомов, которые придают кризисному переживанию и поведению неповторимый рисунок.

Практика использования методов измерения осмысленности в целях кризисной психодиагностики неприемлема и по психометрическим соображениям, поскольку экстракция фактора, скомпонованного из обратных пунктов, с высокой вероятностью предопределяется не латентным конструктивным содержанием методики, а различиями

фразирования прямых и обратных пунктов. Психометрическая экспертиза целого ряда опросников показывает, что их факторная структура производна скорее от смешанного состава пунктов, нежели от внутреннего строения психической реальности, которую они призваны измерять. Вероятная причина коренится в том, что лексические антонимы и терминологические оппозиции далеко не всегда отражают функциональные различия психических феноменов.

В области смысложизненной психодиагностики большей «чистоты» измерения осмысленности жизни и смысложизненного кризиса можно добиться с помощью опросников, не содержащих обратных утверждений. Когда используются методики, сконструированные из прямых и обратных пунктов, это обычно приводит к необоснованным выводам о соотношении данных феноменов. Дело в том, обратные пункты методик диагностики осмысленности содержательно нагружены негативными признаками («минус-симптомами») смысложизненного кризиса, а инверсные утверждения опросников кризиса – негативными признаками («минус-симптомами») состояния осмысленности жизни. При сопоставлении показателей таких методик сила их отрицательной корреляции искусственно завышается (значение коэффициента корреляции, как правило, лежит в интервале значений от $-0,50$ до $-0,70$ и выше). Отсюда напрашивается неверный вывод о том, что осмысленность жизни и смысложизненный кризис представляют разные полюса единого психологического конструкта или измерения. Если же эти феномены диагностировать посредством методик, не включающих обратных пунктов, то теснота обратной корреляционной связи оказывается значительно ниже – в пределах $-0,40$ [560; 733; 738]. Это реалистично отражает истинный характер соотношения осмысленности жизни и смысложизненного кризиса: не противоположные полюса одного психологического континуума, а два специфических, хотя и взаимосвязанных конструкта.

Таким образом, состояния осмысленности жизни и смысложизненного кризиса различаются интенсивностью, стабильностью и, главное, модальностью переживаний личности по поводу собственной жизни. Их следует полагать своеобразными и относительно самостоятельными психическими феноменами, которые в силу своей качественной специфики никак не стыкуются в единую дихотомию или оппозицию и выступают в качестве отдельных психологических измерений. Следовательно, использование методов диагностики осмысленности жизни для выявления смысложизненного кризиса является небезупречной практикой, а постановка психологического диагноза по принципу «от противного» («если низка осмысленность, значит высок кризис») – ошибочной логикой. Такая практика и логика учитывают только интенсивностные различия количественного порядка, упуская модальностные различия качественного порядка и не считаясь с критерием временной стабильности субъективных переживаний и поведенческих проявлений смысложизненного кризиса.

Более корректным в теоретическом и психометрическом отношении представляется подход, когда диагностика осмысленности

жизни и смысложизненного кризиса осуществляется двумя раздельными методиками либо одной методикой, включающей специальные субшкалы для каждого из этих конструктов. Повышение чистоты измерения, а значит и достоверности последующих диагностических и теоретических выводов, обеспечивают методики и субшкалы, которые сконструированы из прямых утверждений (включение обратных пунктов нежелательно ввиду угрозы конструктивной валидности). Диагностические выводы должны формулироваться в рамках альтернатив «низкая осмысленность – высокая осмысленность» и «кризис есть – кризиса нет», допуская возможность различных сочетаний этих альтернатив для отдельного испытуемого. Такая «неопозиционная» логика психологического диагноза легитимирована во многих научных областях, например, при изучении позитивного и негативного аффекта (низкая интенсивность отрицательных эмоций не равняется наличию положительных эмоций и не создает хорошего настроения) [785]. В общем, адекватный действительности и теоретически обоснованный подход состоит в том, чтобы диагностировать осмысленность жизни и смысложизненный кризис в качестве *двух униполярных конструктов, а не разных полюсов единого биполярного конструкта.*

8.3. Теоретические и методические проблемы психодиагностики смысла жизни

Исторически фундамент для развития психодиагностики был подготовлен дифференциальной психологией, которая очертила область индивидуально-психологических различий между людьми и сформировала потребность в создании научно обоснованных методов их выявления. «Вне представлений об индивидуально-психологических особенностях, которые являются предметом дифференциальной психологии, невозможно было бы возникновение психодиагностики как науки о методах их измерения», – подчеркивает М. К. Акимова [387, с. 20]. Эта закономерность равносильна для всех разделов и направлений психодиагностики, в том числе и для смысложизненной психодиагностики, развитие которой во многом зависит от успехов разработки проблемы смысла жизни и смысложизненного кризиса в дифференциально-психологическом аспекте.

В общих закономерностях, присущих становлению, структурированию и функционированию смысла жизни, а также возникновению, течению и разрешению смысложизненного кризиса постоянно прослеживаются частные вариации, которые значительно индивидуализируют и отличают людей. Это позволяет вычленивать отдельный класс психологических различий – *смысложизненные различия*, которые могут быть весьма разноплановыми и дифференцировать как индивидов, так и малые и большие группы людей. В связи с житейской и научной очевидностью существования различий, относящихся к смысложизненной феноменологии, регуляции и кризису, вполне

резонно ставить вопрос о необходимости разработки *дифференциальной психологии смысла жизни, или психологии смысложизненных различий* [154; 155; 156].

Дифференциально-психологический аспект смысложизненной проблематики предполагает решение следующих научных задач: 1) описание и систематизация свойств смысла жизни как психического феномена, обладающих широкой вариабельностью и способных в этой связи выступать основаниями для индивидуальных и групповых смысложизненных различий; 2) объяснение природы, детерминации и происхождения смысложизненных различий, а также механизмов и закономерностей влияния этих различий на психическое развитие, благополучие, здоровье и продуктивность жизненного пути личности; 3) теоретическое обоснование методов дифференциальной смысложизненной диагностики, помогающих дать качественно-количественную оценку своеобразия индивидуального смысла жизни как психического явления. Дифференциальная психология смысла жизни, таким образом, призвана заниматься разработкой систематики, изучением причин и последствий межличностных и межгрупповых смысложизненных различий.

В настоящее время дифференциально-психологический аспект смысложизненной проблематики является еще слабо разработанным. *Одна из наиболее серьезных недоработок, препятствующая развитию смысложизненной психодиагностики, выражается в редуцировании широкого спектра реально существующих смысложизненных различий к единственному дифференциально-психологическому параметру. Этот базовый параметр предстает в психологических исследованиях в виде либо континуальной переменной – «уровень общей осмысленности жизни», либо дихотомической переменной – «осмысленная жизнь – смысложизненный кризис».* Недостаточная расчлененность теоретических представлений о смысложизненных различиях позволяет обходиться и довольствоваться диагностическими методиками с низкой различительной силой и в сфере эмпирического анализа смысла жизни и смысложизненного кризиса.

Следует подчеркнуть, что дифференциальный параметр «наличие – отсутствие смысла жизни» («осмысленность жизни – смысложизненный кризис») является не только самой крупной и мощной, но и исторически первой шкалой для установления смысложизненных различий. Логотеория В. Франкла и многие следующие за ней психологические концепции смысла жизни трактуют осмысленную жизнь и смысложизненный кризис в качестве диаметрально противоположных состояний, модальностей, форм личностного развития и бытия [171]. Несомненно, шкала «осмысленность жизни – смысложизненный кризис» имеет высокую дискриминативность, объяснительную и прогностическую ценность. Однако смысложизненная феноменология и регуляция является слишком сложной психической реальностью, чтобы ее можно было охватить единственным параметром. По этой причине подразделение индивидов и групп только

по уровню осмысленности жизни и интенсивности протекания смысложизненного кризиса является недостаточным. Оно дает довольно грубую, приближительную и, как правило, чисто количественную дифференциацию, в то время как межличностные и межгрупповые различия коренятся не только и даже не столько в мере выраженности, сколько в качественном своеобразии смысла жизни и смысложизненного кризиса.

В этой связи усилия психологов должны быть направлены на усложнение и обогащение базового параметра смысложизненных различий, или, другими словами, на повышение его различительной силы. Возможны два общих подхода к решению данной задачи. *Первый подход* заключается в поиске путей обогащения базового параметра, не выходя за рамки его полюсов. Это достигается за счет дифференциации самих полюсов либо путем расчленения пространства состояний, которые располагаются между осмысленной жизнью и смысложизненным кризисом. *Второй подход* состоит в поиске других оснований смысложизненных различий, которые дополняют базовый параметр или же вообще являются самостоятельными параметрами. На сегодняшний день каждый из этих подходов уже определенным образом поспособствовал прогрессу как дифференциальной психологии смысла жизни, так и смысложизненной психодиагностики.

Житейские наблюдения и научные данные указывают на то, что люди могут по-разному переживать осмысленность собственной жизни и страдать от разных видов смысложизненного кризиса. Поэтому *первое направление* совершенствования базового дифференциального параметра – это внутреннее расслоение его полюсов, связанное с теоретическим и эмпирическим различением разнокачественных форм осмысленности жизни и построением классификаций смысложизненного кризиса.

Достаточно очевидно, что состояние осмысленности жизни можно разложить на когнитивный, аффективный, мотивационный и конативный компоненты. В психологической литературе предлагались двух-, трех- и четырехкомпонентные описания данного состояния [187; 192; 280; 282; 708; 748; 770 и др.]. Полная структура осмысленности наблюдается в случае, когда человек воспринимает собственную жизнь как связный и внутренне цельный процесс, ощущает эмоциональную насыщенность и мотивационную привлекательность жизни, деятельно вовлечен в ее осуществление. В действительности не у всех людей эти компоненты представлены одновременно и в одинаковой мере, что создает широкое поле индивидуальных различий в переживании и проживании осмысленной жизни. Это значит, что посредством разграничения разномодальных компонентов в структуре состояния осмысленности жизни можно повысить чувствительность и различительную силу базового дифференциального параметра. Идя по такому пути, китайский исследователь Д. Шек описывает устойчивые типы осмысленности, образованные различными сочетаниями рационального понимания и эмоцио-

нального переживания смысла в жизни [748]. Двигаясь в том же направлении, Д. А. Леонтьев описывает индивидуально-типологические портреты людей с неодинаковой выраженностью трех компонентов осмысленности жизни – когнитивного образа жизненной цели, эмоционального переживания включенности в процесс жизни и объективной интенциональной направленности жизнедеятельности. «На самом деле все три аспекта смысла жизни ... представляются важными и неотделимыми друг от друга. Если отсутствует образ цели, но имеется чувство бессмысленности и богатства жизни и устойчивая ее направленность, человек может быть по-настоящему счастлив, но при этом плыть по течению, слабо контролируя ход своей жизни. Если отсутствует чувство включенности при наличии две остальных компонентов, смысл жизни редуцируется к цели жизни, а сама жизнь уподобляется хладнокровно планируемой карьере, утрачивая многое из того, что придает ей очарование. ... Если присутствует и образ цели, и переживание включенности, но объективная направленность жизни расходится с ними, то перед нами прекраснодушный идеалист, неспособный выстроить свою жизнь в соответствии со своими представлениями» [282, с. 490–491].

Аналогичным образом может быть расчленен и противоположный полюс базового дифференциального параметра, совпадающий с состоянием смысложизненного кризиса. Зона индивидуальных различий в данном случае обусловлена тем, что люди могут испытывать разные виды кризиса. На сегодняшний день обоснованы две классификации видов смысложизненного кризиса. Это феноменологическая классификация С. Мадди, в которой разграничиваются три формы кризиса в зависимости от их субъективной картины и поведенческого рисунка: авантюризм (или крусадерство), нигилизм и вегетативность [304; 652]. Другая классификация – уже не феноменологическая, а этиологическая – представлена в наших работах. Здесь в зависимости от специфики порождающих противоречий дифференцируются три психологические разновидности кризиса – кризис бессмысленности, кризис смыслоутраты и кризис нереализованности смысла жизни [171; 201; 202].

В конечном итоге, все сказанное означает, что люди различаются не только «количеством» смысла или бессмыслицы в жизни, но и «качеством», «модальностью» их переживания, а за счет дифференциации полюсов базового параметра можно повысить адекватность представлений об этих смысложизненных состояниях. Другое дело, что в арсенале современной психологии нет методов, обеспечивающих покомпонентную диагностику состояния осмысленности жизни и дифференциальную диагностику разновидностей смысложизненного кризиса.

Другой путь повышения различительной силы базового параметра состоит в выделении состояний, промежуточных и переходных между осмысленной жизнью и смысложизненным кризисом. Однако это не такой уж простой путь, как может показаться с первого взгляда, поскольку здесь приходится преодолевать инерцию и сте-

реотипы существующих научных представлений. Изучая осмысленность жизни и смысложизненный кризис, психологи привыкли мыслить их в виде дихотомии, оппозиции. Теоретическая логика здесь такова: «если у испытуемого мало смысла в жизни, значит у него смысложизненный кризис», «если же много смысла – кризиса нет». С точки зрения дихотомического мышления в принципе исключены такие состояния, когда, несмотря на наличие смысла и в целом приемлемый уровень осмысленности жизни, человек все же мучается от смысложизненного кризиса («и смысл, и кризис»). Или другое, якобы, невозможное, парадоксальное состояние, когда смысла в жизни нет, но и кризиса каким-то странным образом не возникает («ни смысла, ни кризиса»). Получается, что в то время как в психологии дифференциация людей осуществляется посредством дихотомизации, поляризации двух крайностей – осмысленной жизни и смысложизненного кризиса, в реальности может иметь место гораздо большее разнообразие смысложизненных различий. Поэтому членение континуума состояний, лежащих между полюсами базового параметра, представляется перспективным способом развития дифференциальной психологии смысла жизни.

Интересные результаты в данном направлении получены Т. Шнель и Б. Дамасио, которым удалось эмпирически выявить два состояния, локализованных в интервале от осмысленности жизни до смысложизненного кризиса. Рекомбинация двух градаций выраженности для двух полюсов в итоге привела к четырехполюсной классификации смысложизненных состояний: 1) высокая осмысленность, слабый кризис (состояние осмысленности жизни); 2) сильный кризис, низкая осмысленность (состояние смысложизненного кризиса); 3) низкая осмысленность, слабый кризис (состояние экзистенциальной индифферентности); 4) высокая осмысленность, сильный кризис (состояние экзистенциального конфликта). Более того, были выявлены статистически достоверные различия между группами экзистенциального конфликта и экзистенциальной индифферентности по внешним критериям – субъективному ощущению счастья, удовлетворенности жизнью, самоуважению, что свидетельствует о правомерности и валидности дифференцировки этих состояний [560; 733].

Таким образом, реальные смысложизненные различия не сводятся только лишь к диаметрально противоположным состояниям осмысленности жизни и смысложизненного кризиса, да и сами состояния не так полярны, как это принято полагать.

Возможности расширения пространства смысложизненных различий в рамках первого подхода, не предполагающего выхода за пределы базового дифференциального параметра, собственно и исчерпываются попытками расслоения его полюсов и расчленения континуума состояний между ними. Другой популярный подход заключается в выделении и обосновании дифференциальных параметров, дополняющих базовый параметр и работающих в связке с ним. В качестве добавочного, комплементарного критерия, сопряга-

емого с состояниями осмысленности жизни и смысложизненного кризиса, может выступать отношение этих состояний к сознанию. Известно, что осмысленность жизни и смысложизненный кризис, даже наличествуя объективно, могут не сознаваться и зачастую не сознаются личностью без специальных рефлексивных усилий. Именно поэтому степень осознанности-неосознанности смысложизненных состояний целесообразно привлекать как дополнительный дифференциально-психологический критерий. Интересная попытка расширения пространства индивидуальных различий на базе данного критерия предпринята Д. А. Леонтьевым, который описывает разные варианты соотношения осмысленности и бессмысленности с сознанием: «1. Неосознанная удовлетворенность. Это жизнь, протекающая гладко и без рефлексии и приносящая чувство удовлетворения, не побуждая к раздумьям о ее смысле. 2. Неосознанная неудовлетворенность. Человек испытывает фрустрацию, не осознавая причин этого. 3. Осознанная неудовлетворенность. Человек испытывает чувство отсутствия смысла и активно, осознанно и целенаправленно этот смысл ищет. 4. Осознанная удовлетворенность. Человек в состоянии дать себе отчет в смысле своей жизни, это осознанное представление не расходится с реальной направленностью жизни и вызывает положительные эмоции» [283, с. 249].

Наконец, еще одна возможность усиления базового дифференциального параметра «осмысленность жизни – смысложизненный кризис» связана с теоретическим и эмпирическим разграничением *результативных и процессуальных аспектов смысла жизни*. Психологические теории смысла жизни издавна оперируют понятиями как результативного характера, обозначающими установившиеся, относительно стабильные и длящиеся смысложизненные состояния (например, «осмысленность жизни», «смысложизненный кризис»), так и процессуального характера, обозначающими динамические психические и поведенческие процессы, ведущие к установлению, стабилизации и поддержанию либо, наоборот, исчезновению и смене этих состояний (например, «поиск смысла жизни»). Однако в практике эмпирических исследований и в психодиагностике смысложизненных различий понятия процессуального плана, к сожалению, не находят достойного применения. В 1977 г. исправить данное положение попытался Дж. Крамбо, который операционализировал процессуальный конструкт «поиск смысла жизни» и предложил опросник SONG («Seeking for Noetic Goals») [558]. На современном этапе эту линию продолжает американский психолог М. Стигер, разводящий результирующий параметр «присутствие смысла в жизни» («presence of meaning in life») с процессуальным параметром «поиск смысла» («search for meaning in life») как на концептуальном, так и на операциональном уровне в методике MLQ [767].

Базовый дифференциальный параметр со всей очевидностью является результативным, поскольку его полюса образованы устойчивыми психическими состояниями, которые результируют текущие процессы поиска, сохранения, реализации, переоценки смысла

жизни. Посредством различения результативного и процессуального аспектов смысла жизни дифференциация людей становится более многомерной, к примеру, внутри кризисной группы обособляются контрастные подгруппы индивидов: находящиеся в поиске и не ищущие никакого смысла в жизни. Важно учитывать, что и сами смысложизненные процессы весьма неоднородны и распадаются на разные классы, по меньшей мере, класс интегральных и элементарных процессов. Каждый интегральный процесс обеспечивает решение конкретной и вполне определенной смысложизненной задачи – смыслопоисковой, смылосберегающей, смыслореализующей, смысловосстановительной – в контексте развития личности [197]. Он представляет собой форму функционального синтеза и интеграции элементарных психических процессов и процессов деятельности, которые тоже делятся на определенные классы и дробятся на еще более простые процессы (об этом см. [221]). Так, в интегральные процессы, обслуживающие поиск и реализацию, сохранение и восстановление смысла жизни, с необходимостью включаются элементарные процессы смысловой динамики – смыслообразование и смыслоосознание, каждый из которых, в свою очередь, строится и реализуется как сплав познавательных и эмоциональных психических процессов. Сказанное намечает возможности дифференциации людей не только по результирующим, но и по процессуальным компонентам смысла жизни. Ведь в действительности каждый человек отличается как смысложизненным состоянием, в котором устойчиво или даже привычно пребывает, так и путями, траекториями, маршрутами, которыми он к нему приходит и из него выходит, а последнее и задает пространство процессуальных смысложизненных различий.

Несомненно, могут быть предложены и другие пути усложнения базового параметра за счет выделения психологических признаков, конкретизирующих или дополняющих исходную дихотомию «осмысленность жизни – смысложизненный кризис». Однако эта стратегия не должна оставаться единственной и, более того, обладает ограниченными возможностями, поскольку все вращается вокруг указанной дихотомии. Более перспективной представляется другая стратегия построения дифференциальной психологии смысла жизни. Она требует разграничения двух уровней смысложизненных различий: *макроуровня* и *микроуровня*, или, говоря иначе, *интегральных* и *парциальных* различий. До сих пор речь шла исключительно о макроуровневых различиях, которые связаны с интегральными формами проявления смысла жизни в развитии и функционировании личности. Состояния осмысленности жизни и смысложизненного кризиса, сомкнутые в базовом дифференциальном параметре, целостно характеризуют статус личности в некоторый промежуток времени, а потому и являются различиями макроуровня. Что касается *микроуровневых различий*, то это содержательные и структурно-функциональные особенности смысла жизни как относительно изолированной психической системы в целостной организации лич-

ности [154; 155; 156]. Каждое из этих свойств представляет собой дифференциальный параметр, количественная выраженность или качественная определенность которого служит различению людей как носителей разнообразных до неповторимости смыслов жизни. Очевидно, что яркие и значимые различия связаны не только с общим уровнем осмысленности жизни и интенсивностью течения смысложизненного кризиса, но и с индивидуальными комбинациями, конфигурациями, профилями свойств смысла жизни как психического феномена.

Разумеется, выделение психологических свойств в качестве парциальных параметров индивидуальных различий не заменяет и не отменяет общего параметра «наличие – отсутствие смысла жизни». Речь идет лишь о необходимости совмещения обеих стратегий, а также о том, что психология смысложизненных различий не может успешно развиваться без глубокого проникновения в особенности содержания, строения, функций и генезиса индивидуального смысла жизни. Редуцируя всего многообразие индивидуальных различий к одномерному биполярному параметру «осмысленность жизни – смысложизненный кризис», доминирующая на сегодняшний день стратегия изначально упрощает и огрубляет смысложизненную реальность. Чтобы ярче проиллюстрировать ее ограниченность и опасность, следует провести аналогию с другими сферами индивидуально-психологических различий, например, темпераментом, характером или мотивацией. Если бы в их анализе психология избрала подобную стратегию, она бы скатилась к уплощенной дифференциации людей по общему уровню «темпераментности», «характерности», «мотивированности», отказавшись от разработки сложных и многомерных таксономий, классификаций и типологий темперамента, характера и мотивационной сферы личности. Потому-то и смысложизненные различия недопустимо замыкать только на общем уровне осмысленности как единственном дифференциально-психологическом параметре.

Стратегия анализа смысла жизни по свойствам в корне меняет подход и к базовому параметру индивидуальных различий «осмысленность жизни – смысложизненный кризис». Если осмысленность жизни и смысложизненный кризис традиционно берутся в качестве объяснительных конструкторов, то при учете индивидуальных особенностей и функционального потенциала смысла жизни они превращаются в объяснимые переменные. Ведь, строго говоря, осмысленность жизни и предрасположенность личности к смысложизненному кризису определяются не только самим наличием и отсутствием, но и свойствами смысла жизни, в силу которых он порой не способен выступать предпосылкой полноценной осмысленной жизни и фактором устойчивого бескризисного развития личности.

В заключение следует подчеркнуть, что успех научного исследования психологических свойств смысла жизни, а также сопряженных с ними индивидуальных особенностей и различий, в немалой

степени обусловлен доступностью и качеством методического обеспечения. *В настоящее время прослеживается явное противоречие между уровнем развития теоретических представлений о психологических свойствах индивидуального смысла жизни и уровнем разработки диагностических средств для их эмпирического изучения в научных и практических целях.* Обзор методов смысложизненной психодиагностики свидетельствует о том, что в подавляющем большинстве они ориентированы на выявление общей осмысленности жизни и, соответственно, подчинены реализации макроаналитической стратегии. В то же время психодиагностические методики, отвечающие задачам микроаналитической стратегии, не только единичны, но и направлены в основном на изучение ценностного содержания смысла жизни, оставляя без должного внимания многие формальные (структурные, темпоральные, динамические и т. д.) свойства. В сложившейся ситуации актуальной задачей становится создание новых методик, рассчитанных на комплексное выявление и измерение всего спектра психологических свойств индивидуального смысла жизни.

Анализ текущего состояния теории и практики смысложизненной психодиагностики позволяет нащупать «болевы́е точки» данной научной области и указывает на актуальность и неотложность решения, по меньшей мере, трех *методических задач*. *Первая задача* заключается в необходимости создания русскоязычной методики в формате личностного опросника, специализированного на измерении общего уровня (интенсивности) переживания смысложизненного кризиса. Причем в отличие от всех ныне используемых методов данный опросник должен операционализировать смысложизненный кризис как униполярный диагностический конструкт, не смешивая его с низким уровнем осмысленности жизни. *Вторая задача* состоит в разработке дифференциальных опросников смысложизненного кризиса, способных различать феноменологические и этиологические разновидности данного состояния и измерять уровень их относительной выраженности у испытуемого. *Третья задача* подразумевает конструирование диагностической методики, направленной на комплексное выявление психологических свойств – содержательных и формальных – индивидуального смысла жизни. В монографии в качестве конкретных решений обозначенных задач предложены новые оригинальные методики смысложизненной психодиагностики: «Опросник смысложизненного кризиса» (ОСЖК), «Краткий опросник смысложизненного кризиса» (ОСЖК-К), «Дифференциальный опросник смысложизненного кризиса» (ОСЖК-Д) и «Источники смысла жизни» (ИСЖ). Следующие главы посвящены описанию процедуры их психометрической разработки и валидации.

ГЛАВА 9
**НОВЫЕ МЕТОДИКИ ПСИХОДИАГНОСТИКИ
СМЫСЛА ЖИЗНИ И СМЫСЛОЖИЗНЕННОГО КРИЗИСА:
ПСИХОМЕТРИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА
И ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЕ ВОЗМОЖНОСТИ**



9.1. Опросник смысложизненного кризиса (ОСЖК)

Общая характеристика метода. Базовая версия опросника смысложизненного кризиса была создана и опубликована в 2008 г. [176]. В последующие годы данный психодиагностический инструмент многократно применялся для целей проведения научных исследований не только его автором, но и другими исследователями из России, Беларуси, Казахстана, Украины [42; 97; 225; 237 и др.]; был переведен на иностранные языки, адаптирован и валидизирован на выборках англичан и поляков [164]; использовался в качестве методического обеспечения в различных сферах практической деятельности психологов: в производстве судебно-психологических экспертиз обвиняемых и потерпевших по уголовным делам, расследуемых Следственным комитетом Республики Беларусь; в деятельности подразделений МЧС Республики Беларусь по антикризисной помощи лицам, пострадавшим от чрезвычайных ситуаций; в исправительной психологической коррекции и в профилактике суицидального поведения среди заключенных в системе пенитенциарных учреждений Республики Беларусь. За весь срок службы опросник смысложизненного кризиса зарекомендовал себя как надежный и валидный метод, позволяющий решать разнотипные научные и практические задачи.

По формату данный опросник представляет собой однофакторный стандартизированный личностный тест, измеряющий индивидуальную выраженность феноменологии смысложизненного кризиса. Следует заострить внимание на том, что феномен кризиса данная методика операционализирует в виде униполярной, а не дихотомической переменной. Это означает, что набранный испытуемым балл интерпретируется как индикатор отсутствия-наличия, а также остроты, глубины и тяжести кризисного состояния, но никоим образом не рассматривается в качестве диагностического показателя общей осмысленности жизни. По сути, этот балл выступает условной количественной мерой интенсивности и частоты возникновения специфических субъективных переживаний и поведенческих затруднений, вызванных объективными противоречиями в определении, сохранении и осуществлении смысла в жизни. При этом предполагается, что данные противоречия и сигнализирующие о них субъективные переживания и поведенческие затруднения носят естественный характер, т. е. их с определенного возраста в большей или меньшей степени испытывает каждый нормально развивающийся человек. Низкий балл по опроснику свидетельствует о том, что испытуемый редко сталкивается с трудностями и противоречиями в

осмыслении собственной жизни, но при этом не должен трактоваться как показатель высокого уровня осмысленности жизни. Высокий балл указывает, что смысложизненные противоречия приобретают неестественную остроту, застойность, болезненность и травматичность, характерную именно для кризисного состояния [176].

В стандартной базовой версии опросник включает 50 утверждений, отражающих феноменологию смысложизненного кризиса, т. е. комплекс его субъективных (на уровне мыслей и чувств) и поведенческих (на уровне действий и поступков) проявлений. Опросник может быть оснащен интенсивностной (испытуемый оценивает интенсивность проявления у себя признака, о котором говорится в пункте опросника) и частотной (испытуемый оценивает частоту проявления признака, о котором гласит пункт опросника) шкалой ответов (результаты психометрических экспериментов с варьированием шкалы ответов к опроснику описаны в [174]). В стандартной базовой версии используется интенсивностная вербально-числовая шкала ответов, в которой разным градациям выраженности кризисных проявлений в соответствие ставятся разные степени согласия-несогласия испытуемого со стимульными утверждениями (от «4 – совершенно верно» до «1 – совершенно неверно»).

Процедура конструирования и психометрической апробации базовой версии опросника смысложизненного подробно описана в одноименной монографии [176], в связи с чем здесь целесообразно изложить лишь общие сведения, раскрывающие этапы разработки, конструкцию и измерительные свойства данной психодиагностической методики. Кроме того, с момента психометрической проверки и стандартизации базовой версии опросника до настоящего времени автором был аккумулирован обширный эмпирический материал, на основе которого первоначальные сведения о диагностических возможностях данного метода существенно расширены и уточнены. На протяжении 2008–2015 гг. базовой версией опросника была обследована выборка суммарной численностью 13 247 человек (6 807 испытуемых – в собственных исследованиях автора; оставшаяся часть – в рамках исследований студентов, магистрантов и аспирантов, выполненных под его научным руководством). В этой связи последующее описание психометрических свойств опросника будет опираться на современные данные.

Содержательная валидность ОСЖК. В процессе операционализации понятия «смысложизненный кризис» решались задачи: 1) отделения непосредственных проявлений смысложизненного кризиса от присоединяющихся к его картине вторичных осложнений, возникающих вследствие дезадаптирующего и патогенного воздействия кризиса на личность (например, депрессивного синдрома, суицидальной идеации); 2) различения специфических проявлений смысложизненного кризиса и неспецифических проявлений, присущих и другим кризисам личностного развития (например, повышенная тревога); 3) дифференциации общих (характерных для всех видов смысложизненного кризиса) и частных (характерных для отдельных феноменологических и этиологических разновидностей смысложизненного кризиса) проявлений.

Суждения, образовавшие пункты опросника, по своему содержанию являются *поведенческими*, т. е. описывающими особенности реальной жизнедеятельности испытуемого, и *оценочными*, т. е. выражающие внутреннюю позицию (мысли и чувства) испытуемого по отношению к собственной жизни в целом. Все они формулировались без привлечения специальной терминологии на языке повседневного общения, дабы избежать смысловых барьеров в восприятии и понимании стимульного материала испытуемыми. Это делает опросник доступным для лиц с любым уровнем и профилем образования.

В целях обеспечения содержательной валидности был использован метод независимых экспертных оценок. В роли экспертов привлекались врач-психотерапевт, практикующий экзистенциально-гуманистический подход в консультировании и терапии пациентов с невротическими расстройствами, и преподаватель психологии, читающий курс «Психология личности» для студентов психологической специальности. Эксперты были предварительно ознакомлены с теорией вопроса по источнику [211], далее им были предъявлены 150 утверждений, затрагивающих различные аспекты и проявления смысложизненного кризиса, и поставлена задача оценить по пятибалльной системе степень соответствия каждого утверждения его субъективной картине и поведенческому рисунку. Оценки выставленные экспертами независимо друг от друга были в достаточной мере согласованными, о чем свидетельствует высокое положительное значение коэффициента их корреляции ($r = 0,71$, $p < 0,001$). На основании экспертных оценок из исходного набора были отсеяны 29 утверждений, которые в результате усреднения (путем расчета среднего арифметического) экспертных оценок набрали менее 4 баллов. В первоначальную версию опросника, таким образом, вошел 121 пункт.

Дискриминативность пунктов ОСЖК. Базовая версия опросника смысложизненного кризиса включает 50 стимульных утверждений, отобранных в результате двух итераций из исходного набора (121 пункт). В первой итерации, по результатам предъявления пилотажной версии опросника 198 испытуемым, данный массив был сокращен до 103 утверждений за счет удаления неработающих пунктов, корреляция которых со шкалой не превысила 0,19. Во второй итерации, по результатам предъявления опросника 540 испытуемым, были отброшены пункты со значением коэффициента дискриминативности ниже 0,35 [176]. Последующие психометрические ревизии опросника, проводившиеся на материалах самых разнообразных выборок, раз за разом подтверждали дискриминативную эффективность всех 50 пунктов [177].

В ходе многолетнего применения опросника был сгенерирован большой массив эмпирических данных по статистике ответов испытуемых на отдельные его пункты. Эти данные предоставляют возможность уточнить сведения о дискриминативности опросника на более объемной и репрезентативной выборке (4763 человек) с применением более консервативной статистической технологии. По общепринятым психометрическим рекомендациям определение коэффициента дискриминативности пункта производится посред-

ством установления корреляции «пункт-шкала». Значение интегрального показателя по шкале обычно задается линейной суммой значений всех пунктов, что приводит к систематическому завышению и переоценке величин коэффициента дискриминативности пунктов (т. к. в суммарном показателе присутствует дисперсия каждого коррелируемого с ним пункта). Более строгий способ оценки предполагает вычисление корреляций на «очищенном» суммарном показателе, из которого предварительно вычитается собственная дисперсия каждого анализируемого пункта.

Результаты выполнения данной процедуры свидетельствуют, что все пункты базовой версии опросника обладают удовлетворительной дискриминативностью. Среднее арифметическое значение коэффициента по совокупности пунктов достигло 0,43, при минимуме – 0,32, максимуме – 0,71 и стандартном отклонении – 0,14. Коэффициент конкордации экспертных оценок для 50 пунктов опросника составил $W = 0,88$, $\chi^2(2,49) = 86,6$, $p < 0,000$. Это указывает на правомерность дальнейшего использования базовой версии опросника с неизменным составом и в прежней редакции утверждений.

Структурная валидность и надежность ОСЖК. В стандартной 50-типунктовой версии опросник используется как одномерный (однофакторный) тест. Тем не менее, разведочный факторный анализ указывает на возможность выделения от 3 до 6 субшкал, соответствующих либо группам кризисных симптомов (4-, 5- и 6-факторное решение), либо психологическим разновидностям смыслового кризиса (3-факторное решение). Принимая во внимание, что экстрагируемые факторы являются неоднородными и разнопорядковыми – симптоматическими и видовыми – базовую версию опросника было решено использовать в качестве единой интегральной шкалы. Правомерность его применения в таком формате подтверждается результатами конфирматорного факторного анализа (метод GLS-ML): $\chi^2 = 1635,6$, $df = 1175$, $\chi^2/df = 1,39$, RMSEA = 0,037, CFI = 0,98, GFI = 0,94, AGFI = 0,93, NFI = 0,92, NNFI = 0,97. Показатель внутренней согласованности (консистентной надежности) для 50-типунктовой версии опросника составляет $\alpha = 0,93$.

Критериальная валидность ОСЖК. Первый способ проверки критериальной валидности опросника заключался в обследовании групп испытуемых, которые относятся к контингенту высокого кризисного риска, т. е. находящихся на момент диагностики в потенциально кризисогенных (смыслотуратных) условиях жизнедеятельности. Критериальная валидность в данном случае может быть конкретизирована как *текущая комплексная валидность*. К таким группам испытуемых относятся безработные и бездомные люди; нетрудоспособные люди с ограниченными возможностями здоровья (инвалиды); постинфарктные, онкологические, реанимационные пациенты в условиях больницы стационара; пациенты отделения неврозов; преступники в условиях тюремного заключения и условно-досрочного освобождения; женщины, перенесшие самопроизвольный аборт (выкидыш) и преждевременные роды; госпитализированные суициденты; состоящие на диспансерном учете больные хроническим алкоголизмом. В целях валидации опросника перечислен-

ные выборки принимались за основные группы, а в качестве контрольной группы фигурировала общепопуляционная выборка стандартизации численностью 13 247 человек. В статистическом аспекте оценка критериальной валидности опросника осуществлялась путем сравнения показателей кризиса в группах испытуемых, пребывающих в кризисогенной ситуации или относящихся к категории кризисного риска, со средним значением выборки стандартизации (104,4 балла) по t-критерию Стьюдента. Результаты межгрупповых сравнений приведены в *Приложении 2*.

Обобщение этих результатов позволяет заключить, что у людей, находящихся в критических или потенциально кризисогенных жизненных ситуациях смыслоустратного типа, наблюдается повышенный уровень смысложизненного кризиса. Средние баллы по опроснику во всех основных группах статистически достоверно превышают среднее значение (104,4 балла) в выборке стандартизации (контрольной группе), что свидетельствует о критериальной валидности методики. Следует также отметить, что «пороговое» значение, после которого можно констатировать смысложизненное неблагополучие испытуемого, равняется 113 баллам [176]. Сквозь призму данного показателя основные группы испытуемых могут быть охарактеризованы либо как «пограничные» или «предкризисные» (реанимационные пациенты, преступники в условиях условно-досрочного освобождения), либо как собственно «кризисные» (все остальные группы).

Второй способ проверки критериальной валидности опросника заключался в сопоставлении диагностического результата с экспертной оценкой испытуемого со стороны лица, входящего в круг его доверительного общения. Эта стратегия валидации была реализована на материале диад «студент-родитель», где в качестве испытуемого привлекался студент, а в качестве эксперта – один из его родителей. В данном случае родительское мнение о наличии-отсутствии и степени выраженности кризисного состояния у ребенка, будучи родом экспертной оценки, играло роль внешнего критерия валидации. Такой способ доказывания соответствует *текущей экспертной* валидности.

Под предлогом сбора социально-демографических и социально-психологических сведений об учащемся одному из его родителей предлагалась анкета, которая помимо «ослепляющих» вопросов и вопросов-«наполнителей» содержала задание оценить наличие-отсутствие и степень выраженности «психологического кризиса юношеского возраста» у сына (дочери). Инструкция к данному заданию выглядела следующим образом: «Юношеский возраст, совпадающий с периодом обучения в университете, является важным этапом личностного развития. В связи с возрастающими социальными требованиями и интенсивной подготовкой к будущей самостоятельной жизни юноши и девушки в этот возрастной период могут переживать психологический кризис. Кризис – это нормальное и естественное явление, периодически или хотя бы однажды возникающее в развитии каждого человека и не имеющее ничего общего с психическими заболеваниями. В современной науке считается, что кризи-

сы даже необходимы подрастающему человеку для обретения социальной и психологической зрелости. Исходя из своих наблюдений и опыта общения со своим сыном (дочерью), просим Вас оценить, в какой степени у него (нее) выражены различные признаки психологического кризиса юношеского возраста. Просим Вас быть настолько объективными и искренними в своих оценках, насколько это возможно. Помните, оценки отражают лишь Ваше личное мнение и никоим образом не могут нанести ущерб ни положению, ни репутации Вашего ребенка».

В качестве описаний признаков были предложены 50 утверждений базовой версии опросника смысложизненного кризиса (предварительно они были преобразованы из высказываний от первого лица в высказывания от третьего лица, например, «Жизнь видится ему (ей) бессмысленной и пустой»). При оценке кризисных проявлений у своих детей родители руководствовались стандартной шкалой ответов из опросника смысложизненного кризиса: от «1 – совершенно неверно» до «4 – совершенно верно». Расшифровка родительских ответов и их конвертация в баллы осуществлялась по стандартному «ключу» опросника смысложизненного кризиса. К исследованию были привлечены 56 диад «родитель – студент». Студенческую выборку составили учащиеся 1–5 курсов дневной формы обучения технических и педагогических специальностей, устойчиво проживающие с родителями (возраст от 17 до 23 лет). Родительскую выборку составили 46 матерей и 10 отцов (возраст от 39 до 59 лет). Чтобы исключить возможность сопоставления и согласования ответов, тестирование студентов и анкетирование их родителей производилось раздельно и с интервалом от 5 до 8 дней.

Корреляционный анализ выявил наличие сильной и статистически значимой связи между реальным уровнем смысложизненного кризиса у студентов и экспертной оценкой данного состояния, полученной от родителей ($r = 0,74$, $p < 0,001$). Путем сопоставления диагностических показателей протестированных студентов с пороговыми значениями (низкий – от 50 до 93 баллов; средний – от 94 до 113 баллов; высокий – 113 и более баллов) выборки стандартизации студенческая выборка была стратифицирована по уровню смысложизненного кризиса на три группы: «бескризисную» (19 человек), «переходную» (29 человек) и «кризисную» (8 человек). Раздельный расчет корреляций в этих группах обнаружил интересную тенденцию, а именно более высокую согласованность диагностического показателя и экспертной оценки в кризисной группе ($r = 0,83$, $p < 0,01$) по сравнению с переходной ($r = 0,65$, $p < 0,001$) и бескризисной ($r = 0,72$, $p < 0,001$) группами. Вероятно, это объясняется резкой акцентуацией и генерализацией симптоматики смысложизненного неблагополучия у испытуемых кризисной группы, в результате чего кризисное состояние становится более очевидным для стороннего наблюдателя. Исходя из изложенного, можно утверждать, что опросник смысложизненного кризиса выдерживает испытание на критериальную валидность.

Конструктивная валидность ОСЖК. Первоначальные сведения о конвергентной и дискриминантной валидности, а также валидности

по половой и возрастной дифференциации методики изложены в [176]. Вместе с тем, конструктивная валидность раскрывается и проявляется до тех пор, пока методика продолжает использоваться в психологических исследованиях. На протяжении 2008–2015 гг. в собственных исследованиях автора и исследованиях, проведенных под его научным руководством, опросник смысловжизненного кризиса сочетался с множеством переменных, относящихся к различным сферам психики и особенностям поведения. Результаты некоторых исследований с развернутой предметной интерпретацией освещаются в публикациях автора [165; 166; 171]. Здесь же будет представлена сугубо психометрическая интерпретация собранных данных.

Исходя из психологической природы переменных, задействованных в конструктивной валидации опросника, их целесообразно распределить по нескольким крупным блокам: 1) черты (диспозиции) и мировоззрение (убеждения) личности, в том числе психобиографические свойства, характеризующие ее как субъекта жизни; 2) самосознание и самоотношение личности; 3) саморегуляция и самодетерминация личности; 4) защитно-свадающее поведение личности; 5) психическое здоровье и психопатология личности; 6) субъективное (гедонистическое) благополучие личности (на глобальном и доменном уровнях – семья, работа, материальный статус); 7) психологическое (эвдемоническое) благополучие личности; 8) экзистенциальное благополучие личности; 9) профессиональное здоровье и профессионально обусловленные деформации личности. Корреляты опросника смысловжизненного кризиса, относящиеся к намеченным блокам психологических переменных, приведены в *Приложении 2* (в качестве коррелятов рассматривались переменные, сила связи с которыми достигает $|r| \geq 0,20$).

Полученные результаты свидетельствуют, что психологическая переменная, измеряемая с помощью опросника, ассоциирована с: 1) повышенной выраженностью дезадаптивных черт и дисфункциональных убеждений личности; 2) деформацией психобиографических свойств личности как субъекта жизни, в частности временной перспективы, психологического времени и возраста, субъективной картины жизненного пути; 3) негативными содержательными и структурными изменениями самосознания, глобального и парциального самоотношения личности; 4) сниженным потенциалом саморегуляции и самодетерминации личности; 5) активацией инфантильных психологических защит и предрасположенностью к неконструктивным способам coping; 6) подорванным психическим здоровьем и склонностью к развитию психопатологических синдромов и паттернов; 7) низким уровнем гедонистического, эвдемонического и экзистенциального благополучия; 8) ослабленным профессиональным здоровьем и уязвимостью к профессионально обусловленным деформациям.

Проведенный анализ позволяет очертить феноменологию той психологической переменной, для измерения которой создан опросник. Специфическим (ядерным) проявлением данной переменной является системная дисфункция психической регуляции жизненного пути, включая подсистемы смысловой регуляции и осознанной психобиографической саморегуляции, или, иначе говоря, системная

деформация личности в качестве субъекта жизни. Неспецифическим (периферическим) проявлением данной переменной является состояние психической дезадаптации личности, граничащее с неврозом. В этой феноменологии без труда угадывается кризис смысла жизни в развитии личности, что говорит в пользу конструктивной валидности опросника.

Связь опросника смысложизненного кризиса с социальной желательностью. Согласно современным лингвистическим исследованиям, слово «кризис» в обыденном сознании и массмедийном дискурсе приобрело резко отрицательную коннотацию [406; 503]. Учитывая, что кризис воспринимается как социально неодобряемый и личностно непривлекательный феномен, логично предполагать, что при работе с опросником испытуемые под влиянием фактора социальной желательности (стремления представить себя в позитивном или в более выгодном свете) могут быть склонны к осознанной или бессознательной фальсификации ответов. Психометрическая проверка устойчивости опросника к искажающему воздействию социальной желательности производилась на основе, во-первых, данных специального исследования с применением Шкалы мотивации одобрения Марлоу – Кроуна (в адаптации Ю. А. Ханина); во-вторых, данных валидизационных исследований, в которых использовались методы со встроенными шкалами лжи (Минимумт и ЕРІ Г. Айзенка). Именно такие способы контроля эффектов социальной желательности часто рекомендуются для психометрической оценки личностных опросников и других методов самоотчета [352].

Также принималось во внимание, что измерительная надежность самих контрольных шкал, по крайней мере, в их русскоязычном исполнении, порой вызывает сомнения и нарекания [328]. В этой связи все шкалы, использованные для детекции склонности испытуемых к недостоверным ответам или самообману в угоду социальной желательности и иным «предрасположенностям в пользу собственного Я» (Д. Майерс), подверглись предварительной проверке на консистентную надежность. Согласно нашим данным, стандартные формы всех без исключения контрольных шкал не дотягивают до общепринятого эталона надежности ($\alpha = 0,37 \sim 0,55$). Это соотносится с результатами их предшествующих психометрических проверок на русскоязычных выборках [329] с тем лишь отступлением, что шкала лжи из опросника Г. Айзенка в нашем исследовании показала более высокую валидность по сравнению с сообщениями других авторов ($\alpha = 0,37$). Отбраковка наименее дискриминативных пунктов увенчалась повышением уровня консистентной надежности некоторых методик, в частности Шкалы мотивации одобрения Марлоу – Кроуна (после удаления 7 пунктов $\alpha = 0,63$); Шкала лжи (L) Минимумт (после удаления 1 пункта $\alpha = 0,51$); Шкала достоверности (F) Минимумт (после удаления 2 пунктов $\alpha = 0,44$); Шкала коррекции (K) Минимумт (после удаления 4 пунктов $\alpha = 0,56$). За счет манипуляций с набором пунктов шкалы лжи опросника ЕРІ не удалось добиться заметного улучшения одномоментной надежности.

Корреляции опросника с контрольными шкалами приведены в таблице 5. Диагностический показатель опросника не обнаруживает

статистически значимых связей со шкалами, сигнализирующими о склонности испытуемого давать социально одобряемые ответы, а также намеренно искажать сведения в целях симуляции, диссимуляции или аггравации собственного состояния. Несколько неожиданной оказалась достоверная отрицательная корреляция опросника со шкалой коррекции (К) сокращенного многофакторного опросника для исследования личности ($r = -0,23$, $p = 0,019$). По мнению разработчиков методики, низкие значения по данной шкале свидетельствуют об отсутствии неосознанного контроля и цензуры поведения, малой зависимости от социального одобрения и низкой озабоченности социальным статусом. В этой связи найденная корреляция также может указывать на устойчивость опросника смысложизненного кризиса к действию фактора социальной желательности.

Таблица 5 – Корреляции опросника смысложизненного кризиса со шкалами лжи и социальной желательности

Контрольные шкалы	Объем выборки	Корреляция с ОСЖК
Шкала мотивации одобрения Марлоу – Кроуна	32 человека	0,18
Шкала лжи (L) Минимум	100 человек	-0,08
Шкала достоверности (F) Минимум		0,13
Шкала коррекции (К) Минимум		-0,23*
Шкала лжи ЕРІ Г. Айзенка	110 человек	0,11

*Примечание: * $p \leq 0,05$.*

Стандартизация (нормализация) ОСЖК. Тестовые нормы строились на материале популяционной выборки 13 247 человек, обследованной в 2008–2015 гг. лично автором либо под его научным руководством. Выборку составили 7 608 женщин и 5 344 мужчины (данные о половой принадлежности 295 испытуемых отсутствуют) в возрасте от 17 до 78 лет (средний возраст 33,8 года, $SD = 11,4$ лет, данные о возрасте 303 испытуемых отсутствуют). В ней были представлены люди с разным уровнем оконченного образования (1063 – общее среднее, 769 – начальное профессиональное, 2346 – среднее специальное, 3298 – высшее профессиональное образование, 5771 – данные отсутствуют); разного семейного положения (3735 – семейные, 2161 – холостые, 7351 – данные отсутствуют) и родительского статуса (4667 – воспитывающие от 1 до 6 детей; 2722 – не имеющие детей, 5858 – данные отсутствуют); с разным отношением к религии (5776 – верующие, 5988 – неверующие, 1483 – данные отсутствуют) и уровнем личного дохода⁵ (2855 – низкий, 4956 – средний, 1253 – высокий, 4183 – данные отсутствуют). В состав выборки стандарти-

⁵Соотносительно со среднедушевым доходом в стране на момент проведения исследования. Средний уровень дохода был задан в виде диапазона между самым низким и самым высоким среднедушевым доходом в разных регионах Республики Беларусь.

зации вошли жители разных регионов Республики Беларусь и населенных пунктов разного масштаба (8172 – г. Гродно и Гродненская область; 295 – г. Брест и Брестская область; 629 – г. Минск и Минская область, 107 – г. Витебск и Витебская область, 382 – г. Гомель и Гомельская область, 3662 – данные отсутствуют).

Распределение тестового показателя в выборке стандартизации характеризуется следующими статистическими параметрами: среднее = 104,5 балла, стандартное отклонение = 21,13 балла, медиана = 105 баллов, мода (с частотой 253) = 107 баллов. Данное распределение демонстрирует незначительные отклонения от кривой нормального распределения, что обусловлено легкой правой асимметрией (0,03) и слегка уплощенным профилем (эксцесс = -0,13, ст.). Согласно критерию Колмогорова – Смирнова, выборочное распределение существенно не отличается от нормального распределения (K-S d = 0,059, $p > 0,05$). Следует отметить, что на материале больших выборок такая конфигурация распределения (положительная асимметрия при отрицательном эксцессе) типична для показателей методик, измеряющих интенсивность переживания смысложизненного кризиса [177; 560; 738].

Нормативные показатели по опроснику смысложизненного кризиса для различных социально-демографических категорий испытуемых приведены в таблице 6.

Таблица 6 – Описательные статистики и результаты сравнения распределений показателя ОСЖК в подвыборках испытуемых

Статусный признак	Подвыборки испытуемых	Среднее значение	Стандартное отклонение	Значимость различий (t-критерий, F-критерий)
Пол	Мужчины	104,53	21,31	t (12946) = 0,02, p = 0,97
	Женщины	104,52	21,0	
Уровень полученного образования	Высшее профессиональное	101,46	22,16	F (3, 7468) = 22,98, p = 0,000
	Среднее специальное	104,83	20,99	
	Начальное профессиональное	106,15	20,54	
	Общее среднее	106,37	20,92	
Семейное положение	Холостые	103,55	22,33	t (5890) = 0,33, p = 0,73
	Семейные	103,36	21,16	
Родительский статус	Воспитывающие детей	103,92	21,21	t (7387) = 0,90, p = 0,36
	Не имеющие детей	103,45	22,23	
Отношение к религии	Верующие	103,10	21,40	t (11762) = 3,48, p = 0,0004
	Неверующие	104,40	18,21	
Уровень денежного дохода	Ниже среднего	103,23	21,42	F (2, 9061) = 1,04, p = 0,35
	Средний	103,88	21,02	
	Выше среднего	103,35	13,42	

Судя по полученным данным, смысложизненному кризису в большей степени подвержены неверующие и низкообразованные люди, тогда как пол, семейное положение, родительский статус и уровень личного денежного дохода не влияют на вероятность наступления и остроту переживания кризиса. Вместе с тем, установленные различия невелики (от 1 до 5 «сырых» баллов) и на выборах малого размера и при межиндивидуальных сравнениях, скорее всего, столь же рельефно проявляться не будут, о чем свидетельствуют низкие значения размера эффекта d Коэна (Cohen's d): 0,13 – для различий в зависимости от отношения к религии, 0,14 – для различий в зависимости от уровня образования. Прослеживается положительная корреляция уровня смысложизненного кризиса с возрастом ($r = 0,19$, $N = 12944$, $p < 0,000$, мощность = 1,0), а также отрицательная корреляция с самооценкой (от «0 – не верующий» до «10 – сильно верующий») испытуемым силы своей религиозной веры ($r = -0,23$, $N = 248$, $p < 0,000$, мощность = 0,96). Аналогичные тенденции наблюдаются и в выборках меньшего объема [157; 174].

Заключительным этапом нормализации явилось построение таблицы преобразования первичных («сырых») показателей в стандартные значения. В качестве стандартной шкалы была избрана шкала стенов (от англ. standard ten – стандартная десятка). Поскольку статистически значимые межполовые различия в проявлении смысложизненного кризиса не выявлены, тестовые нормы формировались без учета фактора пола (таблица 7). Нормы 2015 г. не обнаруживают систематического сдвига в сопоставлении с нормами 2008 г. Фиксируются незначительные смещения нижних и верхних границ по отдельным стенам внутри уровней (низкого, среднего и высокого) выраженности признака. Однако межуровневые границы остались прежними: 93 балла – граница нижнего и среднего уровня, 113 баллов – среднего и высокого уровня выраженности кризиса.

Таблица 7 – Диапазоны первичных показателей опросника смысложизненного кризиса для отдельных стенов

Стены	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Сырые баллы (данные 2008 г.)	50–64	65–72	73–80	81–92	93–101	102–112	113–123	124–132	133–141	142–200
Сырые баллы (данные 2015 г.)	50–63	64–72	73–81	82–92	93–104	105–112	113–125	126–133	134–144	145–200

Большой объем выборки стандартизации позволяет судить об эпидемиологии (распространенности) смысложизненного кризиса в современном белорусском обществе. Эпидемиологический рейтинг данного феномена в обследованной совокупности приближается к 16,3 % (доля испытуемых, имеющих повышенные и высокие показатели смысложизненного кризиса, т. е. превышающие верхнюю границу диапазона средних значений ($M + \sigma$) = 104,47 + 21,13 = 125,6 баллов). Следует также подчеркнуть, что выборка стандартизации

является вполне репрезентативной в отношении генеральной совокупности и обеспечивает приемлемо малую статистическую ошибку оценки общей популяции. При 99 % доверительной вероятности исходя из объема генеральной совокупности⁶ и выборочной доле признака 16,3 % статистическая ошибка выборки численностью 13 247 испытуемых составляет $\pm 0,82$ %.

В порядке заключения необходимо отметить, что опросник смысложизненного кризиса является оригинальной методикой, которая соответствует строгим психометрическим стандартам и не имеет полных аналогов среди отечественных и зарубежных методов смысложизненной психодиагностики (стандартный бланк данной версии опросника представлен в *Приложении 3*).

9.2. Краткий опросник смысложизненного кризиса (ОСЖК-К)

Перспективная линия дальнейшей разработки опросника смысложизненного кризиса заключается в конструировании его *краткой версии (ОСЖК-К)*, пригодной для решения задач индивидуальной экспресс-диагностики и массовых (скрининговых или эпидемиологических) обследований. Кроме того, как отмечалось ранее, в базовой версии опросник смысложизненного кризиса является однофакторным личностным тестом, измеряющим силу выраженности и частоту проявления феноменологических и поведенческих признаков кризиса у испытуемого. Попытки определения его факторной (шкальной) структуры приводят к выделению двух разнопорядковых групп факторов: во-первых, *симптоматических факторов*, отражающих комплексы взаимосвязанных субъективных и объективных признаков кризиса; во-вторых, *видовых факторов*, представляющих относительно самостоятельные психологические разновидности кризиса. По причине неоднородности факторов (шкал) на этапе стандартизации базовой версии опросника было решено использовать его как одномерный тест [176]. Однако задача создания многофакторной методики, диагностирующей отдельные психологические и поведенческие проявления кризиса наряду с его общей выраженностью, может быть актуализирована при построении сокращенной версии опросника.

Отбор стимульного материала и содержательная валидность ОСЖК-К. Задания для такой методики целесообразно отбирать из базовой версии опросника, ориентируясь на уточненные на большой выборке (4 763 человек) показатели дискриминативности ее пунктов. С этой целью в ранжированном (по убыванию значений коэффициента дискриминативности) ряду из 50 пунктов была отсечена верхняя 33 % группа (граничное значение 0,52), которая охватывает 16 наи-

⁶Генеральную совокупность для опросника смысложизненного кризиса составляют русскоговорящие жители Республики Беларусь в возрасте от 16 лет. По данным Национального статистического комитета по состоянию на 1 июня 2015 г. общая численность населения Республики Беларусь составила 9 485 300 человек, в том числе 7 875 300 человек в возрасте 16 лет и старше.

более эффективно работающих утверждений (№ 1, 7, 9, 10, 15, 17, 18, 20, 25, 29, 35, 38, 40, 42, 44, 46). Следует заострить внимание, что все эти утверждения являются прямыми пунктами по отношению к диагностическому конструкту, т. е. непосредственно описывают «классическую» симптоматику смыслового кризиса.

Содержательная валидность опросника характеризуется степенью соответствия формулировок его пунктов теоретическому описанию диагностического конструкта. В первом разделе монографии обоснована общепсихологическая модель, согласно которой смысловой кризис проявляется в трех аспектах: *в смысловой дисрегуляции, десубъективизации личности, дезинтеграции жизнедеятельности*. Содержательное соответствие отобранных пунктов этим относительно независимым измерениям смыслового кризиса отражает таблица 8.

Таблица 8 – Результаты анализа содержательной валидности ОСЖК-К по внутреннему критерию

Теоретическое описание кризиса	Эмпирические индикаторы кризиса (в формулировках пунктов опросника)
Смысловая дисрегуляция	№ 1. Никак не могу уяснить, в чем заключается смысл моей жизни. № 9. Ловлю себя на том, что большую часть времени занимаюсь бессмысленными делами. № 15. Ощущаю внутреннюю опустошенность. № 25. Многие дела и обязанности, которые я вынужден(а) ежедневно выполнять, для меня скучны и безразличны. № 38. Когда задумываюсь о том, ради чего я живу, меня охватывают тревога и беспокойство. № 40. До сих пор не знаю, чего хочу от жизни. № 42. Не понимаю, зачем я делаю то, что делаю в жизни. № 10. Поиск смысла в жизни – это бесполезная затея. № 46. Если бы меня спросили, что я ценю больше всего в своей жизни, я бы не смог(ла) дать определенный ответ.
Десубъективизация личности	№ 17. В ситуациях, где необходимо принять важное жизненное решение, испытываю полную растерянность. № 18. В жизни преимущественно делаю то, что от меня ожидают другие люди или требуют обстоятельства. № 7. Извлечение сиюминутной выгоды для меня важнее, чем стремление к далеким жизненным целям. № 20. Большинство моих поступков не связано с какой-либо жизненной целью.
Дезинтеграция жизнедеятельности	№ 29. Я «разбрасываюсь» по жизни: берусь за одно дело, но быстро от него отказываюсь и переключаюсь на другое. № 35. Часто замечаю, что мои действия являются хаотическими и сумбурными. № 44. В моей жизни нет единого и устойчивого направления.

В качестве внешнего критерия валидизации (кросс-валидации) можно прибегнуть к теоретическому описанию кризиса, предлагаемому в работе Д. А. Леонтьева и Е. Н. Осина. Синтезируя представления различных подходов и концепций, они очерчивают кризисную симптоматику следующим образом: «1. Переживание пустоты и бессмысленности жизни, проявляющееся в различных ситуациях. Преобладающее чувство скуки, неудовлетворенности жизнью, негативный эмоциональный фон. 2. Утрата переживания субъективной значимости намерений, целей и видов деятельности, планируемых или осуществляемых индивидом. Отсутствие четких сознательных представлений о направлении собственной жизни (намерения не переходят в конкретные цели); цели ограничиваются краткосрочной временной перспективой и не образуют иерархии. 3. Снижение широты круга мотивов, осуществляемых индивидом в деятельности, а также степени их иерархизации, приводящее к фрагментации деятельности. 4. Преобладание потребностной регуляции над ценностной. С содержательной стороны деятельность сводится к удовлетворению потребностей и соответствию социальным нормам. 5. Формирование убеждений, отражающих невозможность смысла или его реализации. Ценности не рефлексированы или рассматриваются как абстрактные, оторванные от жизни содержания, неспособные побуждать реальную деятельность» [353, с. 69]. Таблица 9 демонстрирует пути операционализации теоретически выделенных признаков кризиса в эмпирических индикаторах (формулировках пунктов) опросника. Как можно заметить, наиболее дискриминативные пункты содержательно корреспондируют с каждым из пяти измерений смысловознательного кризиса, что свидетельствует о высокой *содержательной валидности* методики.

Таблица 9 – Анализ содержательной валидности ОСЖК-К по внешнему критерию

Теоретическое описание кризиса (Д. А. Леонтьев, Е. Н. Осин, 2007)	Эмпирические индикаторы кризиса (в формулировках пунктов опросника)
1	2
«Переживание пустоты и бессмысленности жизни, проявляющееся в различных ситуациях. Преобладающее чувство скуки, неудовлетворенности жизнью, негативный эмоциональный фон»	№ 9. Ловлю себя на том, что большую часть времени занимаюсь бессмысленными делами. № 15. Ощущаю внутреннюю опустошенность. № 25. Многие дела и обязанности, которые я вынужден(а) ежедневно выполнять, для меня скучны и безразличны.
«Утрата переживания субъективной значимости намерений, целей и видов деятельности, планируемых или осуществляемых индивидом. Отсутствие четких сознательных представлений о направлении собственной жизни (намерения не пере-	№ 1. Никак не могу уяснить, в чем заключается смысл моей жизни. № 17. В ситуациях, где необходимо принять важное жизненное решение, испытываю полную растерянность. № 20. Большинство моих поступков не связано с какой-либо жизненной целью.

1	2
ходят в конкретные цели); цели ограничиваются краткосрочной временной перспективой и не образуют иерархии»	№ 40. До сих пор не знаю, чего хочу от жизни. № 42. Не понимаю, зачем я делаю то, что делаю в жизни.
«Снижение широты круга мотивов, осуществляемых индивидом в деятельности, а также степени их иерархизации, приводящее к фрагментации деятельности»	№ 29. Я «разбрасываюсь» по жизни: берусь за одно дело, но быстро от него отказываюсь и переключаюсь на другое. № 35. Часто замечаю, что мои действия являются хаотическими и сумбурными. № 44. В моей жизни нет единого и устойчивого направления.
«Преобладание потребностной регуляции над ценностной. С содержательной стороны деятельность сводится к удовлетворению потребностей и соответствию социальным нормам»	№ 7. Извлечение сиюминутной выгоды для меня важнее, чем стремление к далеким жизненным целям. № 18. В жизни преимущественно делаю то, что от меня ожидают другие люди или требуют обстоятельства.
«Формирование убеждений, отражающих невозможность смысла или его реализации. Ценности не рефлексируются или рассматриваются как абстрактные, оторванные от жизни содержания, неспособные побуждать реальную деятельность»	№ 10. Поиск смысла в жизни – это бесполезная затея. № 38. Когда задумываюсь о том, ради чего я живу, меня охватывают тревога и беспокойство. № 46. Если бы меня спросили, что я ценю больше всего в своей жизни, я бы не смог(ла) дать определенный ответ.

На материале выборки 4763 человека были подсчитаны коэффициенты корреляции «пункт – шкала». При этом в качестве показателя «шкала» принималась сумма баллов по 16 отобранным пунктам (каждый раз за вычетом дисперсии коррелируемого пункта). Полученные показатели дискриминативности пунктов укладываются в интервал от 0,32 до 0,56 при среднем значении 0,44 и стандартном отклонении 0,08. На этом основании было решено сохранить все 16 пунктов в составе краткой версии опросника смыслового кризиса. Полученная в итоге этих процедур версия методики была взята за основу для последующего исследования ее факторной структуры, надежности и валидности.

Факторная структура ОСКЖ-К. Краткой версией опросника была обследована выборка численностью 562 человека в возрасте от 17 лет до 61 года (средний возраст 32 года), в том числе 172 мужчины и 390 женщин. С целью предварительной оценки латентной структуры опросника был проведен эксплораторный факторный анализ по методу главных компонент с ортогональным варимакс-вращением матрицы факторных нагрузок. Число факторов определялось в соответствии с критерием Кайзера: в нашем случае оно могло составлять до 4 факторов. Тестирование и сравнение опциональных 2-, 3- и 4-факторных моделей опросника осуществлялось на основании следующих критериев: а) интеграция всех 16 пунктов в

факторную структуру с весом $\geq 0,40$ (согласно критерию, предложенному Т. Брауном [542]); б) свобода от контаминаций, т. е. присоединений одного пункта к более чем одному фактору при указанном выше факторном весе (согласно рекомендациям Дж. Лохлина [648]); 3) значения индексов качества подгонки факторной модели к реальной структуре данных, вычисленные конфирматорным факторным анализом по методу максимального правдоподобия (ML) в программе EQS 6.2. Уровень согласованности модели оценивался на основе рекомендаций Л. Ху и П. Бенглера [610]. По совокупности критериев наилучшей из возможных была признана трехфакторная модель, объясняющая 49,8 % дисперсии первичных переменных, интегрирующая все 16 пунктов с нагрузками $\geq 0,45$, свободная от контаминирующих факторов и имеющая следующие показатели структурного соответствия: NFI = 0,91, NNFI = 0,94, CFI = 0,95, GFI = 0,97; AGFI = 0,95, SRMR = 0,03, RMSEA = 0,04, $\chi^2/df = 1,93$ (Приложение 4).

Первый фактор объединяет пункты, отражающие бессубъектность личности на фоне функциональной недостаточности смысловой регуляции, которая является конституирующей субъекта подсистемой психической регуляции поведения, деятельности и жизнедеятельности. Индикаторами бессубъектности выступают: преобладание низших, более примитивных (реактивных и краткосрочных) подсистем психической регуляции, связанных с удовлетворением потребностей, реагированием на ситуацию и подчинением внешним требованиям, нормам, ожиданиям (№ 2, 7); смысловая неопределенность и дезориентация, неосознанность жизненных ценностей и целей, неспособность соподчинить их в иерархию (№ 16); отсутствие долговременных и надситуативных ценностно-смысловых ориентиров и критериев для совершения поступков и принятия решений (№ 6, 8); смысловой нигилизм – сформированность убеждений в бесполезности смысла и (или) невозможности его реализации в жизни (№ 2, 4). С учетом семантики пунктов данная шкала опросника получила название «**Десубъектизация личности**».

Второй фактор инкорпорирует утверждения, отражающие отсутствие единой и сквозной интенциональной направленности в жизнедеятельности личности. Это проявляется переживанием утраты целостности жизни, чувством бессвязности и бессмысленности отдельных деятельностей (№ 3); бессмысленными метаниями от одного занятия к другому (№ 10); фрагментацией, т. е. распадом жизни на несвязанные по смыслу, изолированные фрагменты активности (№ 11); отсутствием смысловой преемственности и последовательности между различными этапами и эпизодами жизни (№ 15). Исходя из содержательного наполнения, данный фактор был назван «**Дезинтеграция жизнедеятельности**».

Третий фактор скомпонован из утверждений, отражающих состояние смысловой дисрегуляции жизнедеятельности и экзистенциальной фрустрации личности. Для него характерны чувства скуки, апатии и безразличия к происходящему в жизни (№ 9), переживания внутренней пустоты и бессодержательности (№ 5), удовлетво-

ренность потребности в смысле жизни (№ 1, 13, 14), чему сопутствует повышенная экзистенциальная тревога (№ 12). В этой связи фактор был обозначен «**Смысловая дисрегуляция**».

Очевидно, что выделенные факторы являются *симптоматическими*, т. е. за ними скрываются относительно самостоятельные комплексы кризисных симптомов. Прослеживается высокая степень сходства между содержанием факторов-шкал опросника и феноменологическими формами смысложизненного кризиса («экзистенциального невроза»), описанными в концепции С. Мадди [304; 652]. Первая шкала наиболее репрезентативна по отношению к *нигилизму*, вторая – содержательно перекликается с *авантюризмом*, или *крусадерством*, третья – очерчивает феноменологическую картину *вегетивности*.

Факторизация показателей по трем шкалам приводит к экстракции мощного фактора второго порядка, объясняющего 81,6 % дисперсии входящих переменных. Этот фактор значимо нагружают все проявления смысложизненного кризиса – десубъектизация личности (0,83), дезинтеграция жизнедеятельности (0,82) и смысловая дисрегуляция (0,84). Коэффициенты интеркорреляции между субшкалами и общим показателем сокращенной версии опросника указывают на их достаточно тесную взаимосвязь (таблица 10). В то же время корреляции субшкал не достигают той силы, при которой соответствующие проявления смысложизненного кризиса становятся неразличимыми в теоретическом и эмпирическом плане.

Таблица 10 – Интеркорреляции показателей ОСЖК-К

Шкалы опросника	ДЛ	ДЖ	СД
Десубъектизация личности (ДЛ)			
Дезинтеграция жизнедеятельности (ДЖ)	0,53***		
Смысловая дисрегуляция (СД)	0,54***	0,55***	
Общий показатель СЖК	0,83***	0,79***	0,87***

Примечание: *** $p \leq 0,001$ при $N = 562$.

Надежность ОСЖК-К. Показатель консистентной надежности всего опросника (16 пунктов), рассчитанный на выборке из 562 испытуемых, составил $\alpha = 0,83$, что отвечает общепринятым психометрическим стандартам. Одномоментная надежность шкал также приемлема, хотя оказалась несколько ниже: «Десубъектизация личности» ($\alpha = 0,70$), «Дезинтеграция жизнедеятельности» ($\alpha = 0,74$), «Смысловая дисрегуляция» ($\alpha = 0,75$). Ретестовая надежность проверялась на группе студентов (67 человек), участвовавших в первичном обследовании в составе общей выборки апробации. Повторное тестирование проводилось с интервалом в две с половиной недели. По его итогам с помощью параметрического анализа Пирсона подсчитывались парные корреляции пунктов, шкал и общего показателя опросника. Коэффициенты ретестовой надежности пунктов составили: для отдельных пунктов – $r_{tt} = 0,42 \sim 0,89$; для шкал – «Де-

субъективизация личности» ($r_{tt} = 0,83$), «Дезинтеграция жизнедеятельности» ($r_{tt} = 0,85$), «Смысловая дизрегуляция» ($r_{tt} = 0,85$); для общего показателя смысложизненного кризиса – $r_{tt} = 0,90$. На основе полученных корреляций вычислялись коэффициенты детерминации, отражающие неизменную долю дисперсии по каждой шкале во временном интервале «тест-ретест», т. е. указывающие на сохранение шкалами тождественности самим себе (таблица 11). По своим абсолютным значениям коэффициенты детерминации незначительно отклоняются от α -коэффициентов Кронбаха, определяющих долю истинной дисперсии шкал опросника ($\Delta = 0,01 \sim 0,03$). Это служит дополнительным подтверждением диахронной надежности разработанной методики.

Таблица 11 – Показатели психометрической надежности ОСЖК-К

Шкалы опросника	α -Кронбаха	r_{tt}	R^2
Десубъективизация личности	0,70	0,83	0,69
Дезинтеграция жизнедеятельности	0,74	0,85	0,72
Смысловая дизрегуляция	0,75	0,85	0,72
Общий показатель СЖК	0,83	0,90	0,81
<i>Примечания:</i> r_{tt} – коэффициент ретестовой надежности; R^2 – коэффициент детерминации.			

Конструктивная валидность ОСЖК-К. Конструктивная валидность методики оценивалась в таких аспектах, как конвергентная, дискриминантная и дифференциальная валидность. По соображениям равномерного дозирования диагностической нагрузки на испытуемых при планировании исследования общая выборка апробации (562 человека) условно делилась на две подвыборки с различным набором предъявляемых методик. В одной подвыборке (344 человека) в комплекте с пилотируемым опросником предлагался Тест смысложизненных ориентаций [288], Опросник субъективного отчуждения (взрослый вариант) [354]; Дифференциальный опросник смысложизненного кризиса [157], Шкалы психологического благополучия К. Рифф [367]. В другой подвыборке (218 человек) помимо апробируемой методики испытуемые заполняли Шкалу удовлетворенности жизнью Э. Динера [348], Шкалы позитивного аффекта и негативного аффекта [349], Шкалу депрессии А. Бека [451], Методику диагностики темперамента (ФСВ-Т1) Я. Стреляу [447]. Кроме того, на материале выборки из 4763 испытуемых, задействованной при отборе пунктов с наибольшей дискриминативной силой, была рассчитана корреляция между показателями базовой (50 пунктов) и краткой (16 пунктов) версий опросника смысложизненного кризиса. Коэффициенты корреляции краткой версии опросника смысложизненного кризиса с критериальными методиками отражены в *Приложении 4*.

Прежде всего, внимание привлекают корреляции шкал опросника с показателями методик, измеряющих психологически идентич-

ные и смежные феномены (смысложизненный кризис, его феноменологические и этиологические разновидности, а также осмысленность жизни, ее компоненты и общий уровень). Самые сильные и достоверности взаимосвязи были обнаружены между показателями базовой и краткой версий опросника смысложизненного кризиса: 0,91 – между общими показателями выраженности кризиса, 0,85 – 0,89 – между шкалами краткой версии и материнской версией методики. Столь сильные корреляции позволяют обоснованно рассматривать краткую и базовую версию опросника в качестве *паралельных (взаимозаменяемых) форм теста*.

Связь краткой и дифференциальной версий опросника на уровне суммарных показателей также достигает большой силы ($r = 0,82$), и несколько ослабевает на уровне корреляций симптоматических и видовых шкал ($r = 0,42 \sim 0,79$). Примечательно, что классические варианты кризиса, для которых характерно отсутствие смысла в жизни, отличаются большей теснотой связей со всеми тремя симптоматическими шкалами по сравнению с кризисом нереализованности, при котором смысл присутствует и сохраняет остаточную смыслообразующую функцию. Например, смысловая дизрегуляция (экзистенциальная фрустрация) сильнее сопряжена с видами кризиса, предполагающими первичный и вторичный смыслодефицит – кризисом бессмысленности ($r = 0,79$) и смыслоутраты ($r = 0,64$), и не столь жестко связана с кризисом нереализованности ($r = 0,55$). При объеме выборки 344 человека разность коэффициентов корреляций $|\Delta| = 0,10$ достаточна для того, чтобы по одностороннему Z-критерию Фишера констатировать достоверное различие в тесноте связей ($p \leq 0,05$). Аналогичная картина просматривается во взаимосвязях других симптомов – десубъективизации личности и дезинтеграции жизнедеятельности – с основными видами кризиса. Значит, кризисная феноменология в случае бессмысленности и смыслоутраты приобретает наиболее заостренные, болезненные формы, тогда как в кризисе нереализованности те же признаки носят несколько «стертый», «смазанный» характер. Это подтверждает тезис о том, что наличие функционально ограниченного и неосуществимого смысла все-таки предпочтительнее сущей бессмыслицы. С психометрической точки зрения данный факт должен интерпретироваться как доказательство *дифференциальной валидности* шкал опросников смысложизненного кризиса.

Под тем же углом следует квалифицировать различия в силе корреляций с показателями опросника субъективного отчуждения. Десубъективизация личности сильнее ассоциирована с нигилизмом ($r = 0,49$ против 0,43 и 0,29), дезинтеграция жизнедеятельности – с авантюризмом ($r = 0,54$ против 0,32 и 0,35), смысловая дизрегуляция (экзистенциальная фрустрация) – с вегетативностью ($r = 0,62$ против 0,38 и 0,31). Это подкрепляет высказанное выше предположение о высокой степени подобия факторов-шкал краткой версии опросника смысложизненного кризиса и симптоматических форм экзистенциального невроза (по С. Мадди [652; 655]).

Как и следовало ожидать, апробируемый опросник в составе частных шкал и общего показателя обнаруживает сплошные отрицательные корреляции умеренной и средней силы с показателями теста смысловых ориентаций ($r = -0,32 \sim -0,64$). Если величины всех 24 корреляционных коэффициентов представить в виде эмпирического распределения, то средняя корреляция между краткой версией и тестом смысловых ориентаций составит $r = -0,50$ при стандартном отклонении 0,09. В тех же пределах находится сила корреляций апробируемого опросника с субшкалой «Цель в жизни» многомерного опросника психологического благополучия К. Рифф ($r = -0,43 \sim -0,51$). Такой уровень тесноты связи обычно наблюдается между показателями методов диагностики общей осмысленности жизни и смысловых кризиса при условии, что методика кризисной диагностики содержит только прямые пункты. При наличии же в структуре методики диагностики кризиса обратных пунктов, описывающих феноменологическую картину и поведенческий рисунок осмысленной жизни, сила связи, как правило, оказывается неадекватно завышенной ($r \geq -0,70$) [171; 738]. Отсюда следует вывод о том, что краткая версия опросника измеряет смысловой кризис именно как униполярный конструкт, а не противоположный полюс осмысленной жизни.

Многочисленные исследования показывают, что осмысленность жизни и смысловой кризис являются значимыми коррелятами субъективного и психологического благополучия личности (для обзора см. [202]). Субъективное благополучие в нашем исследовании определялось на глобальном уровне традиционным набором переменных: удовлетворенность жизнью (когнитивный компонент) и частота позитивных и негативных настроений (аффективный компонент). Выявлены отрицательные корреляции между шкалой удовлетворенности жизнью и всеми показателями валидируемого опросника ($r = -0,33 \sim -0,39$). При анализе корреляций со шкалами методики ШПАНА обращает внимание то, что все показатели краткой версии опросника теснее увязаны с негативной ($r = 0,23 \sim 0,35$), чем с позитивной аффективностью ($r = -0,14 \sim -0,28$). Весьма показательны корреляции пилотируемого опросника с индексом депрессии как типичной формы негативного аффекта ($r = 0,32 \sim 0,47$). Направление и сила найденных связей в полной мере соответствуют закономерностям соотношения уже существующих опросников смысловых кризиса с составляющими субъективного благополучия [157; 174; 176; 560; 561; 738].

По данным проводившихся исследований, столь же характерными являются отрицательные корреляции смысловых кризиса с компонентами психологического благополучия, предусмотренными теоретической моделью К. Рифф [150; 354; 714]. В процессе валидации краткой версии опросника смысловых кризиса установлено, что «поведение» его шкал и интегрального показателя вписывается в обозначенную выше тенденцию. Их корреляции

со шкалами психологического благополучия К. Рифф носят сплошной характер и варьируют в диапазоне $r = -0,19 \sim -0,56$. В совокупности все изложенное выше свидетельствует о конвергентной валидности краткой версии опросника смысложизненного кризиса.

В предшествующих психометрических исследованиях достоверно установлено, что опросники смысложизненного кризиса не обнаруживают связей с формально-динамическими особенностями психических процессов и поведения (со свойствами темперамента) [157]. На этом базировалась проверка дискриминантной валидности краткой версии опросника, которая сопрягалась с показателями методики ФСВ-Т1. Из 24 возможных значимыми оказались 10 корреляций, являющихся при этом слабыми и мозаичными. Они показывают, что вместе с интенсификацией смысложизненного кризиса возрастает эмоциональная реактивность ($r = 0,19 \sim 0,24$), снижаются выносливость ($r = -0,16 \sim -0,18$) и активность ($r = -0,14 \sim -0,19$). В совокупности этот паттерн взаимосвязей можно объяснить астенизирующим воздействием кризисного состояния на нервную систему и психику человека. В целом же, исходя из представлений о конструктивной области опросника, отсутствие систематических корреляций со свойствами темперамента выступает теоретически предсказуемым фактом.

Нормативные показатели ОСЖК-К. Нормативные показатели определялись в виде описательных статистик распределения диагностических результатов в выборке апробации. Ее составили 562 человека, из них 390 женщин и 172 мужчины в возрасте от 17 лет до 61 года (средний возраст 32 года). Нормализация методики (построение точных тестовых норм и схемы конвертации сырых баллов в стандартные показатели) должна производиться на более обширном эмпирическом материале и представляет собой задачу для будущих исследований.

Показатели по частным шкалам опросника не коррелируют с возрастом испытуемых; интегральный показатель проявляет тенденцию к повышению на протяжении юности и зрелости ($r = 0,24$, $p < 0,05$). Это согласуется с предшествующими данными о возрастной динамике смысложизненного кризиса [176; 185; 197; 198]. Сравнение мужской и женской подвыборок по уровню выраженности смысложизненного кризиса и его компонентов не выявило статистически значимых межполовых различий. Ввиду данного обстоятельства нормативные показатели рассчитывались как общевыборочные статистики (таблица 12). Согласно эмпирическим значениям критерия Колмогорова – Смирнова, распределения диагностических показателей по шкалам опросника значимо отличаются от нормального распределения. Им всем присуща левосторонняя асимметрия ($0,07 \sim 0,40$) при отрицательном эксцессе ($-0,05 \sim -0,65$). Такая конфигурация сближается с формой распределения показателей по шкалам «Вегетативность», «Нигилизм», «Авантюризм» опросника субъективного отчуждения (ОСОТЧ), также измеряющего симптоматические проявления экзистенциального невроза [354].

Таблица 12 – Описательная статистика и оценка нормальности распределения показателей ОСЖК-К

Шкала	M	δ	Асимметрия	Экцесс	max D	Критерий K-S
Десубъективизация личности	13,09	2,97	0,07	-0,25	0,09	$p < 0,01$
Дезинтеграция жизнедеятельности	8,23	2,27	0,40	-0,05	0,11	$p < 0,01$
Смысловая дизрегуляция	12,46	3,45	0,30	-0,59	0,10	$p < 0,01$
Общий показатель	33,79	7,25	0,15	-0,65	0,07	$p < 0,01$

Судя по параметрам распределения общего показателя, условной границей между нормальным и кризисным состоянием является значение в 40 баллов. О высоком уровне десубъективизации личности можно говорить при наборе 17 баллов и более, а о выраженной дезинтеграции жизнедеятельности – после набора 11 баллов и выше по одноименным шкалам. В выборке апробации у 19,6 % (110) испытуемых зарегистрированы показатели, превышающие кризисный порог. В этой группе среднее значение по шкале «Десубъективизация личности» составило – 18,4 балла, по шкале «Дезинтеграция жизнедеятельности» – 12,3 балла, по шкале «Смысловая дизрегуляция» – 18,7 балла.

Кластерный анализ методом k-средних позволил вычлнить 3 кризисные подгруппы испытуемых, различающиеся формой манифестации смысловизненного кризиса. Профиль первой подгруппы (40 испытуемых) задан доминированием симптоматики смысловой дизрегуляции и экзистенциальной фрустрации (19,7 баллов) на фоне пограничной выраженности десубъективизации личности (14,9 баллов) и дезинтеграции жизнедеятельности (10,8 баллов). Профиль второй подгруппы (14 испытуемых) предопределяет выраженная десубъективизация (19,9 баллов) при относительно сглаженных проявлениях смысловой дизрегуляции (16,2 баллов) и дезинтеграции жизнедеятельности (9,7 баллов). Профиль третьей группы (56 испытуемых) сформирован сравнительно высокой дезинтеграцией жизнедеятельности (12,9 баллов) в комплексе с пограничным уровнем смысловой дизрегуляции (14,9 баллов) и десубъективизации (16,6 баллов). Очевидно, что профили манифестации кризиса в выделенных группах различаются соотношением ведущего и фоновых признаков. Здесь в очередной раз напрашивается параллель с симптоматическими формами экзистенциального невроза, описанными С. Мадди: испытуемые первой кризисной подгруппы тяготеют к вегетативности, второй подгруппы – к нигилизму, третьей подгруппы – к авантюризму.

В заключение следует отметить, что краткий вариант опросника по психометрической надежности и валидности не уступает его базовой версии. С учетом возможностей измерения парциальных проявлений (симптоматических форм) смысловизненного кризиса, а

также меньшей трудоемкости и большей оперативности психодиагностического обследования, краткая версия обладает даже более высокой конкурентной валидностью в сопоставлении с базовой редакцией опросника смысложизненного кризиса. Стандартный бланк и дешифратор краткой версии опросника смысложизненного кризиса представлены в *Приложении 5*.

9.3. Дифференциальный опросник смысложизненного кризиса (ОСЖК-Д)

Существенный пробел смысложизненной психодиагностики в ее нынешнем состоянии связан с тем, что теоретические классификации видов смысложизненного кризиса не в полной мере обеспечены методами дифференциальной диагностики. В монографии предложена этиологическая классификация, в которой на правах самостоятельных разновидностей выделяются кризис бессмысленности, кризис смыслоутраты и кризис нереализованности смысла жизни. Данная классификация выступила в качестве концептуальной модели при разработке стандартизированного личностного опросника ОСЖК-Д, рассчитанного на дифференциальную диагностику смысложизненного кризиса.

Создание пилотажной версии ОСЖК-Д. Пилотажная версия методики строилась из стимульного материала базового опросника смысложизненного кризиса. Хотя этот опросник не позволяет определить, к какому виду относится кризисное состояние конкретного испытуемого, в его содержании предусмотрены утверждения, покрывающие феноменологию всех названных выше разновидностей смысложизненного кризиса. Пяти независимым экспертам, знакомым с теорией вопроса и конструкцией опросника, была поставлена задача классификации пунктов по критерию содержательного соответствия различным видам смысложизненного кризиса. Эксперт мог выбрать только один вариант оценки для каждого пункта: 1 – «соответствует кризису бессмысленности», 2 – «соответствует кризису смыслоутраты», 3 – «соответствует кризису нереализованности смысла жизни», 4 – «соответствует разным видам смысложизненного кризиса». Экспертные суждения были сгенерированы в матрицу 50 (пунктов) × 5 (экспертов), в ячейках которой значились номера ответов «1», «2», «3», «4», рассматриваемые в качестве номинативных значений. Далее с помощью специального макроса KALPHA для компьютерного пакета SPSS [603] в качестве статистического показателя надежности (согласованности) полученной классификации вычислялась альфа Кrippендорфа (Krippendorff's alpha) для номинативных данных [637]. Величина показателя $\alpha = 0,81$ (при 95 % доверительном интервале от 0,77 до 0,84) свидетельствует о том, что экспертная классификация пунктов заслуживает доверия и может быть надежным ориентиром при формировании шкал опросника.

Процедура комплектования шкал включала, во-первых, отсев пунктов, не имеющих строгого (однозначного) соответствия опреде-

ленной разновидности кризиса (оценка 4 с вероятностью 60 % и более, т. е., по согласованному мнению, большинства – 3 из 5 – экспертов); во-вторых, группировку оставшихся пунктов по шкалам в зависимости от их содержательной валидности одному из трех видов кризиса (оценки 1, 2, 3 с вероятностью 60 % и более, т. е., по согласованному мнению, большинства – 3 из 5 – экспертов). В итоге в шкалы «Кризис бессмысленности» (КБС), «Кризис смыслоутраты» (КСУ) и «Кризис нереализованности смысла жизни» (КНС) отобрано по 7 пунктов с наилучшими показателями соответствия. Кроме того, на данном этапе в соответствии с рекомендациями экспертов формулировки некоторых пунктов были стилистически отредактированы с тем, чтобы в большей степени заострить особенности того или иного вида кризиса. Текст инструкции и форма регистрационного бланка заимствованы из базовой версии опросника. По инструкции испытуемый должен выразить степень своего согласия с каждым из пунктов опросника, используя четырехрядную вербально-числовую шкалу ответов лайкертовского типа: «1 – абсолютно неверно» «2 – пожалуй, неверно», «3 – пожалуй, верно», «4 – абсолютно верно». Пункты, принадлежащие разным шкалам, были расставлены в циркулярном порядке: КБС (1, 4, 7, 10, 13, 16, 19), КСУ (2, 5, 8, 11, 14, 17, 20), КНС (3, 6, 9, 12, 15, 18, 21). Все пункты пилотажной версии опросника СЖК-Д прямые, ввиду чего при подсчете тестовых показателей номер ответа приравнивается к количеству баллов, начисляемых за данный ответ.

Выборка апробации ОСЖК-Д. Пилотажная версия опросника апробировалась на гетерогенной популяционной выборке численностью 225 человек (после отбраковки неправильно заполненных диагностических пакетов) в возрасте от 21 до 57 лет ($M = 27$ лет, $SD = 4$ года), в том числе 113 мужчинах и 112 женщинах. Вместе с пилотажной версией опросника ОСЖК-Д предьявлялись методики, в последующем выполнявшие функцию критериев валидации: Шкала удовлетворенности жизнью Э. Динера (SWLS), Тест смысложизненных ориентаций Д. А. Леонтьева (СЖО), Шкала депрессии А. Бека (BDI), Шкала тревоги В. Занга (ZARS), Шкалы психологического благополучия К. Рифф (PWBS). Спустя три недели после первичного замера проводилось повторное тестирование, охватившее 87 человек (39 % от объема выборки апробации). На этот раз опросник СЖК-Д предлагался в пакете с базовым опросником смысложизненного кризиса, в промежутке между которыми испытуемые заполняли «буферный» опросник – русскоязычную версию методики FCB-TI, диагностирующую формально-динамические (темпераментальные) характеристики поведения [447].

Факторная (структурная) валидность ОСЖК-Д. Структурная валидность проверялась методом эксплораторного и конфирматорного факторного анализа с помощью статистического программного пакета SPSS 17.0 и программы EQS (версия 6.2 для Windows). При осуществлении эксплораторного анализа извлечение факторов производилось методом главных компонент с вращением косоугольного

типа. В качестве пороговой была назначена величина факторной нагрузки $\geq 0,50$. Разведочный анализ допускал выделение от одного до четырех факторов с собственными значениями выше 1,0, но руководствуясь теоретической моделью, мы остановились на трехфакторном решении, объясняющем 54,9 % дисперсии данных. Все пункты, набравшие значимые нагрузки, были разнесены по отдельным факторам и не контаминировали между ними. Три пункта (9, 17, 19) пилотажной версии опросника не набрали достаточной нагрузки ни по одному из факторов. Для 18 пунктов со значимыми нагрузками в 16 случаях эмпирическая принадлежность совпадает, а в 2 случаях (пункты 11, 21) – не совпадает с теоретической моделью и априорной экспертной классификацией. В целом результаты эксплораторного факторного анализа подтверждают обоснованность теоретической дифференциации трех видов смысложизненного кризиса в развитии личности. Точность экспертной классификации в сравнении с эмпирическим распределением пунктов по факторам составляет 89 %. В структуру опросника целесообразно включить 18 пунктов с разбиением на три шкалы: «Кризис бессмысленности» (6 пунктов), «Кризис смыслоутраты» (6 пунктов), «Кризис нереализованности смысла жизни» (6 пунктов) (Приложение б).

С целью валидизации предложенной структуры проводился подтверждающий факторный анализ. В качестве основной была задана модель с тремя коррелированными факторами первого порядка, которые образуются непересекающимися подмножествами пунктов и, в свою очередь, смыкаются в общем факторе второго порядка. В качестве альтернативы тестировалась однофакторная модель, в которой все пункты нагружают единственный общий фактор. Показатели качества подгонки моделей к фактическим данным приведены в таблице 13. Расчетные значения индексов для трехфакторной модели находятся в пределах нормативных значений, отражающих приемлемый уровень структурного соответствия, тогда как однофакторная модель уступает в структурной валидности трехфакторной модели.

Таблица 13 – Результаты подтверждающего факторного анализа

Структурная модель	χ^2/df	RMSEA	CFI	GFI	TLI	AIC
Трехфакторная модель	1,82	0,05	0,92	0,95	0,88	210,11
Однофакторная модель	2,63	0,08	0,85	0,86	0,83	495,33

Далее для всех испытуемых были подсчитаны тестовые баллы по шкалам опросника СЖК-Д, на основе которых оценивалась возможность выделения общего высокоуровневого фактора, консолидирующего факторы низшего порядка. В результате факторизации шкалы опросника интегрировались в один фактор, исчерпывающий 68,9 % дисперсии исходных данных. Все шкалы вошли в состав данного фактора с высокими нагрузками: «Кризис бессмысленности» – 0,81, «Кризис смыслоутраты» – 0,82, «Кризис нереализованности смысла

жизни» – 0,85. Исходя из полученных результатов, ОСЖЖ-Д может быть квалифицирован как опросник с иерархической структурой, в которой интегральный показатель, раскрывающий общий уровень выраженности смысловозжизненного кризиса, вычисляется как сумма баллов, набранных по трем шкалам, измеряющим интенсивность переживания испытываемым конкретными разновидностями кризиса.

Дискриминативность пунктов и надежность шкал ОСЖЖ-Д.

Для пунктов и шкал опросника рассчитывались психометрические показатели дискриминативности, синхронной (консистентной и расщепленной) и диахронной (ретестовой) надежности. Строгость в оценке дискриминативности достигалась путем вычета из суммарного балла по соответствующей шкале собственной дисперсии оцениваемого пункта, что способствовало более точному определению уровня корреляции между ними. Согласно данным таблицы 14, опросник характеризуется приемлемой дискриминативностью пунктов и удовлетворительной надежностью шкал.

Таблица 14 – Показатели дискриминативности пунктов и надежности шкал ОСЖЖ-Д

Наименование шкал	№	Дискриминативность пунктов	M / δ	α / rho	r_{SB} / r_{Guttman} / r_{Test-retest}
Кризис бессмысленности	6	0,40–0,60	10,5 / 3,2	0,77 / 0,78	0,77 / 0,75 / 0,81
Кризис смыслоутраты	6	0,33–0,57	11,9 / 3,1	0,78 / 0,81	0,76 / 0,72 / 0,88
Кризис нереализованности СЖ	6	0,49–0,67	13,4 / 3,9	0,82 / 0,87	0,76 / 0,76 / 0,84
Общая шкала СЖЖ	18	0,31–0,65	35,9 / 8,5	0,87 / 0,89	0,79 / 0,78 / 0,81

Условные обозначения:

N – количество пунктов в шкале; M / δ – среднее значение и стандартное отклонение баллов по шкале в выборке апробации; α / rho – коэффициенты консистентной надежности Кронбаха и Рейкову; r_{SB} / r_{Guttman} / r_{Test-retest} – коэффициенты расщепленной надежности Спирмена – Брауна и Гутмана, а также ретестовой надежности.

Методы смысловозжизненной диагностики нередко критикуются за то, что их пункты содержательно интерферируют с множеством психологических конструкторов, в первую очередь, с депрессией и удовлетворенностью жизнью [574; 799]. В нашем случае контроль интерференции проводился по следующему алгоритму: 1) расчет пирсоновских корреляций пунктов, конституирующих шкалы опросника ОСЖЖ-Д, со «своей» шкалой и с «чужими» шкалами – шкалой удовлетворенности жизнью Э. Динера (SWLS) и шкалой депрессии А. Бека (BDI); 2) сравнение модульных значений коэффици-

ентов корреляций с помощью t-критерия Стьюдента для зависимых выборок (пункты принимались в качестве выборочных наблюдений, а их корреляции с разными шкалами – в качестве переменных). Результаты приведены в таблице 15.

Таблица 15 – Результаты анализа интерференции пунктов ОСЖК-Д со шкалами SWLS и BDI

Интерфе-рирующие шкалы	Разброс корреляций пунктов со «своей» шкалой	Разброс корреляций пунктов с «чужой» шкалой	Среднее модульное значение корреляций со «своей» шкалой	Среднее модульное значение корреляций с «чужой» шкалой	t-test (df =5)	p
КБС – SWLS	[0,50; 0,75]	[-0,08; -0,31]	0,60	0,21	8,32	0,0004
КБС – BDI	–	[0,00; 0,28]	–	0,12	17,22	0,00001
КСУ – SWLS	[0,59; 0,70]	[-0,04; -0,38]	0,64	0,23	11,88	0,00007
КСУ – BDI	–	[0,13; 0,41]	–	0,28	10,34	0,0001
КНС – SWLS	[0,58; 0,77]	[-0,10; -0,34]	0,69	0,21	10,16	0,0001
КНС – BDI		[0,19; 0,38]	–	0,33	11,58	0,00008
<i>Условные обозначения:</i> КБС – кризис бессмысленности, КСУ – кризис смыслоутраты, КНС – кризис нереализованности смысла жизни.						

Как следует из данных таблицы, пункты опросника во всех случаях гораздо теснее коррелируют со «своими», чем с «чужими» шкалами. Это свидетельствует об их содержательной «чистоте» и однородности и, как следствие, незначительности интерференций.

Конвергентная, дискриминантная, дифференциальная валидность ОСЖК-Д. Перечисленные виды являются составляющими конструктивной валидности. Конвергентная валидность устанавливалась путем корреляции показателей опросника с набором переменных, связь с которыми является теоретически ожидаемой исходя из концептуальных предположений о природе смысложизненного кризиса и результатов предшествующих эмпирических исследований. Эти результаты указывают на то, что кризисы смысложизненной этиологии сопряжены с широким кругом проявлений субъективного и психологического неблагополучия, дезадаптацией и психопатологией личности. С опорой на опыт предшествующих исследований были выдвинуты гипотезы о том, что показатели опросника СЖК-Д значимо коррелируют с: 1) общей осмысленностью жизни и ее компонентами, измеренными посредством теста смысложизненных ориентаций Д. А. Леонтьева (отрицательная взаимосвязь); 2) субъек-

тивным и психологическим благополучием личности, диагностированным с помощью шкал Э. Динера и К. Рифф (отрицательная взаимосвязь); 3) психопатологическими проявлениями – тревожностью и депрессией, определяемыми на основе опросников В. Занга и А. Бека (положительная взаимосвязь).

Дискриминантная валидность оценивалась путем корреляции показателей опросника с переменными, которые по теоретическим соображениям не должны быть связаны вообще или, в крайнем случае, обнаруживать слабую и сложно опосредованную промежуточными переменными связь со смысложизненным кризисом. На роль переменных-дискриминаторов могут претендовать свойства темперамента, которые, по мнению исследователей, регулируют формально-динамические (энергетические и временные) параметры психических процессов и поведения, лишь косвенно и слабо влияя на содержательно-смысловую сторону развития и функционирования личности [28; 30; 61; 62; 281; 597; 641; 735]. Результаты проверки конвергентной и дискриминантной валидности ОСЖК-Д приведены в *Приложении 7*.

Следует отметить, что практически все найденные связи шкал опросника с критериальными переменными (или отсутствие таковых) соответствуют теоретическим гипотезам и прогнозам. Исключением из этого общего порядка выступает недостаточно высокая негативная корреляция шкал бессмысленности, смыслоутраты и нереализованности смысла жизни с личностной автономией как парциальным измерением психологического благополучия ($r = -0,11 \sim -0,13$, $p = 0,06 \sim 0,09$). В принципе, это не нарушает конвергентной валидности «пилотируемого» опросника, поскольку общая шкала смысложизненного кризиса коррелирует с личностной автономией так, как и следовало ожидать исходя из результатов предшествующих исследований [150]. Что касается дискриминантной валидности, то обнаружены лишь слабые взаимосвязи смысложизненного кризиса с энергетическими характеристиками поведения (эмоциональной реактивностью и выносливостью), что, скорее всего, обусловлено истощающим и астенизирующим воздействием, которое на психику в той или иной мере оказывают все кризисные состояния.

Апробация опросника на дифференциальную валидность осуществлялась в два этапа. Сначала с помощью корреляционного анализа определялись внутренние взаимосвязи шкал опросника (таблица). Коэффициенты интеркорреляций укладываются в диапазон значений от 0,49 до 0,57, не достигая порогового значения 0,7, на котором доля общей дисперсии переменных достигает 50 % и более, и они становятся трудноразличимы в статистическом и концептуальном плане. Следовательно, шкалы опросника диагностируют близкие, но все-таки нерядоположные феномены, каковыми соб-

ственно и являются феноменологически и этиологически различные виды смысложизненного кризиса в развитии личности.

Таблица 16 – Интеркорреляции шкал ОСЖК-Д

Наименование шкал	Кризис бессмысленности	Кризис смыслоутраты	Кризис нереализованности СЖ
Кризис бессмысленности			
Кризис смыслоутраты	0,49		
Кризис нереализованности СЖ	0,53	0,57	
Общая шкала СЖК	0,80	0,81	0,87
<i>Примечание:</i> все коэффициенты значимы при $p < 0,001$.			

Далее на основании концептуальных представлений о специфике возникновения и протекания разных видов смысложизненного кризиса были сформулированы гипотезы, допускающие избирательность и неравносильность их взаимосвязей с другими психологическими переменными: 1) кризис нереализованности смысла жизни теснее других видов смысложизненного кризиса ассоциирован с результативностью жизни (по СЖО), субъективной удовлетворенностью жизнью (по SWLS), самопринятием (по PWBS), тревогой (по ZARS) и депрессией (по BDI); 2) кризисы бессмысленности и смыслоутраты сильнее, чем кризис нереализованности смысла жизни, сопряжены с недостатком целей в жизни (по СЖО и PWBS).

Статистическая оценка достоверности гипотез проводилась путем попарного сопоставления корреляционных коэффициентов с помощью одностороннего (ввиду очевидности вектора различий) Z-критерия Фишера (таблица 17). Сравнительный анализ подтверждает истинность выдвинутых гипотез и позволяет заключить, что смысложизненные кризисы – бессмысленность, смыслоутрата и нереализованность – на конвенциональном уровне статистической достоверности ($p \leq 0,05$) и на уровне статистически значимой тенденции ($p \leq 0,10$) отличаются друг от друга по целому ряду психологических проявлений. С психометрической точки зрения полученные результаты означают, что опросник достаточно точно и полно «улавливает» психологические различия смысложизненных кризисов и может быть пригоден для дифференциального диагноза.

Инкрементная валидность ОСЖК-Д. Инкрементная валидность – способность психодиагностической методики повышать успешность прогноза развития, функционирования и поведения личности – анализировалась с использованием иерархической регрессии.

Таблица 17 – Результаты анализа дифференциальной валидности ОСЖК-Д

Переменные-корреляты	КНС ↔ КБС	КНС ↔ КСУ
Удовлетворенность жизнью (SWLS)	-0,46 ↔ -0,31 (p = 0,031)	-0,46 ↔ -0,34 (p = 0,066)
Цели в жизни (СЖО)	-0,39 ↔ -0,55 (p = 0,015)	-0,39 ↔ -0,53 (p = 0,03)
Результат жизни (СЖО)	-0,48 ↔ -0,32 (p = 0,022)	-0,48 ↔ -0,37 (p = 0,078)
Цель в жизни (SPWB)	-0,33 ↔ -0,47 (p = 0,039)	-0,33 ↔ -0,43 (p = 0,10)
Самопринятие (SPWB)	-0,51 ↔ -0,35 (p = 0,019)	-0,51 ↔ -0,38 (p = 0,043)
Тревожность (ZARS)	0,47 ↔ 0,31 (p = 0,023)	0,44 ↔ 0,29 (p = 0,013)
Депрессия (BDI)	0,54 ↔ 0,27 (p = 0,003)	0,54 ↔ 0,42 (p = 0,05)
<i>Условные обозначения:</i> КБС – кризис бессмысленности, КСУ – кризис смыслоутраты, КНС – кризис нереализованности смысла жизни.		

Тестировались две регрессионные модели, в которых зависимой переменной был избран общий уровень психологического благополучия личности (по SPWB). В первом случае моделировалось влияние тревоги и депрессии (шаг 1) и общего уровня смысложизненного кризиса (шаг 2). Во второй модели вместо общего показателя ОСЖК-Д в качестве предикторов пошагово вводились дифференциальные показатели кризисов бессмысленности, смыслоутраты и нереализованности смысла жизни. Инкрементная валидность опросника оценивалась по показателям улучшения качества прогноза, обусловленных вкладом «кризисных» переменных, в первую очередь, по величине и статистической значимости инкремента (ΔR^2) и стандартизированных регрессионных коэффициентов (β). Результаты иерархической регрессии представлены в *Приложении 7*. Среди статистик первой модели обращает на себя внимание значимость регрессионного коэффициента для независимой переменной «общий уровень смысложизненного кризиса», добавление которой увеличивает объяснительные и прогностические возможности модели на 8 %, что является статистически весомым приростом согласно инкрементному F-тесту. Интегральный показатель опросника, отражающий неблагоприятное благополучие личности в смысложизненном модуле, повышает качество прогноза даже сверх основных негативных индикаторов – тревоги и депрессии. Во второй модели внимание привлекает то, что каждая из шкал ОСЖК-Д вносит независимый от остальных показателей и статистически значимый вклад-инкремент (в размере от 6 до 22 % объяснимой дисперсии) в предсказание психологического благополучия личности.

Стандартизация ОСЖК-Д. На данный момент стандартизация опросника представляется преждевременной, поскольку она требует

накопления большего массива диагностических данных и проведения испытаний на обширной репрезентативной выборке. На данной стадии разработки ограничимся сведениями о параметрах эмпирических распределений показателей опросника (в первичных, или «сырых» баллах) в выборке апробации. Результаты проверки на нормальность и описательные статистики распределения показателей опросника представлены в таблице 18.

Таблица 18 – Описательная статистика и оценка нормальности распределения показателей ОСЖК-Д

Шкала	max D	K-S	M	δ	Асимметрия		Экцесс	
					Значение	Ст. ошибка	Значение	Ст. ошибка
Кризис бессмысленности	0,12	$p < 0,01$	10,5	3,17	0,16	0,16	-0,58	0,32
Кризис смыслоутраты	0,11	$p < 0,01$	11,9	3,08	-0,18	0,16	-0,29	0,32
Кризис нереализованности СЖ	0,09	$p < 0,05$	13,4	3,96	-0,01	0,16	-0,65	0,32
Общая шкала СЖК	0,06	$p > 0,20$	35,8	8,49	-0,22	0,16	-0,58	0,32

Процедуру разработки дифференциального опросника смысло-жизненного кризиса (ОСЖК-Д) можно подытожить выводом о том, что он удовлетворяет основным психометрическим требованиям, предъявляемым к методикам в формате стандартизированного самоотчета, в том числе обладает высокой консистентной и ретестовой надёжностью, а также содержательной, структурной, конструктивной и инкрементной валидностью. С учетом перечисленных диагностических свойств данная методика может быть рекомендована к применению в научно-исследовательской и практической деятельности психологов (стандартный бланк и дешифратор опросника приведены в *Приложении 8*).

9.4. Методика «Источники смысла жизни» (ИСЖ)

Общая характеристика метода. Методика «Источники смысла жизни» принадлежит к классу психодиагностических средств, предназначенных для выявления и измерения содержательных и формальных свойств индивидуального смысла жизни. Ее название происходит от популярного в зарубежной психологии операционального термина – «sources of meaning in life», обозначающего те материальные и нематериальные явления (например, дети, карьера, друзья, богатство, саморазвитие и т. д.), которые испытуемый оценивает, как наиболее значимые и ценные в его собственной жизни. На уровне теоретического анализа данному термину соответствует понятие «ценность», поскольку, по солидарному мнению многих зарубежных и отечественных психологов, именно ценности являются си-

стемообразующими компонентами индивидуального смысла жизни. Под источниками смысла жизни, таким образом, подразумеваются личностные ценности, обладающие предельной значимостью, устойчивостью, обобщенностью и выполняющие побуждающую, направляющую и смыслообразующую функции в отношении целостной жизнедеятельности личности. Не все ценности, исповедуемые отдельной личностью, служат источниками смысла жизни, а лишь те, которые несут ее отношение к собственной жизни как единому целому и придают сквозную (долгосрочную и транситуативную) направленность ее активности. От содержания, генеза, структурирования и функционирования таких личностных ценностей производны психологические особенности индивидуального смысла жизни.

В современной зарубежной психологии для диагностики смысложизненных ценностей личности применяются следующие методики: SOMP («Sources of Meaning Profile») [702; 711], SLM («Sources of Life Meaning») [531], SPW («Skala Preferencji Wartości») [700], PMP («Personal Meaning Profile») [664; 796], SMiLE («Schedule for Meaning in Life Evaluation») [586], PMST («Personal Meaning Systems Technique») [699], QL («Questions in Life») [527], SoMe («Sources of Meaning and Meaning in Life Questionnaire») [732; 738]. При общем целевом назначении они существенно отличаются друг от друга уровнем стандартизации и формализации, а также частными процедурными моментами: 1) способом выявления содержательного репертуара ценностей-источников смысла жизни испытуемого (предлагается стандартный универсальный перечень либо сам испытуемый формулирует их в процессе работы с методикой); 2) количеством смыслообразующих ценностей, предъявляемых в стандартном наборе (от 8 до 53); 3) способом определения наиболее значимых ценностей-источников смысла жизни (субъективный выбор, ранжирование, попарное сравнение, субъективное шкалирование); 4) возможностью либо невозможностью попутного измерения уровня общей осмысленности жизни и (или) смысложизненного кризиса, а также формальных (структурных, функциональных, динамических, темпоральных и т. д.) свойств смысла жизни наряду с его ценностным содержанием. В настоящее время приоритет отдается номотетическим многофункциональным методикам, которые на основе стандартного стимульного материала (как правило, перечня смыслообразующих ценностей и набора вопросов) в течение одной сессии позволяют диагностировать не только содержательные, но и формальные свойства смысла жизни, а также уровень общей осмысленности жизни и переживания смысложизненного кризиса. В наибольшей мере этим требованиям удовлетворяет методика SoMe («Sources of Meaning and Meaning in Life Questionnaire») [732].

Отечественная психодиагностика в настоящее время существенно отстает в области разработки, адаптации и применения методов подобного типа. Практически единственной методикой, сконструированной специально для изучения содержательных свойств индивидуального смысла жизни, является опросник «Система жизненных смыслов» (СЖС) [251]. С этой целью также используются пе-

реводные и оригинальные методики, которые характеризуются идиографической направленностью, низкой степенью формализации и принадлежат к проективному или феноменологическому подходу: к примеру, методика предельных смыслов (МПС) [278] и русскоязычный вариант методики П. Эберсола [355]. В условиях дефицита стандартизированных методов в эмпирических исследованиях они замещаются разнообразными анкетами на тему смысла жизни [70; 103; 350 и др.], а в ряде случаев неправомерно подменяются методами диагностики ценностей и ценностных ориентаций личности.

Методика «Источники смысла жизни» не имеет полных аналогов среди существующих методов смысложизненной психодиагностики. Уникальные особенности и конкурентные преимущества данной методики обусловлены тем, что она: 1) комплексно выявляет содержательные и формальные особенности смысла жизни испытуемого; 2) оснащена тщательно отобранным стимульным материалом, который репрезентативно отражает репертуар и содержание ценностей-источников смысла жизни в современной социокультурной ситуации; 3) комбинирует разные диагностические приемы и техники: субъективный выбор, субъективное шкалирование и стандартизированный самоотчет; 4) является стандартизированным и формализованным психодиагностическим методом, сочетающим качественный анализ ответов испытуемого со статистическими расчетами диагностических показателей; 5) психометрически разработана и апробирована на большой выборке испытуемых (4 279 человек), обладает доказанной надежностью и валидностью; 6) построена по принципу «открытой архитектуры», что допускает внедрение в стандартный вариант методики новых заданий и модулей, предназначенных для диагностики вновь открываемых свойств смысла жизни. При более глубокой модификации она предоставляет возможность диагностировать не только смысл жизни как содержание внутреннего мира личности, но и другие мишени «неклассической психодиагностики» (Д. А. Леонтьев), в частности, особенности системной смысловой организации жизнедеятельности, параметры индивидуальной жизненной стратегии, личностный смысл отдельных событий жизненного пути испытуемого⁷.

Разработка и психометрическая проверка методики. Методика «Источники смысла жизни» по процедуре выполнения и способу подсчета диагностических показателей значительно отличается от личностных опросников стандартного типа, ввиду чего определение ее формальных психометрических характеристик, таких как надежность и валидность, имеет специфические особенности. По своему формату она близка к смешанным исследовательским техникам, комбинирующим приемы качественного и количественного, идиографического и номотетического анализа, как то: «Пакет оценки личностных стремлений» Р. Эммонса [508], «Шкалы оценки ценностей» П. Олеша [682; 684], каузометрический психобиографический

⁷Этой цели служит модификация методики, опубликованная под названием «Смыслометрический анализ жизнедеятельности» [171].

анализ [95; 254] и т. д. Трудности, возникающие при психометрической апробации подобных методов, и способы их преодоления тщательно проанализированы в психологической литературе [15; 47 и др.]. Не вдаваясь сейчас в их подробное обсуждение, отметим, что опыт разработчиков свидетельствует о том, что традиционные психометрические показатели лишь частично пригодны для оценки измерительных возможностей инструментов, подобной методике «Источники смысла жизни». Например, с учетом того, что испытуемый работает с негомогенными единицами стимульного материала, отвечает на разнотипные вопросы, использует шкалы ответов разной формы и калибровки, расчет показателей консистентной надежности (внутренней согласованности) не всегда представляется возможным и необходимым.

В ходе психометрической апробации методики «Источники смысла жизни» оценивались следующие характеристики: 1) *репрезентативность* стандартного стимульного набора ценностей по отношению, во-первых, к источникам смысла жизни, распространенным в социокультурной среде (*групповая, или социокультурная репрезентативность*), во-вторых, к содержанию индивидуальных смыслов жизни испытуемых (*индивидуальная репрезентативность*); 2) *устойчивость* индивидуального выбора ценностей-источников смысла жизни и *ретестовая надежность* диагностических показателей для формальных свойств смысла жизни испытуемого; 3) *конструктивная валидность* диагностических показателей для содержательных и формальных свойств смысла жизни испытуемого.

Формирование стандартного перечня ценностей-источников смысла жизни. На основе представленных в психологической литературе теоретических классификаций [468; 516; 532; 534; 619; 701] и эмпирических типологий [251; 355; 533; 565; 576; 578; 677; 702; 703; 711; 735; 738; 796] источников смысла жизни, а также содержательных таксономий ценностей [123; 144; 316; 417; 440; 684; 720; 742] и целей [508] нами был скомпонован пилотажный перечень из 39 ценностей, указываемых людьми разных возрастов, поколений и культур в качестве источников смысла в жизни. Перечень состоял из общепонятных наименований, например, «власть», «семья», «здоровье», без дополнительных разъяснений по поводу их значения. Необходимо отметить, что ценностные категории, включенные в пилотажный список, в свое время были выделены и выверены путем собирания, анализа и систематизации непосредственных самоотчетов испытуемых о смысле жизни. По сути, создатели существующих классификаций источников смысла жизни осуществили т. н. «прямой перевод» (*forward translation*) – приведение бесконечного разнообразия индивидуальных смыслов жизни, описанных на языке повседневного опыта и обыденного сознания, к конечному числу содержательных категорий. Наша задача заключалась в обратном, а именно в достижении взаимного соответствия абстрактных наименований, встречающихся в психологических классификациях, и конкретных смыслов жизни, которые проецируются и вкладываются в эти наименования людьми, живущими в

специфическом социокультурном и историческом контексте. Такой подход к разработке стимульного материала в какой-то мере уподобляется процедуре обратного перевода (back translation), рекомендуемой при культурной адаптации иноязычных диагностических методик опросного типа [598].

Предъявление испытуемым списка гипотетических источников смысла жизни сопровождалось инструкцией: «Ниже приведен список ценностей, с которыми люди связывают смысл своей жизни. Возможно, в этом списке есть те ценности, которые и Вы считаете главными в собственной жизни. Для начала просим внимательно ознакомиться со всем списком и подчеркнуть в нем названия таких ценностей. Если в предложенном списке не указаны некоторые ценности, составляющие смысл Вашей жизни, придумайте для них краткое название и запишите в конце списка. Значения, которые разные люди вкладывают в одну и ту же ценность, могут существенно различаться. В этой связи просим пояснить, что конкретно каждая выделенная или сформулированная ценность значит лично для Вас. Необходимо своими словами определить собственное понимание этих ценностей. Обращаем внимание, что данное задание не имеет ничего общего с проверкой уровня знаний или интеллекта. Полученные ответы не будут оцениваться как правильные или ошибочные».

С помощью данной анкеты на протяжении 2004–2005 гг. были опрошены 724 человека в возрасте от 18 до 77 лет, в том числе 391 женщина и 333 мужчины. В выборке были представлены респонденты с разным национальным, образовательным, семейным, родительским, профессионально-должностным, материальным, религиозно-конфессиональным статусом, проживающие в населенных пунктах с различной численностью населения в западных, центральном и восточном регионах Беларуси (Гродненская, Брестская, Минская, Витебская области).

В ходе качественно-количественного анализа анкетных сведений были выявлены интересные факты, свидетельствующие о высокой пластичности, многовариантности процесса смыслообразования индивидуальной жизни и его тесной зависимости от уникального жизненного контекста. Частотный анализ показал, что все 39 предложенных ценностей востребованы респондентами в качестве источников смысла в жизни. Частота выбора отдельных ценностей колебалась от 96,4 % («семья») до 0,55 % («правда»). В среднем респонденты приписывали смысложизненную значимость 7–8 ценностям из пилотажного списка. 142 человека (19,6 % от общей численности) воспользовались возможностью расширения пилотажного списка в соответствии с инструкцией: дополнительно ими было указано от 1 до 3 (в среднем 1,2) ценностей. В ходе содержательного анализа этих ценностей был обнаружен феномен, который можно обозначить как «семантическое расщепление»: при идентификации смысла собственной жизни испытуемые не довольствовались «родовой» ценностью, охватывающей в своем содержании некоторую совокупность однородных жизненных явлений и отношений, и своими дополнениями к стандартному перечню фактически «настаивали» на раз-

дроблении этой обобщенной категории на ряд «видовых» ценностей. Так, из ценности «семья» была вычленена категория «дети», из ценности «любовь» – категория «секс», из ценности «гедонизм (удовольствия)» – категория «развлечения», из ценности «справедливость» – категория «правда» и т. д. Все дополнения содержательно сходятся к 7 ценностным категориям («дети», «секс», «развлечения», «правда», «выживание», «патриотизм», «аскетизм»).

По результатам опроса пилотажный список ценностей-источников смысла жизни дорабатывался в следующих направлениях: 1) корректировка наименований ценностей; 2) добавление ценностей, отсутствующих в списке; 3) обобщение смыслового содержания (объединенного значения) каждой отдельной ценности. В итоге первичный перечень был расширен с 39 до 46 ценностных категорий; для каждой категории было выработано стандартное наименование и описание смыслового содержания. Интересно то, что, определяя личное понимание смысловожизненных ценностей, респонденты в большинстве формулировок придерживались глагольной формы, как бы отвечая на вопрос «Ради чего жить?». Ввиду данного обстоятельства глагольная форма, как наиболее привычный способ размышлений о смысле жизни, была принята за стандарт содержательного описания смыслообразующих ценностей в методике «Источники смысла жизни». Окончательная редакция стимульного материала представлена в *Приложении 9*.

В современных методах диагностики содержательных свойств, или источников смысла жизни наряду с обширным перечнем исходных ценностей приводятся вторичные категории, которые устанавливаются в результате контент-анализа или факторного анализа. В отличие от исходных ценностей, которые могут частично накладываться друг на друга, вторичные категории являются содержательно непересекающимися, дискретными. Аналогичным образом строятся некоторые известные методы диагностики личностных ценностей [144; 147; 417; 440]. При разработке стимульного материала к методике «Источники смысла жизни» одна из психометрических задач заключалась в обнаружении обобщенных категорий, на которые раскладываются 46 смыслообразующих ценностей. С этой целью стандартная инструкция претерпела модификацию: испытуемому надлежало не отобрать ценности из стандартного перечня, а оценить их в сплошном порядке с точки зрения приемлемости в качестве источника смысла жизни. При этом он должен был руководствоваться семиразрядной шкалой ответов от «-3 – категорически отвергаю» до «+3 – полностью принимаю». Таким вариантом методики были обследованы 330 человек в возрасте от 18 до 57 лет, в том числе 138 мужчин и 192 женщины. Полученные данные были подвергнуты разведочному факторному анализу по методу главных компонент с последующим косоугольным вращением. На основании конфирматорного анализа оптимальным было признано шестифакторное решение ($\chi^2 = 1639,82$, $df = 941$, $\chi^2 / df = 1,74$; GFI = 0,98; RMSEA = 0,048). Выделенные факторы интегрируют близкие, родственные ценности и, следовательно, репрезентируют различные по содержанию ориентации смысла жизни. Для психометрической

оценки содержательной согласованности ценностей, конституирующих факторы, для каждого из них были рассчитаны показатели консистентной надежности (таблица 19). На основании полученных показателей для различных ориентаций смысла жизни можно констатировать удовлетворительный и высокий уровень консистентности.

Таблица 19 – Вторичные категории источников смысла жизни

Ориентации смысла жизни	Состав ценностей-источников смысла жизни	α-Кронбаха
Самотрансцендентная	Справедливость, мир, патриотизм, долг, гуманизм, правда, судьба, нравственность, религиозность, альтруизм, персонализация, аскетизм, образование, духовность, общественная активность	0,87
Эгоцентрическая	Признание, социальный статус, власть, выживание, гедонизм, развлечения, богатство, секс, карьера	0,80
Семейная	Дети, семья, любовь	0,73
Коммуникативная	Общение, дружба, любовь, свобода, счастье	0,64
Эстетическая	Красота, природа, творчество, искусство, хобби	0,76
Субъектная	Самореализация, самоуважение, саморазвитие, компетентность, контроль, познание, индивидуальность, процесс жизни, безопасность	0,79

Репрезентативность стандартного перечня ценностей-источников смысла жизни. В нашем случае *репрезентативность* – это требование, во-первых, к стимульному материалу методики, который должен достаточно точно и полно воспроизводить репертуар ценностей, выступающих универсальными источниками смысла жизни для представителей определенной социокультурной среды; во-вторых, к исходным данным опроса (ответам), которые должны с максимальной полнотой и точностью отражать представления испытуемого о содержании индивидуального смысла жизни. Основываясь в дальнейшем на таком понимании, первый аспект условно назовем *групповой, или социокультурной репрезентативностью*, а второй аспект – *индивидуальной репрезентативностью*.

Оценка групповой репрезентативности подразумевает обращение к результатам эмпирического опроса объемной выборки испытуемых, извлеченной из определенной социокультурной среды и представляющей в отношении генеральной популяции. С целью комплектования такой выборки мы прибегли к результатам эмпирических исследований, проведенных на протяжении 2006–2014 гг. с применением методики «Источники смысла жизни». Эта гетерогенная выборка насчитывает 4 279 человек, имеющих белорусское гражданство и на момент участия в исследовании постоянно про-

живавших на территории Республики Беларусь. В ней представлены жители разных географических регионов и населенных пунктов страны – западного (г. Гродно и Гродненская область), центральной (г. Минск и Минская область) и восточного (г. Могилев и Могилевская область).

В статистическом смысле показателем репрезентативности может служить *частота* и *интенсивность* использования испытуемыми возможности дополнения стандартного перечня смысловесущих ценностей за счет самостоятельно сформулированных смысловых категорий. Частотный анализ свидетельствует о том, что возможность дополнения стандартного перечня смыслообразующих ценностей востребуется испытуемыми достаточно редко: из 4 279 обследованных это оказалось необходимым только 184 (4,3 %) испытуемым, тогда как абсолютное большинство респондентов при содержательной идентификации смысла своей жизни обошлось базовым стимульным материалом. Интенсивность использования данной возможности анализировалась путем подсчета количества самостоятельно сформулированных смысложизненных ценностей в каждом конкретном случае. Среди 184 испытуемых лишь 2 (1,1 %) человека самостоятельно сформулировали три ценностные категории, которые, по их мнению, не охватываются стандартным перечнем, 19 (10,3 %) человек – сформулировали по две ценностные категории, 163 (88,6 %) человека – сформулировали одну ценностную категорию. Эти данные указывают на то, что стандартный набор ценностей в методике «Источники смысла жизни» является репрезентативным, т. е. содержит необходимый и достаточный репертуар смысловых содержаний для того, чтобы в большинстве случаев испытуемый мог ассоциировать с ними и выразить с их помощью индивидуальный смысл жизни.

Оценка индивидуальной репрезентативности заключалась в выяснении того, насколько точно и полно набор смыслообразующих ценностей, сформированный испытуемым в порядке свободного отбора из стандартного перечня, отражает уникальное содержание смысла его жизни. В качестве критерия репрезентативности в данном случае могут задействоваться сведения о смысле жизни испытуемого, полученные в другое время иным способом и (или) из иного источника. Таким альтернативным средством доступа к представлениям испытуемого о смысле жизни послужила неформализованная анкета, разработанная П. Эберсом с соавторами [575], адаптированная на русский язык Д. А. Леонтьевым и Е. Н. Осиным [355, с. 73] и позволяющая испытуемому в свободной манере изложить субъективное понимание смысла собственной жизни. С помощью данной анкеты были опрошены 62 человека в возрасте от 19 до 27 лет, в том числе 38 женщин и 24 мужчины. На следующий день та же выборка была протестирована методикой «Источники смысла жизни». По завершению работы испытуемым были розданы листы анкетного опроса и поставлена задача сравнить содержание ответов, сформулированных при свободном изложении и при работе с методикой. По итогам сравнения каждый испытуемый должен был ответить на вопрос: «В какой степени содержание выбранных ценностей соответствует Вашим представлениям о смысле собственной жизни, изложенным вчера? Степень соответствия оцените с помощью 100-про-

центной шкалы, где 0 % означает полное несовпадение, а 100 % – полное совпадение ответов, которые Вы дали сегодня и вчера».

Следует подчеркнуть, что оценка репрезентативности в данном аспекте напоминает процедуру *критериальной валидации*, но так как поверяется не количественный, а качественный (содержательный) показатель, все-таки уместнее говорить о проверке репрезентативности. Кроме того, привлекая испытуемого в качестве эксперта, сверяющего результат диагностики со своими неформализованными представлениями о содержании смысла жизни, мы полагались не на объективный критерий, как это принято в процедурах валидации, а на субъективный критерий. В нашем случае роль такого критерия сыграла оценка испытуемым полноты и точности отражения его представлений о смысле жизни в диагностических результатах методики «Источники смысла жизни».

Согласованность ответов, полученных с помощью методики «Источники смысла жизни», с реальными представлениями о смысле жизни в среднем была оценена на 89,32 % (при стандартном отклонении – 8,88 %). При этом минимальной оценкой было 72 %, а мода, встретившаяся в 33 из 62 случаев, равнялась максимально возможному значению – 100 %. Эти показатели свидетельствуют о достаточно высокой информативности и репрезентативности данных, получаемых посредством методики.

На данном этапе разработки методики нас также интересовал вопрос о целесообразности введения в инструкцию ограничения на количество ценностей, которые испытуемый должен отобрать из стандартного перечня. Для решения данной задачи по материалам описанного исследования определялась статистическая зависимость между субъективной оценкой репрезентативности и количеством ценностей, выбранных испытуемым в качестве источников смысла жизни. Корреляционный анализ обнаружил выраженную взаимосвязь этих показателей ($r = 0,64$, $p < 0,001$, $N = 62$), которая хорошо аппроксимируется уравнением линейной регрессии: $Y = 69,72 + 3,79X$, где Y – субъективная оценка репрезентативности (%), X – количество отобранных испытуемым ценностей-источников смысла жизни. Анализ уравнения показывает, что 100 % репрезентативность достигается уже при выборе 8 смыслообразующих ценностей, а для обеспечения приемлемого уровня репрезентативности (88 – 92 %) испытуемому вполне достаточно выбрать 5–6 ценностей. Источники смысла жизни сверх этого количества могут быть упущены без особого ущерба для психологического диагноза.

Ретестовая надежность диагностики содержательных свойств смысла жизни. Применительно к диагностике содержательных свойств смысла жизни ретестовая надежность конкретизируется как характеристика устойчивости, стабильности индивидуального выбора смысложизненных ценностей, выявленного методикой «Источники смысла жизни» в разные моменты времени. Процедура ее оценки состояла в проведении первичного и повторного тестирования в двухмесячном интервале выборки из 117 испытуемых зрелого возраста (26–59 лет), среди которых 82 женщины и 35 мужчин. В каждом диагностическом срезе работа испытуемого с методикой сводилась к отбору из стандартного перечня тех ценностей, которые он считает источниками смысла собственной жизни, с по-

следующей оценкой значимости каждой отобранной ценности с помощью семиразрядной шкалы. В качестве показателей ретестовой надежности выбора смысложизненных ценностей вычислялись два показателя: 1) отношение количества совпадающих ценностей, отобранных при первичном и повторном тестировании, к общему количеству ценностей, отобранных при первичном тестировании (например, если испытуемый в первый раз в качестве источников смысла своей жизни указал три ценности – «семья», «работа», «дружба», а во второй раз из них были указаны только две ценности – «дружба» и «семья», то показатель устойчивости выбора равняется $66,6\% = 2/3 \times 100\%$); 2) коэффициент ранговой (тест-ретестовой) корреляции между оценками личностной значимости, присвоенными отобранным ценностям при первичном и вторичном опросе. Оба показателя являются по своему характеру ипсативными и вычислялись для каждого испытуемого по отдельности.

У 49 испытуемых списки ценностей, отобранных ими при первичном и вторичном опросе, по своему содержательному составу полностью совпали, т. е. продемонстрировали 100 %-ю устойчивость в двухмесячном интервале. У оставшейся части выборки – 68 испытуемых – списки, сформированные в первом и втором замере, отличались количеством и (или) содержательным составом ценностей-источников смысла жизни. При этом 90–99 % смысложизненных ценностей, выявленных во время первого диагностического замера, во время ретестового замера воспроизвелись у 20 испытуемых; 80–89 % ценностей – повторились у 39 испытуемых; 70–79 % ценностей – остались сохраненными у 6 испытуемых. Только у 3 испытуемых индивидуальный показатель стабильности смысложизненного выбора лежал в диапазоне 50–69 %. В целом такое распределение значимых показателей в обследованной выборке свидетельствует о высокой устойчивости ценностей, наделяющих смыслом жизнь испытуемых, а также об адекватном отражении этой устойчивости в диагностических показателях методики. Схожими показателями устойчивости обладают методики, выявляющие индивидуальный репертуар личностно значимых целей (45–82 % в интервале от 1 месяца до 3 лет) [508, с. 72], значимых событий жизненного пути и их детерминационных взаимосвязей (от 40 до 91 % в интервале от 1 дня до 2–3 недель) [254, с. 88].

Процентный показатель устойчивости не способен в полной мере учитывать качественные изменения в составе смысложизненных ценностей испытуемого. Такие изменения порождались исчезновением ценностей, указанных в первичном обследовании, а также появлением новых ценностей на этапе вторичного обследования. Корреляционный коэффициент оценок значимости является более строгой и точной мерой ретестовой надежности, поскольку содержит поправку на все эти проявления неустойчивости смысложизненного выбора. Для обеспечения возможности расчета корреляции несовпадающие списки ценностей «выравнивались» по составу и количеству ценностей: исчезнувшие из первичного списка ценности включались во вторичный список с оценкой личностной значимости «0» (фактически это означает, что к моменту второго тестирования они обесценились для испытуемого в качестве источников смысла жизни); вновь появившиеся ценности вносились в первичный список с

оценкой личностной значимости «0» (фактически это означает, что они на момент первого тестирования не имели для испытуемого личностной значимости).

Тест-ретестовые корреляции, рассчитанные по отдельности для каждого испытуемого, варьировали в диапазоне от 0,35 до 1 при среднем выборочном значении 0,81. Самые высокие показатели были получены для испытуемых, у которых первичный и вторичный списки полностью сходились по составу смыслообразующих ценностей (различия затрагивали только оценки значимости этих ценностей): в этой подгруппе (49 человек) тест-ретестовые корреляции локализовались в пределах значений 0,74–1,0 при среднем значении 0,89. В подгруппе испытуемых (68 человек), где по итогам двух диагностических срезов получены несовпадающие и в дальнейшем «выровненные» списки ценностей, коэффициенты тест-ретестовой надежности имеют более низкие, но все равно удовлетворительные значения: 0,35–0,78 при среднем значении 0,67. На основании изложенных данных ретестовая надежность методики «Источники смысла жизни» в части измерения содержания и личностной значимости смысловых ценностей испытуемого может считаться подтвержденной.

Ретестовая надежность диагностики формальных свойств смысла жизни. Помимо стабильности ценностного содержания предметом психометрической проверки выступала ретестовая надежность измерений формальных свойств смысла жизни. По соображениям удобства сбора эмпирического материала в качестве выборочного контингента привлекались, как правило, скомплектованные группы студентов высших учебных заведений г. Гродно, обучающиеся на разных ступенях, формах и специальностях. В большинстве случаев испытуемые проходили первичное тестирование в составе выборки основного эмпирического исследования, а вторичное тестирование – исключительно в психометрических целях – спустя некоторое время. Все показатели ретестовой надежности калькулировались по формуле коэффициента корреляции Пирсона. Сводная информация о ретестовой надежности методики «Источники смысла жизни» содержится в *Приложении 10*.

Судя по значениям коэффициентов r_{tt} , методика «Источники смысла жизни» обладает приемлемой ретестовой надежностью в области измерения формальных свойств смысла жизни испытуемого. На отрезке времени от 2 недель до 2 лет устойчивость диагностических показателей варьирует от 0,48 до 0,91 при среднем значении коэффициента ретестовой надежности 0,71. Это соответствует уровню требований к надежности методов психодиагностики источников смысла жизни, а также личностных ценностей и целей (ср., например, [508; 680; 711]). На массиве из 25 диагностических показателей методики «Источники смысла жизни», предназначенных для измерения формальных свойств, выявляется средней силы обратная зависимость между продолжительностью тест-ретестового интервала (в неделях) и значением коэффициента ретестовой надежности ($r = -0,64$). Это служит дополнительным доводом тому, что апробируемая методика адекватно отражает естественную стабильность и консервативность смысла жизни как личностного образования.

Валидизация методики. В ходе психометрической апробации методики анализировались два вида валидности: *конструктивная* и *инкрементная*. Первая оценивалась в разрезе конвергентной валидности путем выявления корреляционных связей между диагностическими показателями методики и переменными, интегрально характеризующими состояние смысложизненной реальности испытуемого – уровнем общей осмысленности жизни и интенсивностью переживания смысложизненного кризиса. Вторая определялась при помощи иерархического регрессионного анализа, в моделях которого зависимой переменной инвариантно выступал смысложизненный кризис. Общность всех построенных регрессионных моделей в том, что диагностические показатели методики «Источники смысла жизни» вводились в состав предикторов, как правило, вслед за показателями уровня общей осмысленности жизни и (или) удовлетворенности жизнью. При таком порядке ввода независимых переменных регрессионные коэффициенты и величина инкрементного F-теста Фишера демаскируют уникальный вклад (инкремент) содержательных и структурных свойств смысла жизни в прогнозирование вероятности наступления и интенсивности переживания смысложизненного кризиса (в виде процентной доли объяснимой дисперсии смысложизненного кризиса). Все подсчеты базировались на эмпирических данных, собранных в цикле авторских исследований смысложизненного кризиса в 2009–2014 гг. [171]. Приложение 11 содержит сводную информацию о конвергентной и инкрементной валидности методики «Источники смысла жизни».

На основании полученных результатов можно заключить, что диагностические показатели методики «Источники смысла жизни» являются коррелятами и предикторами интегральных смысложизненных состояний личности, а именно осмысленности жизни и смысложизненного кризиса. Выявленные корреляционные взаимосвязи и регрессионные зависимости носят теоретически предсказуемый и статистически неслучайный характер. В совокупности они свидетельствуют о том, что апробируемая методика измеряет психологически значимые и индивидуально изменчивые параметры, характеризующие содержание и форму смысла жизни испытуемого, а значит, подтверждают ее конструктивную валидность.

ВЫВОДЫ ПО РАЗДЕЛУ 2

1. В современной психологии «смысла жизни» и «смысложизненный кризис» все больше трансформируются из абстрактно-теоретических (гипотетических) конструктов в эмпирически-измеряемые переменные, что обеспечивается их операционализацией и разработкой методов эмпирического изучения. В результате обобщения и систематизации практики эмпирических исследований смысложизненной реальности могут быть выделены семь самостоятельных *методических подходов* (*экспериментальный, психометрический, проективный, психосемантический, феноменологический, нарративный и биографический*), которые подразделяются по методологически значимым критериям на такие подгруппы: «объективные – субъективные»; «объясняющие (каузальные) – понимающие

(интенциональные); «номотетические – идиографические»; «количественные – качественные»; «монологические – диалогические»; «директивные (объектные) – недирективные (субъектные)».

2. Самым распространенным в настоящее время является психометрический подход, в рамках которого основным методическим средством эмпирического исследования смысла жизни и смысло-жизненного кризиса служат стандартизированные личностные опросники. Их конструирование и применение достигли той стадии, на которой можно констатировать консолидацию и оформление нового направления психодиагностической науки и практики – *смысло-жизненной психодиагностики*. Это область психологической науки (раздел психодиагностики мотивации и личности), занимающаяся теоретическим обоснованием и психометрической разработкой методов выявления и измерения особого класса индивидуально-психологических особенностей личности, а именно смысло-жизненных различий. Исходя из современных представлений о формах проявления смысло-жизненной реальности, обосновано дифференцировать, как минимум, три диагностические «мишени»: а) общий уровень осмысленности жизни; б) смысло-жизненный кризис; в) психологические свойства индивидуального смысла жизни. В соответствии с этим существующие психодиагностические классифицируются на три группы: а) ориентированные на измерение общего уровня осмысленности жизни; б) специализированные на изучении смысло-жизненного кризиса; в) предназначенные для выявления различий в психологических свойствах индивидуального смысла жизни. Далее внутри каждой группы оправдано подразделение *общих* и *контекстных* методов: первые помогают оценить смысло-жизненные различия на глобальном уровне, т. е. в пространственно-временном масштабе всей жизни, вторые – на локальном уровне, т. е. в контексте отдельных сфер (доменов) жизни, видов деятельности и конкретных жизненных ситуаций. Особую группу составляют *многопрофильные методы*, которые позволяют обследовать испытуемого по широкому спектру дифференциально-психологических параметров, сцепленных со смыслом жизни.

3. Методический аппарат смысло-жизненной психодиагностики на текущем этапе ее развития характеризуют следующие противоречия: во-первых, значительный перевес методов изучения осмысленности жизни над методами выявления смысло-жизненного кризиса и измерения психологических свойств индивидуального смысла жизни; во-вторых, полная неразработанность в отечественной и единичность в зарубежной психодиагностике многопрофильных методов; в-третьих, существенный количественный диспаритет в пользу общих и в ущерб контекстным методам; в-четвертых, дефицит оригинальных и адаптированных русскоязычных методов на фоне сравнительно широкого репертуара оригинальных иностранных, прежде всего, англоязычных методов.

4. Особый интерес представляют *методы кризисной психодиагностики*, а также *типичные методические ошибки*, допускаемые в эмпирических исследованиях и в практической психодиагностике смысло-жизненного кризиса. Его измерение осуществляется *прямым*

ми (специализированными) и *косвенными* (неспециализированными) методами. Методы прямой диагностики ориентированы на такие эмпирические индикаторы, которые являются непосредственными психическими и поведенческими проявлениями кризисного состояния и в совокупности составляют его собственную феноменологию. Методы косвенной диагностики рассчитаны на распознавание кризиса по побочным феноменам, которые выступают предпосылками, спутниками, последствиями и другими непрямыми индикаторами кризисного состояния. Это осуществляется, как правило, двумя способами: а) посредством выявления *кризисоподобных состояний*, которые сопровождаются выраженным смыслодефицитом и на этом основании не вполне резонно отождествляются с кризисом (отчуждение, деморализация, экзистенциальная тревога и т. д.); б) посредством измерения общей осмысленности жизни, низкий уровень которой необоснованно интерпретируется как состояние смысложизненного кризиса. Основное методическое упущение, в равной мере присущее зарубежной и отечественной психологии, заключается в *отсутствии самостоятельных специализированных методов диагностики смысложизненного кризиса*.

5. Повсеместная ошибка в диагностике смысложизненного кризиса заключается в его измерении с помощью методов, исходно спроектированных для изучения уровня общей осмысленности жизни. Тем самым на операционально-методическом и эмпирическом уровне смысложизненный кризис редуцируется к недостаточной осмысленности жизни. С теоретической и психометрической точек зрения осмысленность жизни и смысложизненный кризис должны диагностироваться как *два униполярных конструкта, а не разные полюса единого биполярного конструкта*.

6. Ревизия методического инструментария для изучения смысла жизни выявляет значительную диспропорцию между двумя классами методов: на фоне большого количества и широкого разнообразия методов измерения общей осмысленности жизни слабо представлены методы диагностики психологических свойств индивидуального смысла жизни. Причина такого положения дел заключается в сведении всего спектра реально существующих смысложизненных различий к единственному дифференциально-психологическому параметру (*базовому параметру смысложизненных различий*), роль которого играет дихотомия «осмысленность жизни – смысложизненный кризис». Отсюда следует, что соединение осмысленной жизни и смысложизненного кризиса в единый биполярный континуум и полагание данного континуума в качестве единственного критерия смысложизненных различий выступает общим препятствием для развития методов диагностики как смысла жизни, так и смысложизненного кризиса.

7. Намечены общие подходы и конкретные пути повышения различительной силы базового параметра смысложизненных различий, которые могут содействовать дальнейшему прогрессу смысложизненной психодиагностики. *Первый подход* заключается в усложнении базового параметра, не выходя за пределы его полюсов. Это достигается двумя путями: во-первых, дифференциацией самих

полюсов, а именно разложением состояния осмысленности жизни на разномодалные компоненты и разнокачественные формы и различием психологических разновидностей смысложизненного кризиса; во-вторых, дифференциацией пространства смысложизненных состояний, которые располагаются между осмысленной жизнью и смысложизненным кризисом. *Второй подход* состоит в поиске других критериев смысложизненных различий, которые дополняют базовый параметр и работают в связке с ним. Здесь психологические исследования могут продвигаться по двум путям: во-первых, введение дифференциальных критериев, комплементарных базовому параметру (например, критерий осознанности смысложизненного состояния); во-вторых, размежеванием результативного и процессуального аспектов смысла жизни с учетом того, что каждый человек отличается как смысложизненным состоянием, в котором устойчиво или привычно пребывает, так и путями, траекториями, маршрутами, которыми он к нему приходит и из него выходит.

8. Выделенные подходы и пути, несмотря на перспективность каждого из них в отдельности, укладываются в общую стратегию, которая не выходит за пределы базовой оппозиции «осмысленность жизни-смысложизненный кризис». Более перспективная стратегия развития смысложизненной психодиагностики предполагает разграничение *двух уровней смысложизненных различий – макроуровня и микроуровня, или интегральных и парциальных различий*. Состояния осмысленности жизни и смысложизненного кризиса, сомкнутые в базовом дифференциальном параметре, относятся к макроуровневым, интегральным различиям. В этой связи все попытки дальнейшего совершенствования базового дифференциального параметра составляют *макроаналитическую стратегию* развития смысложизненной психодиагностики. Она должна дополняться *микроаналитической стратегией*, в русле которой акцент сдвигается на *микроуровневые, парциальные различия*, относящиеся к содержательным и структурно-функциональным особенностям смысла жизни как относительно изолированной психической системы в целостной организации личности.

9. С учетом обнаруженных пробелов и противоречий смысложизненной психодиагностики выдвинуты неотложные методические задачи, продиктованные необходимостью создания, во-первых, специализированных методик для общей и дифференциальной диагностики смысложизненного кризиса; во-вторых, специализированной методики для комплексного измерения психологических свойств индивидуального смысла жизни. В качестве конкретных решений обозначенных задач были сконструированы и психометрически валидизированы новые оригинальные методики смысложизненной психодиагностики: «Опросник смысложизненного кризиса» (ОСЖК), «Краткий опросник смысложизненного кризиса» (ОСЖК-К), «Дифференциальный опросник смысложизненного кризиса» (ОСЖК-Д), «Источники смысла жизни» (ИСЖ). По результатам психометрической апробации все они могут быть признаны надежными и валидными инструментами и рекомендованы к использованию в научных и практических целях.

РАЗДЕЛ 3
**ЭМПИРИЧЕСКИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ
СМЫСЛОЖИЗНЕННОГО КРИЗИСА
В РАЗВИТИИ ЛИЧНОСТИ**

ГЛАВА 10
ФЕНОМЕНОЛОГИЯ СМЫСЛОЖИЗНЕННОГО КРИЗИСА



Обоснование гипотезы исследования. Важной эмпирической задачей является воссоздание *феноменологии смысложизненного кризиса* – субъективных переживаний и поведенческих проявлений, в совокупности образующих его неповторимую внутреннюю картину и поведенческий рисунок. Смысложизненный кризис – особое пролонгированное состояние в развитии личности, которое идентифицируется двумя группами признаков: *неспецифическими* и *специфическими*. Неспецифические признаки сближают его с другими психологическими кризисами личности и, как правило, представлены тягостными, дискомфортными, субъективно мучительными переживаниями и общими поведенческими отклонениями. Они создают «фон» смысложизненного кризиса, на котором разворачиваются его «фигурные» симптомы, т. е. отличительные для данного кризиса феноменологические признаки. Специфические признаки являются психическими и поведенческими маркерами, по которым дрящееся негативное состояние можно опознать и охарактеризовать именно как смысложизненный кризис в развитии личности. Они определяют качественное своеобразие данного кризиса среди других кризисов личностного развития и прочих форм личностного неблагополучия [202].

Особый интерес представляют именно специфические проявления, поскольку через них психологическому исследованию открываются порождающие противоречия и движущие закономерности смысложизненного кризиса. Феноменологические особенности в данном случае существенно обусловлены тем, что смысложизненный кризис назревает в системе субъект-объектных отношений личности с собственной жизнью как особого рода целостностью и относится к развитию личности как субъекта жизни. Его психологическая сущность конкретно выражается в том, что вследствие отсутствия (несформированности), утраты (деформации и деструкции) или функциональной неоптимальности смысла жизни происходит недоразвитие или потеря личностной способности управлять ходом индивидуальной жизни. Соответственно, специфические признаки смысложизненного кризиса составляют проявления смысловой арегуляции или дизрегуляции жизнедеятельности личности, которые спровоцированы «выпадением» или снижением различных регулирующих функций смысла жизни.

Человеку, страдающему от смысложизненного кризиса, его признаки и проявления непосредственно презентированы в форме *субъективных переживаний, которые предметно адресованы собственной жизни*. В данном случае психологическая феноменология

смысложизненного кризиса представлена совокупностью качественно своеобразных переживаний человека по поводу своей жизни, вызванных противоречиями в поиске, сохранении и реализации ее личностного смысла, а также вытекающими отсюда затруднениями в смысловой регуляции жизнедеятельности и построении индивидуального жизненного пути. Многочисленные и разнообразные проявления смысложизненного кризиса на уровне восприятия, понимания, оценивания, переживания человеком своей жизни и составляют его феноменологическую картину. Этот пласт кризисной феноменологии достаточно полно высвечивается в художественных произведениях (например, [143]) и литературе эпистолярного, мемуарного, дневникового и автобиографического жанра (например, [92; 457]), однако практически не раскрыт в психологической литературе, где распространены преимущественно объективированные (онаученные) описания субъективной картины и поведенческого рисунка смысложизненного кризиса на языке специальной терминологии, а также научные реконструкции кризисной феноменологии по материалам художественных, автобиографических и прочих литературных произведений [368; 479 и др.]. Существует небольшое число исследований, включающих попытку выявить опыт переживания жизни в условиях ее осмысленности и бессмысленности методами психосемантического анализа [716; 787]. К этим зарубежным работам по исходному замыслу и результатам близко исследование семантики субъективных переживаний в состоянии личностного кризиса, проведенное А. Г. Жедуновой [115].

Целью нашего исследования является реконструкция содержания и структуры феноменологии смысложизненного кризиса в развитии личности. Эмпирической проверке подвергалась гипотеза о том, что *феноменологическая картина смысложизненного кризиса в развитии личности является многослойным, гетерогенным комплексом субъективных переживаний и имеет латентную (скрытую) структуру*. Предполагалось также, что *эта латентная структура может быть интерпретирована исходя из теоретических представлений о присущих смыслу жизни регулирующих функциях, которые нарушаются, снижаются или полностью «выпадают» в период смысложизненного кризиса*.

Выборка и методика исследования. В качестве методов сбора эмпирического материала использовались: 1) Опросник смысложизненного кризиса (ОСЖК) [176; 177]. В настоящем исследовании методика продемонстрировала достаточно высокую надежность (коэффициент α -Кронбаха – 0,92, коэффициент надежности по методу расщепления Гуттмана – 0,90), что позволяет доверять ее диагностическим показателям; 2) Биографический дифференциал – специализированный семантический дифференциал, предназначенный для изучения особенностей субъективного восприятия и оценивания испытуемым индивидуальной жизни в целом [211]. Представляет собой перечень биполярных оценочных категорий, полюса которых заданы с помощью антонимов-прилагательных. Каждая пара прилагательных снабжена градуированной (семибалльной) шкалой, посредством которой испытуемые шкалируют субъективные переживания по поводу собственной жизни. Как пары прилагательных в общем списке, так и полюса с положительной и отрицательной мо-

дальностью в рамках каждой пары располагаются в чисто случайном порядке, что служит предотвращению установочного поведения. Методика разработана в соответствии с общими рекомендациями по конструированию частных семантических дифференциалов [422]. Первичный вариант дифференциала, заполненный испытуемыми, насчитывал 110 пар прилагательных. Для определения дескрипторов, релевантных кризисной феноменологии, оценки жизни по данным прилагательным были скоррелированы с показателем опросника смысложизненного кризиса. В рабочую редакцию дифференциала были отобраны 78 пар прилагательных, оценки индивидуальной жизни по которым коррелируют с показателем опросника смысложизненного кризиса на уровне $r \geq |0,20|$ (Приложение 12).

При помощи указанных методик была обследована выборка численностью 344 человека в возрасте от 17 до 55 лет, в том числе 181 мужчина и 163 женщины. В целях выявления латентной структуры кризисной феноменологии был проведен факторный анализ по методу главных компонент с варимакс-вращением. В качестве значимой принималась факторная нагрузка $\geq |0,40|$. Факторизация производилась на материале 33 % крайней («кризисной») группы, в которую вошли 114 испытуемых (58 мужчин и 56 женщин), набравших наибольшие баллы по ОСЖК (от 116 баллов и выше) и, следовательно, выступающих носителями интересующей нас кризисной феноменологии. При определении оптимального числа факторов мы руководствовались критерием Хамфри, согласно которому фактор считался значимым, если абсолютная величина произведения двух максимальных факторных весов как минимум вдвое превышала единицу, деленную на корень квадратный из числа испытуемых в крайней группе. Необходимой и достаточной была признана структура, включающая 9 факторов и суммарно объясняющая 56,7 % дисперсии исходных переменных.

Результаты исследования и их интерпретация. В первом факторе (24,8 %) сцеплены шкалы, выражающие глобальную рационально-эмоциональную оценку «за» или «против» жизни. Данный фактор, который можно обобщенно назвать «Оценка жизни», отражает общую негативную модальность размышлений и переживаний по поводу жизни в кризисный период. В этом контексте вспоминаются слова создателя теории стресса Г. Селье: «Для сохранения душевного равновесия человеку нужна какая-то цель в жизни, которую он считает высокой, и гордость, что он трудится ради ее осуществления». В целях детализации содержания первого фактора была произведена вторичная факторизация включенных в его структуру шкал. В результате первый фактор расщепился на четыре субфактора, исчерпывающих 62,8 % дисперсии.

В первом субфакторе (45,8 %) объединились субъективные переживания жизни как тоскливой (0,67), тусклой (0,62), неудовлетворительной (0,55), скучной (0,50), бесцветной (0,48), плохой (0,45). Данный субфактор отражает эмоциональный фон жизни в период смысложизненного кризиса, который в целом понижен и пронизан отрицательными эмоциями с преобладанием тоски, скуки, уныния и тотальной неудовлетворенности жизнью. В ряде философских и психологических концепций эти переживания считаются основными симптомами смысложизненного кризиса [304; 414; 468; 480;

516]. «Палитра» эмоциональных переживаний во время кризиса грубеет и оскудевает, о чем говорят такие характеристики жизни как «бесцветная», «тусклая». Человеку нелегко ощутить эмоциональный подъем, вдохновиться на совершение какого-либо дела, «заразиться» хорошим настроением. Круг повседневных забот выглядит серо и не вызывает эмоционального отклика; в жизни остается мало вещей, которые по-настоящему воодушевляют и волнуют. Такое метапсихологическое состояние А. Маслоу называет «омертвлением», противопоставляя ему «живость» – состояние эмоциональной отзывчивости на всевозможные аспекты и проявления бытия [316, с. 332].

Во втором субфакторе (6,8 %) сгруппировались следующие оценки жизни: пассивная (0,81), неинтересная (0,67), вялая (0,55), бездеятельная (0,44), безуспешная (0,42), бесперспективная (0,41). Большинство из них связано с энергетическими параметрами мотивации и производными от них динамическими параметрами жизнедеятельности в период кризиса. Очевидно, что смысложизненный кризис – это, прежде всего, кризис побудительной регуляции, который задевает мотивационно-смысловые структуры личности и ингибирует ее активность как субъекта жизни. Для него характерны недостаток или истощение мотивации к жизни, что сказывается на общем уровне жизненной активности («пассивная», «вялая», «бездеятельная») и субъективном интересе к жизни («неинтересная»). В кризисном состоянии человеку трудно заставить себя что-либо предпринять для исправления жизненной ситуации, немалые усилия приходится прикладывать даже к тому, чтобы выполнять изо дня в день текущие дела и обязанности.

Третий субфактор (5,5 %) объемлет субъективные оценки жизни как несчастливой (0,76), жалкой (0,71), безрезультатной (0,70), плохой (0,69), бесперспективной (0,68), ничтожной (0,67), неудовлетворительной (0,61), преждевременной (0,57), безуспешной (0,56). Он выражает переживание непродуктивности жизнедеятельности в кризисный период. Взаимосвязь осмысленности жизни и смысложизненного кризиса, с одной стороны, и субъективной оценки результативности жизни, с другой стороны, обеспечивается *оценочной функцией смысла жизни*. Осмысленность жизни определяется не только перспективными стремлениями и притязаниями, но и ретроспективно оцениваемыми достижениями. Для стабилизации уровня осмысленности жизни личность нуждается в постоянной «обратной связи» в виде субъективного переживания продуктивности жизни, субъективной удовлетворенности самореализацией. К. А. Абульханова отмечает, что смысл жизни «является подтверждением реальных достижений, реальной способности выразить себя в формах жизни» [12, с. 73]. В условиях смысложизненного кризиса этот механизм распадается, вследствие чего переживание бессмысленности соединяется с переживаниями непродуктивности жизненного пути. Это наблюдение согласуется с положениями каузометрической концепции биографических кризисов личности, где «биографический кризис – это феномен внутреннего мира человека, который проявляется в различных формах переживания непродуктивности своей жизни» [37, с. 5].

Четвертый субфактор (4,7 %) охватывает субъективные переживания временного измерения жизни в период кризиса: медленная

(0,77), рутинная (0,57), бесцельная (0,46), бездеятельная (0,45). Этот субфактор свидетельствует о том, что параметры течения психологического времени личности опосредованы процессами практической реализации смысла жизни. По ходу реализации смысла жизни личность инициирует или отменяет наступление значимых жизненных событий, за счет чего уплотняет и ускоряет либо, наоборот, разряжает и затормаживает психобиографическое время. Судя по содержанию субфактора, в кризисе психологическое время личности замедляется, застывает, что обусловлено остановкой, ломкой жизнедеятельности. Активность человека, нацеленная на построение собственной жизни, замещается бесцельным, бездеятельным времяпрепровождением. За малую насыщенность жизни актами самоосуществления личность в кризисе расплывается субъективно тягостными переживаниями времени – растянутого, пустого, утомительного.

Таким образом, первый и наиболее мощный фактор, манифестирующий глобальную отрицательную оценку жизни, складывается из негативного эмоционального фона жизни, переживаний дефицита мотивации к жизни и непродуктивности жизнедеятельности, а также субъективных ощущений адинамии времени жизни. Феноменологическое содержание фактора со всей очевидностью указывает на дефицит или расстройство *побудительной и оценочной функции* смысла жизни.

Второй фактор (9,3 %) сформировали субъективные переживания жизни как проблемной (0,84), сложной (0,73), напряженной (0,71), трудной (0,62), тревожной (0,54). Содержание данного фактора можно расшифровать как субъективную трудность жизни. Оно сочетается с параметром типологии жизненных миров – «легкость-трудность» в концепции жизненного кризиса Ф. Е. Василюка [78, с. 87–88], но связано не с объективной сложностью и запутанностью жизни как таковой, а с субъективными затруднениями личности в управлении жизненным процессом. Жизнь может быть не отягощенной препятствиями и помехами для самореализации, но из-за отсутствия у личности, находящейся в кризисе, психологических средств овладения и регуляции она превращается в невыносимое бремя. В данном факторе примечательно и то, что чувство трудности жизни соединяется с переживаниями тревоги и психической напряженности. Подобная ассоциация субъективных переживаний закономерна для любой проблемной ситуации. Смысложизненный кризис можно приравнять к высшему классу проблемных ситуаций, выделяемых Ю. Я. Голиковым и А. Н. Костиньм, поскольку он «требует процессов регуляции, направленных на организацию психической активности, обеспечивающей личностную стратегию поведения и долговременные отношения с действительностью, пересмотр жизненно важных ориентиров и поиск принципиально нового смысла» [93, с. 10]. Преодоление проблемностей этого класса предполагает изменение «высших средств регуляции – ценностных критериев, убеждений и идеалов», т. е. «мировоззренческих коррекций» [93, с. 10].

Третий фактор (4,7 %) составили следующие переживания по поводу жизни: бессмысленная (0,62), импульсивная (0,59), неорганизованная (0,52), бесполезная (0,51), бесцельная (0,49), непостоянная (0,48), безответственная (0,47), бездеятельная (0,46), дисгармонич-

ная (0,41). Фактор особенно интересен тем, что в нем преобладает переживание бессмысленности, которое сочетается с бесполезностью жизни, отсутствием жизненных целей и обязательств, недостатком организации и порядка, а также значимых дел и занятий. В комплексе эти переживания укладываются в состояние «вегетативности» – феноменологическую разновидность смыслоложизненного кризиса, описанную в концепции С. Мадди [304]. Когнитивный компонент вегетативности заключается в оценивании жизни как бесцельной, бесполезной и бессмысленной; аффективный – в безразличии к происходящему; поведенческий – в неизбирательной активности, общий уровень которой низок. Феноменологическое содержание данного фактора во многом объясняется дефицитом или нарушением *смыслообразующей функции смысла жизни*.

Четвертый фактор (3,7 %) интегрирует следующие переживания по поводу жизни: односторонняя (0,66), обычная (0,60), нетворческая (0,55), однообразная (0,55), монотонная (0,54), нереализованная (0,51), прямая (0,47), размеренная (0,46). Этот фактор может быть назван «Десакрализация жизни» в том смысле, который в данный термин вкладывал А. Маслоу [316, с. 61]. Она выражается в будничном, обывательском, тривиальном существовании, в котором нет места для творческих прорывов и неординарных деяний. Событийный ряд жизни обеднен: его составляют повседневные, повторяющиеся события, которые не несут на себе сколько-нибудь важной смысловой нагрузки. Остро ощущается нехватка по-настоящему значимых жизненных событий, сквозь которые «просвечивала» бы какая-то смысловая перспектива. В результате жизнь представляется в виде монотонной, размеренной последовательности событий и занятий, лишенных всякой значимости, или, по выражению русского философа Е. Н. Трубецкого, «кругохождения» [438]. В целом данный фактор отражает дефицит *смыслообразующей функции смысла жизни* в кризисный период.

Пятый фактор (3,3 %) образуют следующие переживания по поводу жизни: неприятная (0,75), грустная (0,67), мрачная (0,57), неподвижная (0,50), вялотекущая (0,50), безнадежная (0,48), завершенная (0,47), жалкая (0,41), несовершенная (0,41). В совокупности они манифестируют умеренно выраженную функциональную депрессию. В психологии достаточно давно дискутируется вопрос о соотношении конвенционального депрессивного синдрома с непризнанным в официальных систематиках «ноогенным неврозом», т. е. смыслоложизненным кризисом. Начало данной полемики было положено В. Франклом, который считал, что «экзистенциальный вакуум» заполняется психопатологическими симптомами, в том числе и депрессией, и легко маскируется под ее клиническую картину, а первые эмпирические исследования по проблеме «ноогенного невроза» показали, что он «не походит ни на один из конвенциональных синдромов, за исключением разве что депрессии» [557, р. 79]. Результаты настоящего исследования показывают, что феноменология смыслоложизненного кризиса шире и богаче депрессивной симптоматики, поскольку депрессию в чистом виде кристаллизует пятый фактор – не самый мощный в факторной структуре, описывающей феноменологию кризиса. Смыслоложизненный кризис нельзя отождествлять с

экзогенной функциональной депрессией ни по этиологии, но по феноменологии, хотя «налет» депрессивности типичен для субъективных переживаний кризиса.

Шестой фактор (3,1 %) вообрал в себя следующие субъективные оценки жизни: зависимая (0,71), незавершенная (0,54), ограниченная (0,47), несамостоятельная (0,42), приземленная (0,41). В его содержании просматривается взаимосвязь смысложизненного кризиса с переживанием личной несвободы. Как известно, смыслу жизни принадлежит специальная эмансипирующая функция, за счет которой он освобождает личность от прямой зависимости от внешних и внутренних условий. В свете этих идей вполне естественно, что кризис сопряжен с переживаниями несвободы, несамостоятельности, закрепощенности и т. д. Подобные переживания субъективно болезненны, но они обусловлены реальным отсутствием или расстройством упомянутой функции смысла жизни и адекватно отражают «порабощенность», «скованность» личности внешней детерминацией в ситуации кризиса.

Седьмой фактор (2,9 %) инкорпорирует в своей структуре переживания жизни как уединенной (0,69), одинокой (0,56), замкнутой (0,54). Объединяющим началом для такого рода оценок жизни выступает нарушение *коммуникативной и идентификационной функции смысла жизни*. Индивидуальный смысл жизни, как правило, проистекает из ценностей социальных групп и общностей, и «побочным продуктом» их присвоения выступает стойкая идентификация с референтной группой. Принятие личностью ценностей определенного сообщества одновременно является и способом решения смысложизненной проблемы, и эффективным средством отрицания изоляции. Закономерно, что к переживанию смысложизненного кризиса примешивается чувство изоляции, одиночества, отстраненности от других людей.

Восьмой фактор (2,8 %) скомпонован из субъективных переживаний жизни как непоследовательной (0,64), неуправляемой (0,56), неустойчивой (0,56), непонятной (0,54), неправильной (0,50), бесконтрольной (0,46), неорганизованной (0,45), разорванной (0,41), бессвязной (0,40). Большая часть перечисленных характеристик прямо либо косвенно указывает на недостаток субъективного контроля жизни, в силу чего она переживается как неподвластный, самопроизвольный процесс. Другая часть оценок свидетельствует о том, что кризису сопутствует сегментация, фрагментация субъективной картины жизненного пути. Причиной субъективных переживаний, ассоциированных в данном факторе, является характерное для кризиса нарушение *смыслообразующей, направляющей и интегрирующей функции смысла жизни*. Смысл жизни является общим «центром» смысловой регуляции практической деятельности, направленной на преобразование жизни, и познавательной деятельности, направленной на конструирование субъективного образа индивидуальной биографии. В практической сфере регулирующий эффект выражается в подчинении активности смысловым связям, производным от смысла жизни, что обеспечивает преемственность отдельных дел и их интеграцию в единую и последовательную жизнедеятельность. Этому

всегда сопутствуют субъективные переживания жизни как произвольного, контролируемого, управляемого процесса. В сфере автобиографического познания регулирующий эффект проявляется в упорядочивании и интеграции образов отдельных жизненных событий в рамках субъективной картины жизненного пути. Причем это происходит в соответствии с теми же смысловыми связями, которые ориентируют и регулируют практическую деятельность, связанную с преобразованием жизни. Этим объясняется наличие в феноменологии смысложизненного кризиса достаточно выраженного комплекса переживаний, в котором субъективное чувство бесконтрольности жизни соседствует с ощущением ее разорванности и беспорядочности.

Девятый – слабый, но все еще значимый – фактор (2,3 %) констатируют субъективные переживания жизни как суровой (0,72), рискованной (0,64), опасной (0,60), несправедливой (0,53). Данный фактор репрезентирует обвинительно-враждебное, страдательно-недоверчивое отношение личности к собственной жизни, которая, как ей кажется, не предоставляет шансов для реализации, обходится с ней несправедливо, источает риск и угрозу. Осуждая судьбу и сваливая вину за неуспех на жизненные обстоятельства, личность избавляется от чувства собственной несостоятельности. Такой тип внутреннего отношения к жизни метко описал С. А. Рубинштейн: «Внутренним отношением к происходящему является страдание, страдание как унижение или как мелочность, желание себя от всего обезопасить, оградить, застраховать... Это есть по существу внутреннее, скрытое отсутствие доверия... к обстоятельствам и ходу жизни, которое означает, в конечном счете, недоверие к самому себе, неверие в собственные силы» [402, с. 368]. В данном случае очевиден дефицит или нарушение *защитной функции смысла жизни*, в силу чего в ситуации кризиса снижается порог психологической толерантности, выносливости, резистентности по отношению к неблагоприятным жизненным обстоятельствам. То, что при достаточном уровне осмысленности жизни, могло быть воспринято как пустяки и мелочи жизни, в условиях кризиса разрастается в субъективном переживании до масштабов жизненной катастрофы.

По результатам проведенного эмпирического исследования можно сделать общий вывод о том, что феноменология смысложизненного кризиса представляет собой сложный, неоднородный комплекс переживаний, который имеет специфическое психологическое содержание и внутренне дифференцированную структуру. Содержание и структура этих кризисных переживаний обусловлены угнетением или расстройством основных регулирующих функций смысла жизни. В этом плане феноменология кризиса служит контрастным фоном, который хорошо оттеняет малозаметные в обычных условиях эффекты смысложизненной регуляции. Феноменология смысложизненного кризиса, таким образом, является проявлением арегуляции или дисрегуляции автобиографического познания и реальной жизнедеятельности личности.

ГЛАВА 11 МЕТАСИСТЕМНЫЕ ЗАКОНОМЕРНОСТИ СМЫСЛОЖИЗНЕННОГО КРИЗИСА В РАЗВИТИИ ЛИЧНОСТИ



Обоснование гипотезы исследования. Методологически значимым и основополагающим принципом для предлагаемой концепции смысложизненного кризиса выступает *метасистемный подход*. По свидетельству А. В. Карпова, в психологической науке он сложился в процессе эволюции системного подхода (принципа системности) в результате переноса акцентов с внутрисистемных на межсистемные закономерности и механизмы, которые обеспечивают взаимодействие определенного явления с системами более высокого порядка [219; 220]. В свете данного подхода смысложизненный кризис трактуется как *метасистемный кризис*, или *метакризис личностного развития*. В связи с подобной трактовкой всплывает ряд вопросов, в первую очередь, *чем обусловлена и как проявляется метасистемность данного психологического кризиса*.

Отвечая на первую часть вопроса, необходимо принять во внимание, что в разрабатываемой концепции сущность смысложизненного кризиса раскрывается через анализ закономерностей и противоречий развития таких явлений человеческого бытия, как «смысл жизни», «субъект жизни» и «жизнедеятельность». С этой теоретической позиции он интерпретируется соответственно, как кризис смыслогенеза, субъектогенеза и индивидуальной жизнедеятельности. Между тем, как было показано выше (главы 2–6), *смысл жизни, субъект жизни и жизнедеятельность – это особые метасистемные структуры человеческой психики и деятельности*. Они образуют иерархически высшие уровни структурно-функциональной организации других психических и деятельностных систем и имеют определяющее значение для их развития и функционирования. В предшествующих главах аргументировано, что: 1) *смысл жизни* является метасистемой по отношению к мотивам отдельных видов деятельности и в этом качестве регулирует их как *метамотив*; 2) *субъект жизни* выступает метасистемой соотносительно с субъектами частных видов деятельности и в этом качестве фигурирует как *метасубъект*; 3) *жизнедеятельность* представляет метасистемный уровень организации освоенных и практикуемых личностью видов деятельности и в этом качестве осуществляется как *метадеятельность*. *Смысложизненный кризис является метасистемным психологическим кризисом постольку, поскольку он принадлежит к развитию этих метасистемных свойств и образований человеческой психики и деятельности*. Логику применения метасистемного подхода к теоретическому пониманию смысложизненного кризиса отражает рисунок 5.

Мета- системный уровень	Жизне- деятельность (метадеятель- ность)	Субъект жизни (метасубъект)	Смысла жизни (метамотив)	Смысло- жизненный кризис (метакризис)
⇕	⇕	⇕	⇕	⇕
Системный уровень	Деятель- ность	Субъект деятельности	Мотив деятельности	Кризис

Рисунок 5 – Теоретическое понимание смысложизненного кризиса с позиций метасистемного подхода

В чем же реально проявляется метасистемность смысложизненного кризиса? Прежде всего в том, что *при определенных условиях он присоединяется к нормативным и ненормативным кризисам развития личности в период юности, зрелости и старости*. Это значит, что вместе с наступлением этих кризисов личность начинает одновременно переживать и кризис смысла жизни. И это детерминировано не просто случайным стечением или механическим наложением кризисов, а именно метасистемной природой и метасистемным характером развития тех образований, которые подвергаются интенсивным изменениям в период смысложизненного кризиса. Дело в том, что смысл жизни, жизнедеятельность и личность как субъект жизни – это *онтологические несамостоятельные образования*: образуя метасистемный уровень организации мотивов, деятельностей и их субъектов, они не являются по отношению к ним «внеположенными» и объективно инкорпорируют, включают их в свой состав. Сама сущность этих метасистем такова, что в их оказываются представленными те системы, для которых они выступают в функции высшего уровня организации. В конкретно-психологическом аспекте это означает, что *смысл жизни является особой интегративной формой существования мотивов, жизнедеятельность – особой консолидированной формой существования частных видов деятельности, а субъект жизни – особой синтетической формой существования множественных субъектов разнообразных деятельностей*. Ввиду данной особенности развитие смысла жизни, жизнедеятельности и субъекта жизни подчиняется не только собственным метасистемным закономерностям, но и закономерно зависит от развития тех явлений, которые реально представлены в их структуре. Следовательно, кризисы развития, возникающие на почве противоречий отдельной деятельности и поражающие личность как ее субъекта, могут переходить на метасистемный уровень и трансформироваться в смысложизненный кризис. *Метасистемность*, как уникальная психологическая особенность смысложизненного кризиса, собственно и обнаруживается в том, что при определенных условиях он возникает в качестве *особого психологического измерения* других кризисов в развитии личности.

Если в терминологии метасистемного подхода смысложизненный кризис есть *метасистемный кризис*, то кризисы личности развития, к которым он избирательно присоединяется, целесообразно называть *системными кризисами*. Тем самым подразумевается,

что эти кризисы вытекают в системе однородных жизненных отношений, которые составляют определенную сферу жизни и реализуются личностью посредством конкретного вида (видов) деятельности. Источником системных кризисов служат противоречия, обусловленные невозможностью или неспособностью личности продуктивно осуществить мотивы, цели и задачи этой деятельности. Поскольку системные кризисы локализируются в определенной сфере жизненных отношений, они касаются развития личности как субъекта этих отношений, т. е. входят в одну из множества парциальных линий персонотеза. В качестве конкретного примера можно привести профессионально обусловленные кризисы, которые относятся к сфере профессиональной жизни, детерминируются противоречиями трудовой деятельности и карьеры, затрагивают линию развития личности как субъекта профессии [96; 374; 450].

В современной литературе описано множество системных кризисов, которые по своей ведущей детерминации и по основному психологическому содержанию не являются смысложизненными. Вместе с тем неоднократно отмечено, что некоторые кризисы в развитии личности, не будучи непосредственно смысложизненными, в ходе своего течения приобретают выраженный смысложизненный характер. Начавшись с непреодолимых затруднений в профессиональной, семейной и других частных сферах жизни, эти кризисы актуализируют и обостряют смысложизненные противоречия, связанные с поиском, сохранением и практической реализацией смысла целой жизни. Это значит, что *смысложизненный кризис приближается к переживанию таких кризисов как бы в порядке вторичного осложнения или побочного эффекта*. В результате перерастания противоречий, касающихся какой-то локальной системы жизненных отношений личности, в смысложизненные противоречия, затрагивающих отношения личности и ее индивидуальной жизни как целостности, возникает *сложный сплав смысложизненного кризиса со специфическим нормативным или ненормативным кризисом личностного развития*. Пользуясь удачным термином Г. А. Вайзер, его можно определить, как «*двойной кризис*» в развитии личности [69].

За этим феноменом скрывается важная, но малоизученная проблема *механизмов и закономерностей соотношения, взаимодействия различных психологических кризисов в процессе личностного развития человека*. Ее частным аспектом выступает вопрос о том, *при каких условиях всевозможные нормативные и ненормативные кризисы ассоциируются со смысложизненным кризисом, порождая феномен «двойного кризиса»*. Ключевой элемент решения данной проблемы сводится к *условиям, которые определяют избирательность присоединения-неприсоединения смысложизненного кризиса к иным психологическим кризисам*.

На наш взгляд, общая метасистемная закономерность взаимодействия смысложизненного кризиса с другими кризисами заключается в том, что *кризис развития личности в любой сфере жизненных отношений и реализующей их частной деятельности превращается в смысложизненный кризис при условии, что содержание индивидуального смысла жизни локализуется в этой сфере жизнен-*

ных отношений или, по крайней мере, реализуется посредством этой частной деятельности. Например, человек, который вкладывает смысл своей жизни в семейные отношения или хотя бы реализует его посредством семейных отношений и сопутствующих им видов деятельности, будет склонен переживать семейные кризисы как кризисы смысложизненного характера. Другой пример: человек, смысл жизни которого основывается на профессиональных ценностях или, как минимум, осуществляется с помощью профессиональной деятельности, будет подвержен смысложизненному кризису в ситуации т.н. профессионально обусловленных кризисов, или кризисов профессионализации. В этом плане весьма показательным случаем выступает потеря работы и длительная безработица, которую можно пережить исключительно как *кризис трудовой занятости и профессионального развития* [110], но при определенных условиях – также как *смысложизненный кризис* [200].

Следует подчеркнуть, что любой психологический кризис возникает на почве противоречий, сущность которых сводится к невозможности или неспособности личности продуктивно осуществить свои внутренние интенции (удовлетворить потребность, реализовать ценность, осуществить мотив, достичь цели, решить задачу и т. д.). В то время как успешная реализация личностных стремлений является главной предпосылкой для прогрессивного стабильного восходящего развития, неуспех в отдельной деятельности или в целостной жизнедеятельности детерминирует разнообразные психологические кризисы. Отсюда следует, что смысложизненный кризис может быть спровоцирован низкой продуктивностью и хроническим неуспехом личности в самых разных видах деятельности и сферах жизни. Этот неуспех первично порождает специфический системный кризис (профессиональный, семейный и т. д.), к которому впоследствии добавляется и смысложизненный кризис как неспецифический метасистемный кризис. Непременным условием для этого выступает содержательное совпадение смысла жизни с мотивами этих деятельностей или, по крайней мере, значительность вклада этих деятельностей в практическую реализацию смысла жизни. При таком условии успешность в конкретной деятельности становится фундаментом жизненного успеха и прогрессивного развития личности, а неуспешность, напротив, подрывает основы жизненного успеха и ввергает ее в состояние «двойного кризиса». Задача психологической науки, таким образом, видится в том, чтобы объяснить, *почему и как из неуспеха деятельности и противоречий развития личности в какой-то локальной системе жизненных отношений произрастает не только внутрисистемный кризис, но и метасистемный смысложизненный кризис.*

Сформулированная задача решалась нами в специальном эмпирическом исследовании. В нем метасистемный характер смысложизненного кризиса доказывался на материале профессиональной деятельности, которая, как свидетельствуют некоторые исследования, зачастую выполняет смыслообразующую и смыслореализующую функции в контексте целостной жизнедеятельности личности. Иными словами, многие люди вкладывают смысл своей жизни непо-

средственно в профессиональные дела и в карьеру и (или) практически значимое средство реализации смысла жизни, даже если он сосредоточен на внепрофессиональной сфере [183; 190].

Изложенные выше теоретические соображения наводят на следующее предположение: *чем более выражены смыслообразующая и смыслореализующая функции профессиональной деятельности, тем сильнее развитие личности как субъекта жизни зависит от ее карьерной успешности и прогресса профессионального развития*. В частности, это означает, что *при условии выполнения профессиональной деятельностью функций смыслообразования и смыслореализации, кризисы профессионального развития, которые вызваны непродуктивностью и неуспешностью личности в карьере, с высокой вероятностью переходят в смысложизненный кризис*.

Чтобы преобразовать это предположение в эмпирически проверяемую гипотезу, необходимо уточнить психологические критерии продуктивности-непродуктивности карьерной самореализации и прогрессивности-кризисности профессионального развития личности. Анализ специальной литературы, посвященной данной проблеме, показывает, что в качестве критериев успеха-неуспеха в карьере и в профессионализации личности привлекается широкий спектр объективных и субъективных показателей [374; 375]. В настоящем исследовании в качестве *основного (прямого) индикатора* профессиональной успешности-неуспешности был принят *общий уровень удовлетворенности карьерой*, а в качестве *дополнительного (косвенного) показателя* – *профессиональное самоотношение личности*, т. е. общий уровень удовлетворенности собой как субъектом профессиональной деятельности и карьеры. Выбор этих субъективных критериев оправдан тем, что они наиболее чувствительны к состоянию профессионального кризиса личности, в феноменологической картине которого неизбежно присутствует, во-первых, тотальная неудовлетворенность карьерными достижениями и пройденным профессиональным путем; во-вторых, острое недовольство собой как профессионалом в целом и уровнем развития своих профессионально важных качеств.

С учетом изложенного основная гипотеза исследования конкретизировалась следующим образом: *удовлетворенность карьерой и профессиональное самоотношение являются значимыми предикторами наличия-отсутствия и остроты переживания смысложизненного кризиса при условии, что профессиональная деятельность выполняет смыслообразующую и (или) смыслореализующую функцию в контексте целостной жизнедеятельности личности*. Эмпирическое подтверждение данной гипотезы позволит утверждать, что профессиональный кризис при известных условиях влечет за собой смысложизненный кризис в качестве метасистемного кризиса личностного развития.

Выборка и методика исследования. К эмпирическому исследованию было привлечено 210 испытуемых в возрасте от 26 до 53 лет, в том числе 117 мужчин и 93 женщины. Выборка комплектовалась из работников государственного учреждения образования

(62 человека), крупного производственного предприятия (113 человек) и коммерческой организации с торгово-сервисным профилем деятельности (35 человек), среди которых были представлены как рядовые сотрудники (167 человек), так и руководители среднего и высшего звена (43 человека). По причине невозврата розданных и отбраковки незаполненных диагностических пакетов окончательная численность выборки составила 198 человек.

Сбор эмпирических данных производился с помощью следующих методик (в порядке предъявления испытуемым): 1) Методика «Источники смысла жизни» (ИСЖ). В настоящем исследовании применялась модификация методики, позволяющая количественно измерить выраженность смыслообразующей и смыслореализующей функции профессиональной деятельности испытуемого. На первом этапе в качестве стимульного материала предъявлялся стандартный перечень из 46 ценностей, из которого испытуемый выбирал те, с которыми он связывает смысл собственной жизни. В типовый перечень включена смысложизненная ценность «карьера», которая также могла быть выбрана или пропущена испытуемым. На втором этапе в отношении каждой отобранной ценности испытуемый должен был ответить на вопрос: «В какой степени профессиональная деятельность помогает реализовывать в жизни каждую из выбранных ценностей?». Для кодирования ответов использовалась семиразрядная вербально-числовая шкала: от «1 – не помогает вообще или помогает в очень малой степени» до «7 – помогает в очень большой степени». На основе полученных оценок рассчитывались два диагностических показателя – *индекс терминальности* и *индекс инструментальности профессиональной деятельности*. *Индекс терминальности (ИТ)* – это показатель наличия-отсутствия у профессиональной деятельности испытуемого функции смыслообразования. Его значения записывались в двузначной интервальной шкале: «0» – профессиональная деятельность не выполняет функцию смыслообразования (ценность «карьера» не выбрана в качестве источника смысла жизни), «1» – профессиональная деятельность выполняет смыслообразующую функцию в жизни испытуемого (ценность «карьера» выбрана в качестве источника смысла жизни). *Индекс инструментальности (ИИ)* – количественный показатель выраженности смыслореализующей функции профессиональной деятельности испытуемого. Он вычислялся как среднее арифметическое оценок инструментальной значимости профессиональной деятельности, т. е. как отношение суммы таких оценок к количеству смысложизненных ценностей, отобранных и проанализированных испытуемым; 2) *Опросник профессионального самоотношения* – многошкальный стандартизированный тест, определяющий выраженность положительных (самоуважение и самоэффективность в профессии) и отрицательных (внутренняя конфликтность и самообвинение в профессии) компонентов самоотношения личности как субъекта профессиональной деятельности, делового общения и карьеры. В рамках настоящего исследования особый интерес представлял интегральный показатель, отражающий общий уровень позитивности-негативности профессионального самоотношения испытуемого [184]; 3) *Шкала удовлетво-*

ренности карьерой – стандартизированный личностный опросник, диагностирующий субъективную удовлетворенность испытуемого своей профессиональной карьерой [190]; 4) *Опросник смысложизненного кризиса* [176; 177].

Результаты исследования и их интерпретация. Анализ полученных данных показывает, что «карьера» в качестве смысложизненной ценности упоминается 45 % (89 из 198) испытуемых. Это свидетельствует о достаточно широкой распространенности смыслообразующей функции профессионального труда. Более высокую предпочтительность для испытуемых демонстрируют только такие смысложизненные ценности, как «семья», «здоровье», «дети», «любовь» и «дружба», каждая из которых была выбрана более чем в 50 % случаев. Выраженность смыслореализующей функции оценивалась по средним выборочным значениям индекса инструментальности профессиональной деятельности в контексте осуществления отдельных ценностей (таблица 20).

Таблица 20 – Инструментальность профессиональной деятельности в контексте практической реализации смысложизненных ценностей

Смыслореализующая функция профессиональной деятельности	Средневыборочные значения индекса инструментальности	Ценности-источники смысла жизни
<i>Низкая</i>	2,16 ~ 3,65	Любовь, хобби, выживание, религиозность, природа
<i>Умеренная</i>	4,0 ~ 4,97	Судьба, общественная активность, семья, дети, красота, духовность, безопасность, патриотизм, контроль, счастье, здоровье, творчество
<i>Средняя</i>	5,06 ~ 5,98	Свобода, развлечения, мир, богатство, признание, власть, долг, альтруизм, гуманизм, дружба, правда, индивидуальность, познание, справедливость, самореализация, самоуважение, саморазвитие, социальный статус, нравственность, общение, образование
<i>Высокая</i>	6,07 ~ 6,16	Компетентность, карьера

Судя по данным таблицы 20, профессиональная деятельность связана отношениями инструментальности практически со всеми смысложизненными ценностями. Однако наиболее релевантным способом реализации она является для смысла жизни, содержание которого в значительной степени «профессионализировано», т. е.

насыщенно ценностями профессионального характера. В их круг входит не только непосредственно «карьера», но также «образование», «социальный статус», «компетентность», «самореализация», «саморазвитие», «богатство», «власть», «признание» и другие ценности, отражающие прямые и косвенные, ближайшие и отдаленные, материальные и нематериальные последствия трудовой занятости. Вместе с тем, инструментальная функция профессиональной деятельности обнаруживается и по отношению к «околопрофессиональным» и даже «внепрофессиональным» ценностям, которые по своему содержанию ей совершенно чужды и инородны. Пусть не напрямую, но косвенным и опосредованным образом она может способствовать осуществлению содержательно различных смысложизненных ценностей, что указывает на универсальность и гибкость ее смыслореализующей функции.

Далее нас интересовали типичные варианты соотношения смыслообразующей и смыслореализующей функций профессиональной труда в рамках индивидуальной жизнедеятельности. С целью выделения этих вариантов посредством неиерархического кластерного анализа была построена эмпирическая классификация испытуемых в зависимости от сочетания значений индексов терминальности и инструментальности (таблица 21).

Таблица 21 – Эмпирическая классификация испытуемых в зависимости от соотношения функций профессиональной деятельности

Группы испытуемых	Среднегрупповое значение индекса терминальности	Среднегрупповое значение индекса инструментальности
<i>Группа I (94 человека)</i>	0,97 (высокая смыслообразующая функция)	6,02 (высокая смыслореализующая функция)
<i>Группа II (71 человек)</i>	0,04 (низкая смыслообразующая функция)	4,55 (умеренная смыслореализующая функция)
<i>Группа III (33 человека)</i>	0,00 (низкая смыслообразующая функция)	2,79 (низкая смыслореализующая функция)
Ф-критерий Фишера	$F(2, 195) = 494,2,$ $p < 0,000$	$F(2, 195) = 319,4,$ $p < 0,000$

На основании полученной классификации можно заключить, что возможны разные способы соотношения смыслообразующей и смыслореализующей функций профессионального труда. В реальной жизни чаще всего встречаются следующие: 1) содержательное совпадение смысла жизни с ценностями профессии и карьеры при высокой инструментальности профессиональной деятельности для его реализации (группа I); 2) содержательное несовпадение смысла жизни с ценностями профессии и карьеры при умеренной инструментальности профессиональной деятельности для его реализации (группа II); 3) содержательное несовпадение смысла жизни с ценно-

стями профессии и карьеры при низкой инструментальности профессиональной деятельности для его реализации (группа III). Нетрудно заметить, что при переходе от одной группы к другой степень «профессионализации» смысла жизни снижается, а вместе с этим соответственно падает и уровень осмысленности профессиональной жизни. В первом случае профессиональная деятельность в масштабе целой жизни надлена терминальной и инструментальной значимостью, во втором – обладает только инструментальной значимостью, а в третьем – не имеет никакой значимости, будучи бессмысленной и отчужденной частью жизни.

Таким образом, результаты предварительной обработки эмпирических данных доказывают, что: 1) профессиональная деятельность в структуре целостной жизнедеятельности личности может быть *полиосмысленной и многофункциональной*: она способна выполнять функцию и источника смысла жизни (смыслообразующая функция), и инструмента его практической реализации (смыслореализующая функция), а, кроме того, может совмещать обе функции; 2) применительно к смыслореализующей функции профессиональной деятельности прослеживается общая закономерность: *чем выше «профессионализация» индивидуального смысла жизни, т. е. его содержательная наполненность профессиональными и смежными («околопрофессиональными») ценностями, тем больше инструментальность профессиональной деятельности в контексте его практической реализации*. Иными словами, *смыслореализующая функция профессиональной деятельности в наибольшей степени проявляется в отношении смысла жизни, содержание которого составляют ценности профессионального характера, соответствующие предпосылкам, условиям, процессу, основным и побочным результатам профессионального труда*; 3) существуют значительные межличностные различия в уровне «профессионализации» смысла жизни, т. е. насыщенности профессиональными ценностями в аспекте содержания и опосредованности профессиональной деятельностью в аспекте реализации.

Далее оценивалась достоверность основной гипотезы, подразумевающей метасистемный характер смысложизненного кризиса по отношению к кризису профессионального развития личности, определяемому по таким субъективным индикаторам, как удовлетворенность-неудовлетворенность карьерой и позитивность-негативность профессионального самоотношения. Эта гипотеза относится к классу *модераторных гипотез*, поскольку предполагает зависимость силы и направленности связи между основными (независимой и зависимой) переменными от уровня выраженности третьей переменной-модератора. В качестве переменных-модераторов назначены смыслообразующая и смыслореализующая функции профессиональной деятельности, квантифицированные с помощью индексов терминальности и инструментальности. Основными переменными являются, с одной стороны, удовлетворенность карьерой и профессиональное самоотношение личности (независимые переменные), а с другой – смысложизненный кризис (зависимая переменная).

Проверка выдвинутой гипотезы осуществлялась с помощью метода иерархической множественной регрессии. В целях предотвра-

щения коллинеарности все независимые переменные (предикторы и модераторы) предварительно были подвергнуты процедуре центрирования [551]. Затем путем умножения отцентрированных значений переменной-предиктора и переменной-модератора были рассчитаны значения переменной-интеракции. Строились четыре регрессионные модели, каждая из которых включала два шага анализа. Во всех моделях смысложизненный кризис был избран в качестве зависимой переменной, а в качестве независимых – попеременно назначались модераторы (смыслообразующая и смыслореализующая функции профессиональной деятельности) и предикторы (удовлетворенность карьерой и профессиональное самоотношение). На первом шаге анализа в регрессионную модель синхронно вводились переменные модератор и предиктор, на втором шаге анализа к ним добавлялась переменная-интеракция. Пошаговый ввод переменных обеспечивал возможность оценки прироста объяснимой дисперсии (ΔR^2) по инкрементному F-тесту Фишера. Модераторный эффект фиксировался при соблюдении двух условий: 1) статистическая значимость регрессионного коэффициента переменной-интеракции; 2) статистическая значимость прибавки объяснимой дисперсии на втором шаге по сравнению с первым шагом анализа. Результаты модераторного анализа отражены в таблице 22.

Таблица 22 – Результаты модераторного анализа

Предикторы	Шаг 1	Шаг 2	Предикторы	Шаг 1	Шаг 2
ИТ	-0,20***	-0,15**	ИТ	-0,14*	-0,11 ^У
УК	-0,48***	-0,48***	ПСО	-0,44***	-0,45***
ИТ × УК		-0,20***	ИТ × ПСО		-0,11*
R² (ΔR^2)	0,30***	0,35*** (0,05***)	R² (ΔR^2)	0,27***	0,29*** (0,02*)
ИИ	-0,15**	-0,14**	ИИ	-0,09	-0,10
УК	-0,54***	-0,55***	ПСО	-0,47***	-0,46***
ИИ × УК		-0,11*	ИИ × ПСО		-0,12*
R² (ΔR^2)	0,34***	0,36***(0,02**)	R² (ΔR^2)	0,27***	0,29***(0,02*)
Примечания:					
1) ^У p ≤ 0,10, * p ≤ 0,05, ** p ≤ 0,01, *** p ≤ 0,001;					
2) ИТ – индекс терминальности, ИИ – индекс инструментальности,					
УК – удовлетворенность карьерой, ПСО – профессиональное самоотношение;					
3) в качестве показателей связи предикторов с зависимой переменной в таблице приведены стандартизированные коэффициенты регрессии (β).					

Приступая к их интерпретации, стоит заострить внимание на том, что во всех регрессионных моделях переменные-интеракции (ИТ, ИИ × УК, ПСО) оказались статистически достоверными ($\beta = -0,11 \sim -0,20$, $p = 0,05 \sim 0,001$), равно как и обусловленный ими прирост дисперсии показателя смысложизненного кризиса ($\Delta R^2 = 0,02 \sim 0,05$, $p = 0,05 \sim 0,001$). Это указывает на то, что смыслообразующая и смыслореализующая функции профессии существенно модулируют силу связи между развитием личности как субъекта карьеры и субъекта жизни, в частности, между кризисами профессионализации и смысложизненным кризисом. Также следует отметить, что β -коэффициенты переменных-интеракций во всех регрес-

сионных моделях имеют отрицательный знак. Это означает, что связь основных (независимой и зависимой) переменных, будь то прямая или обратная, сильнее при высоких значениях, и, наоборот, слабее при низких значениях переменной-модератора. Соответственно, *чем больше выражена смыслообразующая и (или) смысло-реализующая функция профессиональной деятельности, тем сильнее риск наступления и интенсивность течения смысложизненного кризиса предопределены успехом-неуспехом личности в карьере и прогрессом-кризисом в профессиональном развитии.*

Статистическая достоверность переменных-интеракций свидетельствует о том, что зависимость между предиктором и зависимой переменной не является одинаковой и постоянной на всем интервале значений переменной-модератора. Чтобы понять, как эта зависимость изменяется на разных уровнях выраженности переменной-модератора, выборка делилась на контрастные группы. В одном случае критерием разбиения выборки служило наличие-отсутствие у профессиональной деятельности смыслообразующей функции (группа 1 – испытуемые со значением индекса терминальности «1», группа 2 – испытуемые со значением индекса терминальности «0»); в другом случае испытуемые группировались в зависимости от количественной выраженности смыслоореализующей функции профессиональной деятельности (группа 1 – испытуемые со значениями индекса инструментальности больше ($M + 1\sigma$), группа 2 – испытуемые со значениями индекса инструментальности меньше ($M - 1\sigma$)). На материале каждой выделенной группы производилась оценка регрессионной зависимости смысложизненного кризиса от удовлетворенности карьерой и позитивности-негативности профессионального самоотношения личности (т. н. *simple slopes analysis* [551]).

Результаты отдельного анализа данных контрастных групп позволяют конкретизировать представления о зависимости смысложизненного кризиса от прогрессивности-кризисности профессионального развития личности. Так, при условии, что личность вкладывает смысл своего существования в профессию, наблюдается значимая зависимость силы смысложизненного кризиса от субъективных показателей, характеризующих успешность карьеры и профессионализации личности. Чем ниже удовлетворенность карьерой ($\beta = -0,33$, $t = -4,89$, $p = 0,0001$) и сильнее негативная модальность профессионального самоотношения ($\beta = -0,20$, $t = -3,06$, $p = 0,0005$), тем выше вероятность наступления смысложизненного кризиса. В случае, когда профессия не является для личности смыслообразующей ценностью, вероятность возникновения и сила протекания кризиса не зависят ни от удовлетворенности карьерой ($\beta = -0,04$, $t = -0,85$, $p > 0,05$), ни от профессионального самоотношения ($\beta = -0,06$, $t = -1,21$, $p > 0,05$). В общем, *смысложизненный кризис присоединяется к кризису профессионального развития личности с более высокой вероятностью в том случае, когда профессиональная деятельность выполняет смыслообразующую функцию по отношению к целостной жизни.*

Аналогичный паттерн зависимостей был обнаружен при раздельной обработке данных контрастных групп, выделенных по уровню выраженности смыслоореализующей функции профессионального труда. Если профессиональная деятельность практикуется личностью в качестве способа реализации смысла собственной жизни, то зависимость смысложизненного кризиса от неудовлетворенности карьерой проявляется с гораздо большей силой ($\beta = -0,29$, $t = -4,23$, $p = 0,0002$) по сравнению с ситуацией, когда профессиональная деятельность лишена смыслоореализующей функции ($\beta = -0,15$, $t = -2,44$, $p = 0,02$). Этот модулирующий эффект также сказывается и на зависимости смысложизненного кризиса от профессионального самоотношения личности. Когда профессиональная деятельность помогает воплощению смысла в жизни, негативное отношение личности к себе как субъекту карьеры значимо обуславливает остроту смысложизненного кризиса ($\beta = -0,26$, $t = -3,79$, $p = 0,0006$); в противном случае данная зависимость отсутствует ($\beta = -0,05$, $t = -0,32$, $p > 0,05$). Значит, *при условии, что профессиональная деятельность подчинена интересам реализации смысла жизни, неуспешность в карьере и кризис в профессиональном развитии личности провоцирует возникновение смысложизненного кризиса.*

Связи субъективных показателей профессиональной успешности-неуспешности со смысложизненным кризисом практически в одинаковой степени подвержены модулирующему воздействию со стороны смыслообразующей и смыслоореализующей функций профессионального труда. Регрессионные модели, учитывающие эти функции, демонстрируют приблизительно равные объяснительные и прогностические возможности ($R^2 = 0,29 \sim 0,36$). Следовательно, профессиональные неудачи личности становятся предпосылкой ее кризисного развития в качестве субъекта жизни и в ситуации, когда смысл жизни содержательно связан с профессиональной деятельностью, и в случае, когда она служит лишь операциональным средством для осуществления смысла. В целом полученные результаты подтверждают гипотезу и позволяют утверждать, что *при условии выполнения профессиональной деятельностью функций смыслообразования и смыслоореализации профессионально обусловленный кризис придает кризисный характер и развитию личности в качестве субъекта жизни. Выявленная метасистемная закономерность является общей и может экстраполироваться на соотношение смысложизненного кризиса с кризисами развития личности не только в профессии и карьере, но и во всех остальных сферах ее жизненных отношений.*

Таким образом, проведенное исследование раскрывает взаимную зависимость и сложное переплетение профессионально обусловленного (системного) и смысложизненного (метасистемного) кризиса. Опираясь на полученные результаты, можно констатировать, что *при условии выполнения профессиональной деятельностью функций смыслообразования и смыслоореализации профессионально обусловленный кризис придает кризисный характер и развитию личности в качестве субъекта жизни.* Выявленная метасистемная закономерность является общей и может экстраполироваться на соотношение смысложизненного кризиса с кризисами развития личности не только в профессии и карьере, но и во всех остальных сферах ее жизненных отношений.

ГЛАВА 12 НЕОПТИМАЛЬНЫЙ СМЫСЛ ЖИЗНИ КАК ФАКТОР КРИЗИСНОГО РАЗВИТИЯ ЛИЧНОСТИ



В теоретико-методологическом разделе монографии (глава 7) аргументировано, что смысл жизни играет двойственную, амбивалентную роль в развитии и существовании личности. При условии реализованности либо потенциальной реализуемости, он выступает предпосылкой прогрессивного развития, субъективного благополучия и психологического здоровья. В условиях нереализованности или принципиальной нереализуемости смысл жизни оборачивается в источник личностных кризисов, неблагополучия, деформаций и расстройств. Практическая реализация смысла может быть осложнена и блокирована как внешними барьерами, к которым относятся разнообразные предметные и социальные условия жизни, так и внутренними преградами, которые могут быть представлены широким кругом психологических свойств личности и отдельных личностных структур. В ряде случаев смысложизненный кризис с точки зрения детерминации может быть охарактеризован как *кризис неоптимального смысла жизни*, поскольку его ведущие причины коренятся в функционально неоптимальных или дисфункциональных свойствах самого смысла. Неоптимальным может быть признан смысл жизни, который в силу присущих ему психологических особенностей дисрегулирует индивидуальную жизнедеятельность, сужает возможности самореализации личности и придает ее развитию кризисный характер. Такие особенности играют роль внутренних преград, которые дезорганизуют, дезориентируют индивидуальную жизнедеятельность, подрывают ее продуктивность и подготавливают почву для возникновения кризиса. Верность личности неоптимальному смыслу и стремление во что бы то ни стало его реализовать, становится самопоражающим фактором в ее развитии.

Психологические свойства смысла жизни, описанные в главе 4, являются его регуляторно важными *признаками*, индивидуальная выраженность которых обуславливает функциональную оптимальность либо неоптимальность смысложизненной регуляции жизнедеятельности и развития личности. Осмысленность жизни, удовлетворенность жизнью и смысложизненный кризис, как было показано в главе 7, выступают субъективными индикаторами продуктивности функционирования и развития личности в качестве субъекта жизни, и в данном качестве могут использоваться как психологические *критерии* функциональной оптимальности-неоптимальности принятого и реализуемого ею смысла жизни. Далее на основе цикла эмпирических исследований предстоит выявить *параметры* функциональной оптимальности смысложизненной регуляции, т. е. диапазоны качественной определенности и количественной выраженности психологических свойств смысла жизни, в которых он наилучшим либо наихудшим образом справляется со своей регуляторной функцией.

В зависимости от конкретных дисфункциональных свойств различаются психологические виды неоптимального смысла жизни, наруживающие высокую кризисогенность в контексте личностного развития. Например, принимая во внимание содержательное свойство, называемое «глубиной смысла жизни», в качестве функционально неоптимального варианта выделяется «бездуховный смысл жизни»; учитывая такое психологическое свойство, как «реалистичность», в качестве функционально неоптимальной разновидности обособляется «нереалистический смысл жизни» и т. д. Помимо аналитического изучения изолированных свойств и их функциональной значимости, исследованию также подвергаются регуляторные эффекты, возникающие в результате сочетания и взаимодействия разных психологических свойств, например, широты с конфликтностью, или широты с иерархизацией смысла жизни. Тем самым доказывается положение о функциональной взаимозависимости и системном характере влияния психологических свойств смысла жизни на потенциал смысловой регуляции индивидуальной жизнедеятельности и личностного развития.

12.1. Широта и иерархичность смысла жизни как факторы кризиса в развитии личности

Обоснование гипотезы исследования. Широта и иерархичность являются структурными свойствами смысла жизни как системного психического образования. В рамках настоящего исследования центральными являются два вопроса: во-первых, представляют ли эти свойства функциональную значимость, входят ли они в круг признаков регуляторного оптимума смысла жизни; во-вторых, какая степень выраженности этих свойств может считаться оптимальной, неоптимальной и пессимальной с точки зрения воздействия на индивидуальную жизнедеятельность и развитие личности. Специальные исследования, посвященные этим проблемам, не предпринимались, но в существующей психологической литературе собраны интересные теоретические и эмпирические сведения, которые позволяют наметить обоснованные гипотезы.

В работах отечественных психологов – С. А. Рубинштейна, Б. М. Теплова, В. Э. Чудновского – высказаны эвристичные идеи, которые высвечивают взаимосвязь развития личности с содержательной широтой смысла ее жизни. Одним из первых данную проблему поднял С. А. Рубинштейн при обсуждении дифференциальных параметров психического облика личности – широты, иерархизации и распределения ее интересов. Им был очерчен совершенный, оптимальный облик, в котором широта, богатство жизненных интересов личности дополняется их слаженностью, гармонией. «Очевидно, самая благоприятная из возможностей, – что личность одновременно и многогранна, и едина; ее потребности и интересы одновременно не только содержательны и в этом смысле богаты, но и многообразны и тем не менее сосредоточены вокруг единого центра» [399, с. 121].

Контрастное изображение межличностных различий и человеческих судеб, обусловленных широкой и узкой направленностью смыс-

да жизни, предлагается в работе Б. М. Теплова на примере Моцарта и Сальери. Первый олицетворяет личность с широким смыслом жизни, тогда как второй – являет собой случай предельного сужения смысла жизни. Б. М. Теплов утверждает предпочтительность широкого смысла жизни для нормального развития личности: «Наличие одного лишь изолированного интереса, вбирающего в себя всю направленность личности и не имеющего опоры ни в мировоззрении, ни к подлинной любви к жизни во всем богатстве ее проявлений, неизбежно лишает человека внутренней свободы и убивает дух» [452, с. 309].

Проблема влияния широты смысла жизни на становление личности рассматривается также в работах В. Э. Чудновского. Среди типов структурной организации смысла жизни он выделяет «монокристаллическую структуру», которая соответствует крайней степени структурной неразвитости и содержательной узости смысла жизни. Монокристаллическая структура характеризуется тем, что «ведущий компонент иерархии становится самодовлеющим» и как бы «поглощает остальные компоненты», вследствие чего «смысл жизни приобретает упрощенную однонаправленную структуру», а «в сознании человека начинает безраздельно господствовать одна направленность, один интерес, одна идея» [494, с. 11]. Далее В. Э. Чудновский формулирует весьма значимый тезис о том, что такой вариант содержательно-структурного упрощения (по выражению автора – «монокристаллизация») смысла жизни играет негативную роль в становлении личности и ведет к ее психологической деформации.

Общим знаменателем приведенных размышлений выступает признание того, что широта смысла жизни является значимым фактором личностного развития. При этом именно широкий (содержательно дифференцированный и разнообразный) смысл жизни выступает предпосылкой нормального развития личности. Чрезмерно узкая «специализация» смысла жизни, замыкание жизненных устремлений и интересов в какой-либо одной сфере, напротив, ведет к неполноценному развитию личности.

Эти концептуальные положения сближаются с теоретическими представлениями зарубежных психологов и созвучны выводам некоторых эмпирических исследований, проведенных в последние десятилетия. В 1988 г. канадские психологи Г. Рикер и П. Вонг сформулировали «постулат широты смысла жизни» («breadth postulate») – теоретическое допущение о том, что «общий уровень осмысленности жизни возрастает прямо пропорционально степени разнообразия источников смысла» [708, р. 238]. По мнению авторов, его истинность нарушается лишь в том случае, если личность не способна совладать с содержательным многообразием смыслообразующих ценностей, что повергает ее в состояние внутреннего конфликта [708, р. 225]. В последующие годы были предприняты исследования, направленные на эмпирическую верификацию данного допущения. Они позволили установить следующие психологические закономерности. Во-первых, люди, относящиеся к разным возрастным группам и проживающие в различных социокультурных условиях, обычно ассоциируют смысл своей жизни с 2–9 смыслообразующими цен-

ностями (количественный аспект широты), которые распределяются между 2–4 непересекающимися содержательными категориями (качественный аспект широты) [565; 575; 699; 702; 703; 704; 711; 734]. Во-вторых, оба аспекта широты смысла жизни положительно влияют на проявления психологического благополучия личности, в частности, субъективную удовлетворенность жизнью и общий уровень ее осмысленности, однако более сильным коррелятом и предиктором благополучия выступает именно качественный аспект, выраженный в содержательном разнообразии смысловесущих ценностей [699; 711; 734].

Собранные факты не только подкрепляют «постулат широты», но и позволяют утверждать, что для продуктивного функционирования и нормального развития личности абсолютное количество ценностей-источников смысла жизни не столь важно, как их распределенность по сферам жизнедеятельности. Вместе с тем необходимо подчеркнуть, что все предшествующие исследования, ориентированные на эмпирическую проверку постулата широты смысла жизни, были сфокусированы на соотношениях данного свойства с осмысленностью и удовлетворенностью жизнью как позитивными критериями, сигнализирующими о прогрессивном развитии и благополучии личности. Их результаты показывают, что широкий смысл является функционально оптимальным, но из этого автоматически не следует, что узкий смысл представляет собой вариант функционально неоптимального смысла жизни. Для доказательства неоптимальности узкого смысла жизни необходимо привлечение негативного критерия, извещающего о назревших проблемах и противоречиях личностного развития. Таким критерием, сензитивным именно к функциональной неоптимальности смысла жизни, служит смысложизненный кризис в развитии личности.

Иерархичность как психологическое свойство смысла жизни исследована теоретически и эмпирически в гораздо меньшей степени, чем широта. По этому поводу В. Э. Чудновский констатирует: «Следует отметить несколько глобальный подход авторов к характеристике смысла жизни. Отдельные жизненные смыслы выступают здесь как рядоположенные, а главное – не уделяется достаточного внимания их иерархии» [494, с. 218].

В психологической литературе в основном встречаются лишь косвенные указания на то, что смысл жизни является психической системой, устроенной по иерархическому принципу. Некоторые исследователи описывают зарождение и развитие индивидуального смысла жизни как процесс системогенеза, для которого характерны тенденции генерализации, консолидации и субординации различных структур мотивационно-смысловой природы. Так, по мнению Г. А. Вайзер, возникновение смысла жизни подготавливается целым комплексом возрастных структурных (прежде всего, иерархически-уровневых) усложнений мотивационно-смысловой сферы личности: «В процессе психического развития происходит иерархизация мотивов, возникает рефлексия, складывается обобщенное отношение к жизни, расширяется ценностно-смысловое пространство личности, выстраивается единая жизненная линия и выявляются противоре-

чия между нею и жизненными обстоятельствами, создается направленность на цели, связанные с отдаленным будущим» [69, с. 94]. Д. Б. Богоявленская полагает, что в результате возрастного развития мотивационно-смысловой сферы личности «именно смысл жизни становится стержнем всей иерархии мотивов и ценностей» [52, с. 49].

Обстоятельный анализ иерархизации как структурного свойства смысла жизни представлен в работах В. Э. Чудновского. Он исходит из того, что в основе структуры смысла жизни лежит иерархическое соотношение «больших» и «малых» смыслов [494, с. 218]. Важным является положение о том, что «функция смысла жизни как психологического механизма, существенно обуславливающего поведение человека и становление его личности, зависит не только от содержания главной идеи, основной жизненной цели, но и от структуры данного психического образования, представляющего собой иерархическую систему больших и малых смыслов» [494, с. 226]. В таком свете иерархичность может расцениваться как функционально значимое свойство индивидуального смысла жизни и выступать в роли одного из параметров регуляторного оптимума. В этой связи вызывает интерес предложенная В. Э. Чудновским структурная типология, за основу которой принят параметр иерархизации смысла жизни. По мнению автора, оптимальным типом структуры смысла жизни является т. н. «гармоническая иерархия», где главный компонент уравнивается подчиненными и может гибко уступать им ведущее место в зависимости от складывающихся обстоятельств. Неоптимальные типы смысла жизни отличает деиерархизация, т. е. неопределенность ведущего и ведомых компонентов («конгломератная» и «номинальная» структура), оторванность главного компонента от второстепенных («распадающаяся» и «двухполосная» структура) либо чрезмерно жесткая, ригидная иерархизация, доходящая до поглощения ведущим компонентом всех остальных компонентов («монологичная» и «авторитарная» структура) [494].

На наш взгляд, иерархическая организация смысла жизни выступает как механизм совладания с множественностью смысложизненных ценностей, а также стабилизации направленности и повышения прагматической определенности индивидуальной жизнедеятельности личности. Фиксируя соподчинение смысложизненных ценностей по личностной значимости, она регулирует порядок активации-деактивации, включения-выключения различных ценностей в потоке повседневности, а значит – и способ совмещения, координации разных деятельностей в пространственно-временной развертке индивидуальной жизнедеятельности. При высокой иерархизации личность как бы сокращает, уменьшает содержательно-структурную сложность смысла жизни, в каждый конкретный момент времени редуцируя его до ведущей, главенствующей ценности и фокусируя на ней всю жизнедеятельность. Общий закон функционирования иерархических мотивационных структур, в том числе и смысла жизни, таков: «Пока актуальны первичные, более насущные потребности и интересы, отступают вторичные, менее насущные; по мере того как более первичные теряют в своей остроте и актуальности, одни за другими выступают последующие. Потребности и инте-

ресы различной значимости для личности выступают в сознании в определенной последовательности. Эта последовательность определяется вышеуказанным законом» [399, с. 120].

Выдвигая гипотезы, касающиеся влияния иерархичности смысла жизни на процесс развития личности, в первую очередь необходимо учитывать, что иерархическое соподчинение помогает устранить противоречия, мешающие продуктивной самореализации и стабильному развитию личности в условиях «внутренне сложного мира» [78, с. 130], т. е. в ситуации многочисленности, альтернативности, несовместимости смысловых ценностей. Следовательно, объективная необходимость в иерархизации смыслообразующих ценностей появляется лишь при определенной степени широты индивидуального смысла жизни. Исходя из этого, логично предполагать, что иерархический уклад смысла жизни функционально себя оправдывает лишь при условии множественности и содержательной разнородности смыслообразующих ценностей личности. Далее следует допустить, что широта и иерархичность являются взаимозависимыми свойствами смысла жизни, достигающими функциональной оптимальности при конвергентном, сочетанном влиянии на развитие личности. Также возможно, что при прочих равных обстоятельствах (прежде всего, при одинаковой широте) иерархическая организация смысла жизни предпочтительнее структурной деиерархизации, и функциональному оптимуму скорее соответствует иерархичный, чем гетерархичный смысл жизни.

В то же время функциональный оптимум вряд ли совпадает с максимальной степенью иерархизации смысла жизни, поскольку жесткая субординация ведет к функциональной блокировке подчиненных ценностей со стороны ведущей ценности. Это может препятствовать гибким функциональным и структурным перестройкам смысла жизни в ситуациях, объективно требующих таких изменений, например, в ситуации невозможности осуществления доминантной, иерархически высшей смысловых ценностей. В случае, когда эта ценность оказывается парализованной, ее дисфункция должна компенсироваться за счет функциональной активизации других смыслообразующих ценностей. Это позволяет удержать осмысленность жизни на субъективно приемлемом уровне, избежать болезненных и травматичных для личности переживаний смысловых кризиса. В. Франкл в свое время писал: «Иногда случается так, что какая-нибудь задача никак не дается человеку, в то время как в качестве альтернативы появляется другая, со своим специфическим множеством ценностей. Человек должен вырабатывать в себе гибкость, чтобы суметь переключиться на другую ценностную группу, если она, и только она, способна предоставить ему возможность реализации ценностей. Жизнь требует от человека духовной гибкости, с тем чтобы он мог регулировать свои усилия соответственно с возможностями, которые она ему предоставляет» [468, с. 172]. Эта идея воспроизводится в ряде современных концепций, описывающих механизмы и закономерности функционирования смысла жизни в контуре регуляции жизнедеятельности личности. Так, авторы «модели поддержания смысла» («meaning maintenance

model») С. Хейне и К. Вохс утверждают, что вследствие угрозы смыслу жизни развивается процесс «подвижной компенсации» («fluid compensation»), который направлен на переоценку значимости и перестройку иерархии ценностей-источников смысла жизни. «Согласно модели, люди могут переоценить смыслы, которые подвергаются угрозе, и перенести акцент на смыслы из других областей жизнедеятельности» [605, р. 88]. Вероятно, этот процесс легче и эффективнее протекает тогда, когда иерархическая структура смысла жизни не является слишком ригидной и допускает подвижки отдельных ценностей по вертикали.

При аргументации гипотез для дальнейшего эмпирического изучения также следует прислушаться к мнению В. Э. Чудновского, который различает типы структурной организации смысла жизни, в том числе по признаку жесткости-гибкости их иерархического устройства. По этому признаку контрастируют два типа структуры смысла жизни – «авторитарная» и «гармоническая» иерархия. Первый тип характеризуется тем, что «ведущий компонент, оставаясь внутри иерархии, занимает преувеличенно господствующее положение в ней, «подминает» под ее себя, деформируя всю структуру» [494, с. 221]. В отличие от этого, по мнению В. Э. Чудновского, неоптимального типа структурной организации, гармоническая иерархия смысла жизни специфична тем, что «главный компонент иерархии, являясь ведущим, тем не менее, остается элементом иерархии. Он не только воздействует на нее, но и испытывает ее влияние. При этом имеет место динамическое взаимодействие, которое приводит к развитию, а при определенных условиях – и смене ведущего компонента. Это адекватная структура смысла жизни как психического образования» [494, с. 225].

Наконец, если делать предметом изучения влияние иерархизации смысла не только на осмысленность и удовлетворенность жизнью, но и на переживание личностью смысловознательного кризиса, то следует учесть, что «изменение иерархии личностных ценностей – это кризис в развитии личности» [283, с. 226]. По-видимому, жесткость соподчинения смысловознательных ценностей играет существенную роль в механизмах кризисогенеза: для перестройки сильно иерархизированной структуры смысла жизни требуется кризис, тогда как трансформация гибкой, подвижной иерархии вполне может обойтись и без кризиса, что будет доводом в пользу ее функциональной оптимальности.

Таким образом, анализ приводит к обоснованному предположению: если иерархизация является функционально значимым свойством, которое самостоятельно или совместно с шириной смысла жизни влияет на процесс становления личности, то оптимальна именно умеренная степень ее выраженности, допускающая возможность адаптивной перестройки смысла жизни и гибкого переключения жизнедеятельности на реализацию разнообразных ценностей. Ужесточение иерархии может оптимизировать регулирующие функции смысла жизни в случае его значительного расширения, т. е. численного умножения и содержательного обогащения смыслообразующих ценностей личности. Эта общая гипотеза, дедуциро-

ванная в основном из теоретических работ, проверялась в специально организованном цикле эмпирических исследований.

Исследование 1. Выборка и методика исследования. В качестве общей гипотезы исследования было сформулировано предположение о том, что *дифференциально-психологические свойства – широта и иерархичность – выступают значимыми параметрами функционального оптимума смысла жизни и существенно обуславливают развитие личности как субъекта жизни, в том числе вероятность возникновения и интенсивность переживания ею смыслового кризиса.* В целях детализации этого предположения строились частные гипотезы: 1) *широта и иерархичность смысла жизни связаны с психологическими показателями развития личности в качестве субъекта жизни: общим уровнем осмысленности жизни и выраженностью смыслового кризиса;* 2) *сужение и деиерархизация являются признаками функционально неоптимального смысла жизни, которые увеличивают риск наступления и интенсивность протекания смыслового кризиса;* 3) *связь широты смысла жизни с кризисом изменяется в зависимости от уровня иерархичности смысла жизни: чем сильнее иерархизация, тем более выражено влияние широты на переживание смыслового кризиса.*

В качестве испытуемых к исследованию были привлечены сотрудники государственных учреждений образования и здравоохранения, служащие государственных органов управления, работники частных торгово-производственных предприятий г. Гродно, а также безработные, стоящие на учете в городском центре занятости населения. Из 547 розданных диагностических комплектов было возвращено 534, из которых 11 комплектов – с пропущенными, неоконченными или некорректно выполненными заданиями. В окончательном виде выборка исследования насчитывала 523 человека, в том числе 220 мужчин и 303 женщины в возрасте от 17 до 59 лет (средний возраст – 35–36 лет). Контингент испытуемых был гетерогенным по социально-демографическим признакам: уровню полученного образования (57 с общим средним образованием, 54 с профессионально-техническим образованием, 120 со средним специальным образованием, 292 с высшим образованием), семейному положению (389 семейных, 134 холостых), родительскому статусу (142 не имеют детей, 242 воспитывают одного ребенка, 119 и 20 – двух и трех детей соответственно), трудовому статусу (343 работающих, 180 безработных) и религиозности (435 верующих, 88 неверующих).

При обследовании испытуемых применялись следующие методики (в порядке предъявления): 1) *Опросник смыслового кризиса* [176; 177]; 2) *Шкала «Цель в жизни» из опросника «Шкалы психологического благополучия» К. Рифф* [367]; 3) *«Источники смысла жизни»* (модификация методики для измерения широты и иерархичности смысла жизни опубликована в [171; 214]).

Результаты исследования и их интерпретация. В ракурсе первой гипотезы наибольший интерес представляют корреляцион-

ные связи структурных свойств индивидуального смысла с психологическими показателями субъектогенеза (таблица 23).

Таблица 23 – Результаты корреляционного анализа

Переменные	Широта смысла жизни	Иерархичность смысла жизни	Осмысленность жизни
Иерархичность смысла жизни	0,26***		
Осмысленность жизни	0,14**	-0,09*	
Смысложизненный кризис	-0,19***	0,00	-0,42***
<i>Примечания: * p ≤ 0,05, ** p ≤ 0,01, *** p ≤ 0,001.</i>			

Из полученных данных следует вывод о том, что в функциональном аспекте широта является более значимым и действенным фактором субъектогенеза по сравнению с иерархизацией смысла жизни. По мере содержательного расширения смысла общий уровень осмысленности жизни повышается ($R = 0,14$, $p = 0,002$), а предрасположенность к переживанию смысложизненного кризиса снижается ($R = -0,19$, $p = 0,000$), т. е. для устойчивого прогрессивного развития личности в качестве субъекта жизни предпочтителен широкий смысл. В этом наши данные совпадают с результатами зарубежных исследований [699; 711; 734]. Следует заострить внимание на положительной достоверной корреляции широты и иерархичности смысла жизни ($R = 0,26$, $p = 0,000$). Получается, что с ростом числа и содержательной разнородности смыслообразующих ценностей также усиливается их дифференциация по значимости, ужесточается их иерархическое соподчинение. В этом находит выражение общая закономерность, согласно которой с расширением и усложнением компонентного состава системы начинает складываться ее уровневая организация [221]. Таким образом, первая частная гипотеза получила частичное подтверждение: в то время как широта систематически связана с основными психологическими показателями развития личности в качестве субъекта жизни, иерархичность обнаруживает лишь избирательную и очень слабую связь с уровнем осмысленности жизни.

Следующим этапом обработки данных стал иерархический регрессионный анализ, который был нацелен на проверку второй частной гипотезы. В соответствии с логикой гипотезы, зависимой переменной был назначен смысложизненный кризис, а независимые переменные ступенчато вводились в регрессионную модель в заданной последовательности: шаг 1 – статусные переменные, характеризующие половозрастные и социально-демографические признаки испытуемого; шаг 2 – уровень общей осмысленности жизни испытуемого; шаг 3 – широта или иерархичность индивидуального смысла жизни. Для широты и иерархизации смысла жизни тестировались отдельные регрессионные модели (таблицы 24, 25).

Таблица 24 – Результаты иерархического регрессионного анализа (для свойства «широта смысла жизни»)

Модель	Предикторы	β	t	P
1	Пол	0,01	0,01	0,98
	Возраст	0,06	1,33	0,18
	Уровень образования	-0,07	-1,58	0,12
	Семейное положение	0,02	0,43	0,66
	Родительский статус	0,02	0,40	0,68
	Трудовой статус	-0,19	-3,59	0,000
	Религиозность	-0,11	-2,64	0,008
	Статистика модели	R = 0,21, R ² = 0,044, F (7, 515) = 3,39, p = 0,01		
2	Осмысленность жизни	-0,40	-7,97	0,000
	Статистика модели	R = 0,35, R ² = 0,125, F (8, 514) = 9,21, p = 0,000		
	Инкрементный F-тест (модели 1x2)	$\Delta R^2 = 0,081$, F (1, 514) = 47,7, p = 0,000		
3	Широта смысла жизни	-0,23	-5,54	0,000
	Статистика модели	R = 0,42, R ² = 0,175, F (9, 513) = 12,07, p = 0,000		
	Инкрементный F-тест (модели 2x3)	$\Delta R^2 = 0,049$, F (1, 513) = 30,8, p = 0,000		
<i>Примечание:</i> в таблице приведены β -коэффициенты, полученные для финальных регрессионных моделей.				

Таблица 25 – Результаты иерархического регрессионного анализа (для свойства «иерархичность смысла жизни»)

Модель	Предикторы	β	t	P
1	Пол	-0,03	-0,87	0,38
	Возраст	0,07	1,35	0,17
	Уровень образования	-0,05	-1,16	0,24
	Семейное положение	0,04	0,69	0,48
	Родительский статус	0,01	0,09	0,92
	Трудовой статус	-0,13	-2,47	0,02
	Религиозность	-0,12	-2,96	0,003
	Статистика модели	R = 0,21, R ² = 0,044, F (7, 515) = 3,39, p = 0,001		
2	Осмысленность жизни	-0,36	-6,88	0,000
	Статистика модели	R = 0,35, R ² = 0,125, F (8, 514) = 9,21, p = 0,000		
	Инкрементный F-тест (модели 1x2)	$\Delta R^2 = 0,081$, F (1, 514) = 47,7, p = 0,000		
3	Иерархичность смысла жизни	-0,01	-0,17	0,86
	Статистика модели	R = 0,35, R ² = 0,125, F (9, 513) = 8,17, p = 0,000		
	Инкрементный F-тест (модели 2x3)	$\Delta R^2 = 0,000$, F (1, 513) = 0,03, p = 0,86		
<i>Примечание:</i> в таблице приведены β -коэффициенты, полученные для финальных регрессионных моделей.				

В итоговых регрессионных моделях показатель осмысленности жизни оказался самым весомым предиктором ($\beta = -0,36 \sim -0,40$, $p = 0,000$), который отвечает за 8,1 % дисперсии показателей смысло-жизненного кризиса. Низкий уровень осмысленности жизни, за которым скрывается нерешенность или принципиальная нерешаемость смысло-жизненных задач личности, позволяет прогнозировать высокую вероятность наступления и высокую остроту протекания кризиса. Самые интересные результаты, имеющие непосредственное отношение к проверяемым гипотезам, были получены на третьем шаге иерархической регрессии. Здесь в роли предикторов фигурировали структурные свойства смысла жизни, которые, как свидетельствуют данные, далеко не равносильны по своему влиянию на развитие личности, в особенности, на ее вхождение и нахождение в кризисном состоянии. Если широта смысла жизни достоверно предсказывает ($\beta = -0,23$, $p = 0,000$) и дополнительно обуславливает 4,9 % дисперсии показателей смысло-жизненного кризиса, то иерархичность смысла жизни является иррелевантным условием. На этом основании можно утверждать, что широта является функционально значимым свойством, которое определяет регуляторные возможности смысла жизни и существенно воздействует на процесс развития личности в качестве субъекта жизни. Узкий, т. е. содержательно обедненный и односторонний смысл жизни может быть признан кризисогенным и, следовательно, неоптимальным, тогда как широкий, т. е. содержательно богатый и разнообразный смысл жизни, наоборот, представляет вариант функциональной оптимальности.

Несмотря на отсутствие прямого эффекта, иерархичность смысла жизни может влиять на развитие личности опосредованно – через механизмы функционального взаимодействия с другими психологическими свойствами, в частности, с широтой смысла жизни. Исходя из теоретических воззрений на иерархию как способ упорядочивания сложных гетерогенных систем, логично допустить, что между широтой и иерархичностью смысла жизни имеет место функциональная взаимозависимость, в силу которой влияние широты смысла жизни на развитие личности модулируется (не остается одинаковым) на разных уровнях выраженности иерархичности смысла жизни. Иными словами, функциональная роль иерархичности заключается в видоизменении (модерации) характера связи между широтой смысла жизни и переживанием личностью смысло-жизненного кризиса.

Данная гипотеза оценивалась с помощью модераторного анализа – разновидности иерархической регрессии, в которой помимо главных эффектов анализируется эффект интеракции независимых переменных [551]. В качестве зависимой переменной фигурировал смысло-жизненный кризис, основным предиктором была назначена широта смысла жизни, модератором – иерархичность смысла жизни. Значения переменной-интеракции калькулировались путем перемножения значений основного предиктора и модератора. Все расчеты производились на центрированных значениях переменных. На первом шаге анализа в регрессионную модель включались основной предиктор и модератор, на втором шаге к ним добавлялась переменная-интеракция. Вывод о статистической значимости модера-

торного эффекта правомерен при соблюдении двух условий: достоверность регрессионного коэффициента переменной-интеракции и весомость прибавки объяснимой дисперсии на втором шаге анализа по инкрементному F-тесту Фишера. Результаты модераторного анализа приведены в таблице 26.

Таблица 26 – Результаты модераторного анализа (для взаимодействия свойств «широта» × «иерархичность» смысла жизни)

Предикторы	Шаг 1	Шаг 2	Предиктор	Высокая иерархизация СЖ	Средняя иерархизация СЖ	Низкая иерархизация СЖ
Ширина СЖ	-0,20***	-0,20***	Ширина СЖ	-0,26**	-0,22***	-0,03
Иерархичность СЖ	0,05	0,03				
Ширина × Иерархичность		-0,10*				
Статистика модели	R = 0,19, R ² = 0,037 F (2, 520) = 9,86, p = 0,000	R = 0,22, R ² = 0,044 F (3, 519) = 8,04, p = 0,000	Статистика модели	N = 93, R = 0,25, R ² = 0,066, F (1, 91) = 6,44, p = 0,01	N = 337, R = 0,22, R ² = 0,05, F (1, 335) = 17,83, p = 0,000	N = 93, R = 0,03, R ² = 0,0007, F (1, 91) = 0,08, p = 0,79
Инкрементный F-тест	$\Delta R^2 = 0,008$, F (1, 519) = 4,28, p = 0,03					
<i>Примечания:</i> 1) в качестве показателей связи предикторов с зависимой переменной в таблице приведены стандартизированные коэффициенты регрессии (β); 2) * $p \leq 0,05$, ** $p \leq 0,01$, *** $p \leq 0,001$.						

Построенная модераторная модель полностью удовлетворяет условиям значимости модераторного эффекта: взаимодействие ширины и иерархизации смысла жизни существенно детерминирует выраженность кризисного состояния ($\beta = -0,10$, $t = 2,08$, $p = 0,04$) и вносит добавочный вклад в объяснительные возможности модели ($\Delta R^2 = 0,008$, $p = 0,03$). Значит, влияние ширины смысла жизни на вероятность возникновения и интенсивность протекания кризиса различно на разных уровнях иерархизации смысла жизни. Отрицательный коэффициент переменной-интеракции позволяет предположить, что это влияние существенно усиливается по мере нарастания иерархичности индивидуального смысла жизни. Для строгой оценки данного предположения выборка исследования была поделена на три группы по критерию иерархизации смысла жизни: группа 1–93 испытуемых с уровнем иерархизации $< (M - \sigma)$; группа 2–337 испытуемых с показателями иерархизации в пределах $(M \pm \sigma)$; группа 3–93 испытуемых с уровнем иерархизации $> (M + \sigma)$. Затем в каждой группе был проведен простой регрессионный анализ зависимости кризиса от ширины смысла жизни. Его результаты свидетельствуют, что искомая зависимость флуктуирует при переходе от одной группы к другим. Так, в условиях высокой иерархичности широкий смысл жизни оказывает наиболее выраженный антикризисный эф-

фект на развитие личности ($\beta = -0,26$, $t = -2,54$, $p = 0,01$), а по мере падения уровня иерархичности этот эффект сначала ослабевает ($\beta = -0,22$, $t = -4,22$, $p = 0,000$), а потом и вовсе пропадает ($\beta = -0,03$, $t = -0,26$, $p = 0,79$). С психологической точки зрения это означает, что широта и иерархизация являются функционально связанными свойствами смысла жизни, и хотя иерархизация не производит самостоятельного воздействия на развитие личности, она способна существенно изменять силу и характер влияния широты смысла жизни.

Таким образом, с увеличением количества и диверсификацией содержания смыслообразующих ценностей личность как субъект жизни сталкивается с необходимостью их структурирования и упорядочения, что является важнейшим условием не только оптимальной, но и вообще нормальной смысложизненной регуляции. Закономерно, что определенная степень иерархизации является необходимым условием для того, чтобы широкий смысл жизни в полную силу проявил свой функциональный потенциал, в частности, редуцировал вероятность возникновения смысложизненного кризиса в развитии личности. Результаты настоящего исследования свидетельствуют, что сочетание широты с иерархичностью дает оптимальный тип структурной организации смысла жизни. В теоретическом плане этот тип структуры был предвосхищен В. Э. Чудновским и назван «гармонической иерархией». Примечательная особенность такого смысла жизни состоит в том, что «главный компонент иерархии, являясь ведущим, тем не менее, остается элементом иерархии. Он не только воздействует на нее, но и испытывает ее влияние. При этом имеет место динамическое взаимодействие, которое приводит к развитию, а при определенных условиях – и смене ведущего компонента. Это адекватная структура смысла жизни как психического образования» [494, с. 225].

В последнее время теоретическая интерпретация широты смысла жизни заметно меняется. Основная тенденция заключается в переходе от формально-количественного к содержательно-качественному представлению о психологической сущности данного структурного свойства. В зарубежных исследованиях эти аспекты разводятся с помощью терминов «плотность смысла жизни» («density») и «разнообразие смысла жизни» («diversity») [734] либо «доступность смысла жизни» («accessibility») и «дифференциация смысла жизни» («differentiation») [699]. По нашему мнению, формально-количественный аспект данного свойства целесообразно описывать термином «сложность смысла жизни», поскольку в чисто количественном выражении широта определяется числом его структурных компонентов, в первую очередь, смыслообразующих ценностей личности. Сложное, многокомпонентное строение присуще широкому смыслу жизни, в то время как простая, малокомпонентная структура характерна для узкого смысла жизни. Что касается содержательно-качественного аспекта, то его адекватно передает термин «дифференциация смысла жизни», потому что именно содержательная расчлененность, гетерогенность смысло-

образующих ценностей соотносится с широким кругом и большим разнообразием отношений личности к собственной жизни. Разнородность и содержательное богатство смыслообразующих ценностей соответствует широкому смыслу жизни, в то время как бедность и однородность ценностного содержания отличает узкий смысл жизни. Дифференциация предполагает, что смыслообразующие ценности личности принадлежат к содержательно независимым ценностным категориям или локализируются в непересекающихся сферах (модусах, доменах) жизнедеятельности. Сложность и дифференциация взаимозависимые, но несводимые друг к другу аспекты структурной организации смысла жизни. Вероятно, что высокая степень сложности создает предпосылки для дифференциации смысла жизни, однако простой смысл жизни не всегда уступает по степени содержательной дифференциации сложносоставному смыслу. Многокомпонентный состав индивидуального смысла жизни сам по себе не гарантирует его содержательной многогранности.

Исследование 2. Выборка и методика исследования. Гипотезы исследования составили следующие предположения: 1) сложность и дифференциация являются взаимосвязанными аспектами широты смысла жизни; 2) будучи разными проявлениями одного и того же структурного свойства, сложность и дифференцированность смысла жизни тяготеют к однонаправленному (согласованному) изменению: с ростом сложности смысла жизни уровень его дифференциации также повышается; 3) связь сложности и дифференциации характеризуется умеренной силой, поскольку многокомпонентное строение не обязательно приводит к содержательной гетерогенности смысла жизни; 4) сложность и дифференциация смысла жизни связаны с психологическими показателями развития личности в качестве субъекта жизни: удовлетворенностью жизнью и смысложизненным кризисом; 5) сложность и дифференциация смысла жизни обуславливают вероятность возникновения и интенсивность переживания личностью смысложизненного кризиса, причем каждый из этих аспектов широты смысла жизни вносит свой уникальный вклад в детерминацию кризиса.

В эмпирическом исследовании, направленном на проверку сформулированных гипотез, участвовали 330 человек в возрасте от 18 до 57 лет, в том числе 138 мужчин и 192 женщины. В качестве испытуемых выступили студенты университета (84 человека), работники учреждения образования (39 человек), органов прокуратуры (22 человека), торговых и производственных предприятий государственной и негосударственной формы собственности (185 человек). Выборка была гетерогенной по социально-демографическим признакам: уровню оконченного образования (с общим средним образованием – 123 человека, с начальным профессиональным – 20 человек, со средним специальным – 79 человек, с высшим профессиональным – 108 человек), семейному положению (67 человек – холостые, 263 человека – семейные), родительскому статусу (111 – не имеют детей, 219 – воспитывают детей). Испытуемые опрашивались

с помощью следующих методик: 1) «Опросник смысложизненного кризиса» (в отношении выборочного контингента опросник продемонстрировал приемлемую надежность измерений: $\alpha_{\text{Кронбаха}} = 0,91$, $\Gamma_{\text{Спирмена-Брауна}} = 0,88$, $\Gamma_{\text{Гутмана}} = 0,87$) [176; 177]; 2) «Шкала удовлетворенности жизнью» Э. Динера (в отношении выборочного контингента опросник показал достаточно высокую надежность измерений: $\alpha_{\text{Кронбаха}} = 0,79$, $\Gamma_{\text{Спирмена-Брауна}} = 0,72$, $\Gamma_{\text{Гутмана}} = 0,71$) [348]; 3) «Источники смысла жизни» (модификация методики для измерения двух аспектов широты (сложности и дифференциации) смысла жизни опубликована в [171]).

Результаты исследования и их интерпретация. Судя по ключевым параметрам распределений, в обследованной выборке прослеживаются значительные межиндивидуальные различия как по сложности ($M = 8,74$, $\sigma = 4,21$, $\min = 1$, $\max = 25$), так и по дифференциации смысла жизни ($M = 3,65$, $\sigma = 1,07$, $\min = 1$, $\max = 6$). В структуре «среднестатистического» смысла жизни интегрированы 9 ценностей, которые восходят к 4 содержательно неперекрывающимся ценностным категориям. В целом это совпадает с наблюдениями зарубежных исследователей, согласно которым люди обычно отдают предпочтение 7–9 ценностям-источникам смысла жизни [Poehlmann et al., 2006], которые, как правило, репрезентируют 2–3 обобщенные ценностные категории или разбросаны по 3–4 сферам жизни [734; 735].

Результаты корреляционного анализа (таблица 27) указывают на то, что сложность и дифференциация являются двумя тесно связанными свойствами смысла жизни, которые обнаруживают тенденцию к согласованному изменению. Чем большее количество ценностей интегрировано в структуре смысла жизни, тем выше его внутреннее содержательное разнообразие ($R = 0,48$, $p = 0,000$). Между тем установленная корреляция характеризуется умеренной силой, что указывает на относительную независимость и качественную специфичность таких психологических параметров смысла жизни, как сложность и дифференциация. Сложносоставное строение полностью не исключает содержательной узости и односторонности смысла жизни, и, наоборот, при сравнительно небольшом количестве смыслообразующих ценностей индивидуальному смыслу жизни может быть присуща большая содержательная разносторонность.

Таблица 27 – Результаты корреляционного анализа

Переменные	Сложность смысла жизни	Дифференциация смысла жизни	Удовлетворенность жизнью
Дифференциация смысла жизни	0,48***		
Удовлетворенность жизнью	0,02	0,14**	
Смысложизненный кризис	-0,18***	-0,25***	-0,27***
Примечания: * $p \leq 0,05$, ** $p \leq 0,01$, *** $p \leq 0,001$.			

Наличие достоверных корреляционных зависимостей между сложностью и дифференциацией, с одной стороны, и субъективной удовлетворенностью жизнью и смысложизненным кризисом, с другой стороны, указывает на то, что эти свойства смысла жизни функционально значимы для развития личности как субъекта собственной жизни. Так, с повышением дифференциации смысла субъективная удовлетворенность личности собственной жизнью возрастает ($R = 0,14$, $p = 0,01$), а подверженность кризису смысложизненной этиологии уменьшается ($R = -0,25$, $p = 0,000$). Сложность смысла жизни находится в обратной взаимосвязи с выраженностью кризисной феноменологии: чем меньше количество ценностей, составляющих основания смысла жизни, тем выше риск кризисного развития личности ($R = -0,18$, $p = 0,001$). Судя по значениям корреляционных коэффициентов, в функциональном плане для обеспечения условий продуктивной жизнедеятельности и прогрессивного развития личности более значима дифференциация, чем сложность смысла жизни. Отсюда напрашивается предположение о том, что не столько количество, сколько содержательная диверсификация, качественное разнообразие смысложизненных ценностей служит условием стабильного восходящего (по меньшей мере, бескризисного) развития личности.

Целям проверки данного предположения служил иерархический регрессионный анализ, в котором зависимой переменной был смысложизненный кризис, а предикторами – сложность (шаг 1) и дифференциация (шаг 2) смысла жизни. В данном случае метод призван оценить наличие и весомость уникальных вкладов, которые сложность и дифференциация смысла жизни вносят в дисперсию показателей кризиса. Очередность ввода независимых переменных не случайна: если сложность является второстепенной детерминантой и обуславливает кризис только потому, что внутренне сцеплена с дифференциацией смысла жизни, то на втором шаге анализа за счет включения в регрессионную модель показателя дифференциации: 1) будет получен значимый аддитивный (прибавочный) вклад к объему объясненной дисперсии кризиса; 2) значимость и величина регрессионного коэффициента для показателя сложности будет редуцирована или обнулена. Результаты иерархической регрессии отражены в таблице 28.

Таблица 28 – Результаты иерархической регрессии

Предикторы	Шаг 1	Шаг 2
Сложность смысла жизни	-0,18***	-0,07
Дифференциация смысла жизни		-0,22***
Статистика модели	$R = 0,18$, $R^2 = 0,032$, $F(1,328) = 10,7$, $p = 0,001$	$R = 0,26$, $R^2 = 0,066$, $F(1,327) = 11,9$, $p = 0,000$
Инкрементный F-тест	$\Delta R^2 = 0,034$, $F(1, 327) = 11,93$, $p = 0,001$	
<i>Примечания:</i>		
1) в качестве показателей связи предикторов с зависимой переменной в таблице приведены стандартизированные коэффициенты регрессии (β);		
2) *** $p \leq 0,001$.		

Как видно по полученным данным, сложность и дифференциация смысла жизни значимо предсказывают вероятность наступления и интенсивность протекания смысложизненного кризиса. Индивидуальные различия по широте смысла жизни совокупно обуславливают до 6,6 % дисперсии показателей кризиса, сложность как таковая объясняет 3,2 %, а дифференциация – 3,4 %. Следовательно, смысл жизни с упрощенной структурой и однообразным содержанием приводит кризисогенный эффект в развитии личности и поэтому может быть квалифицирован как неоптимальный. Вместе с тем, для психологической судьбы личности как субъекта жизни важна не столько структурная простота-сложность, сколько содержательная гомогенность-гетерогенность обретенного и реализуемого смысла жизни. Сам по себе широкий поликомпонентный состав смысла жизни не ограждает личность от кризиса, если отдельные компоненты – смыслообразующие ценности – скудны и однообразны своим содержанием. Об этом напрямую свидетельствует падение величины и обезначивание регрессионного коэффициента для показателя сложности смысла жизни при переходе от первого ($\beta = -0,18$, $t = -3,28$, $p = 0,001$) ко второму ($\beta = -0,07$, $t = -1,26$, $p = 0,20$) шагу анализа. В целом, исходя из полученных результатов, можно утверждать, что высокая разнородность ценностей, принятых за основу смысла жизни, является признаком оптимальности, тогда как содержательное обеднение, уплощение смысла жизни указывает на его функциональную неоптимальность или даже пессимальность.

Дальнейшая обработка эмпирического материала была направлена на выяснение той степени содержательной диверсификации смысложизненных ценностей, которая необходима для бескризисного развития личности. Применялся ковариационный анализ, в котором фактором была назначена дифференциация смысла жизни (перекодированная в шестиуровневую категориальную переменную), зависимой переменной – смысложизненный кризис, а в роли ковариаты выступала сложность смысла жизни. Установлено, что выраженность кризиса существенно зависит от уровня содержательной дифференциации смысла жизни ($F(5, 323) = 3,07$, $p = 0,009$).

В целом результаты указывают на то, что с ростом содержательной разнородности смыслообразующих ценностей сила кризисных проявлений убывает. Между тем, происходит это немонотонно и неравномерно, т. к. при переходе от одного уровня дифференциации к следующему перепад средних значений смысложизненного кризиса неодинаковый, а на самом высоком уровне дифференциации спад переходит в подъем показателей кризиса. Функциональная неоптимальность смысла жизни имеет место при включении в его состав ценностей, принадлежащих к одной или двум содержательным категориям. Более высокая степень содержательной дифференциации заметно оптимизирует воздействие смысла жизни на развитие и функционирование личности в качестве субъекта жизни. Наилучший вариант, когда смысл жизни сформирован ценностями, относящимися к трем-пяти содержательно раздельным категориям. Еще большая степень дифференциации не столь желательна, вероятно, ввиду отягощения личности ценностными конфликтами, которые,

как известно, провоцируют переживание смысложизненного кризиса [164; 212]. Следует отметить, что полученные нами результаты перекликаются с выводами недавнего немецкого исследования, в котором широта смысла жизни рассматривалась в отношении к общему уровню осмысленности жизни. Смысл жизни, интегрирующий ценности не менее трех разнородных категорий, необходим не только для предупреждения смысложизненного кризиса, но и для полноценного чувства осмысленности [734, p. 671].

На завершающем этапе нас интересовал вопрос о том, в какой степени смысложизненный кризис в развитии личности предсказывается по композитному показателю широты смысла жизни. Чтобы ответить на него, был проведен иерархический регрессионный анализ, в котором зависимой переменной выступал кризис, а предикторы включались в модель тремя последовательными шагами: половозрастные и социально-демографические переменные, субъективная удовлетворенность жизнью и, наконец, широта смысла жизни. Результаты иерархической регрессии представлены в таблице 29.

Таблица 29 – Результаты иерархического регрессионного анализа

Шаг	Предикторы	β	t	p
1	Пол	0,02	0,44	0,65
	Возраст	0,22	2,23	0,03
	Уровень образования	0,01	0,10	0,92
	Семейное положение	-0,15	-1,71	0,08
	Родительский статус	-0,01	-0,09	0,93
	Статистика модели	R = 0,26, R ² = 0,07, F (5, 324) = 4,89, p = 0,000		
2	Удовлетворенность жизнью	-0,35	-7,63	0,000
	Статистика модели	R = 0,30, R ² = 0,09, F (6, 323) = 5,33, p = 0,000		
	Инкрементный F-тест (модели 1×2)	$\Delta R^2 = 0,02$, F (1, 323) = 7,09, p = 0,008		
3	Широта смысла жизни (композитный показатель)	-0,29	-5,60	0,000
	Статистика модели	R = 0,41, R ² = 0,171, F (7, 322) = 9,49, p = 0,000		
	Инкрементный F-тест (модели 2×3)	$\Delta R^2 = 0,081$, F (1, 322) = 31,4, p = 0,000		
<i>Примечание:</i> в таблице приведены β -коэффициенты, полученные для финальной регрессионной модели.				

В свете гипотез настоящего исследования наиболее показательны результаты третьего шага анализа, которые свидетельствуют о статистически достоверной зависимости смысложизненного кризиса от композитного индекса широты смысла жизни ($\beta = -0,29$, $t = -5,60$, $p = 0,000$). Структурное упрощение и содержательное оскудение системы смыслообразующих ценностей оказывает кризисогенное влияние на развитие личности, что говорит о функциональной неоптимальности узкого смысла жизни. Интересно и то, что широта-узость смысла жизни сцеплена с хронологическим возрастом, что обнару-

живается во флуктуациях регрессионного коэффициента переменной «возраст» при переходе от первого и второго к третьему шагу анализа. На первом и втором шаге данная переменная имеет более весомый и значимый коэффициент (например, на первом шаге анализа он достигает максимума: $\beta = 0,27$, $t = 3,99$, $p = 0,000$), но с вводом в модель показателя широты смысла жизни прямая связь возраста с кризисом заметно угасает. Это указывает на то, что увеличивающаяся с возрастом уязвимость к переживанию смыслового кризиса в значительной мере обусловлена сужением, обеднением ценностного содержания смысла жизни.

12.2. Бездуховный смысл жизни как фактор кризиса в развитии личности

Обоснование гипотезы исследования. Исследование бездуховного смысла жизни требует предварительного прояснения понятия «духовность» в современной психологии личности. В настоящее время это понятие превращается из абстрактно-теоретического концепта в конкретно-эмпирический конструкт, что обусловлено выделением и обоснованием таких единиц психологического анализа личности, которые открывают возможности для операционализации духовности. К их числу, прежде всего, относятся мотивационные структуры (ценности, цели, стремления) и мотивационные черты личности, при изучении которых духовность конкретизируется как особое содержательное измерение мотивации поведения. Ключевым признаком духовных побуждений личности считается их самотрансцендентная направленность. С точки зрения Р. Пьедмонта, содержание духовности как мотивационной диспозиции определяется мотивами сопричастности к проблемам и задачам сообщества, членом которого является индивид [694, р. 9]. По мнению Р. Эммонса, духовная мотивация – это «стремления, ориентированные поверх и за пределы Я, отражающие интеграцию индивида с большими и более сложными целостностями (человечеством, природой, космосом) или направленные на углубление или упрочение отношений с высшей силой» [508, с. 196]. В рамках концепции Р. Ассаджиоли – одного из «пионеров» психологического изучения духовности – этот термин «отражает не только те переживания, которые традиционно считаются религиозными, но и все, что касается восприятия и познания, всю человеческую активность и все функции, у которых один общий знаменатель – обладание ценностями, более высокими, чем общепринятые – такими как этические, эстетические, героические, гуманистические и альтруистические» [35, с. 42].

С этими положениями созвучны идеи, развиваемые современными отечественными психологами. Так, рассуждая о духовности, В. И. Слободчиков и Е. И. Исаев имеют в виду способность личности «руководствоваться в своем поведении высшими ценностями социальной, общественной жизни, следовать идеалам истины, добра и красоты» [430, с. 334]. Весьма удачно сущность феномена схватывает формула Д. А. Леонтьева, согласно которой духовность заключается «в выходе за пределы иерархии узколичных потребностей в

пространство, где ориентирами для самоопределения служит широкий спектр общечеловеческих и трансцендентных духовных ценностей» [273, с. 21]. Обобщая приведенные мнения, можно заключить, что в рамках современной персонологии духовность трактуется как вершинное свойство или высший уровень в психологической организации личности, который находит свое выражение в самотрансцендентной направленности мотивации поведения, деятельности и целостной жизнедеятельности. Содержательным антиподом духовных побуждений и устремлений личности выступает мотивация с эгоцентрической направленностью.

Смысл жизни является стержневым образованием смысловой сферы личности и ведущей инстанцией мотивационной регуляции ее индивидуальной жизнедеятельности, ввиду чего его содержание представляет особый интерес для психологического анализа духовности. Под *духовностью смысла жизни* мы будем понимать индивидуально-психологическое свойство, которое целостно отражает содержание мотивации индивидуальной жизнедеятельности и определяется удельным весом ценностей с самотрансцендентной направленностью в общей совокупности смысложизненных ценностей конкретной личности. Духовным может быть назван такой смысл жизни, в содержании которого они преобладают над остальными ценностями, а бездуховным – тот смысл жизни, в котором эти ценности не представлены вообще либо уступают по весу эгоцентрическим ценностям.

Существуют концепции, подвергающие специальному обсуждению психологические последствия принятия и реализации личностью эгоцентрических и самотрансцендентных смыслов жизни. Так, в теории и практике индивидуальной психологии А. Адлера смысл жизни содержательно оценивается по выраженности двух разнонаправленных мотивационных тенденций – стремления к превосходству и социального интереса. Истинными и конструктивными признаются смыслы жизни, которые базируются на социальном интересе и мотивируют индивида к сплочению и сотрудничеству с другими людьми ради всеобщего блага. Отличительной особенностью всех ложных и дефектных смыслов жизни считается то, что они основываются на стремлении к превосходству и побуждают индивида к отделению от окружающих и возвеличиванию самого себя вопреки интересам группы, общества и человечества [14].

В концепции Б. С. Братуся смысл жизни идентифицируется с системой личностных ценностей, содержание которых, равно как и других структурных составляющих смысловой сферы личности, должно анализироваться в нравственно-этической плоскости. В зависимости от степени удаления-приближения к общечеловеческому нравственному идеалу различаются уровни смысловой сферы личности: эгоцентрический, группоцентрический и просоциальный [61, с. 100–101]. В дальнейшем концепция была дополнена высшим – «эсхатологическим» – уровнем, ценности которого ориентируют личность на служение высшим метафизическим «материям» (Бог, Универсум и т. п.) [62]. Описанные уровни мыслятся как последовательные ступени личностного роста, что, тем не менее, не исключает

возможность соприсутствия в смысловой сфере разноуровневых ценностей на каждом этапе развития личности. При этом Б. С. Братусь особо подчеркивает, что «главное и, пожалуй, единственно верное направление пути обретения подлинного смысла жизни связано с выходом за границы собственного «я», служением обществу, другим людям» [61, с. 48].

Рассмотренная выше концепция во многом перекликается с уровнем подходом к изучению содержания смысла жизни, предложенным канадскими исследователями Г. Рикером и П. Вонгом. Главным понятием данного подхода является «глубина смысла жизни» («depth of meaning in life»), под которой подразумевается степень трансцендентности смысла жизни по отношению индивидуальным нуждам, проблемам и интересам личности. Выделены четыре уровня глубины смысла жизни: поверхностный уровень охватывает смыслы жизни, которые насыщены ценностями гедонизма и личного комфорта; на следующем уровне локализуются смыслы жизни, сосредоточенные на ценностях личностного роста (саморазвитии, самореализации, самоактуализации и т. д.); третий уровень объединяет смыслы жизни, построенные на служении групповым, общественным и общечеловеческим интересам; самый глубокий уровень представлен смыслами жизни, которые устремлены к предельным (космическим, божественным и т. п.) ценностям. По мнению авторов, чем больше содержание индивидуального смысла углублено в трансцендентных ценностях, тем сильнее личность должна ощущать осмысленность своей жизни. Это теоретическое допущение названо «постулатом глубины смысла жизни» («depth postulate») [708, р. 226].

Во всех проанализированных концепциях параметр духовности конкретизируется применительно к содержанию смысла жизни в виде оппозиции эгоцентрических и самотрансцендентных ценностей. Кроме того, явно или неявно предполагается, что самотрансцендентная (духовная) ориентация смысла жизни является оптимальной для адаптации, развития, благополучия и здоровья личности, а эгоцентричный (бездуховный) смысл жизни выступает как разновидность неоптимального смысла жизни. Как пишет, например, Б. С. Братусь, «так называемые неврозы потери смысла (нусогенные, экзистенциальные неврозы и др.) связаны прежде всего ... с отсутствием, потерей нравственно-ценностного взгляда на жизнь как главного условия ее осмысленности» [61, с. 109].

Из массива эмпирических работ, опубликованных за несколько последних десятилетий по ценностной и смысложизненной тематике, можно вычленил две группы исследований, которые референтны обсуждаемой нами проблеме. Это исследования, которые раскрывают: во-первых, взаимосвязь общего уровня осмысленности жизни с принятием-отвержением личностью определенных ценностей; во-вторых, взаимосвязь принимаемых и реализуемых личностью ценностей с переживанием негативных состояний, которые с некоторыми оговорками можно признать родственными смысложизненному кризису.

В исследовании Г. Рикера доказана гипотеза о том, что полноценное переживание осмысленности достигается личностью тогда,

когда содержание смысла жизни трансцендирует узколичностные потребности и интересы. Испытуемые, которые находят смысл жизни в гедонистических и персоналистических ценностях (низшие уровни в концепции глубины смысла жизни Г. Рикера и П. Вонга), значительно уступали по общему показателю осмысленности тем испытуемым, которые связывают смысл своей жизни с социальными и самотрансцендентными ценностями (высшие уровни в концепции глубины смысла жизни Г. Рикера и П. Вонга) [711]. Частичным подтверждением этой общей закономерности, обнаруженным в многочисленных исследованиях на самых разнообразных выборках, является положительная корреляция между вовлеченностью в религиозные ценности и подтоной переживания личностью осмысленности собственной жизни [659; 688; 736; 765 и др.]. Группой американских исследователей во главе с Н. Маскаро предложено понятие «духовный смысл жизни» и сконструирована оригинальная методика его психологической диагностики. Духовным считается такой смысл, в основе которого лежит вера личности в некую высшую силу (Бог, Космос, Дао и т. д.), руководящую индивидуальной жизнью и определяющую ее предназначение. Эмпирическое исследование с использованием новой методики показало, что духовность смысла положительно коррелирует с общим уровнем осмысленности жизни [660].

Упомянутые исследования демонстрируют, что ценности с разным содержанием далеко не равносильны по своему смыслообразующему потенциалу. Не каждая ценность, принятая личностью в качестве источника смысла жизни, может обеспечить достаточный уровень осмысленности жизни. Из всего спектра человеческих ценностей самотрансцендентные, в том числе религиозные ценности в наибольшей мере способствуют позитивному, стойкому и глубокому осущению смысла в жизни.

В рамках обсуждаемой проблемы еще больший интерес представляют исследования, высвечивающие взаимосвязь кризисоподобных состояний в развитии личности с содержанием значимых для нее ценностей. В исследованиях польского психолога П. Олеша описано негативное состояние личностного развития, обозначаемое термином «ценностный кризис». Выявлена сильная отрицательная корреляция между выраженностью ценностного кризиса и уровнем осмысленности жизни, измеренным при помощи адаптированной версии PIL (Purpose in Life Test) [684, s. 143], что дает основания проводить параллели между ценностным и смысложизненным кризисом в развитии личности. Особое внимание привлекает специфика ценностных предпочтений людей в кризисном и бескризисном состоянии. По итогам сравнительного анализа П. Олеш заключает, что испытуемые, находящиеся в кризисе, придают существенно меньшее значение таким ценностям, как «нравственность», «любовь», «духовное развитие», «вера в Бога», «самовоспитание», «патриотизм», «помощь другим людям» и «семья», но гораздо больше дорожат «личным комфортом» и «везением» в жизни [684, s. 142]. Легко заметить, что испытуемых кризисной и бескризисной групп лучше

всего дифференцирует глубина принятия именно духовных (религиозных и моральных) ценностей.

Еще одним референтным для нас исследованием является работа К. Попельского, в которой дефицитарное состояние личностного развития, связанное с отсутствием смысла в жизни, обозначается термином «кризис ноодинамики». Исследователем были сопоставлены коннотативные значения, которые испытываемые кризисной и бескризисной групп приписывают различным ценностям. Оказалось, что испытываемые, имеющие высокий уровень осмысленности жизни, вкладывают в выбираемые ими ценности более одухотворенное смысловое содержание. Например, ценность «любовь» они ассоциируют, прежде всего, с духовной близостью, верностью и заботой о другом человеке, в то время как испытываемые, теряющие ноодинамический кризис, склонны видеть в «любви» более примитивные прагматические и физиологические аспекты. Автор приходит к выводу, что при всем сходстве ценностных выборов и иерархий на денотативном уровне, между людьми в кризисном и нормальном состоянии наблюдаются существенные различия в толковании смыслового содержания ценностей [700, с. 293].

Таким образом, обзор предшествующих теоретических работ и эмпирических исследований позволяет обоснованно предполагать, что выбор определенных ценностей в качестве источников смысла жизни существенно обуславливает общий уровень осмысленности жизни и личностную уязвимость к смысложизненному кризису. Духовный смысл жизни, построенный на самотрансцендентных ценностях, наиболее оптимален в функциональном аспекте, в то время как бездуховный смысл жизни, проистекающий из эгоцентрических ценностей, отклоняется от функционального оптимума и не способен надлежащим образом выполнять свои регулирующие функции по отношению к процессу развития личности и ее жизнедеятельности.

Выборка и методика исследования. Общая гипотеза эмпирического исследования состояла в предположении о том, что *ценностное содержание индивидуального смысла жизни определяет предрасположенность личности к переживанию смысложизненного кризиса*. Она распадается на ряд частных гипотез: 1) *содержательная оппозиция «эгоцентризм – самотрансценденция» («бездуховное – духовное») является одним из значимых критериев дифференциации ценностей-источников смысла жизни; 2) вероятность возникновения и интенсивность переживания личностью смысложизненного кризиса возрастает по мере принятия в качестве источников смысла жизни эгоцентрических (бездуховных) ценностей; 3) риск возникновения и интенсивность переживания личностью смысложизненного кризиса снижается по мере принятия в качестве источников смысла жизни самотрансцендентных (духовных) ценностей*. При условии подтверждения этих предположений можно будет констатировать, что *бездуховный смысл жизни, являясь разновидностью неоптимального смысла жизни, обуславливает переживание личностью смысложизненного кризиса*.

Эмпирическое исследование охватило гетерогенную по социаль-но-демографическим критериям выборку общей численностью

330 человек в возрасте от 18 до 57 лет, в том числе 138 мужчин и 192 женщины. Сбор эмпирического материала производился с помощью следующих методов: 1) *Опросник смысложизненного кризиса* (в отношении выборочного контингента настоящего исследования опросник продемонстрировал высокую надежность измерений ($\alpha_{\text{Кронбаха}} = 0,91$, $G_{\text{Спирмена-Брауна}} = 0,88$, $G_{\text{Гутмана}} = 0,87$) [176; 177]; 2) *«Источники смысла жизни»* (модификация методики опубликована в [171]).

Результаты исследования и их интерпретация. С целью проверки первой частной гипотезы был проведен эксплораторный факторный анализ по методу главных компонент с последующим косогольным вращением, в качестве исходных переменных для которого послужили оценки субъективного принятия испытуемыми 46 источников смысла жизни. При помощи процедур конфирматорного анализа, использующего метод обобщенных наименьших квадратов и исходящего из предположения о взаимной коррелированности факторов, оптимальным было признано шестифакторное решение ($\chi^2 = 1639,82$, $df = 941$, $\chi^2 / df = 1,74$; $GFI = 0,98$; $RMSEA = 0,04$), которое в совокупности объясняет 46,06 % дисперсии исходных переменных. При критическом значении факторного веса 0,40 оно интегрирует 45 из 46 анализируемых источников смысла жизни (за исключением «здоровья»); в нем лишь один источник смысла жизни («любовь») одновременно нагружает два фактора (*Приложение 13*).

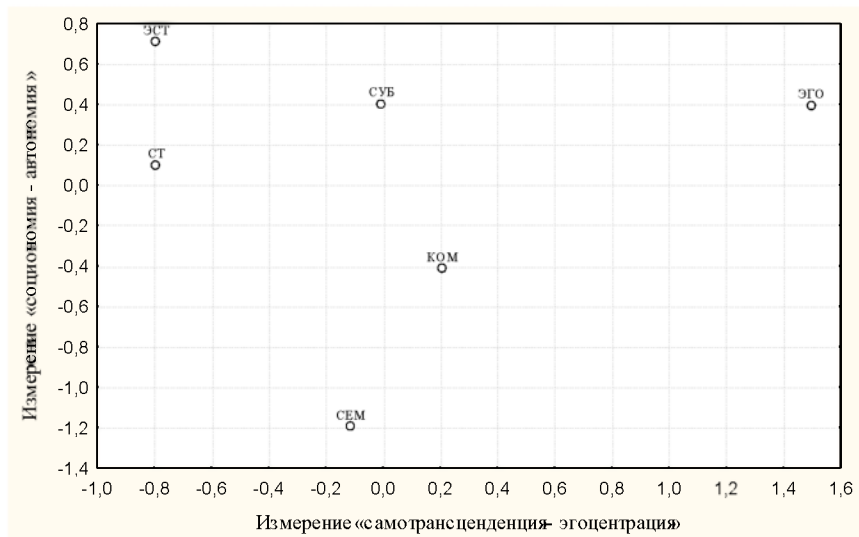
Факторный анализ привел к выделению шести устойчивых и обобщенных смысложизненных ориентаций, каждая из которых охватывает родственные по содержанию и комплементарные в аспекте практической реализации источники смысла жизни. Поскольку в дальнейшем факторы планировалось рассматривать как самостоятельные диагностические показатели, для каждого из них определялся коэффициент внутренней консистентности (надежности) α -Кронбаха. Далее для всех испытуемых были подсчитаны показатели выраженности каждой смысложизненной ориентации.

Первый фактор (20,88 %; $\alpha = 0,87$) вообрал 15 источников смысла жизни, которые в литературе классифицируются как бытийные ценности («справедливость», «мир», «правда»), нравственные ценности («моральность», «религиозность», «аскетизм», «духовность»), широкие социальные ценности («патриотизм», «долг», «общественная активность»), гуманистические ценности («гуманизм», «альтруизм»). Объединяющим началом всех перечисленных ценностей выступает трансцендентное по отношению к индивидуальным потребностям содержание. В этой связи фактор был назван **«Самотрансцендентная ориентация смысла жизни»**. Второй фактор (9,66 %; $\alpha = 0,80$) сгруппировал 9 источников смысла жизни, в числе которых статусные («признание», «социальный статус», «власть», «карьера»), материалистические («богатство»), виталистические («выживание») и гедонические («гедонизм», «развлечения», «секс») ценности. Этот фактор может быть обозначен **«Эгоцентрическая ориентация смысла жизни»**,

поскольку указанные ценности сфокусированы на индивидуальных потребностях и узколичных интересах. Третий фактор (4,65 %; $\alpha = 0,73$) презентрует типичный набор семейных ценностей – «дети», «семья» и «любовь», ввиду чего он был назван **«Семейная ориентация смысла жизни»**. Ценности, включенные в данную смысложизненную ориентацию, сближает направленность на потребности и интересы ближайшего к личности социального окружения. Четвертый фактор (4,23 %; $\alpha = 0,64$) насчитывает 5 источников смысла жизни, среди которых преобладают коммуникативно-аффилиативные ценности («счастье», «любовь», «свобода», «дружба», «общение»). Они отражают стремление к самоутверждению, выгоде и комфорту в межличностных отношениях, с учетом чего фактор интерпретируется как **«Коммуникативная ориентация смысла жизни»**. Пятый фактор (3,5 %; $\alpha = 0,76$) скомпонован из 5 источников смысла жизни, в содержании которых четко просматривается самотрансцендентная направленность («хобби», «искусство», «красота», «творчество», «природа»). В отличие от действенно-преобразующих ценностей первого фактора эти источники смысла жизни специфицирует эстетико-созерцательный уклон и тесная связь со сферой досуга и рекреации. С учетом коннотативного содержания ценностей, образовавших данный фактор, он был назван **«Эстетическая ориентация смысла жизни»**. В шестом факторе (3,09 %; $\alpha = 0,79$) сцеплены 9 источников смысла жизни, которые можно истолковать как субъектные ценности («самореализация», «компетентность», «контроль», «познание», «самоуважение», «индивидуальность», «саморазвитие», «процесс жизни», «безопасность»). Все они отражают стремление к личностному росту и совершенствованию, полноценному функционированию, раскрытию и продуктивному воплощению внутреннего потенциала. Эта группа ценностей отвечает специфически человеческим потребностям, выделенным в контексте гуманистических и экзистенциальных теорий личности: в самоактуализации, в самоуважении, в автономии, в индивидуализации и т. д. Ценностное содержание данного фактора адекватно передает название **«Субъектная ориентация смысла жизни»**.

В факторной структуре наиболее мощными, весомыми и емкими оказались первые два фактора, репрезентирующие эгоцентрическую и самотрансцендентную ориентацию смысла жизни. На этом основании можно предположить, что именно эти факторы задают полюса своеобразного содержательного континуума или пространства, в котором остальные смысложизненные ориентации занимают промежуточное положение. В целях реконструкции измерений-шкал данного континуума и локализации в нем различных смысложизненных ориентаций была проведена процедура многомерного шкалирования по алгоритму ALSCAL. В качестве исходных данных вводилась матрица интеркорреляций шести смысложизненных ориентаций. При помощи процедуры шкалирования последовательно анализировались одномерное и двумерное

решения. Одномерное решение с недостаточной полнотой воспроизводит содержательные различия между смысложизненными ориентациями: оно не объясняет достаточно большую часть дисперсии исходных переменных ($RSQ = 0,80$) и характеризуется неудовлетворительным для нашего объема выборки значением статистики стресса ($Kruskal's\ stress = 0,23$). Двумерное решение объемнее моделирует реальные различия смысложизненных ориентаций испытуемых, о чем свидетельствует улучшенные показатели качества подгонки модели ($RSQ = 0,99951$, $Kruskal's\ stress = 0,000004$). Итоговая конфигурация смысложизненных ориентаций испытуемых отображена на рисунке 6.



СТ – самотрансцендентная ориентация, СЕМ – семейная ориентация,
 ЭСТ – эстетическая ориентация, КОМ – коммуникативная ориентация,
 СУБ – субъектная ориентация,
 ЭГО – эгоцентрическая ориентация смысла жизни

Рисунок 6 – Конфигурация смысложизненных ориентаций испытуемых по результатам многомерного шкалирования

Пространство содержательных различий смысложизненных ценностей задано двумя шкалами-координатами, названными «соционмия – автономия» и «самотрансценденция – эгоцентризация». В рамках настоящего исследования интерес представляет измерение «самотрансценденция – эгоцентризация», которое дифференцирует смысложизненные ценности в зависимости от их содержательного соответствия индивидуальным, групповым и общечеловеческим потребностям. На левом полюсе размещены самотрансцендентная и эстетическая ориентация смысла жизни, которые имеют практически одинаковые координаты по данной оси. На противоположном полюсе локализуется эгоцентрическая ориентация смысла жизни, а

оставшиеся смысложизненные ориентации распределяются между этими крайними полюсами. Семейная ориентация больше тяготеет к полюсу самотрансценденции, коммуникативная ориентация смещена к полюсу эгоцентрации, а субъектная ориентация занимает срединное положение между полюсами. Полученная конфигурация служит эмпирическим подтверждением концепций Б. С. Братуся и канадских психологов Г. Рикера и П. Вонга, в которых выделены прогрессивно углубляющиеся уровни ценностного содержания смысла жизни. В нашем случае эгоцентрическая и коммуникативная ориентации совпадают с начальным, поверхностным уровнем смысла жизни в концепции Г. Рикера и П. Вонга и с эгоцентрическим уровнем организации смысловой сферы личности в концепции Б. С. Братуся. Согласно теоретическим представлениям, этот уровень составляют ценности гедонизма, выгоды, комфорта, престижа и личного счастья, что полностью соответствует содержанию факторов, обозначенных нами как эгоцентрическая и коммуникативная ориентация смысла жизни. В частности, в содержании фактора «коммуникативная ориентация» по весу довлеет эгоцентрическая ценность «счастье» (0,68), а остальные ценности – «любовь» (0,51), «дружба» (0,52), «общение» (0, 42) и «свобода» (0,52) – вторичны и, вероятно, инструментальны по отношению к ней, т. е. подчинены ее достижению. Этим, вероятно, и предопределено место коммуникативной ориентации смысла жизни в сегменте «эгоцентрация» на диаграмме. Выделенная нами субъектная ориентация смысла жизни характеризуется индивидуалистической направленностью и объединяет централизованные на самой личности ценности (некоторые из них в названии имеют характерную приставку «само» – «самоуважение», «саморазвитие», «самореализация»). В концепции Б. С. Братуся данная смысложизненная ориентация, также как и две предыдущие, отходит к эгоцентрическому уровню организации смысловой сферы. Еще лучше она вписывается в концепцию Г. Рикера и П. Вонга, где после эгоцентрического, базового уровня выделяется дополнительный уровень глубины смысла жизни, связанный с озабоченностью личностью собственным ростом, актуализацией и воплощением внутреннего потенциала. Содержание семейной ориентации смысла жизни самым очевидным образом корреспондирует с группоцентрическим уровнем в концепции Б. С. Братуся и социальным уровнем в концепции Г. Рикера и П. Вонга. Наконец, самотрансцендентная и эстетическая ориентации, представляющие собой две разновидности (преобразующую и созерцательную) духовно-ориентированного смысла жизни, укладываются в содержание просоциального и эсхатологического уровней в концепции Б. С. Братуся или социального и космического уровней в концепции Г. Рикера и П. Вонга. Наложение эмпирической конфигурации смысложизненных ориентаций личности на теоретические концепции, описывающие уровни духовности смысла жизни, отражает таблица 30.

Таблица 30 – Соответствие эмпирической конфигурации смысложизненных ориентаций уровням глубины смысла жизни (по Г. Рикеру и П. Вонгу) и уровням организации смысловой сферы личности (по В. С. Братусю)

Эмпирическая конфигурация смысложизненных ориентаций	Уровни глубины смысла жизни по Г. Рикеру и П. Вонгу (1988)	Уровни организации смысловой сферы личности по В. С. Братусю (1988)
Эгоцентрическая ориентация	Начальный	Эгоцентрический
Коммуникативная ориентация		
Субъектная ориентация	Личностного роста и самоактуализации	
Семейная ориентация	Социальный	Группоцентрический
Эстетическая ориентация	Социальный и космический	Просоциальный и эсхатологический
Самотрансцендентная ориентация		

Таким образом, результаты многомерного шкалирования подтверждают гипотезу о том, что оппозиция «эгоцентризм – самотрансценденция» («бездуховное – духовное») выступает одним из значимых критериев содержательной дифференциации ценностей-источников смысла жизни. Это значит, что духовность является важным содержательным параметром смысловой регуляции индивидуальной жизнедеятельности, по которому прослеживаются существенные межличностные различия. Экстрагированные при помощи факторного анализа смысложизненные ориентации значимо различаются между собой именно по степени одухотворенности, т. е. по представленности в них самотрансцендентных духовных ценностей. По данному психологическому параметру они могут быть классифицированы на духовные (самотрансцендентная и эстетическая), бездуховные (эгоцентрическая, коммуникативная) и переходные (субъектная, семейная).

Опираясь на данную теоретически и эмпирически обоснованную классификацию, мы можем подвергнуть проверке основную гипотезу исследования, согласно которой *бездуховный смысл жизни, будучи разновидностью неоптимального смысла жизни, обуславливает переживание личностью смысложизненного кризиса*. С этой целью был проведен корреляционный анализ взаимосвязей смысложизненных ориентаций с интегральным показателем опросника смысложизненного кризиса (Приложение 13). В первую очередь, следует заострить внимание на том, что приемлемость для личности духовных ориентаций смысла жизни, к которым относятся самотрансцендентная и эстетическая, отрицательно коррелирует с выраженностью кризисной симптоматики ($R = -0,25$, $p = 0,000$ для обеих ориентаций). Устойчивое предпочтение ценностей, которые интегрированы в данных ориентациях, обеспечивает высокий уровень резистентности личности по отношению к смысложизненному кризису. Это особенно справедливо в отношении таких смыслообразу-

ющих ценностей, как религиозность ($R = -0,30$, $p = 0,000$), духовность ($R = -0,29$, $p = 0,000$), моральность ($R = -0,25$, $p = 0,000$), творчество ($R = -0,24$, $p = 0,000$), гуманизм ($R = -0,22$, $p = 0,000$), альтруизм ($R = -0,21$, $p = 0,000$).

Смыслоразнозначные ориентации, занимающие переходное положение между полюсами континуума духовности, обнаруживают более или менее выраженную обратную зависимость с глубиной кризисного состояния. Семейная ориентация смысла жизни ($R = -0,18$, $p = 0,001$) сильнее тяготеет к полюсу «самотрансценденция» по сравнению с субъективной ориентацией ($R = -0,11$, $p = 0,04$) и является более благоприятной с точки зрения предотвращения смыслоразнозначного кризиса в развитии личности.

Положительная корреляция наблюдается между интенсивностью кризисного состояния и приверженностью бездуховной эгоцентрической ориентации смысла жизни ($R = 0,18$, $p = 0,001$). Наиболее ощутимый кризисогенный эффект дают следующие смыслоразнозначные ценности с эгоцентрической направленностью: гедонизм ($R = 0,21$, $p = 0,000$), развлечений ($R = 0,21$, $p = 0,000$), власть ($R = 0,20$, $p = 0,000$), богатство ($R = 0,16$, $p = 0,004$), социальный статус ($R = 0,15$, $p = 0,006$), признание ($R = 0,13$, $p = 0,018$). Коммуникативная ориентация, которая по результатам факторного анализа и многомерного шкалирования была расценена как вариант бездуховного смысла жизни, не обнаруживает статистически значимой связи с выраженностью кризисной симптоматики ($R = -0,08$, $p = 0,14$). Образующие ее ценности непосредственно не нагнетают психологический риск наступления кризиса и поэтому не должны рассматриваться как неоптимальные источники смысла жизни. Вместе с тем, эти ценности нельзя считать функционально полноценными, поскольку их смыслообразующая функция явно ослаблена: они не снабжают личность прочным, глубоким ощущением осмысленности жизни, действующим наподобие буферного механизма в отношении кризиса. «Дружба» является единственным источником смысла жизни, который в составе коммуникативной ориентации производит слабый антикризисный эффект ($R = -0,12$, $p = 0,03$).

Таким образом, по результатам корреляционного анализа установлена следующая закономерность: *чем сильнее смыслоразнозначная ориентация сдвинута от полюса самотрансценденции к полюсу эгоцентричности, тем выше величина коэффициента ее корреляции с выраженностью смыслоразнозначного кризиса*. Данную закономерность наглядно демонстрирует следующий ряд: СТ ($R = -0,25$) и ЭСТ ($R = -0,25$) → СЕМ ($R = -0,18$) → СУБ ($R = -0,11$) → КОМ ($R = -0,08$) → ЭГО ($R = 0,18$). На теоретическом уровне данная закономерность может быть концептуализирована как закон «градиента духовности»: *чем больший удельный вес в содержании смысла индивидуальной жизни занимают духовные самотрансцендентные ценности, тем ниже вероятность наступления и острота течения смыслоразнозначного кризиса в развитии личности*. Верно и обратное: *с увеличением в содержании смысла индивидуальной жизни удельного веса эгоцентрических бездуховных ценностей возрастает риск воз-*

никновения и сила протекания смысложизненного кризиса в развитии личности.

На заключительном этапе обработки эмпирических данных был проведен множественный регрессионный анализ, нацеленный на выявление тех содержательных ориентаций смысла жизни, которые информативно предсказывают наступление смысложизненного кризиса. Набор предикторов был представлен шестью различными по своему ценностному содержанию смысложизненными ориентациями, а в качестве зависимой переменной фигурировала интенсивность переживания смысложизненного кризиса, измеренная в балах одноименного опросника. Методом множественной регрессии был избран обратный пошаговый анализ (Backward stepwise), который поочередно исключает независимые переменные из исходного набора, начиная с той, которая слабее других влияет на зависимую переменную и имеет наибольшее значение p -уровня значимости β -коэффициента. Такая стратегия анализа лучше других подходит для идентификации смысложизненных ориентаций, которые существенно обуславливают интенсивность и глубину кризисных переживаний личности. Результаты множественной регрессии представлены в таблице 31.

Таблица 31 – Результаты множественного регрессионного анализа

Предикторы	β	t	p
Самотрансцендентная ориентация смысла жизни	-0,27	-5,09	0,000
Эгоцентрическая ориентация смысла жизни	0,20	3,76	0,000
Статистика модели: $R = 0,321$, $R^2 = 0,103$, $F(2, 327) = 18,84$, $p = 0,000$			

Отраженная в таблице итоговая регрессионная модель была получена на четвертом шаге анализа в результате последовательного удаления смысложизненных ориентаций, не существенных для предсказания кризиса: коммуникативной ($p = 0,89$), семейной ($p = 0,53$), эстетической ($p = 0,23$) и субъектной ($p = 0,006$). Несмотря на статистически значимый β -коэффициент ($\beta = -0,18$, $p = 0,006$), субъектная ориентация смысла жизни была отсеяна потому, что это не влекло за собой сколько-нибудь заметного ухудшения прогностических свойств итоговой модели ($R^2 = 0,10$) по сравнению с моделью с тремя независимыми переменными ($R^2 = 0,10$) согласно показаниям инкрементного F-теста: $\Delta R^2 = -0,0019$, $F(1, 328) = 1,41$, $p = 0,27$. В целом после исключения четырех смысложизненных ориентаций суммарная потеря объяснимой дисперсии составила 2,5 % в сопоставлении с итоговой моделью, объясняющей 10,3 % дисперсии зависимой переменной. Самыми влиятельными предикторами смысложизненного кризиса в развитии личности оказались содержательные противоположные ориентации смысла жизни, совпадающие с крайними полюсами оппозиции «бездуховное – духовное». Принятие личностью в качестве источников смысла собственной жизни духовных самотрансцендентных ценностей благотворно сказывается на ее развитии, поскольку эта ориентация предохраняет от возникновения и смягчает остроту течения смысложизненного кризиса

($\beta = -0,27$). Выбор личностью эгоцентрических бездуховных ценностей в качестве смысложизненных ориентиров, напротив, ограничивает и дестабилизирует ее развитие, так как подобная направленность смысла жизни несет в себе выраженный кризисный потенциал ($\beta = 0,20$). Если описанные эффекты свести в единую картину, то получится, что наиболее кризисогенным, а значит, наименее оптимальным для развития, адаптации, здоровья, субъективного благополучия и продуктивной жизнедеятельности личности является смысл жизни, который характеризуется низким удельным весом самотрансцендентных ценностей на фоне избытка эгоцентрических ценностей. Такая содержательная композиция ведущих личностных ценностей собственно и создает бездуховный смысл как психологическую разновидность неоптимального смысла жизни.

12.3. Конфликтный смысл жизни как фактор кризиса в развитии личности

Обоснование гипотезы исследования. Одним из функционально неоптимальных вариантов является конфликтный смысл жизни. С общих позиций конфликтный смысл может быть определен как смысл объекта действительности или человеческого действия, проистекающий от двух и более мотивов, синхронная реализация которых существенно затруднена или практически невозможна. Эти смыслообразующие мотивы, как правило, являются разнонаправленными, в силу чего приближение к одному из них приводит к удалению от остальных актуальных в данный период времени мотивов. Переживание личностью конфликтного смысла манифестирует о наличии у нее противоречивых, несовместимых мотивов. В их свете осмысливаемый объект или действие представляет собой условие, одновременно способствующее достижению одного и препятствующее достижению другого мотива [446].

Конфликтность может быть присуща смысловому отношению личности к собственной жизни в целом. В связи с тем, что смысл жизни конкретной личности в большинстве случаев представлен не одной ценностью, а некоторой их совокупностью, индивидуальная жизнь оказывается *полиосмысленной*. Смысложизненные ценности личности далеко не всегда гармонизированы по своему содержанию и структурированы таким образом, чтобы осуществление одной из них не ущемляло и не ограничивало возможности реализации других. Каждая личностная ценность выступает не просто как дискретный источник смысла жизни, но также как ценность-стимул или ценность-помеха по отношению к другим значимым для личности источникам смысла жизни. Как правило, с увеличением количества ценностей, из которых личность черпает смысл своей жизни, возрастает содержательная неоднородность этого смысла и вероятность того, что отдельные ценности будут конфликтовать и конкурировать между собой за право быть воплощенными в жизни. В целом конфликтность-гармоничность может рассматриваться в качестве дифференциально-психологического свойства, полезного для описания индивидуального смысла жизни.

Смысложизненный конфликт представляет собой специфическую разновидность внутриличностного конфликта. Обычно личность испытывает его в форме негативных эмоций, сигнализирующих о субъективной трудности реализации жизненно важных ценностей, а также целей, планов, решений и т. д., связанных с ними смысловыми отношениями. При этом она ощущает наличие внутреннего барьера, парализующего или затормаживающего активные действия, либо чувствует амбивалентность в отношении реализуемого поведения и его последствий. Гораздо реже смысложизненный конфликт рефлексруется личностью и разыгрывается на «арене» ее сознания в виде открытого противоборства двух и более ценностей, вербализируется в виде жизненной дилеммы. Осознание самих ценностей, снабжающих индивидуальную жизнь смыслом, представляет нелегкую задачу, а рефлексия объективных отношений между ними, в том числе конфликта, требует еще больших усилий. Эта рефлексия может протекать в абстрактном плане, когда личность мысленно поднимается над собственной жизнью и размышляет о том, что жизненно важно для нее и как известные ценности соотносятся между собой. По сравнению с такими отвлеченными раздумьями более плодотворна рефлексия, которая раскрывает не мыслимые – еще только воображаемые или намечаемые связи ценностей, а их действительные отношения, опосредованные уже состоявшимся выбором или совершенным поступком личности. Эта разновидность рефлексии «заземлена» на конкретные жизненные ситуации, в которых скрещиваются различные линии жизни, за каждой из которых стоит своя смысложизненная ценность. Такие ситуации собственно и «разжигают» смысложизненные конфликты, поскольку заставляют предпочесть одну ценность в ущерб реализации других. До их наступления потенциально конфликтные ценности могут непротиворечиво сосуществовать в структуре индивидуального смысла жизни. Осознание смысложизненного конфликта проходит легче, когда оно не предваряет возможную борьбу ценностей, а как бы подытоживает уже случившееся их столкновение.

Личность переживает конфликтность смысла своей жизни в тех ситуациях, в которых осуществление одной из ее предельных ценностей мешает достижению других. Если бы она располагала неиссякаемыми, безграничными ресурсами (временными, энергетическими, материальными и т. д.), то могла бы одновременно придерживаться в жизни самых разнообразных ценностей и при этом была бы застрахована от смысложизненных конфликтов. Но тогда и смысл жизни потерял бы свое специфическое предназначение, состоящее в том, чтобы устойчиво придавать жизнедеятельности личности избирательную интенциональную направленность. Смысл жизни сохраняет свою регуляторную функцию при условии, что ресурсы для его прагматической реализации не даны в изобилии, и личность вынуждена выбирать, как ими распорядиться и куда их «инвестировать». В силу той же ограниченности ресурсов и, прежде всего, временной продолжительности жизни, смысл, который включает две и более ценности, всегда создает потенциальную угрозу внутреннего конфликта.

Смысложизненные конфликты – это естественная и значимая часть жизненного опыта личности. Они отличаются высокой степе-

нью индивидуализации, поскольку производны от взаимодействия уникального смысла жизни с неповторимыми биографическими обстоятельствами. Вместе с тем, наряду с уникальными конфликтами, характеризующими опыт жизнедеятельности отдельной личности, существуют типичные варианты конфликтного смысла жизни, которые кристаллизуют совокупный опыт жизнедеятельности людей разных эпох, обществ и культур. В их основе лежат универсальные ценностные оппозиции, складывающиеся в результате накопления и генерализации опыта многочисленных человеческих судеб. Это плохо сочетающиеся либо противоположные по смысловому содержанию ценности, которые в случае их одновременного принятия в качестве смыслов жизни и попыток привести в исполнение становятся источником внутренних коллизий личности. Наличие ценностных оппозиций продиктовано объективной, надиндивидуальной логикой человеческой жизни, которая как бы противопоставляет друг другу определенные ценности и сопротивляется их одновременной реализации.

Отсюда следует, что психологическое исследование конфликтного смысла жизни может иметь *нотетическую* и *идиографическую* направленность. В первом случае оно должно выявлять «универсалии» конфликтного смысла жизни, обусловленные принятием личностью таких ценностей, которые, как показывает всеобщий опыт, находятся в содержательной оппозиции друг к другу. Во втором случае оно призвано раскрывать смысложизненные конфликты, свойственные отдельной личности и отражающие такие особенности ее индивидуальной жизни, которые не позволяют непротиворечиво совместить в принципе совместимые ценности. В этой связи целесообразно различать два основных вида конфликтного смысла жизни: «В одном случае конфликтующие тенденции внутренне противоположны, т. е. противоречат друг другу по содержанию, в другом – они несовместимы не принципиально, а лишь по условиям места и времени» [78, с. 43].

Психологической наукой собраны убедительные доказательства тому, что противоречия в сфере побудительной регуляции поведения, переживаемые в виде ценностных, мотивационных, целевых конфликтов, пагубно влияют на адаптацию, продуктивность, благополучие и здоровье личности. Отталкиваясь от этой общей закономерности, логично допустить, что конфликт смысложизненных ценностей способен порождать не только негативные последствия, типичные для конфликта «рядовых» мотивов и целей (например, повышенный уровень дистресса), но и некоторые специфические формы неблагополучия личности. К их числу можно отнести психологический кризис смысложизненной этиологии, развивающийся на почве нереализованности или нереализуемости этих ценностей в повседневной жизни. Критически низкая продуктивность реализации конфликтного смысла жизни объясняется тем, что осуществление одной смысложизненной ценности объективно ущемляет, ограничивает или блокирует реализацию других; делая ставку на одни ценности, личность вынуждена жертвовать воплощением других.

Обзор тематической литературы также позволяет утверждать, что одним из частных проявлений функциональной неоптимальности смысла жизни является соединение в его структуре противопо-

ложных, взаимоисключающих ценностей. Так, К. Обуховский при обсуждении проблемы «дефектного», или «ущербного» смысла выделяет специфическую разновидность смысла жизни, следование которому «становится для индивида одновременно осуществлением одних возможностей и опасностью потери других» [344, с. 209]. В работах В. Э. Чудновского в качестве варианта «неадекватного смысла» описан смысл жизни с «двухполюсной структурой», охватывающей содержательно противоречивые смысловые образования [490, с. 222]. В оригинальной концепции П. Олеша в числе предпосылок ценностного кризиса указана внутренняя несовместимость ценностей, из которых личность извлекает смысл индивидуальной жизни [684, с. 59].

Таким образом, *конфликтный смысл жизни* – это вид функционально неоптимального смысла жизни, в структуре которого представлены содержательно несовместимые, разнонаправленные ценности. Осуществление одной из них объективно ущемляет и ограничивает возможности реализации других, что снижает общую продуктивность самореализации личности и переживается ею в форме внутреннего конфликта. Если личность своевременно не находит конструктивных способов преодоления противоречий, которыми отягощен конфликтный смысл жизни, они умножаются, обостряются и, в конечном итоге, манифестируют в еще более деструктивной и субъективно болезненной форме смысложизненного кризиса.

Исследование 1: идиографический аспект конфликтного смысла жизни. Выборка и методика исследования. На основании изложенного была выдвинута гипотеза о том, что *вероятность возникновения и интенсивность переживания смысложизненного кризиса обусловлена индивидуальным уровнем согласованности-конфликтности системы смысложизненных ценностей личности*. Она проверялась в специально организованном эмпирическом исследовании. Эмпирические данные собирались при помощи следующих методик: 1) *Тест смысложизненных ориентаций Д. А. Леонтьева* (в контексте настоящего исследования интерес представляла сумма баллов по всем пунктам опросника, которая интерпретируется как показатель общего уровня осмысленности жизни испытуемого) [288]; 2) *Опросник смысложизненного кризиса* [176; 177]; 3) *«Источники смысла жизни»* (модификация методики для изучения согласованности-конфликтности смысла жизни опубликована в [171]).

На основании данных методики «Источники смысла жизни» рассчитывались диагностические показатели, отражающие согласованность-конфликтность смысла жизни испытуемого:

1. Индекс амбивалентности ($IND_{амб}$), который вычисляется как среднее арифметическое оценок амбивалентного отношения испытуемого к ценностям-источникам смысла жизни. Его значения варьируют в диапазоне от 0 до 6 баллов. Чем выше значение данного индекса, тем сильнее выражено двойственное (позитивно-негативное) отношение испытуемого к своим смысложизненным ценностям. Такое смешанное отношение обычно свидетельствует о внутреннем конфликте по типу «приближение-избегание», который сопутствует реализации отдельных ценностей. В настоящем исследовании

довании средневыборочное значение индекса амбивалентности составило 1,63 балла при стандартном отклонении 0,9 балла.

2. Индекс конфликтности ($IND_{\text{конфа}}$), который вычисляется как среднее арифметическое модулей всех отрицательных оценок («препятствует») в индивидуальной матрице. В большинстве случаев он принимает значение от 1 до 2 баллов; при отсутствии в индивидуальной матрице испытуемого отрицательных оценок индексу конфликтности присваивается значение 0 баллов. Чем выше его значение, тем более несовместимыми и преградными друг по отношению к другу являются смысложизненные ценности испытуемого. Данный индекс является интегральным показателем, который характеризует содержательную конфликтность смысла жизни как сложносоставной, многокомпонентной системы ценностей. В этом заключается его принципиальное отличие от индекса амбивалентности, выступающего аддитивной мерой конфликтов типа «приближение-избегание» внутри отдельных смысложизненных ценностей. В обследованной выборке среднее значение и стандартное отклонение индекса конфликтности составили 1,27 и 0,24 балла.

3. Индекс инструментальности ($IND_{\text{инстр}}$), который вычисляется как среднее арифметическое всех положительных оценок («способствует») в индивидуальной матрице испытуемого. Он изменяется в диапазоне от 1 до 2 баллов и показывает степень взаимной согласованности и инструментальности ценностей, образующих смысл жизни. Под инструментальностью в данном случае понимается такой характер соотношения смысложизненных ценностей, при котором продуктивное воплощение одной из них опосредствует реализацию других. Чем выше значение индекса, тем с большей вероятностью успешное осуществление одной ценности продвигает, авансирует реализацию других ценностей-источников смысла жизни. Средневыборочное значение и стандартное отклонение индекса инструментальности равнялись соответственно 1,71 и 0,52 балла.

С помощью теста смысложизненных ориентаций и методики «Источники смысла жизни» была обследована гетерогенная выборка, насчитывающая 407 испытуемых в возрасте от 19 до 62 лет, в том числе 141 мужчину и 266 женщин. В подавляющей массе испытуемые указали два и более источника смысла жизни и лишь 6 испытуемых выбрали одну ценность, что сделало их ответы малоинформативными. После выбраковки некачественно заполненных диагностических пакетов объем выборочной совокупности сократился до 399 человек, в числе которых 139 мужчин и 260 женщин. Опросником смысложизненного кризиса и методикой «Источники смысла жизни» была охвачена выборка из 213 человек в возрасте от 22 лет до 51 года, объем которой после отсева недобросовестно выполненных заданий снизился до 200 человек, в том числе 103 мужчины и 97 женщин.

Результаты исследования и их интерпретация. В свете сформулированной гипотезы наибольший интерес представляют статистически достоверные корреляции уровня осмысленности жизни и силы смысложизненного кризиса с показателями внутренней согласованности-конфликтности смысла жизни. Результаты корреляционного анализа приведены в таблице 32.

Таблица 32 – Результаты корреляционного анализа

Психологические переменные	СЖО (N = 399)	СЖК (N = 200)	IND _{амб} (N = 599)	IND _{конфл} (N = 599)	IND _{инстр} (N = 599)
IND _{амб}	-0,13**	0,24***			
IND _{конфл}	-0,15**	0,37***	0,48***		
IND _{инстр}	0,30***	-0,18**	-0,21***	-0,30***	

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

Общий уровень осмысленности снижается вместе с ростом внутренней конфликтности смысла жизни ($R = -0,15$, $p = 0,002$) и амбивалентного отношения личности к ценностям-источникам смысла жизни ($R = -0,13$, $p = 0,009$), но повышается по мере содержательной консолидации и гармонизации смысла жизни ($R = 0,30$, $p = 0,000$). В отношении смысловознненного кризиса наблюдается прямо противоположная картина. Кризисные переживания усиливаются и обостряются в связи с ростом внутренней противоречивости смысла жизни, что проявляется в падении индекса инструментальности ($R = -0,18$, $p = 0,01$) и увеличении индексов амбивалентности ($R = 0,24$, $p = 0,001$) и конфликтности ($R = 0,37$, $p = 0,000$). Обращает на себя внимание тот факт, что осмысленность жизни, будучи индикатором психологического благополучия личности, сильнее ассоциирована с показателем содержательного консонанса системы смысловознненных ценностей (IND_{инстр}), в то время как смысловознненный кризис, будучи проявлением психологического неблагополучия личности, теснее сопряжен с показателями внутреннего диссонанса смысла жизни (IND_{амб} и IND_{конфл}).

Как и ожидалось, близкие по своему психологическому смыслу и положительно коррелирующие показатели амбивалентности и конфликтности ($R = 0,48$, $p = 0,000$) оказались противоположными индексу инструментальности ($R = -0,21$ и $-0,30$, $p = 0,000$ и $0,000$). Вместе с тем, сила корреляционных связей между этими индексами сравнительно невелика. Это говорит о том, что они репрезентируют не сводимые один к другому психологические параметры смысла жизни и в дальнейшем могут быть привлечены в качестве самостоятельных независимых переменных для множественного регрессионного анализа.

На основании результатов корреляционного анализа представляется возможным конкретизировать общую гипотезу исследования и выдвинуть два частных предположения: 1) *общий уровень осмысленности жизни в наибольшей степени обусловлен содержательной согласованностью смысловознненных ценностей личности*; 2) *смысловознненный кризис в наибольшей степени предопределен содержательной конфликтностью смысловознненных ценностей личности*. Адекватным методом проверки подобных гипотез является иерархический регрессионный анализ, который позволяет оценить прибавку процента объяснимой дисперсии зависимой переменной, получаемую с введением в модель новых независимых переменных. С помощью этого метода, в частности, можно установить, является ли индекс инструментальности наилучшим предиктором осмысленности жизни, а индекс конфликтности – смысловознненного кризиса. Результаты регрессионного анализа приведены в таблицах 33, 34.

Таблица 33 – Результаты иерархического регрессионного анализа (зависимая переменная – общий уровень осмысленности жизни)

Независимые переменные	β	t
Модель 1		
Пол	0,112	1,934
Возраст	0,179	3,345***
Индекс амбивалентности	-0,168	-3,148**
Индекс конфликтности	-0,244	-4,203***
Статистика модели 1: $R = 0,29$, $R^2 = 0,084$, $F(4, 342) = 7,90$, $p < 0,001$		
Модель 2		
Пол	0,116	2,1*
Возраст	0,154	2,98**
Индекс амбивалентности	-0,132	-2,56*
Индекс конфликтности	-0,241	-4,351***
Индекс инструментальности	0,271	5,40***
Статистика модели 2: $R = 0,394$, $R^2 = 0,156$, $\Delta R^2 = 0,072$, $F(1, 341) = 29,24$, $p < 0,001$		
<i>Примечания:</i> * $p < 0,05$, ** $p < 0,01$, *** $p < 0,001$ при $N = 399$.		

Таблица 34 – Результаты иерархического регрессионного анализа (зависимая переменная – смысловозжизненный кризис)

Независимые переменные	β	t
Модель 1		
Пол	0,023	0,289
Возраст	0,063	0,829
Индекс инструментальности	-0,12	-1,454
Индекс амбивалентности	0,212	2,61*
Статистика модели 1: $R = 0,214$, $R^2 = 0,046$, $F(4, 172) = 2,09$, $p < 0,08$		
Модель 2		
Пол	0,023	0,299
Возраст	0,048	0,662
Индекс инструментальности	-0,07	-0,932
Индекс амбивалентности	0,19	2,41*
Индекс конфликтности	0,29	4,008***
Статистика модели 2: $R = 0,357$, $R^2 = 0,128$, $\Delta R^2 = 0,082$, $F(1, 171) = 18,42$, $p < 0,001$		
<i>Примечания:</i> * $p < 0,05$, ** $p < 0,01$, *** $p < 0,001$ при $N = 200$.		

В первую очередь анализировалось влияние пола, возраста и показателей согласованности-конфликтности смысла жизни на уровень общей осмысленности жизни испытуемого. Тестирование модели 1, включающей в набор независимых переменных статусные характеристики и показатели внутренней конфликтности смысла жизни, выявило, что общий уровень осмысленности жизни зависит от возраста ($\beta = 0,18$), амбивалентного отношения личности к смысловозжизненным ценностям ($\beta = -0,17$) и наличия конфликта между ними ($\beta = -0,24$). Причем два последних фактора существенно подрывают чувство осмысленности и создают риск обесмысливания жизни. В целом модель 1 предсказывает уровень осмысленности жизни лучше, чем нулевая модель ($\Delta R^2 = 0,08$, $F(4, 342) = 7,90$, $p < 0,000$). В свою очередь, модель 2 оказалась более мощной в прогнозировании осмысленности жизни по сравнению с моделью 1.

В нее был дополнительно введен индекс инструментальности смысла жизни ($\beta = 0,27$), который явился наилучшим предиктором общего уровня осмысленности жизни среди остальных независимых переменных и обеспечил статистически значимый прирост объяснимой дисперсии ($\Delta R^2 = 0,072$, $F(1, 341) = 29,24$, $p < 0,001$).

Далее оценивалась зависимость интенсивности переживания смысложизненного кризиса от пола, возраста и уровня согласованности-конфликтности ведущих ценностей испытуемого. Модель 1, в которой среди переменных-предикторов отсутствовал индекс конфликтности смысла жизни, оказалась статистически незначимой в целом ($\Delta R^2 = 0,046$, $F(4, 172) = 2,09$, $p < 0,08$). Добавление данного индекса в модели 2 повлекло за собой значительное улучшение прогностических свойств ($\Delta R^2 = 0,082$, $F(1, 171) = 18,42$, $p < 0,001$). На основании результатов регрессионного анализа можно констатировать обусловленность смысложизненного кризиса в развитии личности уровнем амбивалентности ($\beta = 0,19$) и конфликтности ($\beta = 0,29$) смысла жизни безотносительно к полу и возрасту. Следует особо подчеркнуть, что недостаток содержательной согласованности ценностей не имеет большого значения для возникновения и нарастания симптомов кризиса ($\beta = -0,07$). Решающую роль здесь играет именно внутренняя рассогласованность и амбивалентность смысложизненных ценностей личности.

Особый интерес представляет вопрос о том, какие смысложизненные ценности устойчиво тяготеют к конфликтному взаимодействию. С целью получения ответа на него матрицы инструментальности ценностей-источников смысла жизни, заполненные 599 испытуемыми, были подвергнуты таксономическому и частотному анализу. Элементарной единицей анализа послужила пара ценностей, отношениям которых испытуемый приписал конфликтный характер. В целом по выборке зарегистрировано 3711 случаев несовместимости смысложизненных ценностей, из них 1264 случая могут быть идентифицированы как сильный конфликт («-2» – «сильно препятствует»), а оставшиеся случаи – как слабый конфликт («-1» – «немного препятствует»). На индивидуальную матрицу в среднем приходится 6 случаев ценностного конфликта при размахе частоты встречаемости от 0 до 22. В дальнейшем основное внимание было сосредоточено на анализе 1264 случаев, оцененных испытуемыми как сильный, напряженный конфликт. В ходе анализа фиксировались частота встречаемости и направленность конфликта в определенных парах ценностей (результаты таксономического и частотного анализа представлены в *Приложении 14*).

Все случаи сильного конфликтного взаимодействия, встретившиеся в выборке исследования, исчерпываются 53 парами смысложизненных ценностей. Если вникнуть в смысловое содержание конфликтов, то становится очевидным, что в подавляющем большинстве случаев за поляризацией конкретных ценностей-источников смысла жизни скрываются универсальные ценностные оппозиции. В психологической литературе в качестве антагонистических типов ценностей указывают дефицитарные и бытийные [316], экстринсивные и интринсивные [566], эгоцентрические и самотрансцендентные ценности, а также ценности консерватизма и открытости изменениям [742]. С учетом того, что до настоящего

времени не создана единая всеобъемлющая типология ценностей, и перечисленные оппозиции сильно интерферируют друг с другом, одна и та же пара конфликтующих смысложизненных ценностей может репрезентировать сразу несколько оппозиций. Например, смысложизненные конфликты «духовность – развлечения», «моральность – секс», «альтруизм – гедонизм», «гуманизм – власть» воспроизводят три ценностные оппозиции, а через конфликт «религиозность – социальное признание» просвечивают две оппозиции: экстринсивных и интринсивных, самотрансцендентных и эгоцентрических ценностей. В этой связи можно заключить, что в содержании конфликтного смысла жизни преломляется универсальная структура человеческой мотивации и, в частности, в индивидуализированной форме отражаются мотивационно-смысловые дилеммы, порожденные естественными возможностями и ограничениями человеческого способа бытия.

Вместе с тем, в генезисе смысложизненных конфликтов огромную роль играют неповторимые обстоятельства личной биографии и субъектная активность личности, за счет которой она способна провоцировать и купировать, обострять и сглаживать противоречия между главными жизненными ценностями. В ходе настоящего исследования были сделаны интересные наблюдения, которые подтверждают правомерность данного вывода.

Во-первых, в одной и той же паре смысложизненных ценностей могут протекать совершенно разные по своей направленности конфликты. Направленность – это качественная характеристика, которая детерминируется биографическим контекстом и свойствами субъекта жизни и индивидуализирует содержание смысложизненного конфликта. Так, конфликт в паре ценностей «духовность – богатство» выражает извечную борьбу духовного и материального в содержании человеческой мотивации и, скорее всего, именно поэтому довольно распространен (97 случаев). Но за этим противостоянием просматривается большое разнообразие единичных, особенных конфликтов, каждый из которых специфичен своей содержательной направленностью. Одно дело, когда стремление к материальному достатку не оставляет в жизни места для духовных порывов (74 случая), и совсем другое дело, когда ради духовной чистоты человек сдерживает и подавляет корыстные побуждения (23 случая). Очевидно, что речь идет о двух качественно разных конфликтах, меняющих свою направленность в зависимости от объективных и субъективных условий, в которых разворачивается реализация противоречивых ценностей.

Во-вторых, было установлено, что совместное присутствие в структуре индивидуального смысла жизни оппозиционных ценностей, которые по логике вещей всегда должны находиться в непримиримой борьбе, не для всех испытуемых выливается в смысложизненный конфликт. К примеру, испытуемые достаточно часто ссылались на конфликтное взаимодействие ценностей «духовность» и «гедонизм», которые напрямую соотносятся с полюсами ценностной оппозиции «самотрансценденция – эгоцентризм». Всего зарегистрировано 38 случаев сильного конфликта в данной паре смысложизненных ценностей, причем в опыте испытуемых погоня за наслаждениями и комфортом чаще мешает духовному росту и совершен-

ствованию (22 случая), чем наоборот (16 случаев). Вообще, эти ценности в паре встретились у 91 испытуемого, но только 28 человек сообщили о переживании сильного конфликта между ними (18 человек указали на односторонний и 10 человек на двусторонний конфликт). Из оставшихся 63 испытуемых еще 11 человек оценили взаимодействие в паре ценностей «духовность – гедонизм» как слабый конфликт (оценка «-1»); 17 человек определили отношения между этими ценностями как нейтральные (оценка «0»); 35 человек отметили, что практическое осуществление одной из них в слабой или сильной степени способствует реализации другой (оценки «+1» и «+2»). Отсюда следует, что внутренний конфликт не является неизбежностью для личности даже тогда, когда она избирает в качестве смыслов своей жизни содержательно противоположные ценности. Эффективно управляя временными, материальными, социальными, энергетическими и прочими ресурсами, необходимыми для реализации смысла жизни, личность способна не только предотвратить коллизию этих ценностей, но и добиться компромисса, нейтралитета и даже синергии между ними.

В-третьих, наблюдаются смысложизненные конфликты, которые обусловлены конфронтацией двух близких или родственных по своему содержанию ценностей. Доля таких конфликтов в общей массе относительно мала, но не настолько, чтобы ими можно было пренебречь и счесть артефактом исследования. В качестве иллюстрации можно привести пару конфликтующих ценностей «гуманизм – альтруизм» (17 случаев). Ценности этой пары принадлежат к одному полюсу оппозиций («самотрансцендентные», или «бытийные» ценности) и по логике вещей должны фасилитировать, обогащать практическую реализацию друг друга. Однако по жизненному опыту некоторых испытуемых ориентация на альтруизм блокирует стремление к гуманизму. По нашей просьбе один испытуемый (Г. М. В., мужчина, 43 года) прокомментировал суть конфликта: «Чем больше я бескорыстно помогаю людям в своей жизни, тем сильнее «порчу» этих людей. Если моя забота делает их хуже и слабее, то что может быть общего у альтруизма с гуманизмом?». Конечно, вероятность возникновения конфликта между рядоположенными ценностями гораздо ниже, чем в паре противоположных ценностей, относящихся к разным полюсам универсальных ценностных оппозиций. Но определенные действия личности и стечения жизненных обстоятельств иногда разрушают гармонию даже самых согласованных, комплементарных по своему содержанию ценностей. В этом также проявляется модифицирующая роль уникального биографического контекста и субъектной активности личности в зарождении, развитии и преодолении смысложизненных противоречий.

Таким образом, объективные отношения – конфликтные, комплементарные, нейтральные – между смысложизненными ценностями носят динамичный, изменчивый характер и во многом зависят от субъекта жизни, выстраивающего стратегию их реализации в конкретных обстоятельствах, соподчиняющего их в пространстве и времени собственного жизненного пути. Личностное принятие ценностей, входящих в состав универсальных оппозиций, создает лишь предрасположенность к переживанию смысложизненных противоречий, которые не обязательно влекут за собой внутренний кон-

фликт и кризис. Субъектность личности как раз и проявляется в способности конструктивно разрешать смысложизненные противоречия, т. е. предотвращать их негативные осложнения и обращать их в стимулы индивидуальной жизнедеятельности и потенциалы дальнейшего развития.

Исследование 2: идиографический аспект конфликтного смысла жизни. Выборка и методика исследования. Относительно предшествующего настоящее исследование носит дополнительный характер и нацелено на выявление механизма порождения и эскалации кризиса при условии конфликтности индивидуального смысла жизни. Общая гипотеза заключалась в предположении о том, что *конфликтный смысл жизни, будучи неоптимальным по своим функциональным (регуляторным) свойствам, обуславливает снижение продуктивности индивидуальной жизнедеятельности и тем самым провоцирует переживание личностью смысложизненного кризиса.* Это предположение конкретизировалось в частных гипотезах: 1) *существует прямая связь между уровнем конфликтности смысла жизни и интенсивностью переживания личностью смысложизненного кризиса;* 2) *существует обратная связь между уровнем конфликтности смысла жизни и удовлетворенностью личности собственной жизнью (как субъективным индикатором реальной жизненной продуктивности);* 3) *существует обратная взаимосвязь интенсивности переживания смысложизненного кризиса и удовлетворенности личности собственной жизнью (как субъективного индикатора реальной жизненной продуктивности);* 4) *зависимость интенсивности переживания кризиса от уровня конфликтности смысла жизни опосредована степенью субъективной удовлетворенности жизнью, отражающей реальную продуктивность жизнедеятельности личности.*

Выборка эмпирического исследования, направленного на проверку выдвинутых гипотез, комплектовалась методом случайного отбора из работников государственного медицинского учреждения и частного торгово-производственного предприятия г. Гродно. В своем окончательном составе (после элиминации небрежно выполненных анкетных и тестовых заданий) выборка оказалась сбалансированной по половому признаку (52 женщины, 48 мужчин), дифференцированной по возрасту (от 22 до 60 лет при среднем возрасте 34 года), гетерогенной по социально-демографическим характеристикам испытуемых – семейному положению, родительскому статусу, уровню полученного образования и отношению к религии.

Сбор эмпирического материала производился с помощью следующих методик: 1) *Опросник смысложизненного кризиса* [176; 177]; 2) *Шкала удовлетворенности жизнью Э. Динера* [348]; 3) *«Источники смысла жизни»*, модифицированная для определения показателей согласованности-конфликтности смысла жизни [171], а именно индексов конфликтности, амбивалентности, согласованности. Кроме того, посредством данной методики определялся уровень общей осмысленности жизни (как производный от количества ценностей, принятых личностью в качестве источников смысла в жизни, и личностной значимости этих ценностей в текущий период жизнедеятельности). Соответствующий показатель вычислялся путем суммирования оценок личностной значимости всех ценностей, названных

испытуемым в качестве источников смысла собственной жизни. Такой способ операционализации переменной «осмысленность жизни» является альтернативой «добовым» вопросам стандартизированных тестов и применяется в ряде современных психодиагностических методик [531; 586; 702; 796 и др.].

Результаты корреляционного анализа, представленные в таблице 33, во многом повторяют результаты предыдущего поискового исследования.

Таблица 35 – Результаты корреляционного анализа

Психологические переменные	СЖК	ОЖ	УЖ	ИИ	ИА
Смысложизненный кризис (СЖК)					
Осмысленность жизни (ОЖ)	-0,35***				
Удовлетворенность жизнью (УЖ)	-0,43***	0,30**			
Индекс инструментальности (ИИ)	-0,21*	-0,03	-0,04		
Индекс амбивалентности (ИА)	0,21*	0,01	-0,20*	-0,18	
Индекс конфликтности (ИК)	0,33***	0,05	-0,34***	-0,22*	0,39***

Примечания: * $p \leq 0,05$, ** $p \leq 0,01$, *** $p \leq 0,001$.

Как и предполагалось, тяжесть кризисного состояния оказалась прямо пропорциональной выраженности парциальных ($R = 0,21$, $p = 0,035$) и системных ($R = 0,33$, $p = 0,000$) конфликтов в системе смысложизненных ценностей личности и обратно пропорциональной уровню инструментальности, комплементарности этих ценностей в контексте практической реализации ($R = -0,21$, $p = 0,035$). Установлены отрицательные корреляционные связи между силой протекания смысложизненного кризиса и общим уровнем осмысленности жизни ($R = -0,35$, $p = 0,000$), а также субъективной удовлетворенностью жизнью ($R = -0,43$, $p = 0,000$). В свою очередь удовлетворенность жизнью значимо коррелирует с показателями внутренней конфликтности смысла жизни: она имеет тенденцию снижаться по мере усиления внутриценностных ($R = -0,20$, $p = 0,05$) и межценностных ($R = -0,34$, $p = 0,000$) конфликтов. В целом результаты корреляционного анализа свидетельствуют в пользу первых трех частных гипотез и позволяют констатировать, что внутренняя конфликтность индивидуального смысла жизни сопряжена с выраженной кризисной феноменологией и пониженной удовлетворенностью личности собственной жизнью.

Дальнейший статистический анализ был нацелен на определение направленности и механизма связи между основными психологическими переменными. Использовался метод множественной иерархической регрессии, а общая логика анализа заключалась в движении от модели с менее релевантными предикторами к модели с более релевантными предикторами по отношению к кризису смысла жизни. Прирост объема объяснимой дисперсии, обусловленный добавлением в регрессионную модель новых предикторов, оценивался с

помощью инкрементного F-теста. Результаты иерархического регрессионного анализа представлены в таблице 36.

Таблица 36 – Результаты иерархического регрессионного анализа

Предикторы	β	t	p	Статистика модели
<i>Контрольная модель со статусными переменными</i>				
Пол	-0,175	-1,64	0,103	R = 0,246 R ² = 0,061 F (6, 93) = 0,99 p = 0,43
Возраст	0,128	0,88	0,38	
Уровень образования	-0,15	-1,39	0,17	
Семейное положение	0,25	1,31	0,19	
Родительский статус	-0,27	-1,20	0,23	
Отношение к религии	-0,08	-0,76	0,45	
<i>Контрольная модель со статусными и психологическими переменными</i>				
Пол	-0,133	-1,41	0,16	R = 0,54 R ² = 0,292 F (8, 91) = 4,68 p = 0,000
Возраст	0,001	0,009	0,99	
Уровень образования	-0,13	-1,34	0,18	
Семейное положение	0,33	1,96	0,06	
Родительский статус	-0,21	-1,16	0,24	
Отношение к религии	-0,023	-0,23	0,81	
Осмысленность жизни	-0,252	-2,66	0,009	
Удовлетворенность жизнью	-0,366	-3,79	0,000	
Инкрементный F-тест	$\Delta R^2 = 0,231$, F (2, 91) = 14,84, p = 0,000			
<i>Основная модель</i>				
Пол	-0,073	-0,80	0,42	R = 0,634 R ² = 0,402 F (11, 88) = 5,36 p = 0,000
Возраст	-0,038	-0,30	0,76	
Уровень образования	-0,10	-1,13	0,26	
Семейное положение	0,20	1,21	0,22	
Родительский статус	-0,014	-0,079	0,93	
Отношение к религии	-0,012	-0,12	0,89	
Осмысленность жизни	-0,283	-3,17	0,002	
Удовлетворенность жизнью	-0,321	-3,37	0,001	
Индекс инструментальности	-0,005	-0,047	0,96	
Индекс амбивалентности	0,217	2,47	0,015	
Индекс конфликтности	0,287	2,94	0,004	
Инкрементный F-тест	$\Delta R^2 = 0,11$, F (3, 88) = 5,38, p = 0,002			

Первой тестировалась контрольная модель со статусными переменными, которая оказалась в целом не значимой (F (6, 93) = 0,99, p = 0,43). Половозрастные и социально-демографические свойства испытуемых в комплексе детерминируют чуть более 6 % дисперсии показателей смысложизненного кризиса. В этой связи вспоминается известное положение В. Франкла о том, смысл в жизни может быть найден любым человеком независимо от пола, возраста, образования, материального благосостояния и прочих статусных особенностей [468]. Очевидно, подверженность личности смысложизненному кризису тоже не зависит от этих формальных характеристик. Им скорее отведена роль фоновых условий, облегчающих или затрудняющих поиск и практическую реализацию смысла жизни, а при появлении непреодолимых или непреодоленных противоречий в смысложизненной активности личности – определяющих доступные социальные ресурсы для совладания с назревающим кризисом.

Во второй контрольной модели наряду с половозрастными и социально-демографическими характеристиками в расчет принимались две психологические переменные, отражающие результативность поиска и продуктивность реализации личностью смысла жизни. Такими переменными явились, во-первых, общий уровень осмысленности жизни, который служит субъективным индикатором наличия смысложизненных ценностей, а во-вторых, общий уровень удовлетворенности жизнью, который выступает субъективным эквивалентом продуктивности их осуществления в повседневной жизнедеятельности. За счет добавления этих переменных к числу предикторов кризиса объяснительные и прогностические свойства второй контрольной модели существенно улучшились в сопоставлении с первой моделью ($F(2, 91) = 14,84, p = 0,000$), что выразилось в значительном приросте объяснимой дисперсии ($\Delta R^2 = 0,231$). В составе данной модели наиболее весомыми предикторами смысложизненного кризиса оказались низкая осмысленность жизни ($\beta = -0,252$) и неудовлетворенность жизнью ($\beta = -0,366$). Полученные результаты перекликаются с теоретическими представлениями о детерминации смысложизненного кризиса в развитии личности и в какой-то мере обогащают и углубляют их. В большинстве концепций причины наступления кризиса сводятся к дефициту смыслообразующих ценностей, которые могли бы придавать индивидуальной жизни мотивационную привлекательность, эмоциональную насыщенность и сквозную интенциональную направленность. Однако, как показывает вторая регрессионная модель, детерминация кризиса не ограничивается дефицитом ценностей-источников смысла жизни. Принципиальный факт, который упускается многими концепциями, состоит в том, что для смысложизненного благополучия важно не только объективное присутствие и субъективное принятие ценностей, из которых можно черпать смысл жизни, но и деятельная вовлеченность личности в их реализацию, подкрепленная реальными достижениями. Даже при наличии смыслообразующих ценностей в жизни недостаток успехов в их практической реализации нагнетает кризис. Вторая регрессионная модель не оставляет сомнений: предпосылкой и предвестником личностного кризиса выступает как невозможность отыскать какой-либо смысл в жизни, так и неспособность сколько-нибудь продуктивно воплотить найденный смысл в жизнь. Дальнейший ход анализа выводит на вопрос о том, *в какой мере психологические свойства самого смысла жизни способствуют или препятствуют полноценному выполнению им регулирующих функций в индивидуальной жизнедеятельности, а в конечном итоге – его продуктивному осуществлению личностью.*

Четвертая гипотеза настоящего исследования предполагает, что такое свойство индивидуального смысла жизни как внутренняя конфликтность действует в качестве кризисного фактора на фоне более или менее приемлемого уровня осмысленности жизни и определенных успехов в самореализации личности. С целью проверки данного предположения строилась основная регрессионная модель. В дополнение ко второй контрольной модели она включала три показателя внутренней конфликтности-согласованности смысла жизни – индексы амбивалентности, конфликтности и инструментальности. Основ-

ная модель оказалась статистически достоверной и весьма информативной в объяснении истоков смысложизненного кризиса в развитии личности ($R = 0,634$, $R^2 = 0,402$, $F(11, 88) = 5,36$, $p = 0,000$). Как и в двух предыдущих моделях, половозрастные и статусные характеристики не вносят значимого вклада в возникновение кризиса. Практически в неизменном виде воспроизвелась ранее установленная зависимость кризисного состояния от уровня осмысленности жизни ($\beta = -0,28$) и субъективной удовлетворенности жизнью ($\beta = -0,32$). Однако самым примечательным в основной модели является то, что амбивалентное отношение личности к отдельным смысложизненным ценностям ($\beta = 0,22$) и тем более конфликт между различными ценностями-источниками смысла жизни ($\beta = 0,29$) обладает собственным кризисогенным потенциалом. Вдобавок к основному детерминантам кризиса показатели внутренней конфликтности смысла жизни обеспечивают 11 % объяснимой дисперсии, что может расцениваться как статистически значимая прибавка по инкрементному F-тесту ($F(3, 88) = 5,38$, $p = 0,002$). Уровень инструментальности, комплементарности смысложизненных ценностей личности не информативен для прогноза кризиса, что согласуется с результатами предшествующего исследования.

Таким образом, отсутствие смысла в жизни и непродуктивность его реализации составляют необходимые, но не исчерпывающие детерминанты смысложизненного кризиса в развитии личности. Дифференциальные свойства смысла жизни и, в частности, конфликтность образующих его ценностей, также играют существенную роль в провокации кризисного состояния.

На заключительном этапе статистической обработки данных при помощи методов медиаторного анализа проверялась гипотеза о механизме порождения конфликтным смыслом жизни личностного кризиса. Согласно предложенной концепции, все кризисы неоптимального смысла жизни – это самореализационные кризисы личности, которые развиваются на основе противоречия между стремлением осуществить смысл жизни и невозможностью это сделать с надлежащей продуктивностью из-за дисрегуляторных свойств последнего. Значит, опосредующим («передаточным») звеном влияния конфликтного смысла жизни на переживание кризиса выступает продуктивность индивидуальной жизнедеятельности.

На сегодняшний день самым консервативным методом медиаторного анализа считается пошаговый каузальный анализ [530]. Полученные на его основе результаты отвечают всем статистическим критериям значимого опосредующего эффекта (таблица 37).

Таблица 37 – Результаты медиаторного анализа

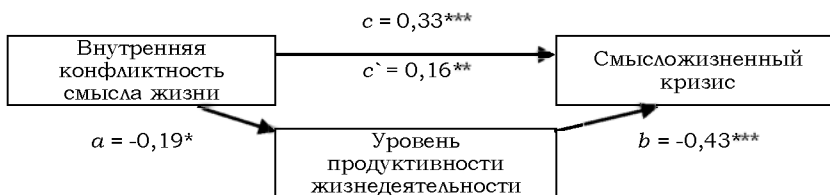
<i>Пошаговый каузальный анализ</i>			
<i>a</i>	<i>B</i>	<i>c</i>	<i>c'</i>
-2,9*	-0,86***	10,89***	5,39**
Статистика модели	$R = 0,50$, $R^2 = 0,252$, $F(2, 97) = 16,31$, $p < 0,00000$		
<i>Примечания:</i> в качестве показателей связи использованы нестандартизированные регрессионные коэффициенты (B); * $p \leq 0,05$, ** $p \leq 0,01$, *** $p \leq 0,001$.			

Во-первых, с ростом конфликтности смысла жизни падает продуктивность жизнедеятельности, что субъективно преломляется в низкой удовлетворенности жизнью (путевой коэффициент $a = -2,9$, $p \leq 0,05$). Во-вторых, с падением продуктивности жизнедеятельности и удовлетворенности жизнью усиливается кризисная симптоматика (путевой коэффициент $b = -0,86$, $p \leq 0,001$). В-третьих, при контроле переменной-медиатора «уровень продуктивности жизнедеятельности» влияние конфликтного смысла жизни на выраженность смысложизненного кризиса ослабевает, что проявляется в двукратном уменьшении коэффициента опосредованного влияния ($c' = 5,39$, $p \leq 0,01$) по сравнению с коэффициентом непосредственного влияния ($c = 10,89$, $p \leq 0,001$). В совокупности эти наблюдения позволяют заключить, что зависимость глубины кризисного состояния от конфликтности смысла жизни опосредуется продуктивностью индивидуальной жизнедеятельности, то есть тем, насколько личности удастся осуществлять смысл в обыденной жизни. Использование более мощных параметрических (тест Собея) [761] и непараметрических (бутстреп анализ) [602] методов медиаторного анализа в целом подтверждает обоснованность данного заключения (таблица 38). Структурная модель, обобщающая результаты медиаторного анализа, приведена на рисунок 7.

Таблица 38 – Результаты медиаторного анализа

Тест Собея			
a*b	SE	Z	p
2,50	1,36	1,85	0,05
Бутстреп анализ (на 5000 выборках)			
Boot a*b	SE	Нижний 95 % CI	Верхний 95 % CI
2,54	1,54	0,16	6,23

Примечания: в качестве показателей связи использованы нестандартизированные регрессионные коэффициенты (B); * $p \leq 0,05$, ** $p \leq 0,01$, *** $p \leq 0,001$.



Примечания: в качестве показателей связи использованы стандартизированные коэффициенты (β); * $p \leq 0,05$, ** $p \leq 0,01$, *** $p \leq 0,001$.

Рисунок 7 – Структурная модель, отражающая результаты модераторного анализа

Вместе с тем установленный опосредующий эффект является частичным, а это значит, что причины возникновения кризиса невозможно списать только на пониженную продуктивность реализации конфликтного смысла жизни. Несомненно, существуют и другие пути развития смысложизненного кризиса в ситуации интенсивных,

долговременных конфликтов между предельными ценностями личности, и выявление этих путей – задача будущих исследований.

Исследование 3: номотетический аспект конфликтного смысла жизни. Выборка и методика исследования. Исследования конфликтного смысла жизни, описанные в предыдущем разделе, выполнены в идиографическом аспекте – на материале уникальных конфликтов, производных от взаимодействия неповторимого биографического контекста и содержания индивидуального смысла жизни. В настоящем разделе представлены результаты исследования, которое выдержано в рамках номотетического подхода и, соответственно, преследовало цель выявления «универсалий» конфликтного смысла жизни и их вклада в зарождение и развитие смысложизненного кризиса в развитии личности. Кризисогенную роль культурно инвариантных ценностных оппозиций, которые могут быть воплощены в индивидуальном смысле жизни, подчеркивал еще В. Франк: «Ценности можно определить, как универсалии смысла, кристаллизующиеся в типичных ситуациях, с которыми сталкивается общество или даже человечество. Обладание ценностями облегчает для человека поиск смысла жизни, так как в типичных ситуациях он избавлен от принятия решений. Но, к сожалению, ему приходится расплачиваться за это облегчение, потому что в отличие от уникальных смыслов, пронизывающих уникальные ситуации, может оказаться, что две ценности входят в противоречие друг с другом. А противоречия ценностей отражаются в душе человека в форме ценностных конфликтов, играя важную роль в формировании ноогенных неврозов» [468, с. 289].

Адекватной основой для исследования «номотетики» конфликтного смысла жизни может служить концепция Ш. Шварца. Она содержит транскультурную типологию базовых и обобщенных ценностей, которые рассматриваются в качестве источников смысла человеческой жизни. Как пишет Ш. Шварц, «когда мы задаем себе вопрос о наших ценностях, мы задумываемся о том, что для нас важно в жизни» [742, р. 931]. Важно и то, что концепция описывает динамическое взаимодействие ценностей, которое может быть конгруэнтным либо конфликтным. «Настойчивое преследование каждого типа ценностей может совмещаться или конфликтовать с реализацией других ценностей», – указывает Ш. Шварц [741, р. 23]. Конфликтное взаимодействие прослеживается в оппозициях обобщенных ценностей «самовозвышение – самотрансценденция» и «консерватизм – открытость изменениям». В свете положений концепции Ш. Шварца первая гипотеза исследования может быть сформулирована следующим образом: *конфликты ценностей «самовозвышение – самотрансценденция» и «консерватизм – открытость изменениям» обуславливают переживание личностью смысложизненного кризиса.* Учитывая кросскультурную устойчивость содержания ценностей, следует также предположить, что *обусловленность смысложизненного кризиса данными ценностными конфликтами инвариантно проявляется у представителей разных культур.*

В некоторых психологических теориях в качестве первоисточника внутренней конфликтности смысла жизни рассматривается противостояние эгоцентрических (индивидуалистических) и просоци-

альных (самотрансцендентных) содержаний. Это противостояние конкретизируется в виде самых разных мотивационных дихотомий и ценностных оппозиций: «стремление к превосходству – социальный интерес» [522], «дефицитарное – бытийное» [316], «эгоцентрическое – просоциальное» [61; 62] и т. д. В этой связи из двух оппозиций, выделенных в концепции Ш. Шварца, особое внимание привлекает конфликт ценностей «самовозвышение – самотрансценденция». Здесь поляризуются ценности, ориентирующие личность на удовлетворение индивидуальных потребностей, отстаивание частных интересов и достижение личного превосходства над другими людьми («достижения», «власть», «гедонизм»), и ценности, побуждающие личность к сотрудничеству с социальным окружением, принятию других людей как равных себе и заботе об общечеловеческом благе («доброта», «универсализм»).

Таким образом, на стыке психологических теорий смысла жизни и концепции Ш. Шварца может быть выдвинута дополнительная гипотеза о том, что *конфликт ценностей самовозвышения и самотрансценденции является более кризисогенным в развитии личности (в сопоставлении с ценностным конфликтом «открытость изменениям – консерватизм»), поскольку именно он воплощает противостояние эгоцентрических и просоциальных содержаний в структуре индивидуального смысла жизни.*

В исследованиях В. В. Столина обнаружена общая закономерность, согласно которой «толчком» к переживанию любого смыслового конфликта является поступок – акт действенного выбора между противоречивыми мотивами [446]. Следовательно, вероятность возникновения и интенсивность протекания смысложизненного кризиса может зависеть от частоты попадания и продолжительности нахождения личности в ситуациях, в которых требуется жесткое предпочтение одной из относительно равнозначимых смысложизненных альтернатив. Противоречивые ценности могут мирно, нейтрально сосуществовать в структуре индивидуального смысла жизни и не создавать внутреннего конфликта до вхождения личности в подобные ситуации. Личностная приверженность потенциально конфликтным ценностям является внутренним, эндогенным фактором смысложизненного конфликта, а вслед за ним – и кризиса, в то время как внешним, экзогенным фактором выступает конкретная жизненная ситуация, которая вынуждает личность самоопределиваться и актуализирует, заостряет ценностные противоречия. Задача личности как субъекта жизни состоит в том, чтобы развести реализацию потенциально конфликтных ценностей в пространстве и времени собственного бытия, а тем самым предотвратить их возможные столкновения. Как правило, чем выше уровень субъектного развития личности, тем гибче она распределяет ресурсы, необходимые для практической реализации несовместимых ценностей, тем лучше ей удастся лавировать и маневрировать в потоке жизненных обстоятельств, предотвращая и купируя вероятные конфликтные и кризисные ситуации. С учетом изложенного можно обосновано предполагать, что *при высоком уровне внутренней конфликтности смысла жизни дополнительным условием возникновения кризиса*

выступает частота попадания или длительность пребывания личности в ситуациях, переводящих смысложизненный конфликт из латентной, инактивной формы в явную, актуальную форму.

В наших предыдущих исследованиях установлено, что острый, пролонгированный конфликт смысложизненных ценностей личности является пусковым, инициальным фактором кризиса, но остается не вполне ясным сам механизм перерастания конфликта в кризис. Конфликтным смысложизненным ценностям присущ функциональный антагонизм, который действует как фактор дисрегуляции жизнедеятельности. Отдавая время и силы реализации одной из них, личность лишает себя возможности воплощения других ценностей. Это подрывает общую продуктивность жизненного пути и расшатывает удовлетворенность и осмысленность жизни. На основе изложенного можно выдвинуть гипотезу о том, что влияние конфликтного смысла жизни на переживание кризиса опосредовано падением удовлетворенности личности собственной жизнью (что, в свою очередь, обусловлено реальным снижением продуктивности индивидуальной жизнедеятельности). Другими словами, конфликт смысложизненных ценностей становится запускающим механизмом кризиса в той степени, в какой он затормаживает, парализует поступательное осуществление этих ценностей в повседневной жизни и дает личности объективные основания для неудовлетворенности своим жизненным положением.

В целях эмпирической проверки выдвинутых гипотез формировалась бикультурная выборка численностью 542 человека, насчитывающая 314 граждан Республики Беларусь и 228 граждан Республики Польша. Белорусская выборка комплектовалась из студентов высших учебных заведений г. Гродно, обучающихся на дневной и заочной форме по специальностям гуманитарного, естественного, технического и медицинского профиля. Польская выборка включала студентов Политехнического университета (г. Белосток) и Ягеллонского университета (г. Краков), получающих техническое, юридическое, биологическое и педагогическое образование. Половозрастная структура выборочной совокупности отражена в таблице 39.

Таблица 39 – Половозрастной состав бикультурной выборки

Возраст, лет	Белорусы		Поляки	
	Мужчины	Женщины	Мужчины	Женщины
17	0	12	0	0
18	2	50	0	3
19	4	58	0	12
20	10	50	6	36
21	6	28	6	36
22	4	30	3	39
23	8	22	12	30
24	4	12	6	18
25	2	4	3	6
26	0	6	0	9
27	0	2	0	3
Σ	40	274	36	192

В качестве методов сбора эмпирического материала применялись (в порядке предъявления испытуемым): 1) *Опросник PVQ (Portrait Values Questionnaire) III. Шварца* (белорусы опрашивались с помощью версии, адаптированной В. Н. Карандашевым [147], а поляки – с помощью версии, адаптированной П. Бжозовским [544]); 2) *Опросник смысловознненного кризиса* [176; 177]. Полякам адресовалась польскоязычная версия опросника, прошедшая психометрическую апробацию и получившая название «Kwestionariusz Kryzysu Sensu Życia» (KKSŻ). Она включает 50 пунктов со значением коэффициента дискриминативности от 0,21 до 0,77, обладает приемлемой консистентностью ($\alpha = 0,95$), надежностью ($r_{SB} = 0,92$) и критериальной валидностью ($r = -0,59$), оцененной путем корреляции с польским вариантом теста «Цель в жизни» Дж. Крамбо и Л. Махалика. Оригинальная версия и польскоязычная адаптация опросника имеют одинаковое количество пунктов и одинаковые ключи, что позволяет сопоставлять показатели белорусской и польской выборок; 3) *Шкала удовлетворенности жизнью Э. Динера* [348]; 4) *Формализованная анкета*, предназначенная для выяснения социально-демографических сведений об испытуемом. В завершение работы с анкетой испытуемому предлагалось определить частоту возникновения жизненных ситуаций, провоцирующих конфликт между смыслообразующими ценностями (анкета опубликована в [164]).

Результаты исследования и их интерпретация. Результаты корреляционного анализа, проведенного на материалах объединенной белорусско-польской выборки, указывают на то, что различные типы ценностей по-разному связаны с переживанием личностью кризиса смысла жизни (таблица 40).

Таблица 40 – Корреляции смысловознненного кризиса с базовыми и обобщенными ценностями в белорусской и польской выборке

Ценности		Вся выборка	Белорусы	Поляки
Базовые ценности	Конформизм	-0,05	-0,05	-0,08
	Традиция	-0,13**	-0,10 ^У	-0,17**
	Доброта	-0,30***	-0,28***	-0,30***
	Универсализм	-0,10*	-0,11*	-0,05
	Самостоятельность	-0,07 ^У	-0,11 ^У	-0,01
	Стимуляция	0,19***	0,15**	0,22***
	Гедонизм	0,35***	0,29***	0,38***
	Достижения	-0,07 ^У	-0,04	-0,11 ^У
Обобщенные ценности	Власть	0,10**	0,13*	0,05
	Безопасность	-0,07 ^У	-0,03	-0,15*
	Открытость изменениям	0,28***	0,23***	0,31***
	Консерватизм	-0,12**	-0,09 ^У	-0,19**
	Самотрансценденция	-0,25***	-0,26***	-0,19**
	Самовозвышение	0,25***	0,25***	0,24***
Примечания: ^У $p < 0,10$, * $p < 0,05$, ** $p < 0,01$, *** $p < 0,001$.				

Все базовые ценности, за исключением конформизма, значимо коррелируют с выраженностью кризисной симптоматики. При этом ориентация личности на самовозвышение и открытость изменениям, а также на конституирующие их базовые ценности, сопряжена с выраженной предрасположенностью к кризису и интенсивным его протеканием. В то же время направленность личности на консерватизм, самотрансценденцию и образующие их базовые ценности связана с отсутствием кризиса или облегченными формами его течения. Чтобы из массива корреляций вычленить общую закономерность, необходимо обратиться к теоретическим представлениям о принципах динамической организации структуры ценностей. В концепции С. Шварца наряду с конгруэнтностью и конфликтом обоснованы и другие принципы взаимодействия ценностей, в частности, зависимость их организации от отношения к индивидуальным и социальным интересам. С точки зрения данного принципа, ценности самовозвышения и открытости изменениям регулируют поведение, обслуживающее реализацию индивидуальных, частных интересов, а ценности консерватизма и самотрансценденции регулируют поведение, обеспечивающее соблюдение социальных, публичных интересов [742]. Если спроецировать этот принцип на результаты настоящего исследования, то можно вывести общую закономерность: *наступление и усиление смысложизненного кризиса связано с принятием и реализацией личностью ценностей, которые сфокусированы на индивидуальных интересах; отсутствие и ослабление смысложизненного кризиса в развитии личности связано с принятием и осуществлением ценностей, которые сфокусированы на социальных интересах.* Этот вывод перекликается с результатами, полученными нами в исследовании бездуховного смысла жизни: уровень осмысленности жизни возрастает, а предрасположенность к кризису снижается по мере продвижения личности от эгоцентрических смыслов жизни, мотивирующих на достижение личного превосходства над другими людьми, к самотрансцендентным смыслам жизни, побуждающим к заботе о благополучии социальной группы, общества, человечества или универсума в целом [171].

Следует отметить, что выделенная закономерность единообразно воспроизводится и в белорусской, и в польской выборке, где корреляционный анализ обнаруживает во многом одинаковые паттерны связей смысложизненного кризиса с базовыми и обобщенными ценностями. Вместе с тем, общие механизмы порождения, протекания и преодоления кризиса могут модифицироваться социокультурным контекстом, который очень избирательно поддерживает личность в присвоении и преследовании определенных смысложизненных ценностей [206]. Это прослеживается по различиям в силе корреляций между отдельными типами ценностей и остротой кризисного состояния в выборках белорусов и поляков. Так, для белорусов приверженность ценностям «самостоятельность» и «универсализм» имеет более выраженный антикризисный эффект в сопоставлении с поляками, а у последних такой эффект отчетливее просматривается по ценностям «достижения» и «безопасность». Кризисогенный эффект, связанный с высокой приемлемостью ценности «власть», сильнее проявляется в белорусской, чем в польской выборке. При помощи

t-критерия Стьюдента найдены межнациональные различия в степени принятия базовых и обобщенных ценностей, а также в силе переживания кризиса смысла жизни. Белорусы ($M = 94,73$, $SD = 20,31$) по сравнению с поляками ($M = 89,81$, $SD = 21,26$) острее испытывают кризисную симптоматику ($t = 2,73$, $df = 540$, $p = 0,006$). Они в большей степени разделяют гедонистические ценности ($t = 3,76$, $df = 540$, $p = 0,0001$), в то время как поляки превосходят белорусов по глубине принятия ценностей доброты ($t = -3,28$, $df = 540$, $p = 0,0001$) и универсализма ($t = -3,14$, $df = 540$, $p = 0,0001$). Отличия белорусской и польской выборок становятся еще заметнее при переходе на уровень обобщенных ценностей. У белорусов преобладают ценности самовозвышения ($t = 3,76$, $df = 540$, $p = 0,0001$) и открытости изменениям ($t = 3,76$, $df = 540$, $p = 0,0001$), а поляки сильнее ориентированы на самотрансцендентные ценности ($t = -4,08$, $df = 540$, $p = 0,00005$). Учитывая результаты корреляционного анализа и межгрупповых сравнений, можно заключить, что *ценностные приоритеты белорусов в большей степени способствуют возникновению и эскалации смысложизненного кризиса, чем ценностные предпочтения поляков.*

Основным методом статистической обработки данных послужил иерархический регрессионный анализ. В настоящем исследовании для ценностных конфликтов «самовозвышение – самотрансценденция» и «консерватизм – открытость изменениям» проводились раздельные серии анализа. В каждой серии строились две регрессионные модели: модель 1 в качестве предикторов включала ценности как таковые и предполагала изучение их главных эффектов; в модели 2 к этому набору предикторов добавлялась переменная «конфликт», которая операционализировалась как интеракция противоположных ценностей. В качестве зависимой переменной в обеих моделях выступала интенсивность переживания смысложизненного кризиса. Сравнение количества объяснимой дисперсии в моделях 1 и 2 производилось при помощи инкрементного F-теста (таблица 41).

Таблица 41 – Результаты иерархического регрессионного анализа

Самовозвышение (СВ) ↔ самотрансценденция (СТ)					Консерватизм (К) ↔ открытость изменениям (ОИ)				
Предикторы	Модель 1		Модель 2		Предикторы	Модель 1		Модель 2	
	β	t	β	t		β	t	β	t
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Вся выборка (N = 542)									
СВ	0,18	3,05**	0,07	1,17	К	0,02	0,39	-0,02	-0,48
СТ	-0,12	-1,92*	-0,11	-2,0*	ОИ	0,27	5,16***	0,37	5,84***
Конфликт СВ×СТ	-	-	0,16	3,03**	Конфликт К×ОИ	-	-	0,17	2,75**
Статистика модели	R = 0,27, R ² = 0,07, F (2, 539) = 21,74, p < 0,00000		R = 0,30, R ² = 0,09, F (3, 538) = 17,78, p < 0,000000		Статистика модели	R = 0,26, R ² = 0,07, F (2, 539) = 20,3, p < 0,00000		R = 0,29, R ² = 0,08, F (3, 538) = 16,22, p < 0,000000	
Инкрементный F-тест	ΔR ² = 0,02, F (1, 538) = 9,22, p = 0,003				Инкрементный F-тест	ΔR ² = 0,13, F (1, 538) = 7,57, p = 0,006			

Белорусы (N = 314)									
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
СВ	0,17	2,27*	0,09	1,12	К	0,001	0,14	-0,03	-0,5
СТ	-0,11	-1,46	-0,13	-1,67	ОИ	0,23	3,33***	0,30	3,72***
Конфликт СВ×СТ	-	-	0,15	2,39*	Конфликт К×ОИ	-	-	0,14	1,67 ^у
Статистика модели	R = 0,26, R ² = 0,07, F (2, 311) = 12,15, p < 0,00001		R = 0,298, R ² = 0,09, F (3, 310) = 10,13, p < 0,000002		Статистика модели	R = 0,23, R ² = 0,053, F (2, 311) = 8,65, p < 0,00022		R = 0,25, R ² = 0,061, F (3,310) = 6,73, p < 0,0002	
Инкрементный F-тест	$\Delta R^2 = 0,02$, F (1, 310) = 5,72, p = 0,017				Инкрементный F-тест	$\Delta R^2 = 0,008$, F (1, 310) = 2,8, p = 0,095			
Поляки (N = 228)									
СВ	0,19	2,1*	0,02	0,24	К	-0,00	-0,00	-0,02	-0,33
СТ	-0,07	-0,81	-0,05	-0,59	ОИ	0,29	3,38***	0,42	3,78***
Конфликт СВ×СТ	-	-	0,22	2,12*	Конфликт К×ОИ	-	-	0,19	1,86 ^у
Статистика модели	R = 0,25, R ² = 0,06, F (2, 225) = 7,53, p < 0,00068		R = 0,28, R ² = 0,08, F (3, 224) = 6,6, p < 0,0002		Статистика модели	R = 0,29, R ² = 0,08, F (2, 225) = 10,22, p < 0,00006		R = 0,31, R ² = 0,094, F (3, 224) = 8,04, p < 0,00004	
Инкрементный F-тест	$\Delta R^2 = 0,02$, F (1, 224) = 4,5, p = 0,035				Инкрементный F-тест	$\Delta R^2 = 0,014$, F (1, 224) = 3,46, p = 0,064			
<i>Примечания:</i> ^у p < 0, 10, * p < 0,05, ** p < 0,01, *** p < 0,001.									

Сначала проанализируем влияние конфликта ценностей «самовозвышение – самотрансценденция» на переживание личностью смысложизненного кризиса. Модель 1, тестирующая изолированные влияния обобщенных ценностей на остроту кризисного состояния, оказалась статистически значимой для всей выборки, белорусской и польской подвыборок. Раздельным влиянием указанных ценностей обусловлено 6–7 % дисперсии зависимой переменной, причем самотрансцендентные ценности противодействуют развитию кризиса, а ценности самовозвышения – содействуют его наступлению. Модель 2, дополняющая набор предикторов ценностным конфликтом «самовозвышение – самотрансценденция», демонстрирует более высокие объяснительные и прогностические возможности по сравнению с моделью 1. Инкрементный F-тест регистрирует статистически значимую прибавку объяснимой дисперсии в пределах 2 %. Эта тенденция единообразно проявляется в совокупной выборке, в польской и белорусской подвыборках, что говорит об кросскультурной устойчивости ценностного конфликта «самовозвышение – самотрансценденция» и его роли в порождении кризиса. Судя по значениям β -коэффициентов, в модели 2 ценностный конфликт оказался самым мощным предиктором смысложизненного кризиса в развитии личности, который перекрывает главные эффекты обобщенных ценностей. Отсюда напрашивается вывод о том, что в возникновении кризиса важна не только степень принятия личностью ценно-

стей самовозвышения и самотрансценденции, но также характер соотношения и баланс этих ценностей в структуре смысла жизни.

Несколько иначе дело обстоит с консерватизмом, открытостью изменениям и их конфликтом. На основании статистических параметров модели 1, можно констатировать, что приверженность белорусов и поляков ценностям открытости к изменениям повышает риск наступления смысложизненного кризиса в их личностном развитии. Причем эта тенденция сохраняется и с переходом к модели 2, в которой кризисогенный эффект перечисленных ценностей становится еще более акцентированным. Ценностный конфликт «консерватизм – открытость изменениям» выступает значимым, но второстепенным предиктором кризиса смысла жизни. Он позволяет дополнительно объяснить от 1 до 2 % дисперсии зависимой переменной, что весьма существенно для объединенной выборки ($p = 0,006$) и на уровне статистической тенденции ($0,05 < p < 0,10$) имеет смысл для белорусской и польской подвыборок. В целом в белорусской и польской подвыборках наблюдается одинаковый паттерн детерминации смысложизненного кризиса со стороны ценностей консерватизма, открытости изменениям и ценностного конфликта. Опираясь на полученные результаты, можно утверждать, что *предрасположенность личности к кризису в основном обусловлена высокой приемлемостью для нее таких ценностей, как самостоятельность, стимуляция, гедонизм («открытость изменениям») безотносительно к глубине присвоения ценностей безопасности, конформности и традиции («консерватизм»). Ценности консерватизма приобретают кризисогенную функцию только тогда, когда они сходятся с ценностями открытости изменениям в структуре индивидуального смысла жизни.*

Дальнейшая обработка эмпирических данных производилась путем усложнения регрессионной модели за счет ступенчатого введения дополнительных независимых переменных. Последовательно строились пять регрессионных моделей, в которых СЖК инвариантно выступал в качестве зависимой переменной. В первой модели в качестве предикторов фигурировали пол и возраст испытуемых. Во второй и третьей модели к ним пошагово добавлялись показатели выраженности двух универсальных ценностных конфликтов, предусмотренных концепцией Ш. Шварца, – «самотрансценденция × самовозвышение» и «открытость изменениям × консерватизм». Эти показатели вычислялись в виде интеракции значений конфликтующих обобщенных ценностей. В четвертой модели набор предикторов дополнялся субъективно оцениваемой частотой возникновения конфликтогенных ситуаций в жизни испытуемого, а в пятой модели – показателем субъективной удовлетворенности жизнью. В соответствии с существующими рекомендациями все предикторы были предварительно подвергнуты процедуре центрации [55]. Прирост объема объяснимой дисперсии, обусловленный расширением состава предикторов, оценивался с помощью инкрементного F-теста. В отличие от предыдущей регрессионной модели связи показателей принятия ценностей открытости изменениям, консерватизма, самовозвышения и самотрансценденции с уровнем переживания кризиса на данном этапе не анализировались. Результаты иерархического регрессионного анализа представлены в таблице 42.

Таблица 42 – Результаты иерархического регрессионного анализа

Модель	Предикторы	Белорусы (N = 314)		Поляки (N = 228)		Вся выборка (N = 542)	
		β	t	β	t	β	t
1	Пол	0,05	1,13	0,10	2,07*	0,07	2,04*
	Возраст	-0,31	-7,06***	-0,07	-1,50	-0,27	-8,31***
	Статистика модели	R = 0,29, R ² = 0,086, F (2, 311) = 14,54, p = 0,000		R = 0,18, R ² = 0,032 F (2, 225) = 3,66, p = 0,027		R = 0,27, R ² = 0,073, F (3, 539) = 21,08, p = 0,000	
2	Ценностный конфликт «самотрансценденция × самовозвышение»	0,33	5,51***	0,33	4,34***	0,35	7,09***
	Статистика модели	R = 0,35, R ² = 0,123, F (3, 310) = 14,47, p = 0,000		R = 0,34, R ² = 0,113, F (3, 224) = 9,54, p = 0,000		R = 0,355, R ² = 0,126, F (3, 538) = 25,84, p = 0,000	
	Инкрементный F-тест (модели 1×2)	Δ R ² = 0,037, F (1, 310) = 13,19, p = 0,000		Δ R ² = 0,082, F (1, 224) = 20,56, p = 0,000		Δ R ² = 0,053, F (1, 538) = 32,87, p = 0,000	
3	Ценностный конфликт «открытость изменениям × консерватизм»	0,15	3,29**	0,15	1,97*	0,17	3,49***
	Статистика модели	R = 0,38, R ² = 0,145, F (4, 309) = 13,08, p = 0,000		R = 0,36, R ² = 0,128, F (4, 223) = 8,17, p = 0,000		R = 0,36, R ² = 0,131, F (4, 537) = 20,3, p = 0,000	
	Инкрементный F-тест (модели 2×3)	Δ R ² = 0,022, F (2, 309) = 7,94, p = 0,005		Δ R ² = 0,015, F (1, 223) = 3,72, p = 0,05		Δ R ² = 0,005, F (1, 537) = 3,34, p = 0,06	
4	Частота возникновения конфликтных ситуаций	0,16	2,88**	0,12	2,57*	0,15	4,33***
	Статистика модели	R = 0,40, R ² = 0,163, F (5, 308) = 11,97, p = 0,000		R = 0,39, R ² = 0,156, F (5, 222) = 8,19, p = 0,000		R = 0,40, R ² = 0,158, F (5, 536) = 20,11, p = 0,000	
	Инкрементный F-тест (модели 3×4)	Δ R ² = 0,018, F (1, 308) = 6,56, p = 0,011		Δ R ² = 0,028, F (1, 222) = 7,33, p = 0,007		Δ R ² = 0,027, F (1, 536) = 16,95, p = 0,000	
5	Удовлетворенность жизнью	-0,55	-12,5***	-0,64	-14,3***	-0,56	-17,3***
	Статистика модели	R = 0,67, R ² = 0,446, F (6, 307) = 41,16, p = 0,000		R = 0,75, R ² = 0,562, F (6, 221) = 8,17, p = 0,000		R = 0,68, R ² = 0,459, F (6, 535) = 76,67, p = 0,000	
	Инкрементный F-тест (модели 4×5)	Δ R ² = 0,283, F (1, 307) = 156,86, p = 0,000		Δ R ² = 0,406, F (1, 221) = 205,06, p = 0,000		Δ R ² = 0,301, F (1, 535) = 297,8, p = 0,000	
Примечания: в таблице приведены β -коэффициенты, полученные для финальных регрессионных моделей.							
* p < 0, 05, ** p < 0, 01, *** p < 0, 001.							

В свете выдвинутых гипотез наибольший интерес представляют финальные модели, которые являются статистически достоверными для польской, белорусской и совокупной выборки. Они суммарно объясняют от 44,6 % (для белорусов) до 56,2 % (для поляков) дисперсии показателей смысложизненного кризиса. В первую очередь, обращает на себя внимание зависимость глубины кризисного состояния от выраженности конфликтов между смысложизненными ценностями личности. Каждый из анализируемых конфликтов по отдельности способен вызывать либо усиливать уже существующий кризис, о чем свидетельствуют статистически значимые коэффициенты регрессии. Ценностный конфликт «самотрансценденция – самовозвышение» более пагубно сказывается на личностном развитии ($\beta = 0,33 \sim 0,35$, $p < 0,001$), нежели противоборство ценностей «открытость изменениям – консерватизм» ($\beta = 0,15 \sim 0,17$, $p < 0,05 \sim 0,01$). В совокупности ценностными конфликтами обусловлено от 5,9 % (для белорусов) до 9,7 % (для поляков) дисперсии, что с точки зрения инкрементного F-критерия следует рассматривать как значимый вклад в детерминацию кризиса. Доля дисперсии, предсказываемая конфликтом ценностей самовозвышения и самотрансценденции (3,7 % для белорусов, 8,2 % для поляков), заметно превышает аналогичный параметр для конфликта ценностей консерватизма и открытости изменениям (2,2 % для белорусов, 1,5 % для поляков). Данная тенденция в равной степени присуща белорусам и полякам, а значит, характеризуется культурной инвариантностью. На этом основании гипотезу о том, что конфликт смыслообразующих ценностей «самовозвышение» и «самотрансценденция» является более кризисогенным в развитии личности, можно считать доказанной.

Частота возникновения ситуаций, обостряющих противоречия между конфликтными ценностями, выступает значимой детерминантой смысложизненного кризиса в личностном развитии и белорусов ($\beta = 0,16$, $p < 0,01$), и поляков ($\beta = 0,12$, $p < 0,05$). Эта переменная вносит уникальный вклад в дисперсию показателей кризиса сверх показателей ценностного конфликта. Его величина колеблется в диапазоне от 1,8 % в белорусской выборке до 2,8 % в польской выборке и в обоих случаях может быть признана весомой прибавкой по инкрементному F-тесту ($p = 0,011 \sim 0,007$). Полученные результаты подтверждают исследовательскую гипотезу и позволяют констатировать, что жизненные ситуации, которые ставят личность перед необходимостью выбора одной из некоторого множества конфликтных ценностей, провоцируют смысложизненный кризис либо интенсифицируют его течение.

Самым сильнодействующим фактором кризиса для белорусов ($\beta = -0,55$, $p < 0,001$) и поляков ($\beta = -0,64$, $p < 0,001$) оказалась неудовлетворенность жизнью, которую следует трактовать как форму субъективного переживания личности по поводу непродуктивности реализации смысла в жизни. Эта переменная дополнительно предсказывает от 28,3 % до 40,6 % дисперсии показателей смысложизненного кризиса, что является весьма значимым приростом к уровню объяснительных возможностей предыдущей модели ($p = 0,000$). Следует отметить, что с введением в регрессионную модель пере-

менной «удовлетворенность жизнью» ценностные конфликты не утрачивают свою самостоятельную предсказательную силу. Это означает, что они порождают кризис не только посредством снижения продуктивности самореализации личности, но и за счет каких-то других «промежуточных» факторов, которые не охвачены дизайном настоящего исследования. В этой связи в первоначальную формулировку гипотезы исследования должно быть внесено уточнение, а именно: влияние конфликтного смысла жизни на переживание кризиса *частично* опосредовано неудовлетворенностью жизнью, связанной со снижением продуктивности индивидуальной жизнедеятельности.

Данное предположение является медиаторной гипотезой, где в качестве переменной-медиатора, замыкающей связь между смысложизненным конфликтом и кризисом в развитии личности, выступает продуктивность практической реализации конфликтного смысла жизни. К сожалению, ни в психологии, ни в других науках, изучающих личность в качестве субъекта жизненного пути, не выработана система критериев для объективного измерения продуктивности целостной жизнедеятельности или отдельных ее этапов. Однако для психологического анализа не меньшую ценность представляют субъективные показатели продуктивности, которые формируются в результате самооценки личностью индивидуальной жизнедеятельности по внутренним критериям успеха-неуспеха. В этой связи в качестве переменной-посредника использовалась субъективная удовлетворенность жизнью. Общий уровень конфликтности смысла жизни испытуемого вычислялся как сумма преобразованных в Z-шкалу показателей ценностных конфликтов «самовозвышение – само-трансценденция» и «открытость изменениям – консерватизм». Гипотетическая медиаторная модель изображена на рисунке 8.

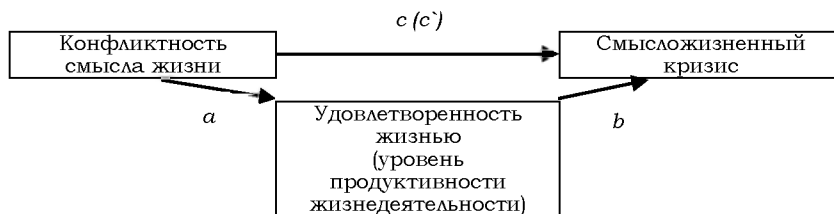


Рисунок 8 – Гипотетическая медиаторная модель

Статистическая оценка модели осуществлялась отдельно на белорусской, польской и объединенной выборке при помощи специализированных методов – параметрического теста Собея [761] и непараметрического бутстреп анализа [602]. Отмеченные на рисунке путьевые коэффициенты показывают: c – силу прямого влияния независимой переменной на зависимую переменную; a – силу влияния независимой переменной на переменную-медиатор; b – силу влияния переменной-медиатора на зависимую переменную; c' – силу влияния независимой переменной на зависимую переменную при

контроле уровня переменной-медиатора, т. е. при статистической элиминации непрямого пути влияния. Результаты медиаторного анализа представлены в таблице 43.

Таблица 43 – Результаты медиаторного анализа

Выборка	Путевые коэффициенты				Тест Собея				Бутстреп анализ			
	a	b	c	c'	a×b	SE	Z	p	a×b	SE	95 % ДИ	99 % ДИ
Белорусы	-0,19	-0,64	0,37	0,24	0,1176	0,0347	3,38	0,0007	0,1183	0,0317	0,06 –	0,04 –
Поляки	-0,26	-0,48	0,25	0,13	0,1246	0,0349	3,57	0,0004	0,1245	0,0351	0,18 0,05	0,21 –
Общая	-0,22	-0,55	0,32	0,19	0,1220	0,0245	4,97	0,0000	0,1234	0,0234	0,19 0,08	0,22 –
<i>Примечания:</i> 1) в качестве путевых коэффициентов приведены стандартизированные коэффициенты регрессии; 2) все путевые коэффициенты значимы на уровне $p < 0,05$; 3) $a \times b$ – произведение соответствующих путевых коэффициентов, отражающее силу медиаторного эффекта; 4) Z – эмпирическое значение Z -критерия Фишера; 5) 95 (99) % ДИ – 95 или 99 % доверительный интервал для значений $a \times b$.												

Полученные результаты указывают на то, что предложенная модель адекватно воспроизводит действительную структуру связей конфликтного смысла жизни, удовлетворенности жизнью и смысло-жизненного кризиса. Главный показатель медиаторного эффекта – произведение путевых коэффициентов a и b – оказался статистически значимым по итогам разных видов анализа и приближенным по значению в белорусской и польской выборках. Нулевое значение показателя $a \times b$ выходит за пределы 95 % и 99 % доверительных интервалов, рассчитанных на 5000 искусственно «размноженных» бутстреп-популяциях, что подтверждает валидность опосредующего эффекта, как минимум, на уровне $p = 0,01$. Согласно тесту Собея, как в белорусской, так и в польской выборке субъективная удовлетворенность жизнью значимо опосредует связь конфликтного смысла жизни и кризиса ($Z = 3,38 \sim 3,57$, $p = 0,0007 \sim 0,0004$). Однако если бы эта связь замыкалась только благодаря выбранному медиатору, то коэффициент непрямого пути влияния c' упал бы до нуля. В нашем случае произошло заметное снижение данного показателя, и, исходя из общей логики медиаторного анализа [530], можно вести речь о частичной медиации. Значит, стремление осуществить конфликтный смысл жизни помимо непродуктивной самореализации и неудовлетворенности жизнью создает для личности и другие психологические проблемы, которые могут быть причастны к возникновению смысложизненного кризиса. В целом же гипотезу исследования можно считать верифицированной и утверждать, что неудовлетворенность жизнью, обусловленная непродуктивной практической реализацией конфликтного смысла, является неотъемлемым «передаточным» звеном в механизме происхождения смысложизненного кризиса.

12.4. Нереалистический смысл жизни как фактор кризиса в развитии личности

Обоснование гипотезы исследования. Функционально важным свойством смысла жизни является реалистичность, психологическое содержание которой раскрыто К. А. Абульхановой, В. Э. Чудновским и А. Лэнгле. Так, по мнению К. А. Абульхановой, «с одной стороны, смысл жизни выражает притязания личности, ее стремления, потребности, с другой – является подтверждением ее реальных достижений, реальной способности выразить себя в формах жизни» [12, с. 73]. Оптимален тот смысл, в котором жизненные притязания личности соразмерны ее жизненным возможностям. Диспропорция личностных притязаний и бытийных возможностей их реализации является признаком неверного выбора и причиной утраты смысла жизни. Это можно выразить как психологическую закономерность: «слишком высокая психологическая цена, затраченная на жизненные достижения, понижает мотивацию, притязания и подрывает смысл жизни. Возможностям данной личности должна быть пропорциональна мера усилий, действий, затрат, при которой личность испытывала бы подлинную удовлетворенность, и ею питался бы дальнейший смысл ее жизни. Когда цена является слишком малой, когда успех приходит без всяких усилий со стороны личности, то личность также перестает испытывать удовлетворение, а это в свою очередь разрушает смысл ее жизни» [12, с. 74].

С точки зрения В. Э. Чудновского, реалистичность и конструктивность выступают частными аспектами такого общего свойства, как адекватность смысла жизни. Под реалистичностью подразумевается «соответствие смысла жизни, с одной стороны, наличным объективным условиям, необходимым для его реализации, с другой – индивидуальным возможностям человека», а конструктивность смысла жизни трактуется как «характеристика, отражающая степень его позитивного или негативного влияния на процесс становления личности и успешность деятельности человека» [494, с. 217].

Особое внимание свойству реалистичности смысла жизни уделяется в экзистенциально-аналитической теории А. Лэнгле. Ее автор отмечает, что при определении смысла жизни человек может совершать ошибки, поскольку в каждой жизненной ситуации перед ним расстилается множество путей, но лишь один из них является оптимальным и служит «столбовой дорогой» к осмысленной жизни. Поиск смысла жизни с неизбежностью предполагает «составление различных обстоятельств, определение их значения и ценности, отделение лучшего от худшего» [299, с. 46]. Типичные ошибки человека, которые уводят в бессмысленность, связаны с неверной оценкой собственных способностей и неумением распознать наилучшую возможность, предоставляемую жизнью. «Понятие экзистенциального смысла сводится ... к уравнению с двумя переменными. Эти переменные – условия и возможности конкретной ситуации и особенности человека, находящегося в этой ситуации. Решение будет реалистичным только тогда, когда учитываются и согласуются друг с другом обе эти переменные» [299, с. 48].

Отталкиваясь от этих положений, можно сформулировать следующее определение: *реалистичность* – это психологическое свойство индивидуального смысла жизни, которое отражает степень соотнесенности его ценностного содержания с широким кругом обстоятельств, безразличных для самореализации личности. При таком подходе реалистичность конкретизируется как *мера осуществимости, реализуемости жизненного замысла личности*. Узловой вопрос при оценке реалистичности сводится к тому, располагает ли личность необходимыми и достаточными возможностями, средствами, инструментами – одним словом, ресурсами – для преобразования своей жизни из ее текущего состояния в лучшее будущее состояние.

По сути, реалистичность смысла жизни – это уравновешенность притязаний и ресурсов личности как субъекта жизни. В понимании сущности данного свойства важная роль отводится представлению о жизненных ресурсах личности, или ресурсном потенциале субъекта жизнедеятельности. Понятие «ресурсы» в данном контексте обобщает всю совокупность вспомогательных средств, которые могут быть изысканы и использованы личностью в интересах успешной реализации смысла жизни. Иными словами, *ресурсы* – это обстоятельство, приобретающее в контексте деятельной реализации смысла жизни вспомогательное, инструментальное, служебное значение. Особенно полезные и безотказные ресурсы, значительно облегчающие реализацию смысла в жизни, зачастую превращаются для личности в *инструментальные ценности*, которые она старается не только задействовать и расходовать, но также пополнять и накапливать.

Таким образом, реалистичность – это индивидуально-психологическое свойство смысла жизни, которое определяется соотношением его предметно-ценностного содержания с качеством и количеством доступных для личности прагматических ресурсов. Реалистичным является смысл жизни, который в достаточной степени обеспечен ресурсами практической реализации, тогда как нереалистический смысл жизни характеризуется необеспеченностью этими ресурсами или недостаточным ресурсным обеспечением. С этой точки зрения аналогом реалистичности является реализуемость, осуществимость смысла жизни с учетом актуально имеющихся или потенциально доступных для личности ресурсов.

В целях продуктивной реализации смысла жизни личность втягивает в «оборот» своей жизнедеятельности самые разнообразные ресурсы – предметные условия жизни, индивидуальные возможности, собственные психические свойства и, наконец, весь репертуар деятельностей, которыми ей удалось овладеть в течение своей жизни [158; 193]. С учетом данного обстоятельства следует признать, что реалистичность – это весьма многогранное свойство смысла жизни. В существующих на сегодняшний день теоретических определениях и эмпирических исследованиях высвечиваются лишь отдельные его грани. Так, при обсуждении сущности данного свойства В. Э. Чудновский заостряет внимание на соответствии смысла жизни «с одной стороны, наличным объективным условиям, необходимым для его осуществления, с другой – индивидуальным возможностям человека» [494, с. 217].

Учитывая, что реалистичность рассматривается как регуляторно значимое свойство, в качестве одного из вариантов функциональной неоптимальности может быть выделен нереалистический смысл жизни. Его ключевой признак – недостаточная соотносительность ценностного содержания с объективными жизненными обстоятельствами и (или) с индивидуальными особенностями и возможностями личности. Будучи практически нереализуемым в жизни, нереалистический смысл превращается в причину неуспеха в ее жизнедеятельности и в источник кризиса в ее развитии. Между тем, необходимо подчеркнуть, что кризисогенность смысла жизни может быть связана не только с полной или частичной нехваткой, но и с существенным избытком ресурсов практической реализации. Она может проявляться как в чрезмерно завышенных, так и в неадекватно заниженных жизненных притязаниях соотносительно с возможностями личности и обстоятельствами жизни. Польский психолог К. Обуховский по этому поводу отмечал, что смысла, рассчитанный на легкую и скорую реализацию, не менее уязвим в функциональном плане, чем недостижимый смысл [346]. Ф. Е. Василиук также полагает, что человека «может привести в кризисное состояние и абсолютный успех, реализовавшийся до конца его жизненный замысел. Замысел, который организовывал и осмыслял всю его жизнь, воплотившись, истощается и как таковой отмирает, ставя перед человеком типично кризисную задачу поиска нового замысла и смысла жизни как целого» [78, с. 182]. Результаты эмпирических исследований свидетельствуют о том, что избыточная реалистичность, равно как и чрезмерная нереалистичность смысла жизни, провоцирует кризисы самореализации личности как субъекта жизни. Так, в исследованиях А. А. Кроника и Р. А. Ахмерова [254] и в одной из наших предшествующих работ [173] показано, что биографические кризисы смысложизненной этиологии могут происходить из ситуации, когда трудность субъективного замысла не в меру снижена по сравнению с фактическими возможностями личности. Такому замыслу гарантирована относительно легкая реализация, которая на определенное время создает ощущение осмысленности и удовлетворенности жизнью, но вместе с тем таит угрозу быстрого мотивационного истощения личности. В данной ситуации высок риск развития смысложизненного кризиса по типу кризиса опустошенности, истощенности.

Наиболее яркие, гиперболизированные примеры несостыковок смысла с реалиями жизни можно встретить в художественной литературе. В психологии же нереалистический смысл жизни и его роль в становлении личности обсуждается преимущественно в теоретическом ключе, а специальные эмпирические исследования данной проблемы практически отсутствуют. В целях восполнения данного пробела нами был предпринят цикл эмпирических исследований нереалистического смысла жизни как кризисогенного фактора в развитии личности.

Исследование 1. Выборка и методика исследования. Общая гипотеза заключалась в предположении о том, что *нереалистичность является психологическим признаком неоптимального смыс-*

ла жизни и может провоцировать переживание личностью смыслового кризиса. Она детализировалась в частных гипотезах: 1) между уровнем нереалистичности смысла жизни и интенсивностью протекания кризиса существует нелинейная зависимость, в силу которой высокая и низкая степень нереалистичности соотносится с более выраженными кризисными переживаниями, а умеренная степень нереалистичности – с менее выраженными проявлениями кризиса; 2) переживание личностью смыслового кризиса сильнее обусловлено затрудненной и неуспешной практической реализацией нереалистического смысла жизни, нежели рефлексией его несоответствия жизненным обстоятельствам и индивидуальным возможностям; 3) чем выше нереалистичность смысла жизни, тем выше субъективная (переживаемая и оцениваемая личностью) трудность его практической реализации; 4) связь нереалистического смысла жизни с кризисным состоянием опосредуется субъективным переживанием трудности реализации такого смысла.

Выборочная совокупность комплектовалась из испытуемых юношеского возраста – студентов 1–5 курсов дневной формы обучения Гродненского государственного университета имени Я. Купалы. Выбор данного возрастного контингента был продиктован тем, что смысл жизни в юности часто носит диффузный, идеализированный, нереалистичский характер и в дальнейшем подвергается серьезной ревизии и корректировке [541]. Привлекая к исследованию лиц юношеского возраста, мы рассчитывали, что на такой выборке связь нереалистического смысла жизни с переживаниями смыслового кризиса проявится наиболее выпукло. Совокупный объем выборки (после выбраковки недобросовестно заполненных диагностических пакетов) составил 191 человек в возрасте от 17 лет до 21 года (средний возраст – 18,6), в том числе 48 юношей и 143 девушки. Сбор эмпирического материала производился с помощью следующих методик: 1) *Опросник смыслового кризиса* (в отношении выборочного контингента настоящего исследования опросник продемонстрировал приемлемую надежность измерений: $\alpha_{\text{Кронбаха}} = 0,91$, $\text{ГСПирмена-Брауна} = 0,88$, $\text{ГГутмана} = 0,87$) [176; 177]; 2) *Источники смысла жизни* (модификация методики для измерения реалистичности-нереалистичности смысла жизни представлена в [171; 173]). На основании полученных ответов подсчитывались три диагностических показателя: индекс нереалистичности смысла жизни № 1 ($\text{IND}_{\text{нр1}}$); индекс нереалистичности смысла жизни № 2 ($\text{IND}_{\text{нр2}}$); индекс трудности реализации смысла жизни ($\text{IND}_{\text{тр}}$).

Результаты исследования и их интерпретация. Прежде всего был проведен непараметрический корреляционный анализ. Его результаты свидетельствуют о том, что острота кризисных переживаний нарастает вместе с повышением уровня нереалистичности смысла жизни и субъективной трудности его практической реализации. В свою очередь, субъективная трудность реализации обнаруживает умеренную положительную корреляцию с нереалистичностью смысла жизни ($\text{IND}_{\text{нр2}}$), определяемой по интенсивности практической реализации смыслового кризиса в настоящем

($R = 0,30$, $p \leq 0,001$). На уровне статистической тенденции также наметилась положительная корреляция субъективной трудности реализации и нереалистичности смысла жизни (IND_{np1}), определяемой по оценкам личностной значимости смысложизненных ценностей в настоящем ($R = 0,14$, $p = 0,061$). Этим подтверждается третья частная гипотеза, предполагающая прямую взаимосвязь уровня нереалистичности смысла жизни и субъективно переживаемой трудности его реализации. Несмотря на то, что индексы нереалистичности оказались взаимосогласованными ($R = 0,38$, $p \leq 0,001$), второй индекс, основанный на оценках практической реализации смысла жизни, сильнее коррелирует с выраженностью кризисной феноменологии ($R = 0,36$, $p \leq 0,001$), чем первый индекс, основанный на рефлексии значимости источников смысла жизни и их соответствия жизненным обстоятельствам ($R = 0,16$, $p \leq 0,05$). Сравнение коэффициентов корреляции по двустороннему Z -критерию Фишера показало, что теснота корреляционных связей различается на статически достоверном уровне ($p = 0,03$). Это доказывает вторую частную гипотезу и позволяет утверждать, что возникновение и обострение кризисных переживаний в большей мере зависит от попыток осуществления личностью нереалистического смысла в реальной жизни, чем от осознания его несоответствия жизненным обстоятельствам и индивидуальным возможностям.

Именно повседневная жизнедеятельность, а не биографическая рефлексия, служит в качестве основного способа проверки смысла на адекватность реальной жизни. Данный вывод созвучен тезису экзистенциальных психологов о том, что поиск смысла жизни – это скорее процесс практической деятельности, чем рационального познания [299; 468; 516]. Бесспорно, «осознание, осмысление биографического, жизненного опыта личности может служить ... той базой, опираясь на которую человек ищет и раскрывает смыслы своей жизни» [146, с. 261], но найденные смыслы опробуются на соответствие объективным жизненным условиям посредством практической деятельности. Сталкиваясь с объективной логикой жизни, заданной реальными обстоятельствами и индивидуальными возможностями личности, практическая деятельность как бы обнажает и дискредитирует в его содержании то, что является нежизненным, оторванным от действительности.

Первая частная гипотеза исследования проверялась методом однофакторного дисперсионного анализа, где в качестве независимой переменной использовался уровень нереалистичности смысла жизни (IND_{np2}), а качестве зависимой – интенсивность переживания смысложизненного кризиса. Представленные в таблице 44 результаты говорят о том, что группы испытуемых с низким, средним и высоким уровнем нереалистичности смысла жизни существенно дифференцируются по выраженности кризисной симптоматики. Иначе говоря, нереалистический смысл жизни является значимой детерминантой переживания личностью смысложизненного кризиса. Между тем, при низком и среднем уровне нереалистичности смысла жизни говорить о наличии кризиса не приходится, поскольку усредненные значения соответствующих групп попадают в диапазон

средних значений выборки стандартизации для опросника смысло-жизненного кризиса. От кризиса страдают испытуемые с высоким уровнем нереалистичности смысла жизни, т. к. их среднегрупповой показатель заметно превышает порог критических значений для выборки стандартизации (113 баллов) и на статистически достоверном уровне превосходит средние значения групп с низким ($p = 0,001$) и средним ($p = 0,000$) уровнем нереалистичности смысла жизни.

Таблица 44 – Результаты однофакторного дисперсионного анализа

Зависимая переменная	Критерий Фишера	Тест Ливена	Средние значения в группах с разным уровнем нереалистичности смысла жизни			Post hoc сравнения средних значений групп по критерию t-Шеффе (p)		
			низкий	средний	высокий	H↔C	H↔B	C↔B
Смысло-жизненный кризис	F = 16,3 p = 0,000	F = 0,13 p = 0,87	103,56	100,71	121,59	0,75	0,001	0,000

Зависимость силы кризиса от уровня нереалистичности смысла жизни по своей форме близка к U-образной кривой. Интересно то, что в группе с умеренно нереалистичным смыслом жизни кризис проявляется слабее ($M = 100,7$), чем в группе с реалистичным смыслом жизни ($M = 103,6$), хотя межгрупповые различия по критерию t-Шеффе и не дотягивают до принятого уровня статистической значимости. Отсюда можно заключить, что умеренная степень нереалистичности смысла жизни производит своеобразный «антикризисный» эффект и способствует психологическому благополучию личности. Функционально оптимальным является не тот смысл, который полностью приспособлен к фактическим условиям жизни и наличным возможностям личности, а тот, который создает преодолимые, посильные противоречия между действительным и желаемым в жизни и намечает зону перспективного развития возможностей личности. Такой смысл жизни должен быть нереалистичным ровно настолько, насколько это необходимо для порождения противоречий, активизирующих личностный рост и побуждающих личность действовать «поверх» своих наличных возможностей. Напротив, отличительной чертой неоптимального смысла жизни является такая степень оторванности от реалий жизни, при которой назревающие противоречия превращаются в деструктивные внутриличностные конфликты («хочу, но не могу», «могу, но не хочу», тормозящие развитие и угнетающие жизненную активность личности.

Для проверки четвертой гипотезы, утверждающей, что взаимосвязь нереалистического смысла жизни и смысло-жизненного кризиса опосредуется субъективно переживаемой трудностью практической реализации такого смысла, была построена регрессионная модель. Согласно существующим рекомендациям [530], она включала три серии множественной регрессии: 1) анализ изолированного влияния нереалистичности смысла жизни на субъективную трудность его реализации личностью; 2) анализ изолированного влияния нереалистичности смысла жизни на интенсивность переживания лично-

стью кризиса; 3) анализ совместного влияния нереалистичности смысла жизни и субъективной трудности его реализации на интенсивность переживания личностью кризиса. В качестве контрольных переменных в каждой серии задействовались пол и возраст испытуемых. Результаты множественного регрессионного анализа приведены в таблице 45.

Таблица 45 – Результаты множественного регрессионного анализа

Независимая переменная	Зависимая переменная	β	T	p
Серия 1: $R = 0,33$, $R^2 = 0,11$, $F(3, 187) = 7,69$, $p < 0,00007$				
Уровень нереалистичности смысла жизни (IND_{np2})	Субъективная трудность реализации смысла жизни (IND_{tp})	0,28	4,13	0,000054
Серия 2: $R = 0,36$, $R^2 = 0,13$, $F(3, 187) = 9,6$, $p < 0,00001$				
Уровень нереалистичности смысла жизни (IND_{np2})	Смысложизненный кризис	0,35	5,05	0,000001
Серия 3: $R = 0,50$, $R^2 = 0,25$, $F(2, 188) = 32,82$, $p < 0,00000$				
Уровень нереалистичности смысла жизни (IND_{np2})	Смысложизненный кризис	0,24	3,65	0,000329
Субъективная трудность реализации смысла жизни (IND_{tp})		0,38	5,77	0,000000

Опосредующий эффект признавался статистически достоверным при соблюдении двух условий: β -коэффициенты уровня нереалистичности смысла жизни в первых двух сериях и β -коэффициент уровня субъективной трудности реализации смысла жизни в третьей серии должны быть значимы, а значение β -коэффициента уровня нереалистичности смысла жизни в третьей серии должно быть меньше, чем во второй. Построенная регрессионная модель удовлетворяет этим условиям и позволяет констатировать, что нереалистичный смысл жизни обуславливает переживание смысложизненного кризиса в том случае, если он оказывается трудноосуществимым или неосуществимым для личности. Учет субъективного восприятия затруднений, которые неизбежно возникают при осуществлении нереалистичного смысла жизни, фактически в два раза увеличивает объяснительные и прогностические возможности регрессионной модели (с 13 до 25 % дисперсии зависимой переменной). Вместе с тем, в третьей серии анализа значение β -коэффициента для нереалистичного смысла жизни не обнуляется и не теряет статистической значимости, хотя заметно падает по сравнению со второй серией. Это может указывать на наличие латентных переменных, которые опосредуют влияние нереалистичного смысла жизни на тяжесть и глубину кризисного состояния, однако их анализ выходит за рамки настоящего исследования.

Из результатов регрессионного анализа напрашивается вывод о том, что кризисогенный характер нереалистичного смысла определяется объективно существующими и болезненно переживаемыми затруднениями, которые возникают при попытках его реализации в

повседневной жизни. Зачастую они являются непреодолимыми для личности и резко снижают ее шансы на продуктивную самореализацию. Это разрушает психологический механизм, поддерживающий достаточный для бескризисного развития личности уровень осмысленности жизни. В структуре данного механизма функцию подкрепляющей обратной связи обеспечивают субъективные переживания удовлетворенности жизнью, базирующиеся на оценках продуктивности и прогресса в осуществлении смысла жизни. Нормальное функционирование личности в роли субъекта жизни «подпитывается» этими позитивными переживаниями, а если она лишается этой «подпитки», то закономерно происходит функциональный срыв, который обозначается понятием смысложизненного кризиса.

Исследование 2. Выборка и методика исследования. В отношении к предыдущему поисковому исследованию настоящее исследование носит *воспроизводящий, уточняющий и дополняющий характер*. Оно охватывает более объемную и гетерогенную по возрасту и социально-демографическим признакам выборку испытуемых и опирается на более мощные методы статистического анализа данных.

Общая гипотеза заключалась в предположении о том, что *реальность-нереальность является функционально значимым свойством, которое существенно определяет меру оптимальности смысла жизни и обуславливает предрасположенность личности к переживанию смысложизненного кризиса*. Это общее предположение конкретизировалось в ряде частных гипотез: 1) *существует прямая линейная зависимость трудности реализации смысла жизни от степени его нереальности: с ростом нереальности смысла жизни трудность его практической реализации повышается*; 2) *существует обратная линейная зависимость субъективной удовлетворенности жизнью от трудности реализации ее смысла: чем выше трудность реализации смысла, тем ниже субъективная удовлетворенность жизнью*; 3) *существует криволинейная зависимость субъективной удовлетворенности жизнью от нереальности смысла: наивысшая удовлетворенность достигается при промежуточной степени нереальности, тогда как высокая степень реалистичности или нереальности снижает удовлетворенность жизнью*; 4) *интенсивность переживания кризиса зависит от нереальности смысла жизни криволинейно: функционально оптимальному (не провоцирующему кризис) смыслу жизни свойственна умеренная нереальность, в то время как неоптимальному (кризисогенному) смыслу жизни – крайние степени реалистичности и нереальности*; 5) *интенсивность переживания кризиса зависит от трудности реализации смысла жизни криволинейно: кризис выражен слабее при среднем уровне, чем при низком и высоком уровне трудности*; 6) *нереальность смысла жизни влияет на выраженность кризисного состояния независимо от уровня общей осмысленности жизни, т. е. является функционально автономной детерминантой смысложизненного кризиса*; 7) *кризисогенное воздействие нереалистического смысла жизни на развитие личности опосредуется трудностью его практической*

реализации и снижением продуктивности жизнедеятельности, не-реализуемым в форме субъективной неудовлетворенности жизнью.

В целях проверки выдвинутых гипотез было проведено эмпирическое исследование, охватившее выборку численностью 262 человека в возрасте от 18 до 57 лет, в том числе 113 мужчин и 149 женщин. В качестве испытуемых привлекались работники государственных учреждений здравоохранения и образования, сотрудники торгового предприятия, а также студенты дневной формы обучения вузов г. Гродно. Выборочная совокупность была гетерогенной по социально-демографическим (статусным) характеристикам испытуемых: уровню оконченого образования, семейному положению, размеру ежемесячного дохода в денежном эквиваленте. Сбор эмпирических данных осуществлялся с помощью следующих методик (в порядке предъявления испытуемым): 1) *Опросник смысложизненного кризиса* [176; 177]; 2) *Шкала удовлетворенности жизнью Э. Динера* [348]; 3) *Шкала «Цель в жизни» опросника «Шкалы психологического благополучия» К. Рифф*, которая диагностирует общий уровень осмысленности жизни испытуемого [367]; 4) *Источники смысла жизни* (модификация методики для измерения реалистичности-нереалистичности смысла жизни представлена в [171; 173]). На основе полученных ответов вычислялись индексы трудности реализации смысла жизни и нереалистичности смысла жизни. Четыре базовых индекса отражают разные грани нереалистичности смысла жизни испытуемого: «значимость – соответствие индивидуальным особенностям и возможностям» ($IND_{нр1}$), «значимость – согласованность с реальными условиями и обстоятельствами жизни» ($IND_{нр2}$), «стремление реализовать – соответствие индивидуальным особенностям и возможностям» ($IND_{нр3}$), «стремление реализовать – согласованность с реальными условиями и обстоятельствами жизни» ($IND_{нр4}$). Посредством сложения базовых показателей определялись композитные и интегральный индексы нереалистичности смысла жизни. Композитные индексы отражают нереалистичность смысла жизни, которая проявляется по отношению к предметным условиям жизни ($IND_{нрж} = IND_{нр2} + IND_{нр4}$) и индивидуальным возможностям и особенностям личности ($IND_{нрл} = IND_{нр1} + IND_{нр3}$); в плоскости рефлексивного сознания ($IND_{нрр} = IND_{нр1} + IND_{нр2}$) и в контексте практической деятельности ($IND_{нрд} = IND_{нр3} + IND_{нр4}$). Интегральный индекс ($IND_{нри}$) определяется как сумма значений четырех базовых индексов и отражает общий уровень нереалистичности смысла жизни. Чем больше величина базового, композитного или интегрального индекса, тем более нереалистичным является смысл жизни испытуемого.

Результаты исследования и их интерпретация. Первоначально при помощи множественной регрессии был осуществлен статистический контроль психологических переменных на статусные переменные. Все последующие виды анализа проводились на проконтролированных значениях, в качестве которых выступали нестандартизованные остатки, отражающие долю дисперсии психологических переменных, не обусловленную влиянием пола, возраста, полученного образования, семейного положения и личного дохода

испытуемого. Первым был проведен корреляционный анализ связей между психологическими переменными исследования (таблица 46).

Таблица 46 – Результаты корреляционного анализа

Пере- мен- ные	СЖК	УД	ОЖ	IND _{пр1}	IND _{пр2}	IND _{пр3}	IND _{пр4}	IND _{прР}	IND _{прД}	IND _{прЛ}	IND _{прЖ}	IND _{прИ}
УД	-0,41										
ОЖ	-0,53	0,30									
IND _{пр1}	0,27	-0,33	-0,27								
IND _{пр2}	0,29	-0,40	-0,29	0,66							
IND _{пр3}	0,11	-0,10	-0,19	0,46	0,30						
IND _{пр4}	0,28	-0,24	-0,25	0,56	0,66	0,72					
IND _{прР}	0,22	-0,19	-0,24	0,55	0,53	0,92	0,94				
IND _{прД}	0,36	-0,43	-0,32	0,88	0,91	0,40	0,67	0,59			
IND _{прЛ}	0,27	-0,27	-0,28	0,81	0,53	0,87	0,76	0,87	0,74		
IND _{прЖ}	0,31	-0,34	-0,29	0,66	0,89	0,59	0,93	0,83	0,85	0,72	
IND _{прИ}	0,31	-0,33	-0,31	0,78	0,78	0,77	0,92	0,91	0,86	0,91	0,94
IND _{пр}	0,14	-0,38	-0,15	0,24	0,24	0,19	0,23	0,23	0,25	0,23	0,26	0,26

Примечания:
 1) курсивом выделены статистически не значимые корреляции ($p > 0,05$, при $n = 262$);
 2) СЖК – смысловознанный кризис, УД – удовлетворенность жизнью,
 ОЖ – осмысленность жизни.

Структура корреляционных связей между основными психологическими переменными оказалась в целом предсказуемой и подтверждающей результаты предшествующего поискового исследования. Интенсивное переживание кризиса сопряжено с резким падением уровня общей осмысленности жизни ($r = -0,53$, $p = 0,000$) и ярко выраженной неудовлетворенностью жизнью ($r = 0,41$, $p = 0,000$). Тяжесть субъективных и поведенческих признаков кризиса возрастает вместе с увеличением степени нереалистичности смысла индивидуальной жизни ($r = 0,14 \sim 0,36$, $p \leq 0,05$). При этом интегральный и композитные показатели более тесно ассоциированы с кризисным состоянием, чем базовые индексы нереалистичности. Расхождение с результатами предыдущего исследования состоит в том, что взаимосвязь кризисной феноменологии и субъективной трудности реализации смысла жизни проявилась на уровне слабой корреляционной зависимости ($r = 0,15$, $p = 0,02$). Весьма показательно, что принятие и осуществление нереалистического смысла жизни сопровождается дефицитом осмысленности ($r = -0,15 \sim -0,32$, $p = 0,02 \sim 0,000$) и удовлетворенности жизнью ($r = -0,16 \sim -0,40$, $p = 0,01 \sim 0,000$). Попыткам его воплощения в жизненную действительность сопутствуют достаточно острые переживания трудности, блокады, барьерности ($r = 0,19 \sim 0,26$, $p = 0,01 \sim 0,000$). Все это говорит о том, что нереалистический смысл жизни неполноценно выполняет свои регулирующие функции в жизнедеятельности личности, т. е. является вариантом функционально неоптимального смысла жизни. В общем, результаты корреляционного анализа убеждают в правильности предположений о характере связей между основными переменными исследования и позволяют перейти к оценке направленности и формы этих связей, которые оговорены в гипотезах 1–5.

Проверка этих гипотез производилась простым регрессионным анализом по следующему алгоритму: на первом этапе тестировалась модель, в которой связь зависимой и независимой переменной задана в форме линейной зависимости; на втором этапе – модель, в которой искомая связь задана в форме криволинейной (квадратичной, «параболической») зависимости. Разность объема объяснимой дисперсии (ΔR^2) между этими моделями оценивалась посредством инкрементного F-теста Фишера. Предпочтение той или иной модели отдавалось на основании двух критериев: во-первых, размера и статистической значимости прироста объяснимой дисперсии при введении в регрессионную модель квадрата независимой переменной и, во-вторых, статистической достоверности коэффициента квадратного члена в регрессионном уравнении. Результаты множественной регрессии отражает таблица 47.

Таблица 47 – Результаты простого регрессионного анализа

Переменные		Параметры модели							Инкрементный F-тест		
Независимая	Зависимая	Линейная модель			Квадратичная модель				ΔR^2	F	p
		R ²	F	B (x)	R ²	F	B (x)	B (x ²)			
Нереалистичность СЖ (IND _{нрj})	Трудность реализации СЖ (IND _{тp})	0,05	16,3***	0,49	0,066	9,18***	0,44	0,16	0,007	1,95	0,16
Трудность реализации СЖ (IND _{тp})	Удовлетворенность жизнью	0,14	44,1***	-2,02	0,154	23,57***	-2,13	-0,39	0,009	2,36	0,11
Нереалистичность СЖ (IND _{нрj})	Удовлетворенность жизнью	0,11	32,0***	-0,94	0,217	35,83***	-0,78	-0,32	0,107	35,34	0,000
Нереалистичность СЖ (IND _{нрj})	Смысло-жизненный кризис	0,10	28,5***	2,09	0,362	73,55***	1,50	1,11	0,263	106,92	0,000
Трудность реализации СЖ (IND _{тp})	Смысло-жизненный кризис	0,02	5,02*	1,71	0,112	16,33***	2,61	2,96	0,093	27,14	0,000

Примечания: 1) жирным цветом выделены статистически значимые коэффициенты регрессии ($p \leq 0,05$); 2) * - $p \leq 0,05$, *** $p \leq 0,001$.

Данные указывают на то, что трудность реализации смысла жизни возрастает линейным образом по мере повышения общего уровня его нереалистичности, а субъективная удовлетворенность жизнью «гает» пропорционально увеличению трудности реализации смысложизненных ценностей личности. В обоих случаях дополнение уравнения регрессии квадратным членом не дает существенной прибавки объяснимой дисперсии зависимой переменной, а сам квадратный член не является статистически значимым. Иначе дело

обстоит с формой взаимосвязи переменных, которые предусмотрены гипотезами 3–5. Квадратичные модели, построенные в соответствии с логикой данных гипотез, по своим объяснительным возможностям значимо превосходят линейные модели ($\Delta R^2 = 0,093 \sim 0,263$, $p = 0,000$). Так, зависимость жизненной удовлетворенности от общего уровня нереалистичности смысла жизни принимает вид параболы, ветви которой направлены вниз (Ω -образная форма), поскольку в данном случае регрессионный коэффициент при квадратном члене отрицательный. Значит, самая высокая удовлетворенность жизнью достигается при умеренной нереалистичности смысла жизни, тогда как крайние степени реалистичности и нереалистичности соответствуют сниженной удовлетворенности. Зависимость силы кризиса от нереалистичности и трудности реализации смысла жизни можно изобразить в виде параболы, ветви которой обращены вверх (U -образная форма), так как коэффициент регрессии при квадратном члене положительный. Следовательно, наиболее бурное и глубокое течение смысложизненного кризиса можно зафиксировать тогда, когда смысл жизни абсолютно реалистичен и легок для реализации либо предельно нереалистичен и практически неосуществим. На основании полученных результатов частные гипотезы исследования 1–5 могут считаться доказанными.

Для доказательства шестой гипотезы применялся иерархический регрессионный анализ, техника которого состоит в пошаговом введении предикторов в регрессионную модель и статистической оценке дельты объяснимой дисперсии. В нашем случае последовательно строились три регрессионные модели, различающиеся набором предикторов смысложизненного кризиса. Первая модель включала показатель осмысленности жизни; во второй модели к нему присоединялся интегральный показатель нереалистичности смысла жизни; в третьей модели к ранее введенным предикторам добавлялся квадрат интегрального индекса нереалистичности смысла жизни. Такая последовательность шагов позволяет ответить на вопрос, вносит ли нереалистичность смысла жизни собственный вклад в детерминацию кризиса сверх того вклада, который обусловлен общим уровнем осмысленности жизни. Результаты иерархического регрессионного анализа отражены в таблице 48.

Таблица 48 – Результаты иерархического регрессионного анализа

Предикторы	Модель 1		Модель 2		Модель 3	
	β	t	β	t	β	t
Осмысленность жизни	-0,53***	-10,17	-0,48***	-8,88	-0,38***	-7,94
Нереалистичность СЖ (IND _{нрj})			0,16**	3,04	0,12**	2,56
Нереалистичность СЖ (IND _{нрj}) ²					0,43***	9,47
Параметры модели	R = 0,53, R ² = 0,285, F (1, 260) = 103,48, p = 0,000		R = 0,55, R ² = 0,309, F (2, 259) = 57,99, p = 0,000		R = 0,69, R ² = 0,488, F (3, 258) = 81,84, p = 0,000	
Инкрементный F-тест	Модель 1×2: $\Delta R^2 = 0,025$, F (1, 259) = 9,23, p = 0,003			Модель 2×3: $\Delta R^2 = 0,178$, F (1, 258) = 89,78, p = 0,000		
<i>Примечания:</i> 1) * $p \leq 0,05$, ** $p \leq 0,01$, *** $p \leq 0,001$; 2) β - стандартизированный регрессионный коэффициент; t - критерий Стьюдента.						

Базируясь на полученных результатах, наибольший риск возникновения смысложизненного кризиса можно прогнозировать для людей, испытывающих острый дефицит смыслообразующих ценностей в собственной жизни либо ориентирующихся на ценности, которые плохо согласованы с их индивидуальными возможностями, личностными особенностями и предметными обстоятельствами жизни. В целом этот прогноз характеризуется высокой статистической надежностью ($R^2 = 0,49$, $F(3, 258) = 81,84$, $p = 0,000$). В контексте выдвинутой гипотезы особенно важен тот факт, что интегральный индекс нереалистичности смысла жизни и его квадрат вносят уникальные вклады в детерминацию смысложизненного кризиса при статистическом контроле общего уровня осмысленности жизни. Нереалистичность смысла жизни дополнительно объясняет 20,3 % вариации показателей кризиса, распределенных между линейным членом ($\Delta R^2 = 0,025$, $F(1, 259) = 9,23$, $p = 0,003$) и квадратным членом ($\Delta R^2 = 0,178$, $F(1, 258) = 89,78$, $p = 0,000$). Значимый положительный коэффициент при квадратном члене ($\beta = 0,43$, $p = 0,000$) свидетельствует о том, что личности для устойчивого, бескризисного развития необходима умеренная степень нереалистичности смысла жизни. Результаты иерархической регрессии подтверждают шестую гипотезу исследования и позволяют заключить, что нереалистичность смысла жизни является функционально независимой детерминантой смысложизненного кризиса, которая способна создавать кризисогенный эффект даже на фоне относительно высокого уровня общей осмысленности жизни. В этом собственно и проявляется парадоксальность кризиса неоптимального смысла жизни: несмотря на присутствие в жизни смыслообразующих ценностей, личность не может их актуализировать и осуществить, поскольку эти ценности не соотношены должным образом с жизненной реальностью, включающей и саму личность во всем разнообразии присущих ей свойств.

В свете полученных результатов кризис неоптимального смысла жизни можно рассматривать как *самореализационный кризис*, у истоков которого лежит противоречие между субъективной необходимостью и объективной невозможностью продуктивно реализовать смысл в жизни. Логично допустить, что кризисный потенциал нереалистического смысла жизни определяется тем, насколько затруднительным, проблематичным для личности оказывается его претворение, и в какой степени от этого страдает продуктивность индивидуальной жизнедеятельности. С точки зрения предполагаемой структуры связей между переменными эта гипотеза относится к классу медиаторных гипотез, где роль переменных-посредников, замыкающих детерминационную связь между нереалистическим смыслом жизни и кризисным состоянием личности, отведена трудности реализации смысла и субъективной удовлетворенности жизнью. Дополнительный вопрос коренится в том, как в описанном механизме кризисогенеза соотносятся сами переменные-медиаторы, являются они параллельно или последовательно действующими «звеньями» механизма. Гипотетическую структуру взаимосвязей между переменными изображает медиаторная модель на рисунке 9.

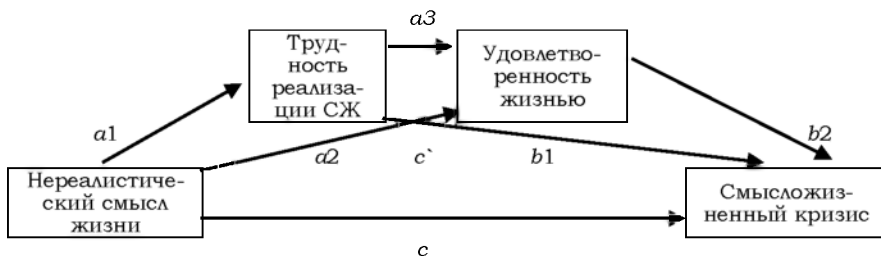


Рисунок 9 – Гипотетическая медиаторная модель

Для проверки представленной модели использовался множественный медиаторный анализ, являющийся одним из многочисленных ответвлений метода структурного моделирования. В качестве путей коэффициентов, обозначенных на рисунке 9, подсчитывались нестандартизированные регрессионные коэффициенты (B). Доверительные интервалы (CL) и стандартные ошибки (SE) для показателей опосредующих эффектов $a1 \times b1$, $a2 \times b2$, $a1 \times a3 \times b2$ определялись при помощи бутстреп анализа на 5000 искусственно «размноженных» выборках в соответствии с рекомендациями К. Причера и Э. Хэйеса [705]. Результаты множественного медиаторного анализа приведены в таблице 49.

Таблица 49 – Результаты множественного медиаторного анализа

Бутстреп анализ (на 5000 выборок)				
Путевые коэффициенты	B	SE	t	p
a1	0,14	0,03	4,41	0,000
a2	-0,70	0,16	-4,31	0,000
a3	-1,67	0,30	-5,48	0,000
b1	-0,66	0,75	-0,87	0,384
b2	-0,83	0,14	-5,71	0,000
c	2,09	0,39	5,34	0,000
c'	1,41	0,39	3,53	0,005
Опосредующие эффекты	a×b	SE	95 % CL	
Трудность реализации СЖ (a1 × b1)	-0,09	0,11	[-0,3606; 0,0781]	
Удовлетворенность жизнью (a2 × b2)	0,58	0,18	[0,2713; 0,9931]	
Трудность реализации СЖ → удовлетворенность жизнью (a1 × a3 × b2)	0,19	0,06	[0,0905; 0,3320]	
<i>Примечания:</i> B – нестандартизированный регрессионный коэффициент; a × b – эмпирическое значение медиаторного эффекта; SE – стандартная ошибка; 95 % CL – верхняя и нижняя границы 95 % доверительного интервала; t – критерий Стьюдента; p – уровень значимости.				

Они свидетельствуют о том, что трудность реализации сама по себе не является «проводником» кризисных влияний, которые нереалистичный смысл жизни оказывает на развитие личности, но выступает значимым передаточным звеном в причинно-следственной цепи, где в качестве второго медиатора фигурирует удовлетворен-

ность жизнью. В то же время удовлетворенность жизнью демонстрирует значимый медиаторный эффект не только в связи с трудностью реализации смысла жизни, но и независимо от нее. Следовательно, чтобы нереалистический смысл жизни в полной мере проявил свой кризисный потенциал, личность должна «упереться» в повседневной жизнедеятельности в «стену» непреодолимых трудностей и непроходимых препятствий, из-за которых значительно снизится темп и результативность самореализации. Если же осуществления смысла жизни сопутствуют посильные, преодолимые затруднения, которые не блокируют самореализацию личности и не губят чувство удовлетворенности жизнью, то кризис маловероятен даже при условии нереалистичности этого смысла.

Таким образом, кризисогенное влияние нереалистического смысла во многом объясняется его затрудненной и непродуктивной реализацией в повседневной жизни. Вслед за падением продуктивности и угасанием темпов индивидуальной жизнедеятельности закономерно замедляется динамика развития личности как субъекта жизни. Останавливаясь на недостигнутом, застревая на нереализованном, личность постепенно увязает и погружается в «трясину» кризиса. Но кризис несет в себе не только страдания, риск дезадаптации и деформации личности. Конструктивная функция кризиса заключается в том, чтобы трансформировать содержание и структуру нереалистического смысла и открыть новые горизонты для его воплощения в жизни.

Исследование 3. Выборка и методика исследования. В двух предшествующих исследованиях реалистичность анализировалась как мера осуществимости, реализуемости смысла жизни с учетом предметных условий жизни, индивидуальных возможностей и индивидуально-психологических особенностей самой личности. Здесь в ее теоретическое понимание и эмпирическое измерение были введены сразу три разновидности ресурсов, которые, тем не менее, полностью не исчерпывают ресурсную базу субъекта жизни. Из анализа выпала важнейшая категория ресурсов, обеспеченность которыми выступает едва ли не ведущим критерием реалистичности смысла жизни. Речь идет об операционально-технических, инструментально-исполнительских ресурсах, связанных с широтой и богатством доступных для личности видов деятельности. Цель настоящего исследования заключается в том, чтобы на теоретическом и эмпирическом уровне проанализировать кризисогенную роль противоречий, складывающихся между смыслом жизни и деятельностными, операционально-техническими возможностями его реализации.

В структуре любой человеческой деятельности, от самой простой до самой сложной и разветвленной, можно вычлениить две взаимосвязанные стороны – мотивационно-смысловую и операционально-техническую [27; 61; 507]. Жизнедеятельность, будучи интегративной формой человеческой деятельности, в этом отношении не составляет никакого исключения. Ее мотивационно-смысловая сторона конституируется смыслом жизни и производными от него смысловыми структурами, которые осуществляют побудительную регуляцию познавательного и практического взаимодействия личности с

обстоятельствами собственной жизни. Ее операционально-техническая сторона представлена набором деятельностей, которые личностно используют в качестве операциональных средств реализации смысла жизни. Становление и развитие личности в качестве субъекта жизни во многом определяется движущими противоречиями, которые рождаются в отношениях между смыслом жизни как собственным «мотивом» жизнедеятельности, и совокупностью деятельностей как операционально-техническим «инструментарием» жизнедеятельности. Эти же самые противоречия лежат у истоков смыслжизненных кризисов личностного развития в зрелом возрасте.

На сегодняшний день в психологической науке еще очень слабо освещены закономерности зарождения и вызревания противоречий внутри целостной жизнедеятельности личности, а также механизмы перехода этих противоречий в различные виды смыслжизненного кризиса. Главная особенность периода взрослости заключается в том, что состав и композиция видов деятельности, которые занимают важное или даже ведущее место в структуре целостной жизнедеятельности, заданы самой личностью как субъектом жизни. В отличие от периода детства, где виды ведущей деятельности жестко привязаны к определенной возрастной стадии и локализованы в определенной сфере жизни, а их смены – социально регламентированы, зрелая личность сама определяет порядок чередования разных дел и занятий во времени и пространстве собственной жизни. Принципиальный критерий для включения каждой отдельной деятельности в структуру жизнедеятельности – это ее операциональный смысл, т. е. инструментальное значение при осуществлении личностью смысла своей жизни. Ведущей в развитии зрелой личности и доминирующей в структуре индивидуальной жизнедеятельности является та деятельность, которая выполняет наибольшую нагрузку по реализации смысла жизни. Именно ею личность дорожит и стремится заполнить пространство-время собственной жизни, именно она может оставаться постоянной на протяжении всей самостоятельной жизни.

Противоречия мотивационно-смысловой и операционально-технической сторон деятельности являются общепсихологическими и всевозрастными: «Несоответствие потребностно-мотивационной и операционально-технической сторон есть выражение общего, движущего (т. е. неустранимого) противоречия развития личности, а не следствие лишь какого-либо одного (в данном случае начального) периода жизни человека» [61, с. 112]. Отсутствие видимых сдвигов и периодических смен одного вида деятельности другим совершенно не означает, что деятельность лишена динамики, не генерирует движущих противоречий и не может быть источником кризисов личностного развития. Б. С. Братусь справедливо подчеркивает, «для того чтобы понять малоизученные кризисы взрослой жизни, необходимо обратиться к анализу движения самих личностно значимых деятельностей и возникающих здесь внутренних противоречий, а не искать эти противоречия только в оппозиции одних деятельностей к другим» [61, с. 113].

Эти общепсихологические положения в полной мере применимы для анализа смысложизненного кризиса в развитии личности, спровоцированного принятием и попытками реализации нереалистического смысла жизни. Одним из проявлений нереалистичности выступает несоответствие содержания смысла жизни операционально-техническим возможностям его воплощения, необеспеченность деятельностными средствами и способами практической реализации. Такой смысл создает противоречие между мотивационно-смысловой и операционально-технической сторонами индивидуальной жизнедеятельности. Личность попадает в ситуацию, когда сложность жизненного замысла превосходит наличные возможности преобразования обстоятельств жизни.

При условии умеренной нереалистичности смысла устранение противоречия возможно за счет наращивания операционально-технического потенциала жизнедеятельности, что предполагает совершенствование уже имеющихся и освоение новых видов деятельности. В данном случае нереалистический смысл жизни выступает как стимул развития и необходимое условие психологического благополучия личности. Однако при высокой степени нереалистичности может настать такой момент, когда расширение и обогащение операционально-технических возможностей личности уже не дает ей желаемого прироста в уровне продуктивности жизнедеятельности, не продвигает в направлении желаемого будущего. Это переломный момент развития, поскольку противоречия, навязанные нереалистичным смыслом жизни, приобретают неустранимый характер и выливаются в форму смысложизненного кризиса. Динамика противоречивых отношений между сторонами жизнедеятельности подчинена общепсихологическим закономерностям, которые можно усмотреть в развитии любой человеческой деятельности. Так, Б. С. Братусь подчеркивает, что по мере своего усложнения и возвышения мотивы деятельности начинают требовать все новых и новых операционально-технических возможностей. Рано или поздно это приводит к ситуации, «когда возможности эти исчерпываются, когда в наличии, в сфере реально доступного, не оказывается необходимых для осуществления деятельности средств, что субъективно иногда очень остро переживается как состояние неудовлетворенности, растерянности, остановки, кризиса» [61, с. 115].

Кризисное состояние личности свидетельствует о том, что противоречие между нереалистическим смыслом жизни и операционально-техническими возможностями жизнедеятельности не удастся разрешить или хотя бы нивелировать за счет расширения, обогащения этих возможностей. Чтобы привести в относительное соответствие мотивационно-смысловую и операционально-техническую сферу жизнедеятельности, остается путь психологического кризиса, в котором происходит ломка, расщепление, преобразование нереалистического смысла жизни. Кризис обычно ассоциируется с субъективно болезненными, мучительными, дискомфортными переживаниями, несообразными обстоятельствам поведенческими проявлениями и реакциями. Однако эти переживания и реакции всего лишь внешняя «аранжировка», лежащая на поверхности сознания и

поведения феноменология смысложизненного кризиса, тогда как его психологическую сущность составляют глубинные процессы содержательной переоценки и структурно-функциональной перестройки нереалистического смысла жизни. В каждом индивидуальном случае смысложизненный кризис протекает своеобразно (бурно, резко, длительно или, наоборот, сглажено, мягко, кратковременно), но при разных формах течения суть кризиса не меняется. В любых обстоятельствах он остается процессом, в результате которого на смену прежнему нереалистическому и нереализуемому смыслу приходит новый, как правило, более адекватный и осуществимый смысл. В этой связи для характеристики смысложизненного кризиса в развитии личности можно позаимствовать понятие «переходное мотивационно-потребностное состояние». Б. С. Братусь раскрывает его следующим образом: «Если обратиться к внешним проявлениям кризисных состояний, к их феноменологии, то они, в особенности начиная где-то с подросткового возраста, могут быть описаны как особые психические состояния, состояния неопределенности, как бы неопредмеченности, неструктурированности желаний субъекта, невыраженности намерений и планов, их размытости, легкой смены одного другим и т. п. Часто об этом состоянии можно сказать, что человек, находящийся в нем, жаждет (порой очень страстно) того, чего сам толком не знает, чему не может дать однозначного описания» [61, с. 117]. Указанные признаки весьма симптоматичны для смысложизненного кризиса, поскольку промежуток между дискредитацией старого и выработкой нового смысла заполнен состоянием смысловой неопределенности и «пустоты», а точнее – переживанием бессмысленности жизни.

Таким образом, реалистичность – это многомерная характеристика смысла, которая выражается в его содержательной адекватности набору деятельностей, практикуемых личностью в повседневной жизни. Каждая деятельность из этого набора потенциально может служить операциональным средством для практической реализации смысла жизни, а в совокупности они образуют операционально-техническую, инструментально-исполнительскую сторону индивидуальной жизнедеятельности. Нереалистичный смысл привносит в жизнедеятельность трудноразрешимые или в принципе неразрешимые противоречия, из которых со временем «произрастает» смысложизненный кризис. Психологическая специфика этих противоречий обусловлена отсутствием у личности операционально-технических возможностей, деятельностных средств, которые необходимы и достаточны для эффективной реализации избранного смысла. С учетом данной специфики кризисное состояние в развитии личности может быть квалифицировано как кризис нереализованности смысла жизни.

Основная гипотеза состояла в предположении о том, что *реалистичность выступает функционально значимым свойством смысла жизни, которое определяется адекватностью его содержания операционально-техническим возможностям индивидуальной жизнедеятельности*. Если это так, то далее следовало ожидать, что *переживание личностью осмысленности жизни, удовлетворенности*

жизнью и смысложизненным кризиса зависит от инструментальности (ресурсности) видов деятельности, входящих в состав индивидуальной жизнедеятельности.

Выдвинутые гипотезы проверялись в специальном эмпирическом исследовании. К исследованию было привлечено 357 человек в возрасте от 23 до 59 лет (средний возраст – 36 лет), в том числе 199 женщин и 158 мужчин. На момент обследования 229 испытуемых имели семью, 128 – были холостыми или овдовевшими; 234 – воспитывали детей, 123 – не имели детей; 16 – имели общее базовое или среднее образование (на базе 9-ти или 11-ти классов средней школы), 23 – начальное профессиональное образование (на базе профессионально-технического училища), 108 – среднее профессиональное образование (на базе техникума), 210 – высшее профессиональное образование; 113 – имели денежный доход ниже среднедушевого показателя, 244 – выше среднедушевого показателя по стране.

Сбор эмпирического материала производился посредством следующих методик (в порядке предъявления): 1) *Опросник смысложизненного кризиса* [176; 177]; 2) *Шкала удовлетворенности жизнью Э. Динера* [348]; 3) *Шкала «Цель в жизни» из опросника «Шкалы психологического благополучия» К. Рифф* [367]; 4) *Методика «Смыслометрический анализ жизнедеятельности»* – модифицированная версия методики «Источники смысла жизни», которая рассчитана на диагностику индивидуально-психологических особенностей смысла жизни, а также инструментального, операционального смысла различных видов деятельности в контексте целостной жизнедеятельности испытуемого (опубликована в [193; 207]). Методика позволяет подсчитывать показатель инструментальности каждой конкретной деятельности, присутствующей в жизни испытуемого, а также суммарный индекс инструментальности по всем видам деятельности. Он показывает, в какой степени виды деятельности, регулярно практикуемые испытуемым, служат практической реализации смысла его жизни, а значит, отражает меру реалистичности, реализуемости смысла с учетом операционально-технических возможностей индивидуальной жизнедеятельности.

Результаты исследования и их интерпретация. Как следует из ответов испытуемых, их повседневная жизнь чаще всего складывается из профессиональной, хозяйственно-бытовой, познавательной и коммуникативной деятельности. Реже всего практикуются такие виды деятельности как учебная, религиозная, эстетическая и общественно-политическая. В составе индивидуальной жизнедеятельности в среднем насчитывается 7–8 видов деятельности. Средневыборочные прямые и косвенные оценки говорят о достаточно высокой инструментальности выделенных видов деятельности в контексте практической реализации смысла жизни. Сопоставление ранжированных рядов показывает, что больше всего возможностей для реализации смысла в жизни предоставляет воспитательная, а меньше всего – общественно-политическая деятельность. Именно эти деятельности определяют «точки конвергенции» верхнего и нижнего квартилей двух ранговых раскладок, составленных на основе прямых и косвенных оценок (таблица 50).

Таблица 50 – Частота встречаемости и инструментальная значимость разных видов деятельности в составе жизнедеятельности

Виды деятельности	Частота выбора		Прямая оценка инструментальности (от 1 до 100 баллов)		Косвенная оценка инструментальности (от 5 до 35 баллов)		Согласованность прямой и косвенной оценки (г-Спирмена)
	N	%	M	SD	M	SD	
Профессиональная	341	95,5	78,73	20,89	25,17	5,35	0,59
Учебная	164	45,9	64,09	26,16	25,93	4,2	0,88
Воспитательная	242	67,7	80,29	25,02	27,75	3,91	0,86
Спортивно-оздоровительная	191	53,5	51,46	27,0	26,19	3,86	0,81
Познавательная	311	87,1	60,77	24,79	26,6	4,38	0,70
Религиозная	152	42,5	52,86	31,22	27,0	4,86	0,83
Эстетическая	140	39,2	53,97	30,03	27,64	4,58	0,86
Хозяйственно-бытовая	327	91,6	60,74	27,35	23,58	4,34	0,56
Сексуально-эротическая	210	58,8	63,39	25,96	25,88	4,55	0,84
Рекреационная	238	66,6	60,8	28,31	26,69	4,46	0,77
Общественно-политическая	31	8,7	50,03	25,16	23,72	4,37	0,85
Досуговая	233	65,2	55,61	27,97	25,81	4,86	0,79
Коммуникативная	248	69,4	59,96	26,41	26,98	4,64	0,82

Эти оценки отражают инструментальный, операциональный смысл деятельности на разных уровнях его осознания. Прямая оценка – это непосредственное суждение испытуемого о важности той или иной деятельности в его жизни, за которым может скрываться как осознание ее реального инструментального значения, операционального смысла, так и простая констатация ее трудоемкости, временного бюджета, энергозатратности, социальной желательности или непосредственной увлекательности. Операциональный смысл не всегда «схватывается» прямым самоотчетом и может смешиваться с оценками деятельности, которые вынесены на основе социально-нормативных критериев, статусно-ролевых требований, возрастно-половых ожиданий, а не личностно-смысловой значимости. Косвенная оценка – это выводной показатель, опосредованный развернутым анализом инструментальных отношений между смысло-жизненными ценностями и различными видами деятельности испытуемого. Этот анализ предваряется рефлексией и актуализацией самих смысло-жизненных ценностей, а потому глубже проникает в истинный операциональный смысл деятельности.

Исходя из сказанного, следует допустить возможность расхождения прямой и косвенной оценок инструментальности одного и того же вида деятельности. Так, в ранжированном ряду прямых оценок профессиональная деятельность оказалась второй по значимости, а в ряду косвенных оценок – только на 11 позиции; хозяйственно-бытовая деятельность заняла 7 ранг по прямым оценкам и в то же время последнее место по косвенным оценкам. Получается, что в прямом самоотчете испытуемые склонны преувеличивать, за-

вышать инструментальную значимость тех видов деятельности, которые поглощают огромную долю их времени, создавая видимость своей «центральности» в масштабе целой жизни. Напротив, религиозная деятельность по итогам прямых самоотчетов почти что замыкает (11 ранг), а по косвенным оценкам чуть ли не возглавляет рейтинг инструментальной значимости (3 ранг); аналогичная тенденция наблюдается в отношении эстетической деятельности – 10 ранг по прямой оценке и 2 ранг по косвенной оценке. Выходит, что в прямом самоотчете испытуемые тяготеют к занижению, приуменьшению значимости видов деятельности, которые не претендуют на большую часть временного фонда и в этой связи не воспринимаются как магистральные линии жизни. Между тем обращает на себя внимание достаточно высокая согласованность прямой и косвенной оценок инструментальности практически по всем видам деятельности ($R = 0,56 \sim 0,88, p \leq 0,001$). Это позволяет утверждать, что, оценивая важность отдельной деятельности в масштабе целой жизни, личность все-таки руководствуется более серьезными и глубокими основаниями, чем потребляемое этой деятельностью время. Таким весомым основанием собственно и является операциональный смысл деятельности в контексте практической реализации смысла индивидуальной жизни. Результаты корреляционного анализа (таблица 51) свидетельствуют о том, что уровень обеспеченности смысла жизни деятельностьюными средствами реализации находится в функциональной связи с переживанием осмысленности и удовлетворенности жизнью, а также выраженностью кризисной феноменологии. Чем выше инструментальная оснащенность смысла жизни, тем более глубокими, прочными являются чувства осмысленности жизни ($R = 0,21, p \leq 0,001$) и удовлетворенности жизнью ($R = 0,20, p \leq 0,001$). Напротив, низкая инструментальность индивидуального набора деятельностей усиливает переживание смысложизненного кризиса ($R = -0,38, p \leq 0,001$).

Таблица 51 – Результаты корреляционного анализа

Психологические переменные	СЖК	ОЖ	УЖ	ИИ
Смысложизненный кризис (СЖК)				
Осмысленность жизни (ОЖ)	-0,62***			
Удовлетворенность жизнью (УЖ)	-0,49***	0,33***		
Индекс инструментальности (ИИ)	-0,38***	0,21***	0,20***	

*Примечание: *** $p \leq 0,001$.*

Опираясь на результаты корреляционного анализа, можно предполагать, что низкий операционально-технический потенциал жизнедеятельности выступает кризисогенным фактором, который действует независимо от наличия в жизни смыслообразующих ценностей. Личность может иметь смысл в жизни, но все равно быть уязвимой для смысложизненного кризиса, если этот смысл не обеспечен деятельностьюными средствами практической реализации. Статистическая проверка данного предположения производилась с помощью

иерархического регрессионного анализа. Чтобы выявить уникальный, изолированный вклад индекса инструментальности в дисперсию показателей смысложизненного кризиса, данный индекс вводился в регрессионную модель на последнем шаге анализа при статистическом контроле статусных переменных, а также показателей осмысленности и удовлетворенности жизнью.

Результаты множественной регрессии (таблица 52) указывают на то, что более всего выраженность кризисной феноменологии зависит от дефицита смыслообразующих ценностей, о чем сигнализирует низкий уровень общей осмысленности жизни ($\beta = -0,46$), а также от отсутствия успехов в их практической реализации, о чем сигнализирует пониженный уровень субъективной удовлетворенности жизнью ($\beta = -0,26$). Кризисная феноменология «расцветает» с особой пышностью в ситуации неопределенности и (или) нереализованности смысложизненных ценностей личности.

В контексте сформулированных гипотез привлекает внимание тот факт, что реалистичность смысла жизни, оцененная в предомлении через инструментально-исполнительские возможности личности, выступает значимой предпосылкой смысложизненного кризиса. Чем меньше содержание смысложизненных ценностей сообразуется с репертуаром доступных видов деятельности, тем выше вероятность наступления и острота переживания кризиса ($\beta = -0,20$). Примечательно, что индекс инструментальности обуславливает статистически значимый прирост объяснимой дисперсии сверх того вклада, который вносит показатель общей осмысленности жизни и другие независимые переменные ($\Delta R^2 = 0,037$). Значит, в условиях содержательной нереалистичности и практической нереализуемости этих ценностей сам по себе высокий уровень осмысленности жизни не дает полной гарантии, что личность не «соскользнет» в кризисное состояние. Собственно, в этом и проявляется амбивалентная роль смысла жизни в развитии личности: с одной стороны, он может задавать внутренние основания для счастья, мотивации и любви к жизни, а с другой стороны, он может обернуться в источник душевных страданий, демотивации и горьких разочарований в жизни. Нереалистичность, равно как и другие неоптимальные содержательные и структурно-функциональные свойства, превращает смысл жизни в предпосылку кризисного развития личности.

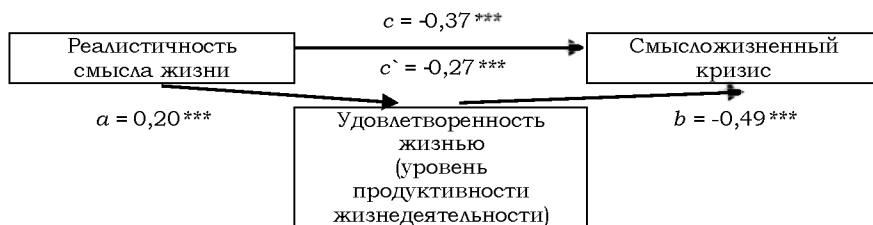
Таблица 52 – Результаты иерархического регрессионного анализа

Предикторы	β	t	p	Статистика модели
<i>Основная модель</i>				
Пол	0,003	0,076	0,94	R = 0,742, R ² = 0,551 F (9, 347) = 47,35, p = 0,000
Возраст	0,037	0,76	0,44	
Уровень образования	-0,12	-3,24	0,001	
Семейное положение	0,02	0,37	0,71	
Родительский статус	-0,05	-0,80	0,43	
Уровень дохода	-0,08	-2,12	0,034	
Осмысленность жизни	-0,46	-11,35	0,000	
Удовлетворенность жизнью	-0,26	-6,30	0,000	
Индекс инструментальности	-0,21	-5,35	0,000	
Инкрементный F-тест	$\Delta R^2 = 0,037$, F (2, 347) = 28,47, p = 0,000			

Общий механизм кризисогенеза заключается в том, что неоптимальный смысл в силу присущих ему дисфункциональных свойств дезорганизует индивидуальную жизнедеятельность и препятствует наращиванию ее продуктивности. В этом психологическом механизме сосредоточено ведущее противоречие кризисов нереализованности смысла жизни: побуждаемая и ведомая неоптимальным смыслом, личность упорно стремится к его воплощению, но ввиду резкого несоответствия смысла реальная жизнь она, как минимум, не добивается желаемого уровня реализации либо, в худшем случае, терпит полное поражение. Опыт предшествующих исследований убеждает в том, что данный механизм универсален и инвариантен для разных видов неоптимального смысла жизни, в том числе и нереалистического. Резонно возникает вопрос, а распространяется ли данная закономерность на смысл жизни, который не соответствует операционально-техническим возможностям индивидуальной жизнедеятельности, не соизмерен с деятельностным репертуаром личности. С целью ответа на него была построена и эмпирически протестирована простая медиаторная модель. Независимой переменной была назначена степень реалистичности-нереалистичности смысла жизни, зависимой переменной – смысложизненный кризис, а переменной-медиатором – уровень удовлетворенности жизнью. В контексте данной модели удовлетворенность жизнью интерпретировалась как субъективный индикатор объективно достигнутого личностью уровня жизненной продуктивности, т. е. объема и масштаба ее достижений, свершений, успехов на пути осуществления смысложизненных ценностей. В соответствии с современными рекомендациями статистическая оценка модели производилась при помощи параметрического теста Собея и непараметрического бутстреп-анализа [602; 761]. Результаты медиаторного анализа отражены в таблице 53 и на рисунке 10.

Таблица 53 – Результаты медиаторного анализа

<i>Тест Собея</i>					
ахb	SE	Нижний 95 % CI	Верхний 95 % CI	Z	p
-0,0296	0,0082	-0,0456	-0,0136	-3,62	0,0003
<i>Бутстреп анализ (на 5000 выборках)</i>					
Среднее ахb	SE	Нижний 95 % CI	Верхний 95 % CI	Нижний 99 % CI	Верхний 99 % CI
-0,0295	0,0084	-0,0472	-0,0138	-0,0536	-0,0097



Примечание: $*** p \leq 0,001$.

Рисунок 10 – Структурная медиаторная модель

Судя по расчетным значениям теста Собея, медиаторная модель в целом оказалась статистически достоверной ($Z = -3,62$, $SE = 0,0082$, $p = 0,0003$). В пользу высокого качества подгонки модели к реально существующей структуре связей между переменными также свидетельствуют результаты бутстреп анализа. 95 % и 99 % доверительные интервалы для значений ключевого показателя медиации – произведения путевых коэффициентов a и b – не включают нулевое значение. Это говорит о том, что неудовлетворенность жизнью, отражающая в субъективно превращенной форме уровень продуктивности реальной жизнедеятельности, является значимым «передаточным звеном» в механизме возникновения смысложизненного кризиса. По логике предложенной модели получается, что нереалистичность смысла жизни служит «внутренней преградой» (В. В. Столин) для эффективной самореализации, вследствие чего личность начинает испытывать негативные психические состояния, пронизанные чувствами неудовлетворенности, неисполненности, апатии, несостоятельности, фрустрации и т. д. По достижении определенного порога интенсивности, периодичности, генерализованности эти состояния заставляют личность усомниться в правильности выбора и значимости своих смысложизненных ценностей, активируют процессы переосмысления собственной жизни. На пике выраженности они переходят в кризис – субъективно болезненный и во многом необратимый «отказ» личности от прежнего смысла жизни.

12.5. Дезинтегрированный смысл жизни как фактор кризиса в развитии личности

Обоснование гипотезы исследования. С точки зрения современных научных представлений смысл жизни является сложной, поликомпонентной, многоуровневой психической системой, которая представлена на разных уровнях организации человеческой психики и включает в себя структурные и процессуальные составляющие когнитивной, аффективной, мотивационно-смысловой природы. В структуре смысла жизни четко разграничиваются две подсистемы, одна из которых залегает на неосознанном уровне, а вторая – развернута в сознании [187; 192; 280; 282; 300; 494; 527; 708 и др.].

Действенность смысла жизни как психического регулятора жизнедеятельности личности во многом зависит от того, насколько его подсистемы и компоненты интегрированы «вертикальными» и «горизонтальными» связями, координирующими их совместное функционирование. *Вертикальная, или межуровневая интеграция* подразумевает взаимосвязь между подсистемами смысла жизни, локализованными на разных уровнях психики, прежде всего, неосознанном и сознательном. Здесь принципиальное значение имеет совпадение реальных смысложизненных ценностей, углубленных в смысловую сферу и далеко не всегда рефлекслируемых личностью, с осознанными смысложизненными ориентациями, субъективными представлениями о смысле собственной жизни. *Горизонтальная, или внутриуровневая интеграция* предполагает взаимосвязь компонентов смысла жизни, локализованных в пределах одного уровня психики.

Можно вести речь о горизонтальной интеграции смысла жизни, во-первых, как динамической системы разнопорядковых смысловых структур и процессов, залегающих на неосознанном уровне, во-вторых, как системы когнитивных, аффективных, мотивационных структур и процессов, выведенных на уровень сознания.

Дезинтеграция смысла жизни аналогично проследживается в «вертикальном» и «горизонтальном» измерениях. *Дезинтеграция «по вертикали», или межуровневая дезинтеграция* наблюдается тогда, когда субъективные представления личности о своих смысложизненных ценностях и их значимости существенно расходятся с реально действующими в ее жизни ценностями и их объективно установленной иерархией. *Дезинтеграция «по горизонтали», или внутривуровневая дезинтеграция* проявляется двояко: во-первых, в разобщенности смысловых структур и процессов, конституирующих смысл жизни на уровне смысловой сферы личности; во-вторых, в рассогласовании представленных в сознании смысложизненных ориентаций, переживаний, побуждений и реальной смысловой направленности повседневной жизнедеятельности личности.

Уровень внутренней интегрированности смысла жизни выступает дифференциально-психологическим признаком, имеющим важное функциональное значение в контексте регуляции повседневной жизнедеятельности и детерминации личностного развития. На основе этого признака может быть выделена особая психологическая разновидность неоптимального смысла жизни – *дезинтегрированный смысл жизни*.

Межуровневая дезинтеграция смысла жизни. В рамках первого исследования основное внимание уделяется межуровневой, вертикальной дезинтеграции, которая определяется как степень содержательного несовпадения смысложизненных ориентаций и действительных смысложизненных ценностей личности (или, что-то же самое, сознательно формулируемого, известного и объективно сложившегося, реально действующего смысла жизни). В психологической науке доказана нетождественность осознаваемых и реально действующих смысловых структур личности, а также раскрыты различные формы соотношения между ними – от интеграции и конгруэнтности до дезинтеграции и конфликта. Отвлекаясь от эволюции воззрений на эти сложные взаимоотношения, отметим, что в современной науке данная тема разрослась в «куст» исследовательских проблем, как-то: взаимодействие имплицитной и эксплицитной мотивации, соотношение знаемых и реально действующих мотивов, взаимосвязь личностных ценностей и ценностных представлений личности и т. п.

Сложный характер взаимоотношений между сознательным и бессознательным уровнем смысловой регуляции поведения личности лучше всего изучен на материале несоответствия, во-первых, мотивов и мотивировок, а во-вторых, ценностей и ценностных ориентаций. Что касается психологических исследований смысла жизни, то здесь сама идея о возможности диссоциации, дезинтеграции его осознанных и бессознательных компонентов звучит весьма непривычно. Обусловлено это тем, что в подавляющем большинстве работ

сложная, многомерная феноменология смысла жизни необоснованно упрощается и преподносится в сильно урезанном виде. Как правило, она редуцируется к сознательно выработанным личностью устремлениям (жизненным целям, планам, программам и т. д.), а тот неосознаваемый мотивационно-смысловой фундамент, на котором покоится смысл жизни, выпадает из поля зрения исследователей. Такая редукция является логическим продолжением распространного подхода, выдающего смысл жизни за продукт исключительно когнитивных (мыслительных, рефлексивных) процессов. Следует согласиться с мнением И. Э. Бекешкиной о том, что в сфере психологических исследований смысла жизни «проявляется не изжитый еще предрассудок классического рационализма, что жизнь создается человеком целиком на рациональных началах, где наглядно связаны цель и средство, результат и действие, замысел и его реализация ... В результате создается впечатление, что основополагающие смысложизненные ориентации личность избирает с помощью логического анализа, «взвешивая» на весах «этической арифметики» все «рго» и «сопга», анализируя соответствие той или иной возможной модели жизненного пути сути человеческого бытия в мире, «измеряя» его мерками этических категорий и т. д.» [50, с. 137].

Вопреки этой доминирующей тенденции некоторые исследователи подчеркивают несводимость смысла жизни к чисто интеллектуальным, логическим конструкциям. Тем самым они прямо или косвенно допускают возможность дезинтеграции выработанных рациональным путем смысложизненных убеждений и реально сформировавшегося неосознанного смысла жизни. Например, Ю. В. Александрова считает, что «смысл жизни представлен не только в сфере осознаваемого, но и – неосознаваемого», и анализирует феномен «раскола» смысла жизни, при котором «объективный смысл не совпадает с субъективным» [17, с. 140].

Общая гипотеза настоящего исследования гласит о том, что *дезинтегрированный смысл жизни, будучи специфической разновидностью неоптимального смысла жизни, обуславливает переживание личностью смысложизненного кризиса*. В целях ее теоретического обоснования необходимо обратиться к рассмотрению психической регуляции индивидуальной жизнедеятельности и тех дисфункций, которыми ее отягчает дезинтегрированный смысл жизни. Психическая регуляция жизнедеятельности представляет собой сложно организованную систему психических структур, процессов и механизмов, внутри которой могут быть выделены две относительно самостоятельные подсистемы: смысловая регуляция и осознанная производная саморегуляция [179; 189]. Первая подсистема обеспечивает «побудительную регуляцию» (С. Л. Рубинштейн), т. е. мотивирует, направляет и смыслообразует жизнедеятельность в целом и отдельные ее акты, а вторая подсистема отвечает за «исполнительскую регуляцию» (С. Л. Рубинштейн), т. е. сообразует протекание жизнедеятельности с объективными условиями и закономерностями индивидуальной жизни. Реальная эффективность, продуктивность жизнедеятельности зависит не только от уровня сформированности и невредимости этих подсистем по отдельности, но и от того, насколько

ко слаженно они выполняют свои регуляторные функции. При условии их нормального взаимодействия индивидуальная жизнедеятельность оказывается оптимально урегулированной и ориентированной двумя системами отношений: смысловыми отношениями личности с ее индивидуальной жизнью и объективными, не зависящими от личности закономерностями движения самой жизни.

Смысловозженная регуляция жизнедеятельности осуществляется преимущественно в неосознанной и произвольной форме, а смысл жизни, рассматриваемый как системное смысловое образование, является таким регулятором, который действует независимо от полноты, глубины и точности его отражения в индивидуальном сознании. Хотя осознанность и не является необходимым условием действенности смысла жизни, его адекватное понимание личностью повышает потенциал смысловозженной регуляции и увеличивает продуктивность индивидуальной жизнедеятельности. Это объясняется тем, что сознательные представления личности о смысле собственной жизни служат ориентировочной основой для всей совокупности психических процессов, образующих подсистему осознанной саморегуляции индивидуальной жизнедеятельности. Исходя из субъективного понимания смысла своей жизни, личность формирует жизненные цели, планы и программы, прогнозирует и моделирует значимые условия их осуществления, принимает биографически важные решения, вырабатывает субъективные критерии жизненного успеха-неуспеха, оценивает свои реальные жизненные достижения, а также корректирует курс индивидуальной жизнедеятельности, если он принципиально отклоняется от смысловозженных ориентиров. Перечисленные регуляторные процессы открывают перед личностью широкие возможности для практического воплощения смысла в жизни, позволяют ей целенаправленно и планомерно организовывать свою жизнь с учетом субъективного понимания ее смысла.

Таким образом, высокий уровень структурной и функциональной координации между подсистемами психической регуляции жизнедеятельности возможен лишь при условии, что смысл жизни сам является внутренне связанной, интегрированной совокупностью компонентов. Вслед за дезинтеграцией смысла жизни нарушается и структурно-функциональная целостность системы психической регуляции жизнедеятельности, что, в конечном итоге, пагубно сказывается на продуктивности самореализации личности в жизни.

Интеграция смысла жизни предполагает содержательное соответствие неосознаваемых смысловозженных ценностей и осознанных смысловозженных ориентаций личности. Она гарантирует не только отсутствие противоречий между подсистемами смысловой регуляции и осознанной саморегуляции жизнедеятельности, но и порождает синергический регуляторный эффект. Практически этот эффект проявляется в слиянии, конвергенции общей интенциональной направленности, заданной на неосознанном уровне, с той линией жизни, которая намечается и выстраивается личностью на сознательной произвольной основе. В конечном итоге, это ведет к высокой жизненной продуктивности, стабильному переживанию

осмысленности жизни и удовлетворенности ею. Как раз такой случай характеризует С. А. Рубинштейн: «Единство исходных мотивов и конечных целей у сложившейся и осознавшей свои пути личности может охватить всю сознательную жизнь человека и провести через нее четкую, изменяющуюся применительно к обстоятельствам и в зависимости от изменений самой личности и все же единую жизненную линию – генеральную линию в жизни данной личности» [399, с. 40].

Дезинтеграция смысла жизни, напротив, отягощает психическую регуляцию жизнедеятельности противоречиями, в силу которых ее основные подсистемы начинают функционировать как антагонисты. На бытийном уровне это выражается в расхождении, дивергенции общей интенциональной направленности, запрограммированной неосознаваемыми смысложизненными ценностями, с той линией жизни, которая «прочерчивается» личностью на основе осознанных смысложизненных ориентаций. Проще говоря, сознательно выработанные цели и решения уводят личность в сторону от осуществления подлинного смысла ее жизни. В результате жизнедеятельность расщепляется на две несвязанные сферы: сферу подлинной самореализации, пребывая в которой личность испытывает осмысленность и полноту своего существования, и сферу ложной самореализации, находясь в которой она страдает от бессмысленности и отчуждения. Разъединенность подлинного и знакомого смысла жизни, по меткому выражению А. Н. Леонтьева, «создает психологический облик человека, живущего отрывочно – то в одном «поле», то в другом» [267, с. 220]. Противоречия, привносимые дезинтегрированным смыслом жизни в систему психической регуляции, закономерно подрывают продуктивность жизнедеятельности и тем самым лишают личность объективных оснований для переживания осмысленности жизни и удовлетворенности ею. Если они не устраняются в течение длительного времени и регулярно, многократно воспроизводятся в повседневной жизнедеятельности, их кульминацией становится смысложизненный кризис в развитии личности.

Исследование 1. Выборка и методика исследования. Гипотеза исследования была сформулирована следующим образом: *межуровневая дезинтеграция смысла жизни снижает продуктивность жизнедеятельности личности и обуславливает переживание ею смысложизненного кризиса*. К участию в эмпирическом исследовании были привлечены 94 испытуемых в возрасте от 19 до 54 лет, имеющих разный семейный, образовательный и профессиональный статус, в том числе 45 женщин и 49 мужчин. Сбор эмпирического материала осуществлялся с помощью следующих методов: 1) *Опросник смысложизненного кризиса* [176; 177]. 2) *Источники смысла жизни* (модификация методики для диагностики межуровневой интеграции-дезинтеграции смысла жизни описана в [171]).

Результаты исследования и их интерпретация. На их основе результатов корреляционного анализа констатировать обратную взаимосвязь показателей смысложизненного кризиса и интеграции смысла жизни ($R = -0,49$, $p = 0,000$). С психологической точки зрения это означает, что по мере усиления разрыва между осознанной

и неосознаваемой иерархиями смысложизненных ценностей нарастает и тяжесть кризисной симптоматики. Данную закономерность аппроксимирует уравнение линейной регрессии: кризис = $106,67 - 19,94 \times$ интеграция смысла жизни.

Стандартное пороговое значение, свидетельствующее о субъективно болезненном, глубоком и интенсивном кризисе, равняется 113 баллам по одноименному тесту. При помощи регрессионного уравнения можно предсказать, что этот порог преодолевается, если показатель интеграции смысла жизни испытуемого равен $-0,32$ или опускается ниже этого значения. В обследованной выборке зарегистрированы 24 случая, удовлетворяющих данному условию. Из них в 15 случаях показатель смысложизненного кризиса равняется или превосходит 113 баллов, а в 9 случаях – лежит ниже данного значения, т. е. надежность прогноза наступления кризиса по показателю интеграции-деинтеграции смысла жизни составляет 62,5 %. Что касается самого значения $-0,32$, то по общепринятой систематике корреляционных связей оно может быть классифицировано как отрицательная корреляция умеренной силы. Отсюда следует, что даже небольшого рассогласования осознанной и неосознанной иерархий ценностей-источников смысла жизни вполне достаточно для манифестации смысложизненного кризиса.

Основным методом статистической обработки данных послужил иерархический регрессионный анализ. Последовательно строились две регрессионные модели: контрольная модель в качестве предикторов включала статусные переменные (пол и возраст испытуемого); в основной модели к этому набору предикторов добавлялась переменная «интеграция смысла жизни». В качестве зависимой переменной в обеих моделях выступала интенсивность переживания смысложизненного кризиса. Результаты множественной иерархической регрессии содержит таблица 54.

Таблица 54 – Результаты иерархического регрессионного анализа

Модель	Предикторы	β	t	p	Статистика модели
Контрольная	Пол	0,074	0,71	0,47	R = 0,148, R ² = 0,022, F (2, 91) = 1,015, p = 0,366
	Возраст	0,138	1,32	0,19	
Основная	Пол	0,076	0,832	0,40	R = 0,517, R ² = 0,267, F (3, 90) = 10,92, p = 0,000
	Возраст	0,16	1,75	0,08	
	Интеграция смысла жизни	-0,495	-5,48	0,000	
Инкрементный F-тест	$\Delta R^2 = 0,245$, F (1, 90) = 30,08, p = 0,000				

Статистические расчеты свидетельствуют о том, что основная модель достоверно моделирует некоторые предпосылки возникновения смысложизненного кризиса в развитии личности и суммарно объясняет 26,7 % дисперсии зависимой переменной. Прирост объ-

яснимой дисперсии (ΔR^2) при переходе от первой ко второй модели составляет 24,5 %, что главным образом обусловлено действием переменной «интеграция смысла жизни» и является весьма существенным с точки зрения инкрементного F-теста ($F(1, 90) = 30,08$, $p = 0,000$). Судя по значениям β -коэффициентов, низкий уровень вертикальной интеграции смысла жизни, т. е. несоответствие знаемых и реально действующих смысложизненных ценностей, оказывает мощный кризисогенный эффект на личностное развитие человека ($\beta = -0,495$, $t = -5,48$, $p = 0,000$). В основной модели наряду с интеграцией-деинтеграцией смысла жизни в качестве значимой (на уровне статистической тенденции) детерминанты кризиса выступает хронологический возраст: чем старше испытуемый, тем глубже он склонен переживать кризисное состояние ($\beta = 0,16$, $t = 1,75$, $p = 0, 08$).

На основе полученных результатов можно предвосхитить глубокий драматизм ситуации, в которой констеллируют оба условия, имеющие кризисогенный характер, – солидный возраст и дезинтеграция смысла жизни. Это психологическая ситуация человека, посвятившего многие годы жизни преследованию определенных идеалов и целей, и, в конце концов, ясно осознавшего или смутно почувствовавшего, что идеалы фальшивы, а цели ложны, и не совпадают с тем, что представляет для него истинную ценность. С особенной яркостью и выразительностью такую ситуацию изобразил Л. Н. Толстой в автобиографической «Исповеди»: «Со мною стало случаться что-то очень странное: на меня стали находить сначала недоумения, остановки жизни, как будто я не знал, как мне жить, что мне делать, и я терялся и впадал в уныние. Но это проходило, и я продолжал жить по-прежнему. Потом эти минуты недоумения стали повторяться чаще и чаще и все в той же самой форме. Эти остановки жизни выражались всегда одинаковыми вопросами: Зачем? Ну а потом?» [456, с. 115]. Совершив несколько неудачных попыток ответить на них разумным, логическим путем, сорокасемидесятилетний писатель пришел к необходимости принять тот смысл, который объективно несла в себе реальная направленность его жизни. «Я понял, – пишет он, – что для того, чтобы понять смысл жизни, надо прежде всего, чтобы сама жизнь была не бессмысленна и зла, а потом уже – разум, для того, чтобы понять ее» [456, с. 143]. Те же кризисные переживания и тот же подход к открытию истинного смысла жизни Л. Н. Толстой персонифицировал в литературном образе Константина Левина из романа «Анна Каренина»: «Когда Левин думал, что он такое и для чего он живет, он не находил ответа и приходил в отчаяние; но, когда он переставал спрашивать себя об этом, он как будто знал, и что он такое, и для чего он живет, потому что твердо и определенно действовал и жил» [455, с. 387].

Принципиально сходный подход к преодолению дезинтеграции смысла жизни и купированию смысложизненного кризиса применяется в различных направлениях психотерапии, в том числе в логотерапии (В. Франка), экзистенциальной терапии (И. Ялом), экзистенциально-аналитической терапии (А. Лэнгле), смыслоцентрированной терапии (П. Вонг). Эффективным средством против неадекватных

смысложизненных представлений является не логический их разбор и критика, а вовлечение личности в тот круг дел и занятий, которые объективно наличествуют в жизни и связывают ее с определенными ценностями. Рефлексия, ведущая к становлению системы осознанных смысложизненных ориентаций, должна быть включена в процесс практического взаимодействия личности с собственной жизнью, который протекает в форме разнообразных, сменяющих одна другую деятельность. Тогда она будет как бы резюмировать, подытоживать объективно сложившиеся смысложизненные ценности, а не замещать или подменять их субъективными представлениями. Адекватное понимание реального смысла жизни при этом достигается как побочный и во многом неумышленный результат активной, действенной вовлеченности личности в повседневную жизнь. Оторванность смысложизненной рефлексии от практического контекста повседневной жизни, напротив, ведет к разрыву между знаемыми и реально действующими ценностями. Этим и определяется внутренняя противоречивость дезинтегрированного смысла жизни, порождающая психологические кризисы в развитии личности.

Внутриуровневая дезинтеграция смысла жизни. На уровне сознания смысл жизни презентирован как комплекс феноменов мотивационной, аффективной и когнитивной модальности. Мотивационный компонент составляют субъективно переживаемые побуждения, стремления и притязания, которые обусловлены реально сформировавшимися и необязательно осознаваемыми смысложизненными ценностями личности (*смысложизненные побуждения*). Аффективный компонент образуют эмоциональные переживания, которые личность испытывает в процессе практической реализации смысложизненных ценностей (*смысложизненные переживания*). Когнитивный компонент представлен осознанными представлениями личности о содержании и соподчинении тех ценностей, которые она считает главными в своей жизни (*смысложизненные ориентации*). Будучи психическим регулятором, смысл жизни объективируется в индивидуальной жизнедеятельности, что позволяет вести речь и о его конативном компоненте. Данный компонент представлен *общей интенциональной направленностью повседневной жизнедеятельности*, т. е. устойчивым предпочтением личностью определенного предметно-ценностного содержания и связанных с ним занятий и видов деятельности, на которые затрачивается большая часть временных, энергетических, материальных и прочих жизненных ресурсов.

Дезинтеграция «по горизонтали», или внутриуровневая дезинтеграция проявляется в рассогласовании представленных в сознании смысложизненных ориентаций, переживаний, побуждений, а также реальной смысловой направленности повседневной жизнедеятельности личности. Внутриуровневая дезинтеграция может быть *системной*, когда имеет место взаимное рассогласование всех компонентов, или *парциальной*, когда имеет место рассогласование двух компонентов индивидуального смысла жизни. В качестве примеров последней можно привести когнитивно-аффективную дезинтеграцию, при которой личность видит смысл своей жизни в одних ценностях, а субъективную удовлетворенность ей доставляет реализа-

ция совсем других ценностей, или мотивационно-конативную дезинтеграцию, при которой личность испытывает побуждение реализовать одни ценности в своей жизни, а на практике отдает приоритет другим ценностям. В рамках настоящего исследования основное внимание будет сосредоточено как раз на внутриуровневой, горизонтальной дезинтеграции смысла жизни.

Выборка и методика исследования. На основе изложенных теоретических положений была выдвинута общая гипотеза о том, что *внутриуровневая дезинтеграция смысла жизни препятствует продуктивной жизнедеятельности и способствует возникновению смысложизненного кризиса в развитии личности.* Она конкретизировалась в частных исследовательских гипотезах: 1) *существует прямая связь между уровнем системной и парциальной дезинтеграции смысла жизни и интенсивностью переживания личностью смысложизненного кризиса: чем сильнее дезинтеграция смысла жизни, тем острее течение кризиса;* 2) *существует обратная связь между уровнем системной и парциальной дезинтеграции смысла жизни и общим уровнем осмысленности жизни: чем сильнее дезинтеграция смысла жизни, тем ниже его смыслообразующий потенциал по отношению к индивидуальной жизнедеятельности личности;* 3) *существует обратная связь между уровнем системной и парциальной дезинтеграции смысла жизни и субъективной удовлетворенностью жизнью: чем сильнее дезинтеграция, тем ниже удовлетворенность личности собственной жизнью;* 4) *дезинтегрированный смысл жизни обуславливает переживание личностью смысложизненного кризиса;* 5) *влияние дезинтегрированного смысла жизни на выраженность кризисного состояния опосредовано уровнем субъективной удовлетворенности жизнью, отражающим продуктивность индивидуальной жизнедеятельности личности.*

В эмпирическом исследовании приняли участие 233 человека в возрасте от 18 до 72 лет, в том числе 73 мужчины и 160 женщин. Выборочная совокупность отличалась высокой степенью гетерогенности по социально-демографическим (статусным) признакам испытуемых: по образовательному статусу (17,6 % – с базовым общеобразовательным, 9,4 % – с профессионально-техническим, 28,3 % – со средним специальным, 44,7 % – с высшим образованием); по семейному положению (44,2 % – холостые, 55,8 % – семейные); по родительскому статусу (48,1 % – не имеющие детей; 30,9 % – воспитывающие одного ребенка; 18,4 % – воспитывающие двух детей; 2,6 % – многодетные); по уровню дохода (29,6 % – ниже среднедушевого показателя по стране; 70,4 % – выше среднедушевого показателя по стране). Сбор эмпирических данных осуществлялся при помощи следующих методик: 1) *Опросник смысложизненного кризиса* [176; 177]; 2) *Шкала «Цель в жизни» из опросника психологического благополучия К. Рифф* [367]; 3) *Шкала удовлетворенности жизнью Э. Динера* [348]; 4) *Источники смысла жизни* (в настоящем исследовании применялась ее модификация для диагностики уровня внутриуровневой интеграции-дезинтеграции смысла жизни [152; 171]). С помощью данной версии методики могут быть получены шесть показателей парциальной дезинтеграции: «когнитивный – аффективный»

(Cog – Aff), «когнитивный – мотивационный» (Cog – Mot), «когнитивный – конативный» (Cog – Con), «аффективный – мотивационный» (Aff – Mot), «аффективный – конативный» (Aff – Con), «мотивационный – конативный» (Mot – Con). Общий показатель дезинтеграции смысла жизни испытуемого рассчитывается как сумма значений шести показателей парциальной дезинтеграции.

Результаты исследования и их интерпретация. Первая, вторая и третья гипотезы проверялись посредством непараметрического корреляционного анализа (таблица 55).

Таблица 55 – Результаты корреляционного анализа

Психологические переменные	Смысложизненный кризис	Осмысленность жизни	Удовлетворенность жизнью
Осмысленность жизни	-0,63***		
Удовлетворенность жизнью	-0,40***	0,23***	
Общий уровень дезинтеграции СЖ	0,41***	-0,26***	-0,42***
Дезинтеграция СЖ (Cog – Aff)	0,29***	-0,16*	-0,24***
Дезинтеграция СЖ (Cog – Mot)	0,30***	-0,28***	-0,27***
Дезинтеграция СЖ (Cog – Con)	0,37***	-0,20**	-0,39***
Дезинтеграция СЖ (Aff – Mot)	0,36***	-0,24***	-0,23***
Дезинтеграция СЖ (Aff – Con)	0,09	-0,05	-0,24***
Дезинтеграция СЖ (Mot – Con)	0,34***	-0,19**	-0,41***
<i>Примечания:</i>			
* $p \leq 0,05$, ** $p \leq 0,01$, *** $p \leq 0,001$.			

Обращает на себя внимание то, что практически все показатели дезинтеграции смысла жизни значимо коррелируют со смысложизненным кризисом, осмысленностью и удовлетворенностью жизнью. Бурно протекающий кризис сопряжен с повышенным уровнем парциальной и системной дезинтеграции смысла жизни. Наиболее тесные взаимосвязи прослеживаются между выраженностью кризисной симптоматики и общим уровнем дезинтеграции, который свидетельствует о системном расогласовании когнитивного, аффективного, мотивационного и конативного компонентов смысла жизни ($R = 0,41$, $p \leq 0,001$). Для кризисного состояния весьма характерны «разрывы» между представлениями личности о значимых ценностях и реальной ценностной направленностью жизнедеятельности ($R = 0,37$, $p \leq 0,001$); между ценностями, которые обладают высокой побудительной силой, и ценностями, которые приносят чувство удовлетворения и счастья ($R = 0,36$, $p \leq 0,001$); между ценностями, которые реально осуществляются личностью, и ценностями, имеющими наибольшую мотивационную привлекательность ($R = 0,34$,

$p \leq 0,001$). В целом полученные результаты подтверждают первую гипотезу и позволяют утверждать о том, что существует прямая связь между тяжестью кризисного состояния и степенью дезинтегрированности смысла жизни.

Результаты корреляционного анализа выявляют обратную взаимосвязь общего уровня осмысленности жизни с системной и частичной дезинтеграцией смысла жизни. Между этими переменными наблюдаются статистически значимые отрицательные корреляции, сила которых варьирует от $-0,19$ до $-0,28$. Самые сильные корреляции общего уровня осмысленности установлены с показателем системной дезинтеграции ($R = -0,26$, $p \leq 0,001$), а также с показателем когнитивно-мотивационной дезинтеграции смысла жизни ($R = -0,28$, $p \leq 0,001$), т. е. с расщеплением в сознании личности смысловых представлений и побуждений. По итогам корреляционного анализа вторую гипотезу исследования можно считать доказанной: чем выше дезинтеграция смысла жизни, тем слабее его смыслообразующая функция в индивидуальной жизнедеятельности личности.

Имеются веские основания и для принятия третьей гипотезы исследования, предполагающей обратную взаимосвязь удовлетворенности жизнью с уровнем дезинтеграции смысла жизни. Наиболее заметное падение удовлетворенности жизнью отмечается при высокой общей дезинтеграции смысла жизни ($R = -0,42$, $p \leq 0,001$); при мотивационно-конативной дезинтеграции ($R = -0,41$, $p \leq 0,001$), т. е. несовпадении ценностей, которые личность желает осуществлять и которым реально следует в повседневной жизни; при когнитивно-конативной дезинтеграции ($R = -0,39$, $p \leq 0,001$), т. е. расколе между смысловыми представлениями и теми ценностями, которыми личность практически руководствуется в своей жизнедеятельности. Таким образом, выраженная дезинтеграция смысла жизни сопровождается снижением субъективной удовлетворенности жизнью.

Для проверки четвертой гипотезы, предполагающей влияние дезинтеграции смысла жизни на интенсивность переживания личностью смысловых кризисов, использовался иерархический регрессионный анализ. Последовательно строились три регрессионные модели, различающиеся набором независимых переменных. Первой оценивалась контрольная модель, в которой в качестве зависимой переменной фигурировал кризис смысла жизни, а в качестве предикторов – статусные характеристики испытуемых. Во второй контрольной модели к числу предикторов присоединялись две психологические переменные – наличие смысла в жизни (осмысленность жизни) и продуктивность его практической реализации (удовлетворенность жизнью). В основной модели набор статусных и психологических предикторов дополнялся основной переменной исследования – общим уровнем дезинтеграции смысла жизни. Результаты иерархического регрессионного анализа представлены в таблице 56.

Наибольшее внимание привлекают статистические параметры основной модели, которая оказалась достоверной ($R = 0,74$, $R^2 = 0,55$, $F(9, 223) = 30,76$, $p = 0,000$), а по составу статистически

значимых детерминант смысложизненного кризиса повторила вторую контрольную модель.

Таблица 56 – Результаты иерархического регрессионного анализа

Предикторы	β	t	p	Статистика модели
<i>Основная модель</i>				
Пол	0,062	1,35	0,17	$R = 0,744$ $R^2 = 0,554$ $F(9, 223) = 30,76$ $p = 0,000$
Возраст	-0,29	-4,12	0,000	
Уровень образования	0,017	0,373	0,71	
Семейное положение	0,209	2,35	0,02	
Родительский статус	0,085	0,87	0,38	
Уровень дохода	-0,026	-0,51	0,60	
Удовлетворенность жизнью	-0,235	-4,39	0,000	
Осмысленность жизни	-0,541	-11,15	0,000	
Дезинтеграция смысла жизни	0,215	4,21	0,000	
Инкrementный F-тест	$\Delta R^2 = 0,035, F(1, 223) = 17,73, p = 0,000$			

Главное, что заслуживает внимания в данной модели, – это наличие у переменной «общий уровень дезинтеграции смысла жизни» независимого влияния на вероятность проявления и интенсивность протекания кризиса в развитии личности. Данная переменная дополнительно объясняет 3,5 % дисперсии показателей кризиса, что является статистически значимым преимуществом основной модели по сравнению со второй контрольной моделью ($\Delta R^2 = 0,035, F(1, 223) = 17,73, p = 0,000$). Судя по положительному значению регрессионного коэффициента ($\beta = 0,215$), с ростом дезинтеграции смысла жизни повышаются шансы на возникновение кризиса либо происходит обострение ранее возникшего кризисного состояния. Даже при наличии смысла в жизни его дезинтеграция производит кризисогенный эффект в развитии личности. Вместе с тем соотношение регрессионных коэффициентов говорит о том, что наличие дезинтегрированного смысла в жизни все-таки лучше полной бессмысленности с точки зрения влияния на психологическое благополучие личности. В целом результаты регрессионного анализа позволяют утверждать, что дезинтегрированный смысл жизни является предпосылкой возникновения смысложизненного кризиса в развитии личности.

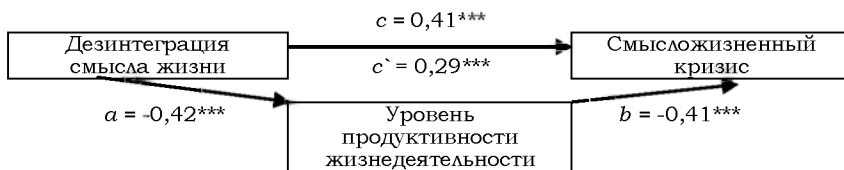
Однако сами по себе они не объясняют психологические механизмы этой зависимости. Предшествующий теоретический анализ наводит на предположение о том, что «передаточным звеном» является продуктивность индивидуальной жизнедеятельности, которая субъективно переживается личностью в форме удовлетворенности или неудовлетворенности собственной жизнью. Проверка выдвинутой гипотезы осуществлялась с помощью методов статистического анализа медиации – каузального пошагового анализа [530], теста Собея [761] и бутстреп анализа [602].

Пошаговый анализ выполнялся в соответствии с рекомендациями Р. Бэрона, Д. Кенни и Ч. Джада и включал три серии регрессионного анализа: 1) оценка непосредственного влияния дезинтегра-

ции смысла жизни на выраженность кризиса (расчет коэффициента c); 2) оценка непосредственного влияния дезинтеграции смысла жизни на субъективную удовлетворенность жизнью (расчет коэффициента a); 3) оценка влияния дезинтеграции смысла жизни на выраженность кризиса при контроле уровня удовлетворенности жизнью (расчет коэффициентов b и c'). Для подтверждения медиаторной гипотезы необходимо соблюдение ряда условий: во-первых, коэффициенты a , b , c должны быть статистически значимыми, во-вторых, регрессионная модель, построенная в третьей серии анализа, должна быть статистически достоверной в целом, в-третьих, значение коэффициента c' должно значительно снизиться по сравнению со значением коэффициента c . При этом важно именно падение значения коэффициента c' , а не потеря им статистической значимости. В случае, когда коэффициент c' обнуляется или стремится к нулю, можно констатировать полный медиаторный эффект, а в случае, когда коэффициент c' резко уменьшается по сравнению с коэффициентом c , но принимает далекое от нуля значение, правомерно утверждать частичный медиаторный эффект. Результаты медиаторного анализа приведены в таблице 57 и на рисунке 11.

Таблица 57 – Результаты медиаторного анализа

<i>Пошаговый каузальный анализ</i>			
<i>a</i>	<i>b</i>	<i>c</i>	<i>c'</i>
-0,549***	-0,99***	1,86***	1,32***
Статистика модели	R = 0,48, R ² = 0,23, F (2, 230) = 35,62, p < 0,00000		
<i>Тест Собея</i>			
<i>a</i> × <i>b</i>	SE	Z	P
0,5439	0,1428	3,81	0,0001
<i>Бутстреп анализ (на 5000 выборках)</i>			
Boot <i>a</i> × <i>b</i>	SE	Нижний 95 % CI	Верхний 95 % CI
0,5460	0,1458	0,2857	0,8745
<i>Примечание:</i> в качестве показателей связи использованы нестандартизированные регрессионные коэффициенты (B).			



Примечание: в качестве показателей связи использованы стандартизированные регрессионные коэффициенты (β); *** $p \leq 0,001$.

Рисунок 11 – Итоговая медиаторная модель

Все три метода медиаторного анализа дали согласованные результаты, позволяющие констатировать наличие непрямого влияния дезинтеграции смысла жизни на выраженность кризисной симптоматики. Субъективная удовлетворенность жизнью, за которой

скрывается объективно достигнутый личностью уровень жизненной продуктивности, служит важным «передаточным звеном» в механизме порождения кризиса дезинтегрированным смыслом жизни. Однако вскрытый опосредующий эффект является частичным, а значит существуют и другие пути возникновения кризиса в случае принятия и попыток осуществления личностью дезинтегрированного смысла жизни.

Таким образом, дезинтегрированный смысл жизни порождает психологический кризис из-за того, что сдерживает процесс самореализации личности и снижает продуктивность ее индивидуальной жизнедеятельности. В этом собственно и проявляется неполноценность регуляторных функций, позволяющая считать дезинтегрированный смысл жизни одним из вариантов неоптимального смысла жизни.

12.6. Экстремальный смысл жизни как фактор кризиса в развитии личности

Обоснование гипотезы исследования. Функциональные возможности сложившегося смысла жизни во многом зависят от условий, в которых проходит процесс его формирования. Психологические свойства жизни, обусловленные способами поиска, определения, выбора смысла жизни, в целом могут быть охарактеризованы как *функционально-генетические*. С одной стороны, в этих свойствах в снятом виде, в превращенной форме откладывается индивидуально-специфическая детерминация выбора личностью смысложизненных ценностей. С другой стороны, эти свойства предопределяют регуляторные возможности, функциональный потенциал найденного смысла жизни. По-видимому, определенные способы поиска и некоторые формы детерминации выбора могут искажать процесс формирования, вести к становлению функционально неоптимального или даже дисфункционального смысла жизни.

На наш взгляд, существенным фактором становления оптимального смысла жизни является *личностная автономия*, под которой понимаются «такие проявления в поведении, сознании, чувствах и мыслях человека, которые обусловлены именно его личностными побуждениями и решениями, а не ситуативными факторами, социальными требованиями или интроецированными правилами» [292, с. 210]. Главное психологическое отличие автономной личности – в способности принимать решения и строить собственное поведение исходя из устойчивых внутренних критериев, порой в противовес силам внешнего окружения и вопреки собственным сиюминутным желаниям. Автономия накладывает отпечаток на многие поступки и решения личности – от тривиальных, малозначительных до судьбоносных, смысложизненных.

Частным проявлением личностной автономии выступает *автономия смысложизненного выбора*. Как правило, выбор смысла жизни совершается личностью самостоятельно, но самостоятельность выбора еще не означает его авторства. Несмотря на принадлежность

личности, выбор зачастую оказывается несвободным, вынужденным, навязанным со стороны всевозможных внешних и внутренних условий. Другими словами, не каждый смысложизненный выбор может быть охарактеризован как подлинно личностный, т. е. опосредованный устойчивыми представлениями и переживаниями личности по поводу значимости выбираемых ценностей. В этой связи автономию смысложизненного выбора целесообразно трактовать как основание для дифференциально-психологических различий. *Автономным (свободным, или самодетерминированным)* выбор может считаться при условии, что личность выбирает и принимает смысложизненные ценности по собственным критериям, которые связаны с устойчивым переживанием их значимости либо глубокой внутренней убежденностью в их важности. Обычно этому сопутствует субъективное чувство авторства выбора и аутентичности смысла жизни. Противоположностью автономного служит *гетерономный (навязанный, или контролируемый)* выбор, при котором предпочтение определенным смысложизненным ценностям отдается на основании принуждения извне (со стороны социального окружения или объективно создавшейся ситуации) или давления изнутри (со стороны ситуативных желаний и эмоций, сиюминутных влечений и импульсов). Такой выбор сопровождается ощущением навязанности и чуждости смысла жизни.

В общем, автономия-гетерономия – это психологический параметр, отражающий характер детерминации смысложизненного выбора личности и накладывающий заметный отпечаток на функционально-генетические свойства индивидуального смысла жизни. Если личность не обладает автономией или отказывается от нее в момент смысложизненного выбора, в последующем это может обернуться функциональными дефектами избранного смысла. Вполне вероятно, что смысл жизни, сформированный в условиях отсутствия или ограничения автономии выбора, не сможет полноценно выполнять свои регулирующие функции. Пожалуй, единственной концепцией, в которой заявлена проблема неоптимальности подобного смысла жизни и его причастности к кризису смысложизненной этиологии, является теория польского психолога К. Обуховского: «Бывает, что сутью экзистенциального невроза является именно осуществление смысла жизни, но этот смысл имеет дефектную форму. Его недостаток может заключаться в том, что эта «мечта» не была результатом выбора, формирования общей собственной концепции, которую можно осуществлять в том или ином виде всю жизнь. Зачастую смысл жизни навязан, вынужден обстоятельствами» [344, с. 206]. Со сказанным перекликается идея философа И. Ф. Понизовкиной, анализирующей причины «утраты смысложизненных ориентиров»: «Внутренний конфликт может возникнуть у индивида в случае навязывания (преднамеренного или нет) смысла жизни, чуждого ему по сути, но приемлемого в силу определенных обстоятельств. В этом случае происходит незаметное или вынужденное замещение собственного идеала» [378, с. 727].

Для обозначения такой разновидности неоптимального смысла, на наш взгляд, адекватно подходит термин *«экстринсивный смысл»*

жизни». Выбор термина «экстринсивный» требует некоторого пояснения, поскольку исследователи используют его для описания различных (содержательных, процессуальных, структурных, генетических, функциональных) аспектов мотивации. Чаще всего его применяют для характеристики содержания мотивационно-смысловых структур личности [476]. Однако в контексте настоящего исследования интерес представляет другое значение термина, которое апеллирует к детерминации личностного выбора мотивов и целей деятельности. В этом значении экстринсивность отражает уже не содержание мотивации, а ее причинную обусловленность, т. е. указывает на причины, по которым личность выбирает определенные мотивы и стремится их осуществить [566]. Соответственно, в понятии «экстринсивный смысл жизни» акцентируется, прежде всего, причинная обусловленность, детерминация его поиска и выбора личностью. Строго говоря, *интринсивность-экстринсивность* – это функционально-генетическое свойство смысла жизни, характеризующее детерминацию его поиска и выбора личностью. Экстринсивный смысл жизни порождается дефицитом автономии (внутренней детерминации) или избытком гетерономии (внешней детерминации) смысложизненного выбора.

Практически любая психологическая концепция смысла жизни содержит определенные воззрения на условия, факторы, причины, которыми обусловлен процесс его зарождения и становления. Однако ни в одной из них не представлена четкая, системная классификация причин, детерминирующих смысложизненный поиск и выбор личности. В этой связи возникает необходимость привлечения такой классификации из смежных областей. Наиболее разработанной и адекватной задачам настоящего исследования является классификация, предложенная в теории самодетерминации (*self-determination theory*) Э. Диси и Р. Райана и далее развитая в модели самоответствия (*self-concordance model*) К. Шелдона, Т. Кассера, Э. Эллиота. Эти исследователи вводят представление о четырех видах причинности, лежащих в основе человеческой мотивации. В качестве мотивационных единиц они, как правило, рассматривают повседневные, текущие стремления – то, что человек старается делать изо дня в день. Выбор текущих целей может быть продиктован *экстернальной причинностью* (цель выбирается и преследуется личностью, поскольку этого требует жизненная ситуация или ожидают другие люди); *интроецированной причинностью* (цель выбирается и преследуется личностью во избежание чувств вины, стыда, тревоги, которые она испытывает при ином выборе); *идентификационной причинностью* (цель выбирается и преследуется потому, что личность искренне считает ее значимой, достойной и правильной); *интринсивной причинностью* (цель выбирается и преследуется по причине того, что сам процесс ее достижения доставляет внутреннее удовлетворение, радость, наслаждение и прочие позитивные переживания). Далее перечисленные виды причинности группируются в два типа – *контролируемая* причинность (экстернальная и интроецированная) и *автономная* причинность (идентификационная и интринсивная) [566; 750-755].

Данная классификация получила признание со стороны многих зарубежных и отечественных специалистов и доказала свою универсальность в исследованиях разноуровневых мотивационных структур: от текущих стремлений до жизненных целей личности. В нашем исследовании она была адаптирована для изучения детерминации смысложизненного выбора и экстринсивного смысла жизни.

Выборка и методика исследования. *Общая гипотеза* состояла в предположении о том, что степень автономии-гетерономии выбора обуславливает функциональные возможности, регуляторный потенциал индивидуального смысла жизни. Она конкретизировалась в ряде частных гипотез: 1) *смысл жизни, выбранный преимущественно под воздействием интринсивной и идентификационной причинности, является функционально оптимальным*; 2) *экстринсивный смысл жизни, выбор которого в значительной степени продиктован экстеральной и интроецированной причинностью, выступает как психологическая разновидность неоптимального смысла жизни*; 3) *кризисогенное влияние такого смысла на развитие личности опосредуется падением общего уровня осмысленности и удовлетворенности жизнью*.

В эмпирическом исследовании приняли участие 336 человек в возрасте от 21 года до 65 лет (средний возраст – 36,7 лет), в том числе 195 женщин и 141 мужчина. В выборке были представлены испытуемые с разным уровнем оконченного образования (27 человек с общим средним образованием, 41 – с профессионально-техническим образованием, 174 – со средним специальным образованием, 94 – с высшим образованием), семейным положением (202 человека имеют семью, 134 – бессемейные) и родительским статусом (207 человек воспитывают детей, 129 – бездетные). По роду профессиональной деятельности испытуемые относились к категориям государственных служащих (21 человек), военнослужащих (44 человека), медицинских работников (49 человек), педагогических работников (47 человек), обслуживающего (70 человек) и производственного персонала (105 человек). Сбор эмпирических данных осуществлялся с помощью следующих методик (в порядке предъявления): 1) *Опросник смысложизненного кризиса* [176; 177]; 2) *Шкала удовлетворенности жизнью Э. Динера* [348]; 3) *Шкалы психологического благополучия К. Рифф* [367]; 4) *Источники смысла жизни* (в настоящем исследовании применялась ее модификация, позволяющая выявить вклад разных видов причинности в детерминацию смысложизненного выбора, а также общий уровень интринсивности-экстринсивности смысла жизни испытуемого; описание данной версии методики представлено в [171; 215]).

Результаты исследования и их интерпретация. *Посредством множественной регрессии анализировалось влияние по-разному обусловленных видов смысложизненного выбора на выраженность кризисной симптоматики и составляющие психологического благополучия личности. В качестве предикторов в регрессионную модель одновременно вводились четыре вида причинности смысложизненного выбора, а в качестве зависимой переменной последовательно назначались показатели смысложизненного кризиса и психологиче-*

ского благополучия личности. Полученные результаты представлены в таблице 58.

Таблица 58 – Результаты множественной регрессии

Зависимая переменная	Экстер- нальная причин- ность	Интроециро- ванная причинность	Идентифи- кационная причин- ность	Интрин- сивная причин- ность	R ²
	β	β	β	β	
Смысложиз- ненный кризис	0,22***	0,09	-0,13*	-0,27***	0,14***
Удовлетво- ренность жизнью	-0,17*	-0,13**	0,04	0,32***	0,12***
Положитель- ные отноше- ния	-0,52***	-0,21***	0,17***	0,25***	0,26***
Автономия	-0,14*	-0,07	0,17*	0,37***	0,11***
Управление окружением	-0,26***	-0,05	0,14**	0,19*	0,12***
Личностный рост	-0,26***	-0,19**	-0,007	0,32***	0,21***
Осмыслен- ность жизни	-0,19**	-0,17**	-0,09	0,36***	0,13***
Самоприня- тие	-0,32***	-0,09	-0,01	0,29***	0,19***
Общий уро- вень благо- получия	-0,18**	-0,17**	0,15*	0,18**	0,13***
<i>Примечания:</i> β – стандартизированный регрессионный коэффициент, R ² – коэффициент множественной детерминации; * $p \leq 0,05$; ** $p \leq 0,01$; *** $p \leq 0,001$.					

Расчетные данные позволяют сделать несколько важных выводов. Во-первых, сравнение величин и знаков регрессионных коэффициентов, присвоенных разным видам причинности, позволяет утверждать, что эти виды укладываются в биполярный континуум. На полюсах данного континуума располагаются резко противоположные по своей психологической природе виды причинности – экстернальная и интринсивная. Во всех моделях регрессионные коэффициенты этих двух видов причинности наделены самыми большими значениями, но при этом являются контрастными по знаку. Промежуточные градации причинности – интроецированная и идентификационная – набрали меньшие по абсолютному значению регрессионные коэффициенты, которые также не совпадают по знаку. На данном материале наглядно представлен *ступенчатый переход от внешней обусловленности через интроецированные формы регуляции к самодетерминации смысложизненного выбора личности*. Отсюда также следует вывод о том, что классификация видов причинности, предложенная первоначально для изучения причинности текущих целей личности, валидна и для анализа психологической детерминации смысложизненного выбора.

Во-вторых, смысложизненный выбор личности, как правило, является сложно детерминированным и полипричинным. Обусловленность выбора одним видом причин вовсе не исключает остальных видов причинности, а межличностные различия производны скорее от их индивидуально-неповторимого сочетания, чем от доминирующей ориентации на единственный вид причин. О многомерной детерминации смысложизненного выбора говорит тот факт, что при синхронном вводе в регрессионную модель разные виды причинности демонстрируют статистически достоверные β -коэффициенты.

В-третьих, способ осуществления смысложизненного выбора является действенным фактором, который может способствовать стабильному либо, наоборот, кризисному развитию личности. Из 36 подсчитанных регрессионных коэффициентов значимыми оказались 28, что говорит о системной включенности разных способов осуществления смысложизненного выбора в детерминацию развития и функционирования личности. Как отмечалось выше, выбор индивидуального смысла жизни совершается с одновременным использованием разных способов и базируется сразу на нескольких видах причинности. Взятые в комплексе, различные способы выбора и виды причинности обуславливают от 11 до 26 % дисперсии зависимых переменных. Следовательно, с точки зрения психологических последствий совсем не безразлично, каким способом и под воздействием каких причин личность ищет, находит и стремится воплотить смысл своей жизни.

Наконец, обнаруживается четкое разграничение между здоровыми, оптимальными и нездоровыми, неоптимальными формами детерминации смысложизненного выбора личности. Психологически здоровым следует признать смысложизненный выбор, при котором личность руководствуется собственными представлениями и переживаниями по поводу значимости принимаемых и реализуемых ценностей. Такой выбор не только снижает риск развития смысложизненного кризиса, но и предсказывает более высокие показатели по всем параметрам психологического благополучия личности. Смысложизненный выбор, который сделан под воздействием внешних обстоятельств, социальных ожиданий, ситуативных желаний и эмоций, чреват негативными последствиями для здоровья, адаптации и развития личности. Такой выбор действует угнетающе на психологическое благополучие и производит кризисогенный эффект в развитии личности. Таким образом, здоровый и оптимальный смысложизненный выбор – это предпочтение таких ценностей, которые вызывают внутренний интерес, обладают высокой субъективной значимостью и устойчивой эмоциональной притягательностью для личности.

Следующим этапом обработки данных явился иерархический регрессионный анализ. В нашем случае данный метод был призван оценить влияние экстринсивного смысла жизни на вероятность возникновения и остроту переживания личностью кризисного состояния, а также гипотетически наметить механизмы этого влияния. Соответственно, зависимой переменной был назначен уровень выраженности смысложизненного кризиса, а его предикторы вводи-

лись в регрессионную модель в следующей очередности: на первом шаге – половозрастные и социально-демографические характеристики испытуемого, на втором – общий показатель экстринсивности смысла жизни, на третьем – показатель осмысленности жизни, на четвертом – показатель удовлетворенности жизнью. Результаты множественной иерархической регрессии отражены в таблице 59.

Таблица 59 – Результаты иерархического регрессионного анализа

Предикторы	β	t	p	Статистика модели
Модель I				
Пол	0,01	0,21	0,83	R = 0,158, R ² = 0,025, F (4, 331) = 2,12, p = 0,08
Возраст	0,05	0,64	0,52	
Уровень образования	-0,14	-2,39	0,02	
Семейное положение	-0,05	-0,68	0,49	
Модель II				
Пол	0,06	1,20	0,23	R = 0,38, R ² = 0,144, F (5, 330) = 11,13, p = 0,000
Возраст	-0,16	-2,09	0,04	
Уровень образования	-0,10	-1,93	0,06	
Семейное положение	0,14	1,86	0,06	
Экстринсивность смысла жизни	0,40	6,78	0,000	
Инкрементный F-тест	$\Delta R^2 = 0,119$, F (1, 330) = 45,97, p = 0,000			
Модель III				
Пол	0,07	1,91	0,06	R = 0,75, R ² = 0,564, F (6, 329) = 70,93, p = 0,000
Возраст	0,08	1,42	0,15	
Уровень образования	-0,03	-0,75	0,45	
Семейное положение	-0,04	-0,73	0,46	
Экстринсивность смысла жизни	0,12	2,72	0,007	
Осмысленность жизни	-0,70	-17,8	0,000	
Инкрементный F-тест	$\Delta R^2 = 0,42$, F (1, 329) = 316,7, p = 0,000			
Модель IV				
Пол	0,06	1,83	0,07	R = 0,82, R ² = 0,668, F (7, 328) = 94,13, p = 0,000
Возраст	0,02	0,48	0,63	
Уровень образования	-0,07	-1,91	0,06	
Семейное положение	-0,06	1,27	0,20	
Экстринсивность смысла жизни	0,05	1,21	0,23	
Осмысленность жизни	-0,65	-18,72	0,000	
Удовлетворенность жизнью	-0,35	-10,11	0,000	
Инкрементный F-тест	$\Delta R^2 = 0,035$, F (1, 223) = 17,73, p = 0,000			
<i>Примечания:</i> β – стандартизированный регрессионный коэффициент, t – критерий Стьюдента, R – коэффициент множественной корреляции, R ² – коэффициент множественной детерминации, ΔR^2 – прирост объема объясняемой дисперсии, F – критерий Фишера, p – уровень статистической значимости.				

На основании полученных результатов можно констатировать, что уязвимость личности для смысложизненного кризиса в очень малой степени зависит от ее половозрастных и социально-демографических свойств. Показательно, что в финальной модели, охва-

тывающей наибольшее число собственно психологических переменных, нет ни одного статусно-ролевого признака со значимым регрессионным коэффициентом. Наиболее интересный результат отражен в статистиках второй регрессионной модели, которая объясняет 14,4 % дисперсии показателей смысложизненного кризиса и в отличие от первой модели является статистически достоверной. Повышение объяснительных и прогностических возможностей модели происходит за счет введения в состав предикторов показателя экстринсивности смысла жизни. Судя по регрессионному коэффициенту, экстринсивность – это такое психологическое свойство смысла жизни, которое обуславливает высокий риск наступления и высокую интенсивность протекания смысложизненного кризиса в развитии личности ($\beta = 0,40$, $p = 0,000$). Согласно показаниям инкрементного F-теста, данное свойство вносит уникальный вклад в детерминацию кризиса в размере 11,9 %, что является статистически весомой прибавкой ($F(1, 330) = 45,97$, $p = 0,000$). На этом основании экстринсивный смысл жизни можно считать психологической разновидностью неоптимального смысла жизни.

Третья и четвертая регрессионные модели помогают прояснить психологический механизм, посредством которого экстринсивный смысл жизни порождает кризис личностного развития. В этих моделях к числу предикторов последовательно присоединялись две переменные – осмысленность жизни и удовлетворенность жизнью. При их статистическом контроле наблюдается сначала частичная – в третьей модели ($\beta = 0,12$, $p = 0,007$), а затем и полная – в четвертой модели – нейтрализация ($\beta = 0,05$, $p = 0,23$) показателя экстринсивности смысла жизни. В финальной регрессионной модели ведущими и непосредственными детерминантами кризиса выступают бессмысленность ($\beta = -0,65$, $p = 0,000$) и неудовлетворенность жизнью ($\beta = -0,35$, $p = 0,000$).

Таким образом, результаты иерархического регрессионного анализа подтверждают гипотезу исследования и доказывают, что экстринсивный смысл жизни производит кризисогенный эффект в развитии личности. Кроме того, эти результаты приближают к пониманию психологического механизма кризисогенеза, т. е. зарождения и развития кризисного состояния в условиях принятия и осуществления личностью данной разновидности неоптимального смысла жизни. Этот механизм отражает структурная модель на рисунке 12.

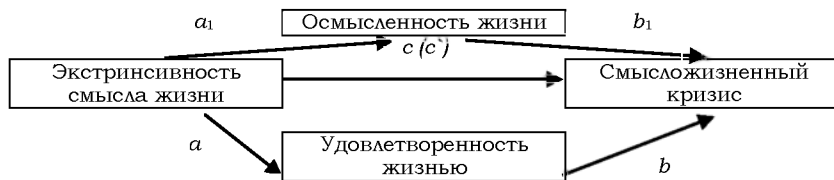


Рисунок 12 – Структурная медиаторная модель

Структурная схема, моделирующая психологический механизм кризисогенеза, с формальной точки зрения может быть описана как простая медиаторная модель с двумя синхронно действующими пе-

ременными-медиаторами. Оценка согласованности данной гипотетической модели с эмпирическими данными производилась методом медиаторного анализа – параметрическим тестом Собея и непараметрическим бутстреп анализом. Путьевые коэффициенты, отражающие силу и направленность связей между переменными, вычислялись при помощи регрессионного анализа. Коэффициент c показывает силу прямого влияния независимой переменной на зависимую переменную; a и a_1 – силу влияния независимой переменной на переменные-медиаторы; b и b_1 – силу влияния переменных-медиаторов на зависимую переменную; c^* – силу влияния независимой переменной на зависимую переменную при контроле уровня переменных-медиаторов, т. е. при статистической элиминации прямых путей влияния. Результаты медиаторного анализа представлены в таблице 60.

Таблица 60 – Результаты медиаторного анализа

Статистика медиаторной модели						
Путьевые коэффициенты	β (В)	t	p	Параметры модели		
a	-0,31 (-0,17)	-5,97	0,000	R = 0,80, R ² = 0,65, F = 204, p = 0,000		
b	-0,47 (-0,98)	-9,72	0,000			
a_1	-0,29 (-0,25)	-5,71	0,000			
b_1	-0,73 (-1,23)	-19,52	0,000			
c	0,35 (0,57)	6,80	0,000			
c^*	0,05 (0,08)	1,48	0,14			
Тест Собея						
Медиаторы	ахb	SE	Z	p		
Осмысленность жизни	0,32	0,05	5,48	0,000		
Удовлетворенность жизнью	0,16	0,03	5,07	0,000		
Бутстреп анализ (на 5000 выборках)						
Медиаторы	Среднее ахb	SE	Нижний 95 % CI	Верхний 95 % CI	Нижний 99 % CI	Верхний 99 % CI
Осмысленность жизни	0,31	0,04	0,24	0,40	0,21	0,43
Удовлетворенность жизнью	0,16	0,02	0,13	0,21	0,11	0,23
<i>Примечания:</i> β – стандартизированный регрессионный коэффициент, В – нестандартизированный регрессионный коэффициент, t – критерий Стьюдента, R – коэффициент множественной корреляции, R ² – коэффициент множественной детерминации, ΔR^2 – прирост объема объясняемой дисперсии, F – критерий Фишера, p – уровень статистической значимости, ахb – показатель медиаторного эффекта, SE – стандартная ошибка, Z – критерий Фишера, CI – доверительный интервал.						

Результаты медиаторного анализа указывают на то, что сконструированная модель обладает высоким качеством подгонки к реальной структуре связей между переменными. Функциональные звенья кризисного механизма, предусмотренные моделью, работают, поскольку все без исключения путевые коэффициенты статистически достоверны. Главные показатели эффектов опосредования – произведения путевых коэффициентов $a \times b$ и $a_1 \times b_1$ – по итогам разных техник медиаторного анализа оказались значимыми. Отсюда следует, что осмысленность жизни и удовлетворенность жизнью действительно играют роль связующих переменных в детерминации смыслосложившего кризиса. Иными словами, негативное влияние экстринсивного смысла жизни на развитие личности носит опосредованный характер, т. е. опосредуется двумя промежуточными, передаточными звеньями – бессмысленностью и неудовлетворенностью личности собственной жизнью. Можно утверждать, что экстринсивный смысл порождает кризис лишь постольку, поскольку он не способен выполнять свои регуляторные функции, от которых зависит удовлетворенность жизнью и осмысленность жизни. Примечательно, что при статистическом контроле переменных-медиаторов происходит обнуление коэффициента связи между экстринсивным смыслом и кризисной симптоматикой ($c' = 0,05$, $p = 0,14$) по сравнению со случаем, когда опосредующие эффекты уровня осмысленности и удовлетворенности жизнью не контролируются ($c = 0,35$, $p = 0,000$). По правилам медиаторного анализа такой случай квалифицируется как полная медиация, а с психологической точки зрения это означает, что предложенная структурная модель предусматривает все необходимые и достаточные составляющие для объяснения кризисогенного влияния экстринсивного смысла жизни на развитие личности.

Таким образом, результаты медиаторного анализа свидетельствуют в пользу третьей частной гипотезы и позволяют утверждать, что экстринсивный смысл жизни провоцирует кризисные явления в развитии личности постольку, поскольку не справляется со своими регулируемыми функциями в контексте повседневной жизнедеятельности. Он не обеспечивает ни приемлемого качества осмысленности жизни, ни должного уровня удовлетворенности жизнью, что указывает на его функциональную слабость и неполноценность. Не только отсутствие или утрата смысла жизни, но и его дисфункция играет роль запускающего механизма в возникновении смыслосложившего кризиса. Неоптимальный по своей детерминации смыслосложивший выбор впоследствии становится существенным фактором кризисного риска.

12.7. Временная локализация смысла жизни как фактор кризиса в развитии личности

Обоснование гипотезы исследования. Предпосылкой успешного поиска и реализации личностью смысла жизни служит осознание индивидуального жизненного пути в пространственной протяженности, временной последовательности и смысловую насыщенности. В процессе наполнения хронологического времени смысловым содержанием личность обретает собственное психологическое время, производит его ценностно-смысловое структурирование и интеграцию. Время жизни получает особую смысловую размерность, а его субъективное течение начинает детерминироваться процессами практической реализации смысла жизни, подчиняться закономерностям протекания жизнедеятельности личности. Как писал С. А. Рубинштейн, «субъективно переживаемое время – это не столько кажущееся, в переживании якобы неадекватно преломленное время движущейся материи, а относительное время жизни (поведения) данной системы – человека, вполне объективно отражающее план жизни данного человека» [402, с. 305]. Значит, субъективно переживаемое, или психологическое время в биографическом масштабе определяется динамикой поиска и практической реализации смысла жизни и в этой связи выступает собственным временем личности как субъекта жизни. Отсутствие, утрата, деформация смысла жизни, как правило, влечет за собой «распад структуры переживания времени» [468, с. 141]; «искажение чувства времени – это естественный результат искажения смысла жизни» [504, с. 216]; «без переживания ценности невозможно чувство времени, без чувства времени нет биографии» [300, с. 82].

Одна из первых попыток сопряжения смысла жизни с процессами осознания, переживания и управления личностью временем жизни была предпринята К. А. Абульхановой, разработавшей темпорально-ценностный подход [2; 12]. В рамках данного подхода смысл жизни рассматривается как «разновременное», «гетерохронное» образование, которое может пронизывать прошлое, настоящее и будущее. Прежде всего смысл жизни выражает притязания и стремления личности, ориентированные в будущее, но «это не только будущее, не только перспектива, но и мера достигнутого» [12, с. 73], т. е. совокупность значимых достижений и свершений прошлого. Кроме того, «смысл жизни – это психологический способ переживания жизни в процессе ее осуществления» [12, с. 73], иными словами, способ отношения личности к своему настоящему. И хотя К. А. Абульханова не обсуждает временную локализацию в качестве самостоятельного индивидуально-типологического параметра смысла жизни, она указывает на то, что каждая личность выстраивает своеобразный ценностно-временной континуум и неравномерно распределяет в нем смысловое содержание собственной жизни. Причем сам способ распределения может быть оптимальным или неоптимальным в зависимости от его влияния на продуктивность самореализации личности. Способ размещения личностью своих смыслообразующих ценностей на «стреле» времени жизни может быть продиктован не только ее индивидуальностью, но и возрастом,

в силу чего, например, «у молодых смысл жизни ориентирован на будущее, у стариков – на прошлое или настоящее» [12, с. 74].

Проблема временной локализации смысла жизни намечается в рамках причинно-целевой концепции психологического времени личности, разработанной В. И. Головахой, А. А. Кроником, и концепции биографических кризисов личности, разработанной Р. А. Ахмеровым. Исследователи отмечают, что «мотивационные детерминанты жизненного пути локализованы в различных временных точках. Стимулы к жизни человек может находить в воспоминаниях о достигнутом и пережитом, в мечтах и планах, в переживаниях ценности текущего момента» [254, с. 56]. Элементарной структурно-функциональной единицей мотивации жизни считается межсобытийная детерминационная связь, которая может принадлежать либо к прошлому (реализованная связь), либо к настоящему (актуальная связь), либо к будущему (потенциальная связь). Отсутствие любого вида связей в субъективной картине жизненного пути обозначается понятием «мотивационная недостаточность» и рассматривается как условие возникновения различных биографических кризисов: нереализованности, опустошенности, бесперспективности. Примечательно, что «биографические кризисы, проявляясь в переживании непродуктивности жизни (в прошлом, настоящем, будущем), по сути, являются смысложизненными кризисами личности» [38, с. 62].

Д. А. Леонтьев рассматривает временную локализацию ведущих смысловых ориентиров в качестве индивидуальной особенности смысловой регуляции. Ссылаясь на факторную структуру теста смысложизненных ориентаций, он отмечает, что смысл жизни может быть центрирован на прошлом, настоящем или будущем и, соответственно, проявляться в удовлетворенности результатами пройденного отрезка жизни, в переживании эмоциональной насыщенности и интереса к жизни или в перспективных жизненных целях. «Временная локализация ведущих смысловых ориентиров в будущем, настоящем либо прошлом представляет собой область индивидуальных различий, несводимых к общему уровню развития смысловой регуляции», – констатирует Д. А. Леонтьев [281, с. 301].

Дальнейшую теоретическую и эмпирическую проработку эта идея получила в исследованиях А. В. Серого, который вводит понятие «актуальное смысловое состояние» и разграничивает его продуктивные и непродуктивные типы [424]. По его мнению, личность стремится к равновесию и синхронии смыслов опыта (прошлого), реальности (настоящего) и целей (будущего), что является неотъемлемым условием адекватности психического отражения и продуктивности практической деятельности. «Процесс синхронизации временных локусов можно описать как особое состояние личности – актуальное смысловое состояние, которое регулирует процесс интеграции личности и окружающей действительности ... Актуальное смысловое состояние (АСС) представляет собой совокупность актуализированных, генерализованных смыслов, размещенных во временной перспективе (опыт, реальность, цели)» [423, с. 56]. Ключевым признаком продуктивного смыслового состояния выступает сбалансированность временных модусов жизни по насыщенности лич-

носно значимым содержанием. Напротив, непродуктивное смысловое состояние представляет своего рода «смысловый десинхроноз», при котором личностно значимое содержание либо совсем отсутствует, либо фиксируется в одном из времен жизни. Преобладание непродуктивных типов актуального смыслового состояния выявлено у психологически неблагополучных контингентов испытуемых, в частности, у безработных [200; 208; 426].

Таким образом, в психологической литературе отчетливо прослеживается идея о том, что смысл жизни имеет особые темпоральные свойства, которые относительно независимы от возраста, играют важную роль в смысловой регуляции жизнедеятельности и совсем безразличны для продуктивной самореализации и нормального развития личности.

На наш взгляд, эти свойства производны от системы временных отношений, складывающихся между смысложизненными ценностями личности в процессе их практической реализации в реальном пространстве и времени жизни. Каждую ценность личность наделяет темпоральными характеристиками, регулирующими порядок ее актуализации и реализации в индивидуальной жизнедеятельности. Их совокупность существует в форме более или менее устойчивой временной композиции, где каждая отдельная ценность имеет свою темпоральную метку (координату), которая определяет своевременность-несвоевременность ее практического осуществления по отношению к текущему моменту («еще рано», «уже поздно» и т. д.). В зависимости от временной отнесенности смысложизненные ценности в субъективном восприятии личности разделяются, как правило, на три категории: реализованные (в прошлом), реализуемые (в настоящем) и планируемые к реализации (в будущем). Смысл жизни, соединяющий эти ценности в своей структуре, оказывается разноплановым во временном отношении ценностно-смысловым образованием личности. Проекция смысложизненных ценностей на ось биографического времени ведет к образованию уникальной композиции смысла жизни, где между различными компонентами устанавливаются не только структурные, но и временные связи. Они отражают и регулируют очередность, темп, длительность, ритмичность и другие хронологические параметры уже совершенной, совершаемой или планируемой реализации смысложизненных ценностей личности.

Процесс практической реализации смысла жизни характеризуется неравномерностью и гетерохронностью, вследствие чего разные периоды биографического времени приобретают различную «плотность» ценностно-смыслового содержания. При одинаковом общем уровне осмысленности жизни распределение смысла жизни между «регионами» прошлого, настоящего и будущего может сильно варьировать. В одном случае смысложизненные ценности спускаются в прошлое, в другом случае – основное смысловое содержание жизни конденсируется в настоящем, в третьем случае – оно спрессовано в будущем. При сравнении времен по смысловой насыщенности отчетливо вырисовывается «временной профиль» личности, по которому можно судить об интенсивности реализации смысла жизни на разных (предшествующем, текущем и последующем) этапах жиз-

ненного пути. Даже при сравнительно высоком общем уровне осмысленности жизни определенная конфигурация этого временно-го профиля может быть, как гармоничной, функциональной, так и дисгармоничной, дисфункциональной.

Временная локализация смысла жизни является функционально значимым параметром смысловой регуляции, который «программирует» временной режим жизнедеятельности личности. Как и другие психологические свойства индивидуального смысла жизни, данный параметр правомерно оценивать по критерию функционального оптимума, т. е. с точки зрения воздействия на процессуальную и результативную сторону жизнедеятельности и, следовательно, на индивидуальное развитие и психологическую судьбу личности. Временная локализация смысла жизни влияет, в первую очередь, на «валовую» продуктивность индивидуальной жизнедеятельности, исчисляемую в объективно и субъективно значимых достижениях, свершениях, успехах личности. Функциональная оптимальность данного параметра зависит от того, насколько личность: во-первых, сообразует реализацию смысловых ценностей со сроками наступления определенных внешних и внутренних условий, имеющих инструментальное, ресурсное значение, и избегает условий, имеющих преградное значение; во-вторых, сводит во времени реализацию комплементарных ценностей, которые синергически усиливают друг друга, и разводит реализацию конфликтных ценностей, которые препятствуют друг другу.

Таким образом, локализация смысла жизни на оси психологического времени выступает существенным признаком функционального оптимума, который отражает динамику практической реализации личности смысла жизни во временном масштабе биографии. Индивидуальные особенности временной локализации смысла жизни накладывают заметный отпечаток на способы осознания и осмысления личностью своего жизненного пути, а также на способы организации повседневной жизнедеятельности.

Какой способ распределения смысла между временами жизни может считаться оптимальным, а какой – неоптимальным? Современная психологическая наука не располагает данными для прямого, однозначного ответа на этот вопрос, но имеются косвенные сведения, позволяющие наметить вполне определенные гипотезы. Эти сведения поставляют, во-первых, психологические теории смысла жизни, затрагивающие проблему его соотношения со временем жизни; во-вторых, эмпирические исследования, раскрывающие взаимосвязь доминирующей временной ориентации личности с уровнем ее адаптации, субъективного благополучия, психического здоровья, успешностью в различных видах деятельности и жизни в целом. Но, пожалуй, самым главным теоретическим ориентиром здесь выступают общепсихологические предствления о природе и назначении смысловой регуляции в структуре человеческого способа бытия в мире.

По признанию многих исследователей, смысловая регуляция выступает как психологическая детерминация текущей жизнедеятельности личности образом потребного, желаемого, должного будущего,

а временной вектор психических процессов, обеспечивающих эту детерминацию, направлен из будущего в настоящее. В свое время М. И. Бахтин писал: «Будущее есть преимущественно смысловая категория» [49, с. 105]. Развитие смысловой регуляции в онтогенезе открывает для личности возможность ориентировать и подчинять свою активность отсроченным, удаленным во времени мотивам и ценностям в противовес сиюминутным импульсам и ситуативным стимулам. Очень точно это подмечено Б. С. Братусем, выделившим специфическую функцию смысловых образований личности – «создание образа, эскиза будущего, той перспективы развития личности, которая не вытекает прямо из наличной, сегодняшней ситуации» [61, с. 96]. Эта функция наиболее рельефно обнаруживается смыслом жизни – ведущей «инстанцией» смысловой регуляции человеческой жизнедеятельности. В. Э. Чудновский подчеркнул эту особенность следующим образом: «Поиск и обретение смысла жизни фактически является процессом формирования отдаленной ориентации поведения и деятельности человека» [486, с. 14].

Первым психологом, связавшим смысл жизни с детерминацией активности и развития личности будущим, был А. Адлер. В качестве альтернативы каузальной схеме, разработанной в классическом психоанализе, им была предложена телеологическая, финалистская схема объяснения личностного развития и бытия. Коренное различие этих схем в том, что в первом случае активность и развитие личности попадают под диктат прошлого, а во втором случае приоритет отдается будущему, существующему в форме смысла жизни. В своей последней книге А. Адлер писал: «Поведение индивида и его целостный психический склад больше определяется стремлением к смыслу жизни, чем травмами и комплексами прошлого. Смысл жизни – это внутренний фактор, помогающий расстаться с сожалениями о неудачном прошлом и двигаться в направлении лучшего будущего» [522, s. 127].

Созданные в последующем экзистенциальные концепции еще категоричнее обозначили примат будущего в смысловой регуляции человеческой жизнедеятельности. По мнению В. Франкла, смысл жизни зиждется на ценностях и идеалах, которые как бы притягивают человека из будущего (в отличие от влечений, которые норовят вернуть его к гомеостатическому состоянию, знакомому из прошлого опыта). «Без фиксированной точки отсчета в будущем человек, собственно, просто не может существовать. Обычно все настоящее структурируется, исходя из нее, ориентируется на нее, как металлические опилки в магнитном поле на полюс магнита. ... Тот, кто не может привязаться к какому-либо пункту, к какому-либо моменту времени в будущем, к какой-либо остановке, подвержен опасности внутреннего падения» [468, с. 141].

В концепции С. Мадди смысл рассматривается как дериват решений, которые личность принимает в своей жизни, и «именно содержание и направленность этих решений наделяют ее жизнь уникальным смыслом» [304, с. 88]. При всем необъятном содержательном разнообразии решения принципиально различаются своей временной направленностью: любое решение либо ведет личность в бу-

дущее, либо удерживает ее в прошлом. Выбор прошлого не обладает смыслообразующим и развивающим потенциалом, а, кроме того, чреват переживаниями онтологической вины за упущенные возможности и мучительными сожалениями по типу «что могло быть, если бы». Поэтому во избежание «застоя, самообвинения и потери смысла – тяжелого синдрома, вызываемого накоплением онтологической вины, необходимо хотя бы избегать выборов в пользу прошлого» [304, с. 90]. Выбор будущего также не является эмоционально легким и благостным, поскольку личность вступает в область непредсказуемого, неизвестного и испытывает онтологическую тревогу. Однако устойчивое предпочтение будущего ценно своими следствиями для развития личности – растущим чувством осмысленности жизни и прогрессивной экзистенциальной индивидуализацией.

Эти идеи перекликаются с положениями психологической теории смысла жизни К. Обуховского. Автор разделяет две формы личностного развития в зависимости от временной локализации его источников: прогрессивную («трансгрессивную») и регрессивную («дегрессивную»). При регрессивной форме развития личность ориентируется в жизни на задачи, продиктованные прошлым или настоящим. Прогрессивному развитию личности может способствовать только решение задач, уходящих в отдаленное будущее. Это будущее в своей психологической форме выступает как смысл жизни, ветвящийся на систему промежуточных целей и задач. Как пишет К. Обуховский, «основным фактором развития личности выступает ее постоянная активная устремленность в будущее, эмоционально окрашенная направленность на решение отдаленной, общественно значимой задачи, выступающей смыслом жизни человека» [345, с. 65].

В современной психологии отсутствуют прямые сведения о влиянии временной локализации смысла жизни на продуктивность жизнедеятельности и развития личности. Однако косвенные данные могут быть почерпнуты из эмпирических исследований временной ориентации как устойчивого личностного свойства. Судя по их результатам, именно перспективная ориентация производит оптимизирующие, адаптогенные и саногенные эффекты в сфере личностного развития и бытия (подробный обзор см. [171; 210]).

Сложнее строить гипотезы о характере связи других временных локусов смысла жизни с кризисным состоянием личности, поскольку ориентация на жизненные задачи и ценности, продиктованные настоящим и прошлым, трактуется очень неоднозначно. Сосредоточенность на настоящем в ряде концепций рассматривается как признак личностной незрелости либо деградации. Например, К. Обуховский полагает, что «в случае ограничения действий индивида задачами настоящего момента должно произойти обеднение психологической организации личности» [345, с. 54]. Что касается ретроспективной ориентации, то некоторые авторы склоняются к мнению, что она также негативно отражается на развитии личности, провоцируя кризисы и неврозы. С. Мадди пишет о том, что «постоянный выбор прошлого ведет вначале к застою и скуке, затем к чувству, что человек не получает радости от энергичной, активной

жизни, и, в итоге, к убеждению в том, что существование бессмысленно» [304, с. 90]. Еще более радикальны суждения К. Обуховского: «Если основные действия индивида ограничены задачами прошлого, можно с уверенностью заключить о наличии невроза, фиксирующего личность на ее прошлом» [345, с. 54].

Таким образом, проведенный обзор наводит на предположение, что функционально оптимальной является перспективная локализация смысложизненных ценностей, при которой главным побуждающим, ориентирующим и смыслообразующим центром индивидуальной жизни выступает будущее. Смысловое обеднение будущего является признаком неоптимальности смысла жизни, который с большой вероятностью обуславливает возникновение и эскалацию смысложизненного кризиса в развитии личности. Также логично допустить, что локализация смысла жизни в прошлом или настоящем оказывается неоптимальной и кризисогенной лишь тогда, когда она становится преобладающей, прежде всего, над будущим.

Выборка и методика исследования. На основе изложенного была выдвинута гипотеза о том, что *временная локализация выступает функционально значимым психологическим свойством смысла жизни, которое существенно обуславливает степень его оптимальности-неоптимальности для развития личности и, в частности, определяет личностную предрасположенность к переживанию смысложизненного кризиса.* Это общее предположение конкретизировалось в частных гипотезах: 1) *интенсивность переживания личностью смысложизненного кризиса по-разному связана с уровнем осмысленности прошлого, настоящего и будущего;* 2) *временная локализация смысла жизни влияет на выраженность кризисного состояния независимо от общего уровня осмысленности жизни, т. е. является функционально самостоятельной детерминантой кризиса;* 3) *неоптимальная (кризисогенная) временная локализация смысла жизни проявляется в низкой (по сравнению с прошлым и настоящим) ценностно-смысловой насыщенности будущего.*

С целью проверки сформулированных гипотез было проведено эмпирическое исследование, охватившее гетерогенную по социально-демографическим признакам выборку. После отбраковки некорректно заполненных диагностических пакетов численность выборки сократилась до 107 человек, в числе которых 53 мужчины и 54 женщины в возрасте от 20 до 68 лет. В качестве методов сбора эмпирического материала использовались: 1) *Опросник смысложизненного кризиса* (параметры распределения тестовых показателей в обследованной выборке следующие: $M = 113,3$, $\sigma = 28,58$, $\min = 60$, $\max = 174$ балла) [173; 174]; 2) *Тест смысложизненных ориентаций* (в настоящем исследовании рассчитывался только интегральный балл, оцениваемый как показатель общего уровня осмысленности жизни; выборочное распределение по данному показателю характеризуется следующими величинами: $M = 90,12$, $\sigma = 14,76$, $\min = 31$, $\max = 140$ баллов) [288]; 3) *Источники смысла жизни* (модификация, позволяющая выявить временную локализацию смысла жизни испытуемого, приведена в [171; 210]). По итогам опроса вычисляются

показатели осмысленности трех временных локусов – ретроспективного, актуалспективного и перспективного. В комплексе эти показатели отражают временной профиль смысла жизни испытуемого

Результаты исследования и их интерпретация. Первоначально данные обрабатывались при помощи непараметрического корреляционного анализа, результаты которого представлены в таблице 61.

Таблица 61 – Результаты корреляционного анализа

Психологические переменные	СЖК	ОЖ	РА	АЛ
Смысложизненный кризис (СЖК)				
Общий уровень осмысленности жизни (ОЖ)	-0,53***			
Ретроспективный локус смысла жизни (РА)	0,21*	-0,24**		
Актуалспективный локус смысла жизни (АЛ)	-0,29**	0,09	-0,05	
Перспективный локус смысла жизни (ПЛ)	-0,54***	0,49***	-0,06	0,30**

Примечания: * $p \leq 0,05$, ** $p \leq 0,01$, *** $p \leq 0,001$.

Прежде всего, интерес представляют взаимосвязи временных локусов смысла жизни с общим уровнем осмысленности жизни и интенсивностью протекания смыслоложизненного кризиса. Установлено, что по мере увеличения смысловой насыщенности будущего общая осмысленность жизни возрастает ($R = 0,49$, $p = 0,000$), а частота и сила проявления признаков кризиса снижается ($R = -0,54$, $p = 0,000$). В противоположность этому большой смысловой «вес» прошлого сопряжен с манифестацией кризисной симптоматики ($R = 0,21$, $p = 0,02$) и пониженным уровнем общей осмысленности жизни ($R = -0,24$, $p = 0,012$). Недостаток смыслоложизненных ценностей в зоне настоящего сопровождается обостренными и учащенными переживаниями кризиса ($R = -0,29$, $p = 0,002$), но при этом никак не соотносится с осмысленностью жизни в целом. Итак, первую частную гипотезу можно считать доказанной: временные локусы смысла жизни по-разному связаны с переживанием кризисного состояния. Острому течению смыслоложизненного кризиса сопутствует ценностная опустошенность будущего и настоящего на фоне относительно высокой осмысленности прошлого.

Далее собранные данные обрабатывались посредством иерархического регрессионного анализа. В качестве зависимой переменной выступала интенсивность кризисной феноменологии, а в качестве предикторов – пол и возраст испытуемых (контрольная модель 1), к которым потом добавлялся показатель общей осмысленности жизни (контрольная модель 2), а на последнем шаге анализа подключались показатели выраженности трех временных локусов смысла жизни – ретроспективного, актуалспективного и перспективного (основная модель). Прирост объяснимой дисперсии, зависимой переменной

при переходе от одной модели к другой оценивался при помощи инкрементного F-критерия Фишера. Результаты иерархической множественной регрессии представлены в таблице 62.

Таблица 62 – Результаты иерархического регрессионного анализа

Предикторы	β	T	p	Статистика модели
<i>Контрольная модель со статусными переменными</i>				
Пол	0,10	1,03	0,301	R = 0,245, R ² = 0,06 F (2, 104) = 3,33, p = 0,04
Возраст	0,25	2,54	0,012	
<i>Контрольная модель со статусными и психологическими переменными</i>				
Пол	0,08	0,95	0,341	R = 0,573, R ² = 0,328 F (3, 103) = 16,79, p = 0,000
Возраст	0,19	2,26	0,026	
Общий уровень осмысленности жизни	-0,52	-6,41	0,000	
Инкрементный F-тест	$\Delta R^2 = 0,268$, F (1, 103) = 41,14, p = 0,000			
<i>Основная модель</i>				
Пол	0,06	0,80	0,425	R = 0,654, R ² = 0,428 F (6, 100) = 12,46, p = 0,000
Возраст	0,05	0,54	0,587	
Общий уровень осмысленности жизни	-0,36	-3,91	0,000	
Ретроспективный локус смысла жизни	0,11	1,32	0,188	
Актуалспективный локус смысла жизни	-0,20	-2,27	0,025	
Перспективный локус смысла жизни	-0,26	-2,68	0,008	
Инкрементный F-тест	$\Delta R^2 = 0,099$, F (3, 100) = 5,78, p = 0,001			

Первая контрольная модель оказалась статистически значимой, но малоинформативной, поскольку включенные в нее предикторы в совокупности объясняют всего лишь 6 % дисперсии зависимой переменной. Значимой детерминантой смысложизненного кризиса выступает возраст ($\beta = 0,25$): чем старше испытуемый, тем выше склонность к уходу в кризисное состояние при наличии серьезных затруднений с поиском и реализацией смысла в жизни. Вторая контрольная модель также является статистически значимой и объясняет около 33 % дисперсии показателей смысложизненного кризиса. За счет введения в состав предикторов переменной «общий уровень осмысленности жизни» ее объяснительные и прогностические свойства улучшились на 27 % в сопоставлении с предыдущей моделью, что выглядит как весомый прирост по инкрементному F-критерию (F (1, 103) = 41,14, p = 0,000). Низкий уровень осмысленности, за которым скрывается общий дефицит смысловой регуляции жизнедеятельности, выступает самым мощным предиктором силы кризиса ($\beta = -0,52$). При этом хронологический возраст испытуемого сохраняет значение самостоятельного фактора и при прочих равных обстоятельствах отягчает протекание кризиса ($\beta = 0,19$).

Наибольший интерес вызывает статистика основной регрессионной модели, в которой к числу предикторов присоединялись параметры временной локализации смысла жизни. Несмотря на то, что общий уровень осмысленности жизни остается самым сильным предиктором кризиса ($\beta = -0,36$), временные локусы смысла жизни фигурируют в качестве функционально автономных факторов, которые вносят в детерминацию кризиса свой уникальный вклад. В совокупности основная модель объясняет 42,8 % дисперсии показателей смысложизненного кризиса, из которых чистый вклад темпоральных свойств смысла жизни составляет 9,9 % ($F(3, 100) = 5,78$, $p = 0,001$). Выраженный кризисогенный эффект производит дефицит смысложизненных ценностей в будущем ($\beta = -0,26$) и настоящем ($\beta = -0,20$), в то время как уровень ценностно-смысловой насыщенности прошлого не оказывает ощутимого влияния на тяжесть и глубину кризисных переживаний.

Нельзя не отметить, что с введением в регрессионную модель параметров временной локализации смысла жизни эффект переменной «возраст» нивелируется ($\beta = 0,05$). Это говорит о том, что возраст сцеплен с временными параметрами осуществления личностью смысла жизни: это не просто количество прожитых лет, но косвенная мера реализованности, актуальности и потенциальности личностных ценностей, входящих в структуру смысла жизни. По соотношению регрессионных коэффициентов в разных моделях видно, что с годами уязвимость личности перед смысложизненным кризисом повышается из-за перераспределения смысла между временными модусами жизни. Общая возрастная тенденция заключается, по-видимому, в ослаблении мотивационной привлекательности и осуждения ценностного содержания настоящего и, в особенности, будущего.

Таким образом, кризисогенным фактором в развитии личности является смысловая недостаточность будущего и настоящего безотносительно к уровню смысловой насыщенности прошлого. Дефицит смыслообразующих ценностей во временных зонах настоящего и будущего способен спровоцировать кризисное состояние даже при сравнительно высоком общем уровне осмысленности жизни. Смысл жизни, которому присущи такие особенности временной локализации, может рассматриваться как функционально неоптимальный.

В построенной регрессионной модели временные локусы учитываются в качестве изолированных, партикулярных переменных, тогда как в действительности они образуют целостную конфигурацию – *временной профиль смысла жизни*. В зависимости от комбинаций уровня осмысленности прошлого, настоящего и будущего складываются определенные типы данного профиля. Уже при трех градациях уровня осмысленности (низкий, средний, высокий) в каждом из трех локусов (прошлое, настоящее, будущее) можно вывести более двадцати типов временного профиля смысла жизни ($3^3 = 27$). Логически всплывает вопрос, какие типы временного профиля присущи оптимальному смыслу жизни, обеспечивающему стабильный личностный рост, а какие – функционально неоптимальному смыслу жизни, вызывающему срывы и кризисы в развитии личности.

Из результатов регрессионного анализа следует, что уровень осмысленности прошлого не является значимой детерминантой смысложизненного кризиса, а это значит, что в настоящем исследовании временные профили смысла жизни могут строиться только исходя из уровня осмысленности настоящего и будущего. Это несколько упрощает поставленный вопрос, но не снимает необходимости в новых понятиях (величинах), которые позволят перейти от аддитивного к интегральному описанию и сравнению временной локализации смысла жизни. На наш взгляд, одним из них является понятие «градиент», продуктивно использованное в ряде психологических концепций, например, в теории поля К. Левина. В контексте нашего исследования под *градиентом временной локализации смысла жизни* (от лат. *gradiens* – шагающий, растущий) понимается вектор, показывающий направление возрастания смысловой насыщенности биографического времени при переходе от одного временного модуса к другому. Суть поднятого вопроса, таким образом, сводится к определению градиентов, характеризующих временную локализацию оптимального и неоптимального смысла жизни.

Базируясь на теоретических представлениях о природе и назначении смысловой регуляции в человеческой жизнедеятельности, а также на результатах корреляционного и регрессионного анализа, логично допустить, что *градиент временной локализации оптимального смысла жизни устремлен из настоящего в будущее, тогда как градиент временной локализации неоптимального смысла жизни имеет обратную направленность*. Иначе говоря, смысл жизни наилучшим образом выполняет свои регуляторные функции и создает наиболее благоприятствующие условия для развития личности тогда, когда «концентрация» смысложизненных ценностей при переходе от настоящего к будущему увеличивается.

Адекватным способом проверки данной гипотезы является сравнительный анализ выраженности кризисной феноменологии в группах испытуемых, которые существенно различаются по градиенту временной локализации смысла жизни. Для построения эмпирической классификации испытуемых по соотношению актуалспективного и перспективного докуса смысла жизни использовался неиерархический кластерный анализ (k-Means Clustering). Путем разбиения выборки на разное количество кластеров подбирался релевантный гипотезе вариант группировки испытуемых. Удачным было признано решение с тремя кластерами, в котором межгрупповые различия по степени смысловой насыщенности настоящего ($F(2, 104) = 120,7, p < 0,000$) и будущего ($F(2, 104) = 80,25, p < 0,000$) достигли высокой статистической значимости. Внутригрупповая выраженность временных докусов смысла жизни (низкая, средняя, высокая) определялась через сопоставление по t-критерию Стьюдента усредненного группового значения со средневывборочным значением (50,42 балла для актуалспективного докуса и 47,69 балла для перспективного докуса). Результаты кластерного анализа отражены в таблице 63.

Таблица 63 – Эмпирическая классификация испытуемых в зависимости от временного профиля смысла жизни

Основа классифи- кации	Группа I (N = 40)			Группа II (N = 27)			Группа III (N = 40)			ANOVA	
	M	t	p	M	t	p	M	t	p	F	p
Актуалспек- тивный локус смысла жизни	29,75 (низ- кий)	9,94	0,00	50,37 (сред- ний)	0,024	0,98	71,12 (высо- кий)	-9,95	0,00	120	0,00
Перспек- тивный локус смысла жизни	30,02 (низ- кий)	8,04	0,00	73,48 (высо- кий)	-12,26	0,00	47,95 (сред- ний)	-0,12	0,90	80	0,00

При ознакомлении с данными таблицы можно заметить, что выделенным группам испытуемых соответствуют разные временные профили смысла жизни. В свете сформулированной гипотезы наибольший интерес представляют вторая и третья группы, которые различаются по градиенту временной локализации смысложизненных ценностей. Смысл жизни испытуемых во второй группе характеризуется *проградиентной временной локализацией*, поскольку смысловая насыщенность времени нарастает по направлению от настоящего к будущему. Смыслу жизни испытуемых в третьей группе свойственна *реградиентная временная локализация*, так как «концентрация» смысложизненных ценностей падает при переходе от настоящего к будущему. Первую группу испытуемых отличает *аградиентная временная локализация* смысла жизни, потому что между настоящим и будущим не наблюдается градиента (перепада) по уровню осмысленности.

Согласно критерию однородности дисперсий Ливена ($F(2, 104) = 0,44$, $p = 0,64$) результаты однофакторного дисперсионного анализа могут быть приняты к рассмотрению. Они свидетельствуют о том, что временной профиль смысла жизни значимо влияет на вероятность возникновения и интенсивность протекания смысложизненного кризиса в развитии личности ($F(2, 104) = 13,1$, $p = 0,000$). Исходя из тестовых норм для одноименного опросника, констатировать наличие смысложизненного кризиса можно при наборе испытуемым 113 и более баллов [176; 177]. В этой связи по выраженности симптоматики кризиса группа с аградиентной локализацией смысла жизни может быть квалифицирована как кризисная ($M = 128,9$ баллов), группа с реградиентной локализацией смысла жизни – как предкризисная ($M = 109,7$ баллов), а группа с проградиентной локализацией смысла жизни – как бескризисная ($M = 97,2$ балла).

В разрезе выдвинутой гипотезы основное внимание привлекают различия групп с проградиентной и реградиентной локализацией смысла жизни по уровню выраженности кризиса. Post-hoc сравнение этих групп по многогранговому тесту Дункана показало, что группа испытуемых с реградиентной временной локализацией

смысла жизни достоверно опережает группу с проградидентной локализацией по среднему внутригрупповому показателю смысложизненного кризиса ($p = 0,04$). В обсуждаемой группе 24 испытуемых (60 %) набрали 113 и более баллов по опроснику смысложизненного кризиса, что говорит об их явном экзистенциальном неблагополучии, а показатели еще 4 испытуемых (10 %) лежат в зоне риска и свидетельствуют об акцентуированной, напряженной кризисной феноменологии. С психологической точки зрения все это означает, что реградиентная локализация смысла жизни во временном континууме «настоящее – будущее» значимо повышает риск наступления кризиса по сравнению с проградидентной локализацией. На этом основании оптимальной может быть признана проградидентная локализация смысла жизни, при которой ценностная насыщенность жизни прогрессивно возрастает при переходе от настоящего к будущему. Такое распределение смысла в континууме биографического времени придает индивидуальной жизнедеятельности кумулятивный характер, когда продуктивность каждого последующего этапа наращивается по сравнению с предыдущими этапами, а восприятие личностью своего жизненного пути обретает очертания «восходящей жизненной линии». Не столь оптимальной представляется реградиентная локализация смысла жизни, при которой ценностная насыщенность жизни убывает при движении от настоящего к будущему. Здесь смысловой «центр» сдвинут в психологическое настоящее, в силу чего жизненная активность личности с течением времени постепенно угасает и сворачивается, а жизнь мыслится в виде «нисходящей жизненной линии».

Таким образом, временная локализация выступает значимым функциональным свойством смысла жизни, которое существенно влияет на продуктивность индивидуальной жизнедеятельности и устойчивость личностного развития, в том числе и на предрасположенность личности к переживанию смысложизненного кризиса. Это свойство определяет диахронию процесса практической реализации личностью собственных смысложизненных ценностей. Оптимальной является проградидентная локализация смысла жизни, которая способствует поддержанию высокого уровня осмысленности жизни, тогда как неоптимальной – реградиентная локализация смысла жизни, которая обуславливает предрасположенность личности к переживанию смысложизненного кризиса.

12.8. Неопосредованный смысл жизни как фактор кризиса в развитии личности

Обоснование гипотезы исследования. Недостаточная опосредованность целями, планами и программами, которые актуализируются и преследуются личностью в повседневной жизнедеятельности, является еще одной особенностью функционально неоптимального смысла жизни. Проблема опосредования имеет глубокие исторические корни и важное теоретическое значение для исследований психической, в том числе смысловой регуляции поведения и дея-

тельности человека [131; 306; 474 и др.]. Различные формулировки данной проблемы можно встретить в работах отечественных и зарубежных психологов. Так, Ж. Нюттен облекает ее в понятие «когнитивной переработки потребностей» и ставит вопрос о том, как «мотивационные состояния превращаются в цели и поведенческие проекты через взаимодействие познания и мотивации» [342, с. 219]. В. И. Моросанова говорит в данном случае о месте и роли «личностных содержаний» в системе осознанной саморегуляции деятельности [323; 324], а Т. В. Корнилова – о взаимосвязи сознательной и личностно-мотивационной регуляции [247]. В рамках смыслового подхода она освещается преимущественно со стороны участия смысловых структур и процессов в порождении специфически человеческих регуляторов поведения – целей, планов, программ и т. п., в структуре которых интегрируются смысловые и когнитивные компоненты. Лучшее всего этот аспект изучен в рамках смысловой теории мышления на материале процесса целеобразования (например, [73]).

Эта проблема актуальна для понимания психической регуляции не только частных видов деятельности, но и их целостной системы, которая есть индивидуальная жизнедеятельность личности. В свое время при изучении смысловой регуляции жизнедеятельности нами был выделен и обоснован такой функциональный параметр, как опосредованность смысла жизни целями, планами и программами [186; 213]. Необходимость его выделения продиктована тем, что в психологических исследованиях смысла жизни обычно концептуализируется как смысловое образование высокой степени устойчивости и обобщенности, отвечающее за долгосрочную и транситуативную регуляцию жизнедеятельности личности. Как правило, он отождествляется с совокупностью ведущих личностных ценностей, которыми продиктована общая интенциональная направленность индивидуального жизненного пути. Однако для эффективного претворения смысла в жизни самих этих ценностей совершенно недостаточно: они задают самые общие ориентиры движения личности в пространстве и времени жизни, но в их содержании непосредственно не «записано» где, когда, каким способом и за счет каких средств она сможет осуществить свой смысл. Для этого требуется разветвленный механизм психической регуляции жизнедеятельности, устроенный по иерархическому, субординационному принципу и сочетающий высокоуровневые и низкоуровневые регуляторные структуры.

Высший и одновременно самый глубокий уровень этого регуляторного механизма представлен смысложизненными ценностями личности, но этот уровень детерминирует процесс жизнедеятельности только через посредство нижележащих уровней. Низкоуровневые регуляторные структуры содержательно «продолжают» и детализируют смысл жизни применительно к конкретным жизненным обстоятельствам, благодаря чему становится возможной ситуативная и даже оперативная регуляция жизнедеятельности. С учетом временной стабильности и содержательной консервативности личностные ценности можно уподобить «жестким» звеньям механизма психической регуляции жизнедеятельности. Они констатируют содер-

жательное «ядро» смысла жизни, являются его источниками в генетическом и функциональном аспекте, «цементируют» личностную идентичность. Низкоуровневые структуры – это своего рода «гибкие» звенья в психической регуляции жизнедеятельности, которые неустойчивы во времени и пластичны по содержанию. Хотя они и составляют «периферию» смысла жизни, именно их наличие помогает личности изо дня в день следовать своим основополагающим ценностям, от ситуации к ситуации удерживать единую смысловую направленность жизнедеятельности, не сбиваться со стратегического курса в меняющихся обстоятельствах. В системе психической регуляции жизнедеятельности даже самые тривиальные, заурядные цели одного дня или текущего момента могут иметь важное функциональное значение, если они спланированы как шаги большого и долгого пути, ведущего к смыслу жизни. В этой связи справедливо замечание Д. А. Леонтьева: «Высший смысл, или смысл жизни, выступающий высшим критерием регуляции и объектом основополагающих стремлений человека, менее значим с точки зрения понимания человека, чем более низкоуровневые смысловые механизмы, регулирующие всю человеческую жизнедеятельность» [282, с. 490]. Введение параметра опосредованности смысла жизни необходимо для лучшего понимания процессов, которые соединяют высокоуровневые («ядерные») и низкоуровневые («периферические») структуры в психической регуляции жизнедеятельности личности.

В сущности, данный параметр отражает степень включенности индивидуального сознания в процесс практической реализации смысла жизни. Осознание смысла жизни чаще всего идет не в плане абстрактной рефлексии, не имеющей выхода в практику повседневной жизни, а по ходу функционирования процессов сознательной саморегуляции жизнедеятельности. По этой причине опосредованность смысла жизни закономерно сочетается с его осознанностью, а последняя ассоциируется с целенаправленностью, плановостью, прогнозируемостью, программируемостью, подконтрольностью реальной жизнедеятельности личности. Опосредованный смысл жизни – всегда осознан, поскольку осознание и есть опосредствование его практической реализации «средствами» сознательной саморегуляции. Как отмечает А. Н. Коган, «осознание смысла жизни требует от личности разработки жизненных планов и программ, рассчитанных как на ближайшую, так и на длительную перспективу» [229, с. 227].

Эффективная реализация смысла жизни достигается *посредством* конструирования целей, планов и программ, связанных с ним общностью ценностно-предметного содержания. Здесь необходимо уточнить, что процессы осознанной саморегуляции, протекающие во внутреннем плане, сами по себе смысла жизни не реализуют. Опосредование смысла жизни выражается в том, что для его практической реализации личность ставит жизненные цели и задачи, строит планы и программы действий, прогнозирует и моделирует значимые условия жизнедеятельности, определяет субъективные критерии жизненного успеха-неуспеха и т. д. В данном случае цели, планы, программы, прогнозы, модели значимых условий и другие

«продукты» регуляторных процессов выступают в инструментальной функции *внутренних средств* осуществления смысла жизни. В то время как жизнедеятельность личности непосредственно направлена на практическую реализацию смысла жизни, вышеперечисленные процессы и производные от них структуры призваны обслуживать процесс реализации в качестве средств психического отражения и регуляции. Подобное соотношение внешних (деятельностных) и внутренних (психических) средств, необходимых для удовлетворения потребностей и реализации ценностей личности, очень точно определяет В. И. Моросанова: «Произвольная активность (в широком смысле этого слова) направлена на достижение результата, а процессы саморегуляции – на обеспечение психическими средствами самого процесса его получения» [323, с. 35]. Таким образом, опосредованность смысла жизни целями, планами и программами выражается в том, что данные структуры осознанной саморегуляции служат в качестве необходимых психических средств, содействующих продуктивной жизнедеятельности личности.

Опосредованность смысла жизни во многом зависит от возрастной сформированности и функциональной сохранности системы осознанной саморегуляции жизненного пути. Но в данной области также наблюдаются значительные индивидуально-типологические вариации, не связанные с общим возрастным развитием регуляторики. Уровень опосредованности смысла индивидуальной жизни может быть различным: «от самых общих представлений до ясного понимания конкретных задач своей сегодняшней и завтрашней деятельности, от интуитивного осознания своей жизненной цели до детальной разработки жизненных планов и программ» [229, с. 227]. Жизнедеятельность наиболее продуктивна при условии связанности и согласованности регуляторных структур различных иерархических уровней, а значит, смысл жизни достигает функционального оптимума и наилучшим образом выполняет свои регуляторные функции при высоком уровне опосредования целями, планами и программами. Только при таком условии процесс практической реализации смысла жизни приобретает целенаправленный, планомерный, программируемый характер, что ведет к повышению его общей эффективности. В опосредованности повседневными целями, планами и программами проявляется «ситуационный аспект» оптимального смысла жизни, выделенный В. И. Чудновским: «Оптимальный смысл жизни – такой уровень сформированных смысложизненных ориентаций, при котором человек приобретает способность в ходе реализации своей «главной линии жизни» учитывать реалии сегодняшнего дня» [494, с. 240].

Низкая опосредованность, напротив, является признаком функциональной неоптимальности смысла жизни, из-за чего личность может испытывать серьезные затруднения с практическим осуществлением своих смысложизненных ценностей. Стихийность и несистематичность – основные черты жизнедеятельности, побуждаемой непосредственным смыслом. По этому поводу Ж. Ньюттен отмечал: «Способность конкретизировать свои размытые потребности и ценности в реалистичных целях – главный элемент личностной

зрелости и душевного здоровья в различные периоды жизни. Состояние потребности, которое нельзя трансформировать во «что-то реалистичное, что можно сделать или следует достичь» – то есть в поведенческую цель, – создает постоянное ощущение дискомфорта в детстве и отчаяние – в старшем возрасте» [342, с. 233–234].

Выборка и методика исследования. Общая гипотеза исследования заключалась в предположении о том, что опосредованность является функционально значимым свойством смысла жизни, которое существенным образом влияет на продуктивность индивидуальной жизнедеятельности и тем самым определяет predisposition личности к переживанию смыслового кризиса. Она конкретизировалась в частных гипотезах: 1) интенсивность переживания личностью смыслового кризиса связана с уровнем опосредованности смысла жизни текущими целями: при низком уровне опосредованности выраженность кризисного состояния усиливается; 2) удовлетворенность жизнью, отражающая в субъективной форме продуктивность реальной жизнедеятельности личности, связана с уровнем опосредованности смысла жизни текущими целями: при низком уровне опосредованности продуктивность жизнедеятельности и субъективная удовлетворенность жизнью снижаются; 3) опосредованность смысла жизни текущими целями влияет на выраженность кризисной феноменологии независимо от общего уровня осмысленности жизни, т. е. является функционально самостоятельной детерминантой кризиса; 4) возникновение смыслового кризиса при низкой опосредованности смысла жизни обусловлено падением продуктивности реальной жизнедеятельности, т. е. психологическим медиатором кризисогенного влияния выступает неудовлетворенность личности собственной жизнью. При условии подтверждения выдвинутых гипотез можно будет констатировать, что опосредованность является одним из параметров функционального оптимума, а смысл жизни, который в должной мере не соответствует данному параметру, квалифицировать как особую разновидность неоптимального смысла жизни.

Выдвинутые гипотезы проверялись в специальном эмпирическом исследовании. После отсева неправильно и небрежно заполненных диагностических пакетов объем выборочной совокупности составил 194 человека в возрасте от 19 до 65 лет, в том числе 89 мужчин и 105 женщин. Контингент испытуемых был достаточно гетерогенным по социально-демографическим (статусным) характеристикам – семейному положению (93 – холостые, 101 – семейные), уровню полученного образования (7 – с профессионально-техническим, 32 – со средним специальным, 155 – с высшим образованием), трудовому статусу и профессиональной принадлежности (8 – студенты вуза, 17 – индивидуальные предприниматели, 125 – наемные работники государственных предприятий, учреждений, организаций, 44 – наемные работники частных предприятий). Эмпирический материал собирался с помощью следующих методик: 1) Опросник смыслового кризиса (параметры распределения тестовых показателей в обследованной выборке: $M = 94,92$, $\sigma = 21,46$, $\min = 53$, $\max = 152$ балла) [176; 177]; 2) Тест смыслового

ненных ориентаций (в настоящем исследовании рассчитывался только интегральный балл, который интерпретируется как показатель общего уровня осмысленности жизни; выборочное распределение баллов по данному показателю характеризуется следующими величинами: $M = 94,91$, $\sigma = 17,61$, $\min = 39$, $\max = 120$ баллов) [288]. 3) Шкала удовлетворенности жизнью Э. Динера (распределение результатов тестирования в выборочной совокупности отличается следующими параметрами: $M = 23,32$, $\sigma = 6,4$, $\min = 7$, $\max = 35$ баллов) [348]; 4) Источники смысла жизни (модификация методики, предназначенная для диагностики опосредованности смысла жизни, описана в [171; 195]). С ее помощью определялись показатели, характеризующие целевую систему испытуемого (значимость текущих целей, трудность реализации текущих целей, успешность реализации текущих целей, амбивалентность текущих целей), а также индекс опосредованности смысла жизни, показывающий, в какой степени осуществление каждой текущей цели связано с реализацией его смысложизненных ценностей.

Результаты исследования и их интерпретация. Сначала опишем и проинтерпретируем результаты корреляционного анализа, представляющие интерес с точки зрения первой и второй гипотезы исследования (таблица 64).

Таблица 64 – Результаты корреляционного анализа

Переменные	СЖК	ОЖ	УЖ	Зн	ТР	УР	Амб
Смысложизненный кризис (СЖК)							
Осмысленность жизни (ОЖ)	-0,61***						
Удовлетворенность жизнью (УЖ)	-0,32***	0,31***					
Значимость текущих целей (Зн)	-0,34***	0,18*	0,27***				
Трудность реализации текущих целей (ТР)	0,15*	-0,01	-0,14*	0,01			
Успешность реализации текущих целей (УР)	-0,29***	0,20**	0,31***	0,50***	-0,38***		
Амбивалентность текущих целей (Амб)	0,17*	-0,12 ^ψ	-0,13 ^ψ	-0,43***	0,13 ^ψ	-0,24***	
Опосредованность смысла жизни (ОпСЖ)	-0,33***	0,10	0,30***	0,28***	0,15*	0,07	-0,02

Примечания: ^ψ $p < 0,10$, * $p < 0,05$, ** $p < 0,01$, *** $p < 0,001$.

Первое, что привлекает внимание, – это статистически достоверная отрицательная корреляция смысложизненного кризиса и опосредованности смысла жизни текущими целями ($R = -0,33$, $p = 0,000$). Она свидетельствует в пользу первой частной гипотезы и позволяет утверждать, что между уровнем целевой опосредованности смысла жизни и силой переживания кризиса существует обратная зависимость. Кроме того, значимыми коррелятами кризисного состояния являются: резко пониженный уровень осмысленности

жизни ($R = -0,61$, $p = 0,000$) и упадок удовлетворенности жизнью ($R = -0,32$, $p = 0,000$), невысокая личностная значимость ($R = -0,34$, $p = 0,000$) и внутренняя противоречивость текущих целей ($R = 0,17$, $p = 0,018$), а также трудность ($R = 0,15$, $p = 0,037$) и недостаточная успешность их достижения ($R = -0,29$, $p = 0,000$).

Опосредованность смысла жизни текущими целями положительно коррелирует с уровнем удовлетворенности жизнью, который служит субъективной мерой продуктивности реальной жизнедеятельности личности ($R = 0,30$, $p = 0,000$). Чем в большей степени смысло-жизненные ценности «переплаваются» в повседневные задачи, намерения и стремления, тем ощутимее прогресс в их осуществлении и сопутствующие переживания жизненного успеха. Очевидно, что регуляторный потенциал и продуктивность реализации смысла жизни повышается в том случае, когда он реализуется в низкоуровневых структурах с узким содержанием и конкретным диапазоном действия. Если же смысл жизни представлен структурами «дальнего радиуса» действия, которые отличаются предельно широким и абстрактным содержанием, то его регуляторные возможности и продуктивность его реализации падают. В этой части можно согласиться с Р. Эммонсом, полагающим «наиболее адаптивной формой саморегуляции поведения выбор конкретных, доступных целей, которые связаны с личностно-значимыми репрезентациями высокого уровня» [508, с. 110].

Личностная значимость текущих целей повышается по мере усиления их связи со смысложизненными ценностями личности ($R = 0,28$, $p = 0,000$). Более того, если в содержании текущих целей «просвечивают» смысложизненные ценности, то в субъективном восприятии личности трудность их практической реализации возрастает ($R = 0,15$, $p = 0,036$). По-видимому, чем выше иерархический ранг мотивов и ценностей, с которыми связаны текущие цели, тем сильнее на личность давит бремя ответственности за их успешное достижение. В целом полученные результаты согласуются с данными А. Кинг и ее коллег, которые обнаружили, что краткосрочные цели (daily goals) оцениваются как более значимые и трудные тогда, когда они находятся в инструментальном соподчинении с жизненными целями (life goals) [620].

Таким образом, результаты корреляционного анализа доказывают первую и вторую частные гипотезы и позволяют утверждать, что низкий уровень опосредованности смысла жизни текущими целями сопряжен с пониженной удовлетворенностью жизнью и обостренным переживанием смысложизненного кризиса.

Третья гипотеза проверялась на основе иерархического регрессионного анализа. Последовательно строились три регрессионные модели, в которых в качестве зависимой переменной неизменно фигурировал смысложизненный кризис, а состав независимых переменных изменялся. Первая контрольная модель в качестве предикторов кризиса предусматривала статусные характеристики испытуемых (пол, возраст, уровень образования и семейное положение). Вторая контрольная модель «обогащалась» за счет психологических переменных, которые являются наиболее релевантными предикто-

рами смысложизненного кризиса в развитии личности (общий уровень осмысленности жизни и субъективная удовлетворенность жизнью). Основная модель наряду с предикторами первых двух моделей включала переменные, отражающие индивидуально-психологические особенности системы текущих целей и уровень целевой опосредованности смысла жизни. Результаты иерархической множественной регрессии представлены в таблице 65.

Таблица 65 – Результаты иерархического регрессионного анализа

Предикторы	β	t	p	Статистика модели
<i>Основная модель</i>				
Пол	-0,10	-2,01	0,046	R = 0,733, R ² = 0,537 F (11, 182) = 19,22, p = 0,000
Возраст	0,17	2,32	0,021	
Уровень образования	-0,016	-0,30	0,75	
Семейное положение	0,097	1,32	0,18	
Общий уровень осмысленности жизни	-0,54	-10,35	0,000	
Удовлетворенность жизнью	-0,17	-2,82	0,005	
Значимость текущих целей	-0,06	-0,94	0,34	
Трудность реализации текущих целей	-0,006	-0,10	0,91	
Успешность реализации текущих целей	-0,063	-0,92	0,35	
Амбивалентность текущих целей	0,048	0,82	0,41	
Опосредованность смысла жизни текущими целями	-0,22	-3,99	0,000	
Инкрементный F-тест	$\Delta R^2 = 0,066$, F (5, 182) = 5,16, p = 0,000			

Наибольший интерес представляют статистические параметры основной модели, которая, судя по значению инкрементного F-теста, существенно превосходит вторую контрольную модель по своим объяснительным и прогностическим свойствам (F (5, 182) = 5,16, p = 0,000). Уровень опосредованности смысла жизни текущими целями выступает значимой детерминантой смысложизненного кризиса ($\beta = -0,22$) и обеспечивает прирост доли объясняемой дисперсии на 6,6 %. При этом зависимость кризиса от общего уровня осмысленности жизни ($\beta = -0,54$), удовлетворенности жизнью ($\beta = -0,17$) и возраста ($\beta = 0,17$) сохраняется. Любопытно, что ни один из параметров системы текущих целей не оказывает значимого воздействия на выраженность кризисной феноменологии. Кризис обусловлен недостаточной связностью текущих целей со смысложизненными ценностями личности, т. е. рассогласованием различных иерархических уровней в психической регуляции жизнедеятельности, а не внутриуровневыми характеристиками системы целей.

Основной вывод, напрашивающийся из результатов регрессионного анализа, заключается в том, что низкая опосредованность смысла жизни текущими целями выступает значимой предпосылкой возникновения кризиса в развитии личности. При этом она является функционально автономной детерминантой и может вызывать

кризисные переживания безотносительно к общему уровню осмысленности жизни. Даже при наличии смысла жизни недостаточная целевая опосредованность представляет собой его функциональный «дефект», который создает повышенный риск наступления кризиса.

С теоретических позиций, кризис неоптимального смысла жизни – это самореализационный кризис, в основе которого лежит противоречие между стремлением личности воплотить смысл собственной жизни и невозможностью сделать с должной продуктивностью, в первую очередь, из-за функциональной дефектности самого смысла. Вполне вероятно, что низкая опосредованность текущими целями препятствует продуктивной реализации смысла в повседневной жизни, что, в свою очередь, служит «пусковым» фактором в развитии кризиса. Это предположение, по сути, является медиаторной гипотезой, которая отводит переменной «удовлетворенность жизнью» роль передаточного механизма, связывающего звена во влиянии неоптимального смысла жизни на выраженность кризисного состояния. Логике данной гипотезы отображает структурная модель на рисунке 13.

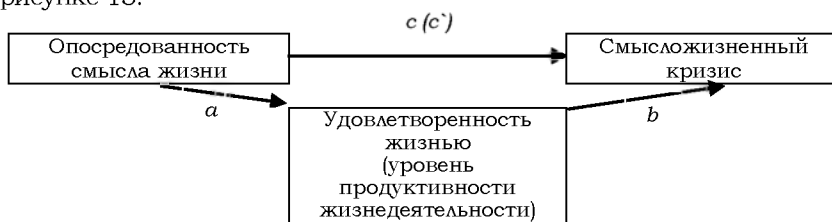


Рисунок 13 – Структурная медиаторная модель

Статистическая оценка структурной модели осуществлялась с помощью методов анализа медиации – теста Собея [761] и бутстреп анализа [602]. В качестве путей коэффициентов a , b , c , c^* , отмеченных на рисунке, рассчитывались нестандартизированные регрессионные коэффициенты (В). Расчетные значения для путей коэффициентов представлены в таблице 66.

Таблица 66 – Результаты медиаторного анализа

<i>Тест Собея</i>					
$a \times b$	SE	Нижний 95 % CI	Верхний 95 % CI	Z	p
-0,74	0,31	-1,35	-0,13	-2,37	0,0165
<i>Бутстреп анализ (на 5000 выборках)</i>					
Среднее $a \times b$	SE	Нижний 95 % CI	Верхний 95 % CI	Нижний 99 % CI	Верхний 99 % CI
-0,74	0,29	-1,39	-0,24	-1,65	-0,14

Результаты параметрического и непараметрического медиаторного анализа предположенной структурной модели хорошо согласованы между собой. Показатель медиаторного эффекта в выборке реально опрошенных испытуемых идентичен среднему значению, рассчитан-

ному при помощи метода «размножения» выборки ($a \times b = -0,74$). Тест Собея позволяет утверждать значимость непрямого эффекта в диапазоне $0,05 \geq p > 0,01$ ($Z = -2,37$, $p = 0,02$), в то время как бутстреп анализ дает повод с уверенностью констатировать, что непрямой эффект значим на уровне $p \leq 0,01$, поскольку нулевое значение показателя $a \times b$ локализовано за границами не только 95 %, но и 99 % доверительного интервала.

Низкая опосредованность смысла жизни текущими целями уменьшает продуктивность жизнедеятельности и удовлетворенность личности собственной жизнью ($a = 0,87$, $p = 0,002$), что в свою очередь инициирует или усиливает кризисное состояние ($b = -0,85$, $p = 0,000$). При контроле переменной-медиатора «удовлетворенность жизнью» связь опосредованности смысла жизни с выраженностью кризисной симптоматики существенно ослабевает ($c' = -0,55$, $p = 0,001$) по сравнению с прямолинейной связью ($c = -1,29$, $p = 0,000$). Это говорит о том, что недостаточная целевая опосредованность смысла жизни действует как кризисогенный фактор именно за счет падения продуктивности жизнедеятельности и разложения субъективной удовлетворенности жизнью.

В заключение необходимо подчеркнуть, что развитие личности в качестве субъекта собственной жизни осуществляется в реальной жизнедеятельности, и смысловой кризис, будучи неотъемлемым моментом этого развития, также обусловлен ею. Процессы, запускающие кризис неоптимального смысла жизни, протекают не в плоскости сознания, а в плоскости повседневной жизнедеятельности. Они связаны не с отвлеченной рефлексией личностью своего жизненного замысла, поиском и обнаружением его изъянов и просчетов, а с практической реализацией и крахом этого замысла в реальных жизненных обстоятельствах. Следует согласиться с К. А. Абульхановой в том, что «ценностно-смысловой характер основных жизненных противоречий не означает, что они принадлежат лишь к сфере сознания личности: это жизненно-практические противоречия ...» [11, с. 41]. Кризисный потенциал смысла жизни, в недостаточной степени опосредованного текущими целями, как раз и проявляется в создаваемых им объективных противоречиях, блокирующих самореализацию личности.

12.9. Неконгруэнтный смысл жизни как фактор кризиса в развитии личности

Обоснование гипотезы исследования. Общий признак неоптимальных смыслов жизни, описанных до настоящего момента, состоит в том, что попыткам их реализации сопротивляется и противодействует объективная логика жизни, представленная совокупностью предметных, вещных обстоятельств. Однако совершенно ясно, что процессы поиска и практической реализации смысла индивидуальной жизни проникнуты взаимоотношениями и общением личности с окружающими людьми, в силу чего на своем жизненном пути ей приходится встречаться с более или менее выраженными соци-

ально-психологическими противоречиями. Хотя эти процессы носят личный и даже интимно-личностный характер, в действительности в них практически всегда присутствует межличностный план. Другие люди выступают значимыми условиями самоопределения и самоосуществления личности в качестве субъекта жизни: взаимоотношения с ними могут приобретать терминальное значение, т. е. служить самоценным источником осмысленности жизни, либо инструментальное значение, т. е. обеспечивать личность необходимыми ресурсами и средствами для успешной реализации смысла ее жизни. Именно поэтому «оказываясь по тем или иным причинам в продолжительном одиночестве, будучи социально депривированным, человек начинает испытывать острый дискомфорт, приводящий к депрессии и потере жизненных смыслов» [517, с. 487]. Есть все основания предполагать, что толчок к развитию смысложизненного кризиса могут дать не только индивидуально-психологические противоречия, но и *социально-психологические противоречия*, вытекающие из взаимодействия личности с другими людьми по ходу практической реализации индивидуального смысла жизни.

Вопрос о социально-психологической детерминации смысложизненного кризиса пока рассматривается только через призму влияния глобальных социокультурных и исторических факторов. К обсуждению микросоциальной детерминации смысложизненной активности личности, рождающейся в живом межличностном взаимодействии, исследователи еще только подступаются (обзор дан в [206]). В данной ситуации актуальной задачей становится изучение непосредственных «вкладов» других людей в достижение жизненного успеха или переживание личностью смысложизненного кризиса. Ведь стремясь утвердить и отстоять свои ведущие ценности, эти люди могут умышленно или неумышленно, с помощью формальных или неформальных средств, собственным действием или бездействием создавать как благоприятные, так и неблагоприятные обстоятельства для самореализации личности. «При анализе личности, создающей реальность своего бытия, важно увидеть и понять проблемы, возникающие в связи с тем, что в процессе объективации своего замысла личность всегда сталкивается с *сопротивлением бытия других людей* (бытие всегда есть событие), воплощающих иные смыслы, создающих свое личное бытие в пространстве тех же предметов и событий и в то же время», – подчеркивает З. И. Рябкина [405, с. 85].

В той мере, в какой окружающие люди своим сознательно-оценочным отношением и собственной жизнедеятельностью обуславливают реализацию смысложизненных ценностей личности, они становятся для нее *биографически значимыми другими*. Определенные предпосылки для изучения смысложизненных кризисов, возникающих на почве острых социально-психологических противоречий, содержатся в разработанной А. А. Кроником концепции событийных групп. Отправным пунктом для данной концепции послужил тот очевидный факт, что в любом значимом жизненном событии наряду с личностью присутствуют другие люди, которые «выступают помощниками или помехами в достижении ее жизненных целей,

образцами для подражания или, напротив, людьми, жизнь и ошибки которых не следует повторять» [254, с. 63]. Наиболее интересная находка данной концепции заключается в открытии общей закономерности формирования отношений биографической значимости. Все дело в том, что изменения, происходящие в жизни других людей, могут выступать причинами или следствиями, целями или средствами по отношению к значимым событиям жизненного пути личности. Наличие таких каузальных и инструментальных связей является основанием для включения других людей в состав событийных групп. В конечном итоге «другой человек переживается тем более значимым, чем в большем количестве событийных групп он входит, и чем привычнее партнер в роли члена событийной группы, тем значимее он» [254, с. 68].

В действительности значимость других людей производна от их деятельного вклада в практическую реализацию ценностей, составляющих содержание смысла жизни данной личности. Чтобы понять глубинные основания биографической значимости необходимо проанализировать содержательное соотношение смыслообразующих ценностей и характер взаимодействия людей по поводу их практической реализации в одном и том же пространстве и времени жизни. С этим, похоже, были бы согласны авторы концепции событийных групп, ведь именно в силу деятельностного опосредования «значимый другой тем дольше сохраняет свою необходимость и незаменимость, чем существеннее ценности, которые он разделяет и пробуждает в нас» [253, с. 70–71].

Систематические эмпирические исследования, посвященные влиянию значимых людей на процесс определения и осуществления личностью смысла жизни, до настоящего времени не проводились. Вместе с тем в зарубежной психологии уже несколько десятилетий плодотворно изучаются психологические эффекты участия значимых других в практической реализации мотивационных структур более низкого регуляторного уровня – «личных проектов», «текущих целей», «личностных стремлений» и т. д. Результаты этих исследований представляют большой интерес хотя бы потому, что перечисленные структуры зачастую конкретизируют содержание смысла жизни и служат в качестве концевых звеньев в его практической реализации. Они показывают, что психологическое благополучие людей существенно зависит от характера их межличностного взаимодействия по поводу реализации личных целей. При этом важнейшим фактором, определяющим направленность и продуктивность взаимодействия, служит целевая конгруэнтность – содержательное совпадение целей личности с целями значимых других, согласованность собственных представлений личности с мнением других людей о значимости целей, которые она принимает и преследует в своей жизни. Развернутый анализ современных исследований целевой конгруэнтности-неконгруэнтности представлен в ряде наших публикаций [170; 171].

Одним из свойств индивидуального смысла жизни, существенно определяющих уровень его функциональной оптимальности и кризисогенный потенциал, является его содержательное совпадение-

несовпадение с ведущими жизненными ценностями людей из круга ближайшего общения, прежде всего, биографически значимых друзей. Общность смысложизненных ценностей позволяет личности налаживать продуктивное взаимодействие с этими людьми, что, в свою очередь, способствует успешной самореализации, переживанию осмысленности и удовлетворенности жизнью. Разобщенность смысложизненных ценностей, напротив, порождает социально-психологические противоречия, которые сдерживают и затормаживают самореализацию личности, снижают продуктивность ее жизнедеятельности и повышают риск возникновения смысложизненного кризиса. Адекватным термином для обозначения данного психологического свойства смысла жизни является «конгруэнтность-неконгруэнтность» [166; 169; 170; 171].

Когда речь идет о конгруэнтности, то имплицитно подразумевается наличие некоего критерия, мерила, с которым психический феномен должен частично или полностью совпадать по своим содержательным или формальным свойствам. В социальной психологии критерием для определения конгруэнтности служит определенное проявление группы, организации, общества или культуры. В качестве индивидуальных «содержаний», анализируемых на предмет конгруэнтности-неконгруэнтности групповым, организационным, общественным и культурным «содержаниям», чаще всего берутся личностные ценности. В этой связи наибольшее распространение получили понятия ценностной конгруэнтности и неконгруэнтности («value congruence», «value incongruence»). Например, Ш. Шварц использует данные термины в области социальной психологии личности, полагая, что степень общности индивидуальных ценностей и ценностей социального окружения обуславливает субъективное благополучие личности: «Когда социальный контекст блокирует реализацию неконгруэнтных ему личностных ценностей, человек начинает испытывать психологические проблемы» [726, р. 186]. Самое всестороннее освещение понятия «конгруэнтность» и «неконгруэнтность» получили в социальной психологии труда и организационной психологии в контексте проблемы психологической совместимости работника и организации («person-organization fit»). Здесь они конкретизируются применительно к профессиональным (трудовым) ценностям личности работника. В данном контексте конгруэнтность определяется как мера совпадения профессиональных ценностей личности и ценностей корпоративной культуры предприятия [638; 686 и др.].

Сказанное позволяет заключить, что «неконгруэнтность» – подходящее понятие для обозначения особой разновидности неоптимального смысла жизни, который содержательно противоречит смысложизненным ценностям ближайшего социального окружения и встречает заметное противодействие со стороны этого окружения при попытках его практической реализации личностью. Понятие «неконгруэнтность» четко разграничивается со смежными терминами «конфликт» и «дезинтеграция», которые в контексте наших исследований обозначают противоречия, складывающиеся и проявляющиеся в субъект-объектном взаимодействии личности с социаль-

ной жизнью. Принципиальное отличие термина «неконгруэнтность» в том, что он служит для обозначения социально-психологических противоречий, возникающих вследствие рассогласования смысла жизни личности со смысложизненными ценностями и ориентациями окружающих ее людей. Если конфликтный и дезинтегрированный смыслы несут в себе субъект-объектные противоречия, то неконгруэнтный смысл жизни обременен более сложными противоречиями субъект-объектного характера.

Исследование 1. Выборка и методика исследования. Руководствуясь вышеизложенным, можно предполагать, что *неконгруэнтный смысл жизни негативно влияет на продуктивность индивидуальной жизнедеятельности личности и обуславливает переживание ею смысложизненного кризиса*. Эта общая гипотеза порождает ряд частных предположений: 1) *существует прямая связь между степенью неконгруэнтности смысла жизни и интенсивностью переживания личностью смысложизненного кризиса*; 2) *существует обратная связь между степенью неконгруэнтности смысла жизни и продуктивностью индивидуальной жизнедеятельности личности, переживаемой в форме субъективной удовлетворенности жизнью*; 3) *неконгруэнтность смысла жизни выступает кризисогенным фактором в развитии личности как субъекта жизни*; 4) *кризисогенное влияние неконгруэнтного смысла жизни опосредуется снижением продуктивности индивидуальной жизнедеятельности, т. е. неэффективной самореализацией личности в качестве субъекта жизни*.

Выборка исследования комплектовалась из студентов высших учебных заведений заочной формы обучения и работников предприятий сферы обслуживания г. Гродно. Из 403 диагностических пакетов, розданных испытуемым, не был возвращен 1 пакет и еще 3 пакета содержали неполные сведения. В итоге объем выборки сократился до 399 человек в возрасте от 18 до 65 лет, в числе которых 243 женщины и 156 мужчин. Выборка была гетерогенной по социально-демографическим характеристикам испытуемых: уровню законченного образования (31 – среднее общеобразовательное, 24 – профессионально-техническое, 171 – среднее специальное, 173 – высшее), семейному положению (152 – семейные, 247 – не имеющие семьи), родительскому статусу (160 – бездетные, 125 – воспитывающие одного ребенка, 109 – воспитывающие двух детей, 5 – многодетные) и уровню дохода (125 – ниже среднего по стране, 274 – выше среднего по стране на момент обследования).

Сбор эмпирических данных осуществлялся с помощью следующих методик (в порядке предъявления испытуемым): 1) *Опросник смысложизненного кризиса* (параметры распределения тестовых показателей в обследованной выборке: $M = 102,52$, $\sigma = 20,78$, $\min = 59$, $\max = 185$ баллов) [176; 177]; 2) *Тест смысложизненных ориентаций* (в настоящем исследовании рассчитывался только интегральный показатель, отражающий наличие-отсутствие смыслообразующих ценностей и целей в индивидуальной жизни; выборочное распределение баллов по данному показателю характеризуется следующими величинами: $M = 95,26$, $\sigma = 21,85$, $\min = 38$, $\max = 133$ балла) [288];

3) Шкала удовлетворенности жизнью Э. Динера (распределение результатов тестирования в выборочной совокупности отличается следующими параметрами: $M = 21,53$, $\sigma = 6,08$, $\min = 6$, $\max = 35$ баллов) [348]; 4) Источники смысла жизни (применялась модификация, позволяющая определить уровень конгруэнтности смысла жизни испытуемого [169; 170]). На основании данной методики вычислялись три показателя: индекс отношения значимых других, индекс влияния значимых других и индекс неконгруэнтности смысла жизни.

Результаты исследования и их интерпретация. Прежде всего был проанализирован ролевой репертуар биографически значимых людей. Согласно полученным данным, в этот круг входит от 1 до 19 человек. В среднем испытуемые указали по 5-6 лиц, оказывающих сильное влияние на течение их жизни. Среди биографически значимых персон по частоте встречаемости лидируют родители, упомянутые 79 % испытуемых, брачные партнеры и возлюбленные – 74 %, братья и сестры – 66 %, родственники разной степени родства – 61 %, друзья и приятели – 57 %, знакомые – 55 %, собственные дети – 38 %. Далее по частоте упоминания идут коллеги – 29 % и соседи – 16 %, а замыкают иерархию биографически значимых лиц начальники – 11 %, учителя и наставники – 11 %, одноклассники и однокурсники – 8 %. Отдельную категорию значимых других образовали люди, чей ролевой статус испытуемый угадал, затруднился определить или определил в личностно-оценочных категориях (например, «добрый человек», «враг», «соперница», «Солнышко») – 52 %. Полученные результаты в целом согласуются с данными предшествующих исследований [253; 724].

Далее в целях проверки первой и второй частных гипотез исследования применялся ранговый корреляционный анализ, результаты которого представлены в таблице 67.

Таблица 67 – Результаты корреляционного анализа

Психологические переменные	СЖК	ОЖ	УЖ	ИО	ИВ
Смысложизненный кризис (СЖК)					
Осмысленность жизни (ОЖ)	-0,63***				
Удовлетворенность жизнью (УЖ)	-0,55***	0,33***			
Индекс отношения значимых других (ИО)	0,27***	-0,16***	-0,07		
Индекс влияния значимых других (ИВ)	0,39***	-0,26***	-0,27***	0,59***	
Индекс неконгруэнтности смысла жизни	0,36***	-0,23***	-0,18***	0,91***	0,87***
<i>Примечание: *** $p \leq 0,001$.</i>					

Они доказывают первую частную гипотезу и позволяют утверждать, что с ростом неконгруэнтности смысла жизни переживание личностно специфических симптомов смысложизненного кризиса

обостряется ($R = 0,36$, $p = 0,000$). Выраженность кризисного состояния достоверно коррелирует как с осуждением смысложизненных ценностей личности ($R = 0,27$, $p = 0,000$), так и с противодействием их практической реализации со стороны биографически значимых людей ($R = 0,39$, $p = 0,000$). Сравнение корреляционных коэффициентов с помощью Z-критерия Фишера показывает, что поступки значимых людей, создающие реальные помехи для самореализации личности, более тесно связаны с глубиной и тяжестью кризисной феноменологии, чем исходящая от этих людей негативная оценка смысложизненных ценностей личностью ($p = 0,05$). Это можно истолковать как фактический довод тому, что в сфере отношений личности с биографически значимыми людьми не утрачивает своей объяснительной силы принцип деятельностного опосредствования межличностных отношений. Социально-психологические противоречия, дающие начало смысложизненному кризису в развитии личности, первично закладываются в плоскости реальной жизнедеятельности, т. е. в процессе «обмена» действиями и поступками, преобразующими реальность повседневного события личности и значимых других. Представленность этих противоречий в сознании и в общении (как «обмене» содержаниями сознаний) со значимыми другими – это уже их вторичное проявление.

Результаты корреляционного анализа также подтверждают вторую частную гипотезу исследования и дают повод констатировать, что неконгруэнтность смысла сопряжена с недостаточной удовлетворенностью жизнью, за которой скрывается низкая продуктивность самореализации личности ($R = -0,18$, $p = 0,000$). Любопытно, что деятельное влияние значимых людей на реализацию смысла жизни коррелирует с уровнем субъективной удовлетворенности ($R = -0,27$, $p = 0,000$), а оценочное отношение к смысложизненным ценностям личности со стороны тех же лиц не обнаруживает подобной связи ($R = -0,07$, $p = 0,16$).

Как и следовало ожидать, значимыми коррелятами кризиса выступают пониженный уровень общей осмысленности жизни ($R = -0,63$, $p = 0,000$) и неудовлетворенность личности собственной жизнью ($R = -0,55$, $p = 0,000$). Это наблюдение полностью соответствует результатам наших предшествующих исследований. Примечательно, что между оценочным отношением и практическим влиянием биографически значимых людей прослеживается прямая взаимосвязь ($R = 0,59$, $p = 0,000$): чем резче социальное окружение осуждает смысложизненный выбор личности, тем больше оно препятствует его практической реализации.

По логике третьей гипотезы смысложизненный кризис рассматривается как негативное психологическое последствие принятия и попыток реализации личностью неконгруэнтного смысла жизни. С учетом направленного характера данной гипотезы ее проверка осуществлялась при помощи иерархического регрессионного анализа. Последовательно строились три регрессионные модели, различающиеся набором независимых переменных. В качестве зависимой

переменной на каждом шаге анализа фигурировал смысложизненный кризис. Первой контрольной моделью охватывались предикторы, отражающие половозрастные свойства и социальную позицию личности. Во второй контрольной модели состав предикторов расширялся за счет общего уровня осмысленности жизни и удовлетворенность жизнью. В основной модели ко всем вышеназванным предикторам присоединялся показатель неконгруэнтности смысла жизни (таблица 68).

Таблица 68 – Результаты иерархического регрессионного анализа

Предикторы	β	t	P	Статистика модели
<i>Основная модель</i>				
Пол	-0,04	-0,82	0,41	R = 0,765, R ² = 0,585 F (9, 390) = 61,05, p = 0,000
Возраст	0,09	2,5	0,013	
Семейное положение	-0,08	-1,88	0,06	
Родительский статус	0,05	0,91	0,35	
Уровень образования	-0,05	-1,62	0,10	
Уровень дохода	-0,03	-0,90	0,36	
Общий уровень осмысленности жизни	-0,48	-13,54	0,000	
Удовлетворенность жизнью	-0,33	-8,62	0,000	
Неконгруэнтность смысла жизни	0,17	4,62	0,000	
Инкrementный F-тест	$\Delta R^2 = 0,023$, F (1, 390) = 21,38, p = 0,000			

Наибольший интерес представляет основная регрессионная модель, которая по объему объяснимой дисперсии перевешивает обе контрольные модели (R = 0,76, R² = 0,58, F (9, 390) = 61,05, p = 0,000). Основываясь на ее статистических параметрах, можно утверждать, что неконгруэнтность смысла жизни действительно является значимой предпосылкой переживания смысложизненного кризиса ($\beta = 0,17$), причем она воздействует на личностное развитие с известной долей «независимости» от половозрастных особенностей, социальной позиции личности и, главное, общего уровня осмысленности жизни ($\Delta R^2 = 0,023$, F (1, 390) = 21,38, p = 0,000). Третья гипотеза исследования, таким образом, может считаться доказанной: неконгруэнтный смысл жизни создает в индивидуальной жизнедеятельности социально-психологические противоречия, которые, аккумулируясь и достигая критической «массы», порождают смысложизненный кризис в развитии личности.

На заключительном этапе обработки данных проверялась четвертая гипотеза исследования, которая относится к классу медиаторных гипотез. Она гласит о том, что неудовлетворенность жизнью, являясь субъективным эквивалентом непродуктивной самореализации личности, выполняет функцию «передаточного звена» в механизме взаимосвязи неконгруэнтного смысла жизни и кризисного состояния. Статистическая оценка гипотезы производилась метода-

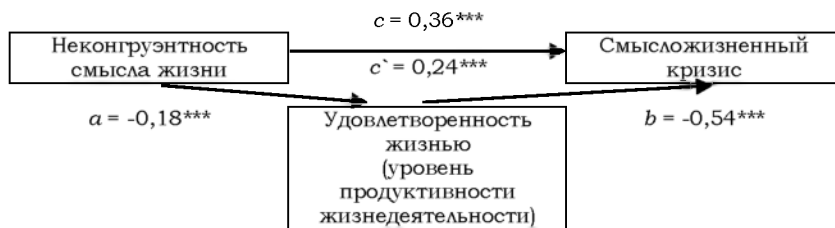
ми медиаторного анализа – параметрическим тестом Собея [761] и непараметрическим бутстреп анализом [602]. Результаты медиаторного анализа представлены в таблице 69.

Таблица 69 – Результаты медиаторного анализа

<i>Тест Собея</i>					
a×b	SE	Нижний 95 % CL	Верхний 95 % CL	Z	p
1,10	0,31	0,48	1,72	3,50	0,0005
<i>Бутстреп анализ (на 5000 выборках)</i>					
Среднее a×b	SE	Нижний 95 % CL	Верхний 95 % CL	Нижний 99 % CL	Верхний 99 % CL
1,12	0,37	0,45	1,93	0,32	2,24

Все данные указывают на то, что предложенная модель достоверно отражает реально существующую структуру взаимосвязей между неконгруэнтностью смысла жизни, субъективной удовлетворенностью жизнью и смысловым кризисом (рисунок 14). Основной показатель медиаторного эффекта – произведение путевых коэффициентов a и b – оказался практически идентичным и высокозначимым по итогам различных видов анализа. В обследованной выборке этот показатель равняется 1,10 при стандартной ошибке 0,31 и граничных значениях 95 % доверительного интервала 0,48 и 1,72. Согласно тесту Собея, в данном случае имеет место значимая опосредованная связь ($Z = 3,5$, $p = 0,0005$). Нулевое значение показателя $a \times b$ выходит за пределы 95 % и 99 % доверительного интервалов, полученного на 5000 искусственно сгенерированных выборках, что подтверждает достоверность опосредующего эффекта, как минимум, на уровне $p = 0,01$. Расшифровка путевых коэффициентов позволяет заключить, что неконгруэнтность смысла жизни ведет к срыву самореализации личности и, как следствие, расшатывает чувство удовлетворенности собственной жизнью ($a = -0,65$, $p = 0,0003$). В свою очередь, низкая продуктивность жизнедеятельности и недовольство жизнью запускают кризис в развитии личности либо декомпенсируют ранее возникшее кризисное состояние ($b = -1,69$, $p = 0,000000$). При нейтрализации переменной-медиатора «удовлетворенность жизнью» связь между неконгруэнтным смыслом и кризисной симптоматикой заметно слабеет ($c' = 3,35$, $p = 0,000$) по сравнению со случаем, когда опосредующий эффект не контролируется ($c = 4,47$, $p = 0,000$). Однако если бы эта связь замыкалась только благодаря выбранному медиатору, то коэффициент непрямого пути влияния c' упал бы до нулевого уровня. В нашем случае, исходя из общей логики медиаторного анализа, можно констатировать частичную медиацию. Значит, стремление к реализации неконгруэнтного смысла помимо непродуктивной самореализации и неудовлетворенности собственной жизнью причиняет личности и некоторые другие объективные затруднения и субъективные «неудобства». Вероятно, к их числу принадлежат переживания одиночества и отчуждения, межличностные конфликты и болезненные надрывы значимых отношений, потеря чувства социальной идентичности и про-

чие негативные феномены, «сгущающие» в себе социально-психологические противоречия личностного бытия. Данные конкретных эмпирических исследований говорят о том, что каждый из перечисленных феноменов значимо коррелирует с уровнем осмысленности жизни. Значит, есть все основания предполагать их причастность и к развитию смысложизненного кризиса в развитии личности, в частности, как связующего, промежуточного звена в механизме детерминации кризиса неконгруэнтным смыслом жизни.



Примечания: в качестве путей коэффициентов обозначены стандартизированные регрессионные коэффициенты (β); $^{***} p < 0,001$.

Рисунок 14 – Итоговая медиаторная модель

Таким образом, конгруэнтность – это социально-психологическое свойство смысла жизни, отражающее степень его содержательного совпадения со смысложизненными ценностями и ориентациями ближайшего к личности социального окружения и, в первую очередь, «биографически значимых» людей. Результаты настоящего исследования убеждают в том, что данное свойство является функционально значимым в контексте психической регуляции индивидуальной жизнедеятельности и составляет один из параметров функционального оптимума смысла жизни. Конгруэнтность облегчает привлечение социальных ресурсов, способствующих более продуктивной реализации личностью смысла собственной жизни. Неконгруэнтность, напротив, осложняет осуществление смысла в жизни и подготавливает психологическую «почву» для возникновения смысложизненного кризиса в развитии личности. В этой связи неконгруэнтный смысл может быть квалифицирован как частная психологическая разновидность неоптимального смысла жизни, а вызываемый им личностный кризис – как кризис неоптимального смысла жизни.

Исследование 2. В предыдущем исследовании остались невыясненными формы социального взаимодействия личности, которые сопровождают попытки реализации неконгруэнтного смысла и каким-то образом индуцируют смысложизненный кризис. При изучении неконгруэнтного смысла жизни наибольший интерес представляют негативные формы социального взаимодействия. Это связано с тем, что содержательное несовпадение или даже противоположность смысложизненных ценностей личности и близких для нее людей создает зону потенциальной межличностной напряженности и противостояния. Известно, что негативные социальные взаимодействия, например, такие как критицизм, отвержение, грубое обра-

щение, унижение, оскорбление, вторжение в личное пространство, наносят ощутимый вред психологическому благополучию личности [721]. Но то, в какой мере они задевают и расшатывают чувство осмысленности жизни как компонент психологического благополучия личности, заинтересовало исследователей сравнительно недавно. Одним из первых к данному вопросу обратился К. Вильямс, который предположил, что личность, подвергаемая остракизму (систематическому игнорированию, отвержению) со стороны других людей, может испытывать мучительные чувства «социального небытия», «экзистенциальной смерти», «бесмысленности существования» [795]. Это предположение было подтверждено экспериментальным путем: люди, которые регулярно не замечались партнерами по социальному взаимодействию, страдали от ощущения бессмысленности самого взаимодействия, своего участия в нем и собственной жизни в целом [802].

Дальнейшую разработку вопрос о влиянии негативных форм социального взаимодействия на уровень осмысленности жизни получил в исследованиях Р. Баумейстера и его коллег. В качестве конкретной формы взаимодействия была избрана социальная эксклюзия – поведение окружающих людей, которым они демонстрирует явное неприятие личности и отказ от контакта с ней. Начальная серия экспериментов показала, что социальная эксклюзия вызывает у отверженных людей не столько эмоциональный дистресс, сколько «когнитивную деконструкцию». Это защитное состояние сознания, которое характеризуется аффективной заторможенностью, поведенческой пассивностью, сужением временной перспективы, легкими нарушениями восприятия текущего времени, ригидной фокусировкой на внешних обстоятельствах и избеганием рефлексии. Примечательно, что общим фоном данного состояния явилось переживание бессмысленности жизни [779]. Гипотеза о наличии причинно-следственной связи между социальной эксклюзией и состоянием смыслоутраты стала ведущей для последующего цикла исследований. Их результаты полностью подтвердили данную гипотезу и, более того, показали, что обесмысливающий эффект социальной эксклюзии не зависит от пола, но заметно усугубляется, если отверженный человек чувствует себя хронически одиноким. Показательно, что экспериментальные манипуляции, направленные на усиление социального принятия и поддержки, не вызывали обратного эффекта – повышения уровня осмысленности жизни [771].

В донгитюдном исследовании Н. Крауса, проведенном на обширной выборке престарелых американцев, оценивалось влияние социальной поддержки и негативного социального взаимодействия на переживание осмысленности жизни. Под негативным взаимодействием в данном случае понимались такие формы обращения окружающих с пожилым человеком, которые включают прессинг ожиданиями, критицизм, пренебрежение, агрессию, «глухоту» к призывам о помощи. Исследование привело к непредвиденным результатам: негативное взаимодействие с членами семьи и близкими друзьями сопряжено с чувством бессмысленности жизни «здесь и сейчас», но оно же предвещает подъем уровня осмысленности жизни по прошествии некоторого времени. Эта инверсивная зависимость бы-

ла объяснена тем, что дисгармония межличностных отношений может пробудить в человеке недовольство собой и желание всерьез изменить образ жизни, а конфликты – стимулировать личностный рост и более глубокое взаимопонимание [634, р. 467]. Не менее запутанной оказалась связь осмысленности жизни с различными видами социальной поддержки. Информационная поддержка – предоставление нужных сведений – не оказывает влияния на чувство осмысленности жизни; эмоциональная поддержка – сопереживание и подбадривание – ведет к укреплению данного чувства; практическая поддержка – действенная помощь в решении проблем – подрывает это чувство. Однако по сравнению с текущей, наличной поддержкой более сильным фактором осмысленности жизни является антиципируемая, предвосхищаемая поддержка. «Престарелые люди, уверенные в поддержке со стороны значимых других в будущем, имеют более глубокое ощущение смысла в жизни, чем те, которые в перспективе не ожидают помощи» [634, р. 466].

В целом обзор существующих исследований приводит к выводу об избирательности, многовекторности влияния позитивных и негативных форм социального взаимодействия на процессы решения личностью смысложизненных задач. Весьма расплывчаты и неоднозначны представления о психологических механизмах, обеспечивающих влияние социального взаимодействия на благополучие личности и, в частности, на переживание осмысленности жизни. Пагубное влияние негативного взаимодействия на данный аспект благополучия объясняют следующими механизмами: 1) фрустрацией потребностей, которые фундируют ощущение смысла в жизни и по способу своему удовлетворения являются глубоко социальными; 2) эмоциональным дистрессом, который развивается вследствие регулярных микросоциальных психотравм; 3) эмоциональным потрясением по типу феномена «обманутых ожиданий», которые обусловлены тем, что в течение жизни большинство людей чаще сталкивается все же с позитивным, чем с негативным обращением; 4) разрушением убеждений о подконтрольности и предсказуемости межличностных отношений как значимой части жизни. Несмотря на некоторые концептуальные различия, все эти объяснения сходны в одном: снижение уровня осмысленности жизни рассматривается в качестве непосредственного эмоционального отклика личности на определенные события и ситуации социального взаимодействия. При таком подходе переживание бессмысленности жизни помещается в один ряд с другими аффективными проявлениями стресса и фрустрации (тревогой, депрессией и т. п.), которые носят реактивный, непосредственно ситуативный характер.

Однако негативное социальное взаимодействие отнимает у личности чувство осмысленности собственного существования не только потому, что выступает источником всевозможных дискомфортных переживаний. Гораздо важнее, на наш взгляд, то, что неуспех личности в установлении, поддержании конструктивных социальных контактов объективно мешает практической реализации смысла жизни, создает реальные противоречия между субъективными притязаниями и бытийными возможностями его осуществления. Чтобы понять механизм смысложизненного кризиса в условиях негативного социального взаимодействия, необходимо заглянуть «за

фасад» непосредственных эмоциональных переживаний личности и раскрыть характер соотношения ее жизнедеятельности с линиями жизни окружающих людей. Стремясь утвердить собственные смыслы и ценности в жизни, эти люди намеренными или ненамеренными действиями творят как благоприятные, так и неблагоприятные условия для самореализации личности. Поэтому прогресс и общая продуктивность практической реализации смысла жизни всегда обусловлены тем, насколько личности удастся выстраивать свою жизнедеятельность как совместную с другими людьми деятельность, превращать собственное бытие в подлинное событие.

Известно, что общность, единство движущих мотивов и ценностей служит основанием для психологического сближения людей и эффективной организации их совместной деятельности. В свете данной социально-психологической закономерности степень конгруэнтности смысла жизни может рассматриваться как значимое условие координации, согласования индивидуальной жизнедеятельности с бытием близких людей, а значит, как фактор успеха-неуспеха личности в осуществлении этого смысла. Неконгруэнтный смысл оказывается функционально неоптимальным потому, что потенциально угрожает дискоординацией жизненных путей, болезненными разрывами или пересечениями человеческих судеб. Причем неконгруэнтность может не обнаруживать себя при взаимодействии людей в частной деятельности, но в тоже время выступать предпосылкой разлада социального взаимодействия на высшем уровне – уровне жизнедеятельности, которая является метасистемой по отношению ко всем частным видам деятельности личности.

При изучении личностного кризиса, вызванного принятием и попытками реализации неконгруэнтного смысла жизни, из всех возможных форм негативного социального взаимодействия наибольшую значимость приобретает противодействие. По сравнению с другими формами негативного взаимодействия в нем предельно заострен деятельностный, конативный компонент, т. е. активный обмен действиями, которые чинят препятствия, создают помехи для самореализации личности. Несмотря на то, что в повседневности люди достаточно часто противодействуют друг другу, в психологии эта форма взаимодействия до сих пор относится к числу мало исследованных. Существующие исследования в основном касаются противодействия, которое один человек осуществляет по отношению к другому в ситуационном масштабе либо в контексте отдельного вида деятельности (например, учебной или профессиональной), а применительно к биографическому масштабу либо в контексте целостной жизнедеятельности эта форма взаимодействия не изучалась. Имеются данные о том, что противодействие близких людей наносит ущерб субъективному благополучию личности, который выражается в усилении негативного аффекта [724].

В настоящем исследовании противодействие рассматривается в экзистенциальной плоскости – как сопротивление бытия одного человека бытию другого человека, порожденное рассогласованием избранных и преследуемых этими людьми смысложизненных ценностей. Анализ данной стороны противодействия требует учета не только непосредственно-эмоциональных последствий, но и ком-

плексных, генерализованных, интегральных эффектов, к которым относятся осмысленность жизни, субъективная удовлетворенность жизнью, смысложизненный кризис.

Выборка и методика исследования. Дизайн настоящего исследования имеет ряд особенностей по сравнению с предшествующим исследованием неконгруэнтного смысла жизни. Во-первых, исходя из концептуальных представлений о том, что социальная поддержка и противодействие – это относительно независимые и качественно специфичные формы межличностного влияния, не являющиеся противоположными полюсами одного континуума, в настоящем исследовании они раздельно оценивались испытуемым. На этом основании следовало ожидать, что показатели социальной поддержки и противодействия обнаружат разные паттерны связей с показателями осмысленности жизни, удовлетворенности жизнью и смысложизненного кризиса. Во-вторых, наряду с воспринимаемой конгруэнтностью, т. е. мерой субъективно оцениваемого сходства смысложизненных ценностей испытуемого и значимых других, также анализировалась фактическая конгруэнтность, т. е. мера реального совпадения их смысложизненных ценностей. Особый интерес для нас представлял вопрос о том, вносит ли субъективно переживаемое расогласование уникальный вклад в детерминацию кризиса сверх того вклада, который произведен от фактического несоответствия смысложизненных ценностей личности и значимых для нее людей. В-третьих, нас интересовали поддержка и противодействие, исходящие не от анонимного социального окружения, а от трех персон, которые идентифицированы испытуемым в качестве самых биографически значимых людей. При этом интенсивность кризисных переживаний испытуемого рассматривалась как функция не только от их совокупной поддержки и противодействия, но и от характера взаимодействия с каждым из этих людей в отдельности.

Были выдвинуты следующие гипотезы: 1) *существует прямая связь между уровнем воспринимаемой и фактической конгруэнтности смысла жизни, но воспринимаемая конгруэнтность обнаруживает более тесные связи с выраженностью смысложизненного кризиса, общим уровнем осмысленности и удовлетворенности личностью собственной жизнью, чем фактическая конгруэнтность*; 2) *интенсивность переживания личностью смысложизненного кризиса обусловлена уровнем конгруэнтности смысла ее жизни*; 3) *влияние поддержки и противодействия других людей на переживание личностью смысложизненного кризиса определяется личностно-биографической значимостью этих людей*; 4) *влияние неконгруэнтного смысла жизни на интенсивность протекания кризиса опосредуется снижением продуктивности жизнедеятельности и падением субъективной удовлетворенности жизнью*; 5) *при низкой конгруэнтности смысла жизни дополнительным условием возникновения кризиса является выраженное противодействие биографически значимых людей процессу реализации данного смысла*.

В качестве испытуемых были привлечены студенты 3–5 курсов биологического и юридического факультетов УО «ГрГУ им. Я. Купалы». Выборку исследования составили 150 человек в возрасте от 20 до 24 лет, в том числе 81 женщина и 69 мужчин. Сбор эмпирического материала проводился в две этапа: на первом этапе диагно-

стическое обследование проходил испытуемый, на втором этапе опрашивались лица, которых он указал в качестве биографически значимых людей. На первом этапе испытуемые заполнили следующие диагностические методики (в порядке предъявления): 1) *Опросник смысложизненного кризиса* [176; 177]; 2) *Шкала удовлетворенности жизнью* [348]; 3) *Шкала «Цель в жизни»* из опросника «*Шкалы психологического благополучия*» К. Рифф [367]; 4) *Источники смысла жизни* (в настоящем исследовании применялась модификация, позволяющая выявить трех биографически значимых персон, а также рассчитать показатели их индивидуальной и совокупной поддержки и противодействия, воспринимаемой и фактической конгруэнтности смысла жизни испытуемого ценностям этих людей [169; 170; 171]).

Результаты исследования и их интерпретация. Прежде всего, частотному анализу был подвергнут ролевой репертуар биографически значимых людей, выделенных испытуемыми. В их числе чаще всего упоминались родители, партнеры по романтическим отношениям, друзья и подруги, а также братья и сестры. Во всей совокупности названных персон 306 (68 %) человек – это люди из семейного окружения испытуемых, которые являются членами родительской или собственной семьи либо приходится близкими родственниками. Эти же люди делают между собой основные позиции в рейтингах первого, второго и третьего по значимости человека. В качестве самого важного человека в жизни испытуемые указали мать (32,7 %), отца (22 %) и партнера по романтическим отношениям (19,3 %). Вторым по значимости человеком для них оказался отец (34 %), мать (28 %), друг либо подруга (12 %). И, наконец, на третье место в своей жизни испытуемые чаще всего ставят друга или подругу (24,7 %), романтического партнера (22,7%) и сиблинга (16,7 %). Распределение ролевых позиций биографически значимых других, полученное в нашем исследовании, во многом совпадает с результатами аналогичных зарубежных [724] и отечественных исследований [253]. Вместе с тем в нем прослеживается специфика, продиктованная возрастными задачами и социальной ситуацией развития личности в поздней юности и ранней зрелости.

Переходя к обсуждению результатов корреляционного анализа (таблица 70), в первую очередь, необходимо отметить обратную зависимость показателей конгруэнтности смысла жизни и смысложизненного кризиса. Чем меньше воспринимаемое ($R = -0,45$, $p \leq 0,001$) и фактическое ($R = -0,21$, $p \leq 0,01$) совпадение смысла жизни личности и значимых для нее людей, тем глубже и острее она испытывает кризисные симптомы. Согласованность смысложизненных ценностей личности и ее значимого социального окружения сопряжена с повышенным уровнем осмысленности и удовлетворенности жизнью, что особенно явно прослеживается по показателю воспринимаемой конгруэнтности ($R = 0,38$ и $0,23$, $p \leq 0,001$ и $0,01$). Кроме того, высокая конгруэнтность смысла жизни сочетается с более выраженной поддержкой личности со стороны значимых других ($R = 0,16$, $p \leq 0,05$), в то время как неконгруэнтность – с более интенсивным противодействием ($R = -0,20$, $p \leq 0,05$).

Обращает на себя внимание тесная взаимосвязь суммарных показателей воспринимаемой и фактической конгруэнтности смысла

жизни ($R = 0,47, p \leq 0,001$). Раздельный расчет корреляций между показателями воспринимаемой и фактической конгруэнтности смысла жизни по первому ($R = 0,51, p \leq 0,001$), второму ($R = 0,46, p \leq 0,001$) и третьему ($R = 0,48, p \leq 0,001$) по значимости человеку подтверждает данное наблюдение. Это говорит о том, что испытуемые достаточно глубоко понимают смысложизненные ориентации и приоритеты биографически значимых других, адекватно осознают сходства и различия собственного смысла жизни и смысложизненных ценностей этих людей. Примечательно то, что показатель воспринимаемой конгруэнтности в целом сильнее коррелирует с основными психологическими переменными исследования, чем показатель фактической конгруэнтности. Это объясняется тем, что показатель воспринимаемой конгруэнтности отражает смысложизненные противоречия, которые являются психологически реальными для самой личности, т. е. осознаются, переживаются и учитываются ею в собственной жизнедеятельности, в том числе при выстраивании взаимоотношений с биографически значимыми другими. Показатель фактической конгруэнтности менее психологичен: он фиксирует смысложизненные противоречия, которые объективно наличествуют, но при этом могут не рефлексироваться и не переживаться личностью. Показатель воспринимаемой конгруэнтности как раз и раскрывает те межличностные смысложизненные противоречия, которые психологически реальны и действенны, а его высокая корреляция с показателем фактической конгруэнтности указывает на то, что эти противоречия не мнимые, надуманные самой личностью, а имеющие под собой объективные основания.

Таблица 70 – Результаты корреляционного анализа

Переменные	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1. СЖК												
2. ОсмЖ	-0,60***											
3. УдЖ	-0,40***	0,39***										
4. Восп-КСЖ	-0,45***	0,38***	0,23**									
5. Факт-КСЖ	-0,21**	0,19*	0,06	0,47***								
6. Под1	-0,20*	0,14	0,08	0,11	0,15							
7. Под2	-0,18*	0,10	-0,08	0,09	0,01	-0,01						
8. Под3	-0,11	0,10	0,11	0,10	-0,01	-0,19*	0,42***					
9. Прот1	0,35***	-0,22**	-0,19*	-0,21**	-0,03	0,04	-0,17*	-0,10				
10. Прот2	0,30***	-0,15	-0,17*	-0,07	-0,03	-0,05	-0,13	0,03	0,24**			
11. Прот3	0,28***	-0,15	-0,12	-0,14	-0,03	0,11	-0,39***	-0,25**	0,28***	0,26**		
12. Сов-Под	-0,27***	0,18*	0,05	0,16*	0,08	0,43***	0,77***	0,65***	-0,12	-0,09	-0,29***	
13. Сов-Прот	0,43***	-0,24**	-0,23**	-0,20*	-0,04	0,04	-0,32***	-0,15	0,72***	0,71***	0,70***	-0,23**

Примечания:

1) СЖК – смысложизненный кризис; ОсмЖ – осмысленность жизни; УдЖ – удовлетворенность жизнью; ВоспКСЖ – суммарная воспринимаемая конгруэнтность смысла жизни; ФактКСЖ – суммарная фактическая конгруэнтность смысла жизни; Под1 – поддержка первого по значимости человека; Под2 – поддержка второго по значимости человека; Под3 – поддержка третьего по значимости человека; Прот1 – противодействие первого по значимости человека; Прот2 – противодействие второго по значимости человека; Прот3 – противодействие третьего по значимости человека; СовПод – совокупная поддержка трех самых значимых людей; СовПрот – совокупное противодействие трех самых значимых людей;

2) * $p \leq 0,05$, ** $p \leq 0,01$, *** $p \leq 0,001$.

Опираясь на результаты корреляционного анализа, можно утверждать, что поддержка и противодействие – это относительно независимые формы взаимодействия с биографически значимыми людьми по ходу практического осуществления личностью смысло-жизненных ценностей. Слабая поддержка не эквивалентна противодействию, а отсутствие противодействия не воспринимается в качестве поддержки. В этом убеждают, во-первых, низкие интеркорреляции оценок поддержки и противодействия в отношениях личности с первой ($R = 0,04$, $p > 0,05$), второй ($R = -0,13$, $p > 0,05$), третьей ($R = -0,25$, $p \leq 0,01$) значимой персоной по отдельности и в совокупном выражении ($R = -0,23$, $p \leq 0,01$); во-вторых, весьма дифференцированные, избирательные взаимосвязи поддержки и противодействия с показателями конгруэнтности смысла жизни, осмысленности жизни, удовлетворенности жизнью и смысло-жизненного кризиса. К примеру, уровень субъективной удовлетворенности жизнью имеет тенденцию снижаться по мере интенсификации противодействия ($R = -0,12 \sim -0,19$, $p \leq 0,05$), но практически не «реагирует» на усиление поддержки со стороны значимых людей ($R = -0,08 \sim 0,11$, $p > 0,05$).

Далее анализировался вопрос о том, в какой степени кризисное состояние обусловлено суммарной воспринимаемой и фактической конгруэнтностью смысла жизни, совокупной поддержкой и противодействием со стороны трех биографически значимых людей, а также характером взаимодействия личности с каждым из этих людей в отдельности. Были проведены две серии иерархического регрессионного анализа, в которых зависимой переменной был назначен смысло-жизненный кризис. В первой серии анализа независимые переменные вводились в регрессионную модель в такой последовательности, которая обеспечивала оценку величины и статистической значимости прироста дисперсии, обусловленного: 1) суммарной фактической конгруэнтностью сверх воспринимаемой конгруэнтности смысла жизни; 2) совокупным противодействием сверх поддержки значимых других. Во второй серии анализа переменные добавлялись в регрессионную модель в такой очередности, которая позволяла выявить и «взвесить» изолированное влияние каждой из трех значимых osób на переживание личностью смысло-жизненного кризиса. Результаты множественной иерархической регрессии представлены в таблицах 71 и 72.

Таблица 71 – Результаты иерархического регрессионного анализа (серия 1)

Шаг	Предикторы	β	R^2	F	ΔR^2	F _{increment}
1	Пол (0 – муж., 1 – жен.)	0,21	0,17	1,26		
	Возраст	0,12				
2	Осмысленность жизни	-0,38***	0,372	28,9***	0,356	82,7***
3	Удовлетворенность жизнью	-0,15*	0,407	24,9***	0,035	8,55**
4	Воспринимаемая конгруэнтность СЖ	-0,20**	0,457	24,2***	0,050	13,1***
5	Фактическая конгруэнтность СЖ	-0,03	0,457	20,1***	0,000	0,056
6	Совокупная поддержка	-0,09	0,475	18,4***	0,018	4,89*
7	Совокупное противодействие	0,24***	0,526	19,5***	0,051	15,0***
Примечания: 1) приведены стандартизированные коэффициенты регрессии (β), полученные в итоговой регрессионной модели; 2) * $p \leq 0,05$, ** $p \leq 0,01$, *** $p \leq 0,001$.						

Таблица 72 – Результаты иерархического регрессионного анализа (серия 2)

Шаг	Предикторы	β	R ²	F	ΔR^2	F _{increment}
1	Пол (0 – муж., 1 – жен.)	0,19	0,17	1,26		
	Возраст	0,11				
2	Осмысленность жизни	-0,37***	0,407	24,9***	0,39	47,8***
	Удовлетворенность жизнью	-0,15***				
3	Воспринимаемая конгруэнтность СЖ	-0,20**	0,457	20,0***	0,05	6,55**
	Фактическая конгруэнтность СЖ	0,06				
4	Поддержка 1-го по значимости человека	-0,11	0,464	17,6***	0,007	1,85
5	Противодействие 1-го по значимости человека	0,15*	0,503	17,8***	0,039	11,1***
6	Поддержка 2-го по значимости человека	-0,05	0,512	16,3***	0,009	2,57
7	Противодействие 2-го по значимости человека	0,12	0,528	15,5***	0,016	4,65*
8	Поддержка 3-го по значимости человека	-0,02	0,528	14,0***	0,000	0,14
9	Противодействие 3-го по значимости человека	0,07	0,533	13,0***	0,004	1,28

Примечания: 1) приведены стандартизированные коэффициенты регрессии (β), полученные в итоговой регрессионной модели; 2) * $p \leq 0,05$, ** $p \leq 0,01$, *** $p \leq 0,001$.

Результаты первой серии регрессионного анализа свидетельствуют о том, что вероятность возникновения и анализа протекания кризиса в значительной степени определяется дефицитом смыслообразующих ценностей, о чем сигнализирует низкая осмысленность жизни ($\beta = -0,38$), и (или) их неэффективной реализацией на практике, о чем сигнализирует неудовлетворенность жизнью в целом ($\beta = -0,15$). Этими факторами в совокупности исчерпывается 39 % дисперсии показателей смысложизненного кризиса.

Неконгруэнтность смысла жизни является кризисогенным фактором, влиянием которого дополнительно объясняется 5 % дисперсии при статистическом контроле общего уровня осмысленности жизни. Получается, что неконгруэнтность способна спровоцировать кризис даже при относительно высоком уровне общей осмысленности, а потому может обоснованно считаться неоптимальным свойством смысла жизни. Важно подчеркнуть, что показатель фактической конгруэнтности не обеспечивает уникального вклада в детерминацию смысложизненного кризиса свыше того, что привносит показатель воспринимаемой конгруэнтности. Это означает, что реальные социально-психологические противоречия в системе смысложизненных ценностей с достаточной полнотой осознаются личностью и производят кризисогенный эффект только в преломлении через ее сознание. Именно воспринимаемая конгруэнтность, которая в субъективно переработанном виде отражает межличностные ценностно-смысловые противоречия, является существенным предиктором смысложизненного кризиса ($\beta = -0,20$).

Еще одной предпосылкой кризисного состояния является противодействие попыткам воплощения личностью своих жизненных замыслов со стороны биографически важных персон ($\beta = 0,24$). Оно обеспечивает прибавку объяснительных и прогностических возможностей регрессионной модели в размере 5,1 %. Причем противодействие может обуславливать кризис независимо и даже вопреки той поддержке, которой личность пользуется среди этих людей. Результаты второй серии регрессионного анализа указывают на то, что решающую роль играет противодействие, исходящее от самого биографически значимого человека. Оно покрывает около 4 % дисперсии показателей смысложизненного кризиса, тогда как на долю противодействия второго и третьего по рангу человека приходится всего лишь 1–2 %. Поддержка этих людей не компенсирует и не нейтрализует кризисогенный эффект противодействия первого по значимости человека. Результаты второй серии регрессионного анализа приводят к двум общим выводам. Во-первых, вклады окружающих людей в детерминацию смысложизненного кризиса в развитии личности прямо пропорциональны их биографической значимости. Во-вторых, выраженность кризисной феноменологии избирательно зависит от противодействия и не подвержена влиянию поддержки со стороны значимых людей. Этот вывод вписывается в известную закономерность, согласно которой негативные формы межличностного взаимодействия увеличивают проявления субъективного неблагополучия, практически не затрагивая проявления субъективного благополучия (счастье, самоуважение и др.) [721].

Особый интерес представляет вопрос о том, какую роль играет противодействие значимых людей в механизме кризисогенеза в ситуации принятия и реализации личностью неконгруэнтного смысла жизни. Исходя из представления о противодействии как намеренном либо ненамеренном создании другими людьми когнитивных, эмоциональных, мотивационных и практических помех в жизнедеятельности личности, можно предположить, что именно оно выступает сдерживающим, затрудняющим самореализацию фактором. Возможно, что в условиях полного непротивления или слабо выраженного противодействия со стороны значимых других осуществление личностью смысла в жизни является более успешным и плодотворным, и кризисогенный механизм не срабатывает. Напротив, интенсивное, систематическое противодействие затормаживает или блокирует реализацию смысла жизни, подрывает продуктивность индивидуальной жизнедеятельности, что подготавливает психологическую почву для наступления кризиса. Противодействие значимых людей в данном случае фигурирует как *переменная-модератор*, от уровня которой зависит работа психологического механизма, обеспечивающего переживание личностью либо осмысленности и удовлетворенности жизнью, либо непродуктивности жизненного пути и смысложизненного кризиса. Влияние неконгруэнтного смысла жизни на тяжесть и глубину кризисного состояния, опосредованное уровнем продуктивности жизнедеятельности личности и варьирующее в зависимости от силы противодействия биографически значимых людей, на языке статистики может быть описано как «*модери-*

«*умеренная медиация*» (moderated mediation) [530]. Данный паттерн взаимосвязей между переменными представлен в виде структурной модели на рисунке 15. Следует обратить внимание, что в предложенной модели модулируется зависимость удовлетворенности жизнью от конгруэнтности смысла жизни, а не какое-либо иное звено механизма кризисогенеза. Тем самым подразумевается, что противодействие значимых людей «вклинивается» в процесс жизнедеятельности между его отправным (жизненный замысел) и результирующим (результаты реализации смысла жизни) моментом.

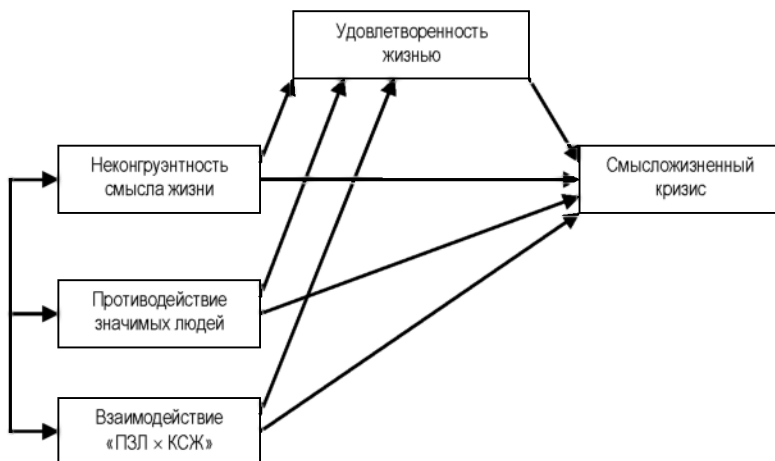


Рисунок 15 – Гипотетическая модераторно-медиаторная модель

Надежным методом статистического анализа модераторно-медиаторных моделей является расчет «*обусловленного непрямого эффекта*» (conditional indirect effect), т. е. силы влияния независимой переменной на зависимую переменную через переменную-медиатор при определенных уровнях переменной-модератора [705]. В настоящем исследовании в качестве репрезентативных уровней были избраны относительно низкое ($M - 1 SD = 0,84$), среднее ($M = 3,61$) и относительно высокое ($M + 1 SD = 6,37$) значение переменной-модератора «совокупное противодействие значимых людей». Статистическая достоверность обусловленного непрямого эффекта, подсчитанного на разных уровнях переменной-модератора, оценивалась на основе параметрического теста Собея и 95 % доверительных интервалов, построенных при помощи бутстреп анализа на 5000 искусственно сгенерированных выборках. Кроме того, применялась техника Джонсона – Неймана, которая позволяет выявить граничные значения переменной-модератора, очерчивающие область статистической значимости обусловленного медиаторного эффекта при $p < 0,05$. Результаты статистического анализа отражены в таблице 73.

Таблица 73 – Результаты модераторно-медиаторного анализа

Значение переменной-модератора	Величина обусловленного медиаторного эффекта	SE	Z	p	95 % доверительный интервал
0,84 (M – 1 SD)	-0,43	0,61	-0,70	0,48	[-2,16; 0,71]
3,61 (M)	-0,87	0,44	-1,97	0,04	[-2,14; -0,08]
6,37 (M + 1 SD)	-1,31	0,66	-1,99	0,04	[-3,38; -0,08]
3,60 (граничное значение)	-0,87	0,45	-1,96	0,05	[-2,06; -0,04]

Из полученных результатов следует, что противодействие биографически значимых людей существенно модерирует психологический механизм порождения и эскалации смысложизненного кризиса, связанного с принятием и стремлением реализовать неконгруэнтный смысл жизни. Область статистической значимости обусловленного медиаторного эффекта начинается со значения переменной-модератора, равного 3,60, которое фактически совпадает со средневывборочным значением силы противодействия. При полном отсутствии или низком уровне противодействия значимых людей даже неконгруэнтный смысл жизни воплощается личностью достаточно успешно, и основания для кризисных переживаний не возникают. Механизм кризисогенеза активируется тогда, когда совокупное противодействие достигает среднего и высокого уровня. В этом случае разобщенность и дискоординация жизнедеятельности личности с линиями жизни значимых людей становится серьезным барьером на пути реализации смысложизненных ценностей, а сами ценности из источника осмысленности и удовлетворенности жизнью превращаются в источник хронической фрустрации и кризиса. Противодействие биографически значимых людей служит дополнительным условием для проявления функциональной неоптимальности и кризисного потенциала неконгруэнтного смысла жизни.

12.10. Функциональное взаимодействие свойств смысла жизни в детерминации смысложизненного кризиса

Обоснование гипотезы исследования. Индивидуальному смыслу жизни присуще множество психологических свойств, которые, взаимодействуя между собой, определяют его функциональный потенциал. В одних случаях их взаимодействие порождает аддитивные или даже синергические эффекты, т. е. они функционально усиливают друг друга и совместно потенцируют регулирующие функции смысла жизни. В другом случае они взаимодействуют как антагонисты и супрессоры, т. е. функционально подавляют друг друга и ослабляют регулирующие функции смысла жизни. Закономерности функционального взаимодействия различных свойств, а также влияние этого взаимодействия на регуляторные функции индивидуального смысла жизни практически не освещены в суще-

ствующей психологической литературе. Теоретические и эмпирические исследования в основной массе имеют аналитическую направленность, что предполагает разложение смысла жизни на отдельные свойства и их изолированное изучение. Возможности такой исследовательской стратегии на сегодняшний день еще далеко не исчерпаны, но основная перспектива связана с переходом к синтетическому изучению смысла жизни в комплексе его психологических свойств и их функциональных сочетаний. Логика разработки проблемы оптимального-неоптимального смысла жизни также диктует необходимость в определении функциональных оптимумов не только для единичных свойств, но и для их совокупностей.

Вполне вероятно, что свойствам смысла жизни присуща созависимость, в силу чего отклонение от оптимума одних свойств лимитирует, сдерживает оптимальное выражение других в регуляции поведения, деятельности и целостной жизнедеятельности личности. Функциональная эффективность смысла жизни, в первую очередь, ограничивается тем свойством, которое является наименее оптимальным, больше остальных отклоняется от оптимального значения. Такое свойство служит своеобразным дефектом, слабостью смысла жизни как целостной регуляторной системы и может сделать его функционально неоптимальным или даже дисфункциональным. Очень сложно, а порой и невозможно в отдельном исследовании охватить сразу все свойства смысла жизни и смоделировать эту гипотетическую закономерность. Задача облегчается, когда предметом изучения выступают лишь некоторые свойства, между которыми существует функциональная созависимость. В настоящем исследовании в таком качестве взяты два свойства – *широта* и *конфликтность смысла жизни*.

Обобщение результатов предшествующих исследований позволяет утверждать, что узость и внутренняя конфликтность свойственны функционально неоптимальному смыслу жизни, в процессе практической реализации которого личность сталкивается с непреодолимыми противоречиями и, как результат, страдает от смысложизненного кризиса. Противоположные полюса этих свойств – широта и внутренняя согласованность – характеризуют оптимальный смысл, способствующий осмысленной, счастливой жизни и динамичному, устойчивому развитию личности [165; 166; 171]. Парадокс заключается в том, что этим свойствам достаточно трудно сосуществовать, поскольку с расширением состава и увеличением содержательного разнообразия смысложизненных ценностей растет вероятность противоречий, конфликтов, коллизий между ними. Вследствие данной закономерности благоприятный (оптимизирующий) эффект широты может быть ослаблен или ограничен внутренней конфликтностью смысла жизни. Иначе говоря, внутренняя конфликтность, развивающаяся из-за многокомпонентного состава и разнородности содержания смыслообразующих ценностей, может стать «слабым местом» широкого смысла жизни.

Антиномия разнообразия и согласованности в системе смысло-жизненных ценностей личности и ранее отмечалась некоторыми исследователями. В свое время В. Франк писал: «Обладание ценностями облегчает для человека поиск смысла, так как, по крайней мере, в типичных ситуациях он избавлен от принятия решений. Но, к сожалению, ему приходится расплачиваться за это облегчение, потому что в отличие от уникальных смыслов, пронизывающих уникальные ситуации, может оказаться, что две ценности входят в противоречие друг с другом. А *противоречия ценностей отражаются в душе человека в форме ценностных конфликтов, играя важную роль в формировании ноогенных неврозов*» [468, с. 288–289]. Канадские исследователи Г. Рикер и П. Вонг сформулировали «постулат широты», согласно которому «интенсивность переживания осмысленности нарастает прямо пропорционально увеличению содержательного репертуара ценностей-источников смысла жизни». Они также сделали оговорку о том, что действие этой закономерности прерывается в случае, когда разнородные смысложизненные ценности вступают в конфликт [708, р. 226]. Следует заметить, что сам «постулат широты» уже неоднократно верифицирован в психологических исследованиях, тогда как поправка к нему специальной эмпирической проверке еще не подвергалась.

Выборка и методика исследования. Все сказанное позволяет обосновано предполагать, что *широкий смысл жизни проявляет свою функциональную оптимальность при условии согласованности смыслообразующих ценностей личности. Содержательная разнородность этих ценностей оптимальна до тех пор, пока личности удастся поддерживать гармонию между ними, но как только эти ценности начинают конфликтовать, широкий смысл жизни утрачивает свои функциональные преимущества. Возможно, это ведет к ослаблению, устранению или даже инверсии того антикризисного эффекта, который присущ широкому смыслу жизни.* В логике эмпирического исследования данное предположение является *модераторной гипотезой*, в которой широта смысла жизни – это независимая переменная, смысложизненный кризис – зависимая переменная, а конфликтность смысла жизни – переменная-модератор. Сущность модерации в данном случае состоит в том, что связь между основными переменными – широтой смысла жизни и смысложизненным кризисом – не является монотонной на разных уровнях выраженности конфликтности смысла жизни. Вероятно, если при низком уровне конфликтности широта смысла жизни значительно снижает вероятность возникновения и остроту течения кризиса, то при высоком уровне конфликтности эта связь разрывается или же инвертируется, т. е. широкий смысл жизни утрачивает свой антикризисный эффект (теряет функциональную оптимальность) или же приобретает кризисогенное влияние на развитие личности (становится функционально неоптимальным).

С целью проверки выдвинутой гипотезы было проведено эмпирическое исследование, в котором приняли участие 440 человек в

возрасте от 17 до 57 лет (средний возраст – 33–34 года), в том числе 194 мужчины и 246 женщин. В выборке были представлены испытуемые с разным семейным, родительским, образовательным и профессионально-трудовым статусом. При обследовании испытуемых использовались следующие методики (в порядке предъявления): 1) *Опросник смысложизненного кризиса* [176; 177]; 2) *Источники смысла жизни* (модификация методики, примененная в данном исследовании для изучения широты и конфликтности смысла жизни, описана [214]).

Результаты исследования и их интерпретация. На первом этапе обработки данных с помощью корреляционного анализа определялись взаимосвязи ценностей-источников, широты и конфликтности смысла жизни с интенсивностью переживания смысложизненного кризиса (таблица 74).

Таблица 74 – Результаты корреляционного анализа

Переменные	Смысложизненный кризис
Широта смысла жизни	-0,28***
Конфликтность смысла жизни	0,31***
Конформизм	-0,05
Традиция	-0,12*
Доброта	-0,27***
Универсализм	-0,12*
Самостоятельность	-0,09
Стимуляция	0,15**
Гедонизм	0,20***
Достижения	-0,08
Власть	0,06
Безопасность	-0,08

Примечания: * $p \leq 0,05$, ** $p \leq 0,01$, *** $p \leq 0,001$.

Установлено, что сужение, обеднение ценностного содержания смысла жизни ($R = -0,28$, $p = 0,000$) и содержательный антагонизм смыслообразующих ценностей ($R = 0,31$, $p = 0,000$) сопряжены с обостренным кризисным состоянием. Эти наблюдения согласуются с представлениями о функциональной неоптимальности (кризисогенности) узкого и конфликтного смысла жизни, которые подкреплены целым рядом предыдущих исследований. Особое внимание привлекает достоверная положительная корреляция широты и конфликтности смысла жизни ($R = 0,22$, $p = 0,000$), которая говорит о том, что с ростом содержательного разнообразия смысложизненных ценностей повышается вероятность их рассогласования и возникновения конфликтов. Некоторые исследователи, в частности, В. Франкл, Г. Рикер и П. Вонг предполагали возможность существования данной закономерности, однако ее эмпирическое подтверждение получено впервые.

На следующем этапе проверялась гипотеза о том, что *широта является функционально значимым свойством индивидуального*

смысла жизни, которое входит в круг параметров его функционального оптимума и существенно влияет на развитие личности в качестве субъекта жизни. В качестве статистического метода ее проверки был избран иерархический регрессионный анализ, подразумевающий ступенчатый ввод предикторов в регрессионную модель и оценку на каждом шаге величины прироста объясняемой дисперсии (инкремента) зависимой переменной [551]. В соответствии с выдвинутой гипотезой зависимой переменной был назначен смысложизненный кризис, а в качестве предикторов фигурировали пол и возраст испытуемого (шаг 1), значимость для него 10-ти базовых ценностей как источников смысла жизни (шаг 2) и, наконец, широта индивидуального смысла жизни (шаг 3). Статистическая достоверность прибавки объяснимой дисперсии, полученной на каждом шаге анализа, определялась с помощью инкрементного F-критерия Фишера. Результаты иерархической регрессии представлены в таблице 75.

Таблица 75 – Результаты иерархического регрессионного анализа

Модель	Предикторы	β	t	p
1	Пол	0,07	1,51	0,13
	Возраст	-0,14	-3,18	0,02
	Статистика модели	R = 0,20, R ² = 0,043, F (2, 436) = 9,74, p = 0,000		
2	Конформизм	0,01	0,25	0,79
	Традиция	0,02	0,31	0,75
	Доброта	-0,22	-4,52	0,000
	Универсализм	-0,03	-0,58	0,55
	Самостоятельность	0,04	0,79	0,43
	Стимуляция	0,12	2,35	0,02
	Гедонизм	0,10	1,85	0,06
	Достижения	-0,05	-0,97	0,33
	Власть	0,07	1,41	0,16
	Безопасность	-0,08	-1,44	0,15
	Статистика модели	R = 0,40, R ² = 0,163, F (12, 426) = 6,91, p = 0,000		
	Инкрементный F-тест (модели 1×2)	$\Delta R^2 = 0,12$, F (10, 426) = 6,12, p = 0,000		
3	Широта смысла жизни	-0,23	-4,71	0,000
	Статистика модели	R = 0,45, R ² = 0,205, F (13, 425) = 8,41, p = 0,000		
	Инкрементный F-тест (модели 2×3)	$\Delta R^2 = 0,042$, F (1, 425) = 22,18, p = 0,000		
<i>Примечание:</i> в таблице приведены β -коэффициенты, полученные для финальной регрессионной модели.				

Две промежуточные и финальная регрессионная модель оказались статистически достоверными. Влиянием полного набора пре-

дикторов суммарно объясняется 20,5 % дисперсии показателей смысложизненного кризиса. Среди ценностей-источников смысла жизни, введенных в регрессионную модель на 2-м шаге анализа, наиболее сильными предикторами кризиса оказались доброта ($\beta = -0,22$, $p = 0,000$), принятие и реализация которой предвещает бескризисное развитие, а также стимуляция ($\beta = 0,12$, $p = 0,02$) и гедонизм ($\beta = 0,10$, $p = 0,06$), упорное следование которым приближает личность к кризисному состоянию. Ценностным содержанием смысла жизни в совокупности обусловлено 12 % дисперсии, что по меркам инкрементного F-критерия является значительным вкладом в детерминацию смысложизненного кризиса в развитии личности.

Наиболее интересный результат получен на 3-м шаге анализа, после того как к перечню предикторов был добавлен показатель широты смысла жизни. Судя по значению β -коэффициента, широта является функционально значимым свойством смысла жизни, которое существенно обуславливает вероятность возникновения и интенсивность протекания смысложизненного кризиса в развитии личности ($\beta = -0,23$, $p = 0,000$). Узость смысла жизни, т. е. бедность и нерасчлененность его ценностного содержания, действует как кризисогенный фактор, а широта, т. е. содержательное богатство и дифференцированность смысла жизни, производит антикризисный эффект. Статистика инкрементного F-теста дает повод утверждать, что данное структурное свойство вносит уникальный и статистически весомый вклад в детерминацию кризиса в объеме до 4,2 %. Следует акцентировать внимание, что этот вклад обеспечивается сверх той объяснимой дисперсии, которая связана с индивидуальными предпочтениями ценностей-источников смысла жизни и учтена в регрессионной модели на 2-м шаге анализа. С психологической точки зрения это значит, что широта смысла жизни – формальная мера разнородности смысложизненных ценностей, безразличная к их конкретному содержанию. Она характеризует структурную организацию смысла жизни безотносительно к его ценностному наполнению, а потому и проявляет себя как самостоятельная детерминанта кризиса, работающая независимо от выбора личностью определенными смыслообразующих ценностей.

На завершающем этапе обработки данных тестировалась главная гипотеза о том, что взаимосвязь широты смысла жизни с кризисом модулируется уровнем конфликтности смысла жизни. Для ее статистической оценки использовался модераторный регрессионный анализ. В целях устранения эффекта коллинеарности показатели широты и конфликтности смысла жизни предварительно были оцентрированы, а значения переменной-интеракции были рассчитаны на центрированных показателях. Регрессионная модель включала два шага анализа: на первом шаге синхронно вводились переменные модератор и предиктор, на втором шаге к ним добавлялась переменная-интеракция. Модераторный эффект регистрировался при стечении двух условий: 1) статистическая значимость регрессионного коэффициента переменной-интеракции; 2) статистическая

значимость прибавки объяснимой дисперсии на втором шаге анализа. Результаты модераторного анализа приведены в таблице 76.

Таблица 76 – Результаты модераторного анализа

Предикторы	Шаг 1	Шаг 2	Предиктор	Группа с низкой конфликтностью СЖ	Группа с высокой конфликтностью СЖ
Широта СЖ	-0,26***	-0,29***	Широта СЖ	-0,24*	-0,06
Конфликтность СЖ	0,43***	0,42***			
Широта × Конфликтность СЖ		0,18***			
Статистика модели	R = 0,53, R ² = 0,28, F (2,437) = 84,8 p = 0,000	R = 0,56, R ² = 0,311, F (3,436) = 65,7 p = 0,000	Статистика модели	R = 0,24, R ² = 0,057, F (1, 69) = 4,19, p = 0,04	R = 0,06, R ² = 0,003, F (1, 56) = 0,21, p = 0,65
Инкрементный F-тест	ΔR ² = 0,032, F (1, 436) = 20,02, p = 0,000				
<i>Примечания:</i> 1) в качестве показателей связи предикторов с зависимой переменной в таблице приведены стандартизированные коэффициенты регрессии (β); 2) * p ≤ 0,05, ** p ≤ 0,01, *** p ≤ 0,001.					

Полученные данные говорят о статистической значимости модерации, поскольку в анализируемой регрессионной модели выполняются оба условия: во-первых, взаимодействие широты и конфликтности смысла жизни достоверно предсказывает смысло-жизненный кризис ($\beta = 0,18$, $t = 4,47$, $p = 0,000$), во-вторых, это взаимодействие вносит уникальный вклад в дисперсию показателей смысло-жизненного кризиса в объеме 3,2 %, что является статистически значимой прибавкой согласно инкрементному критерию Фишера ($F (1, 436) = 20,02$, $p = 0,000$). Результаты первого шага анализа свидетельствуют о том, что широта и конфликтность являются функционально значимыми свойствами смысла жизни, от выраженности которых зависит характер – кризисный или бескризисный – развития личности в качестве субъекта жизни. Кризисное состояние независимо друг от друга способны спровоцировать утрату смысла жизни, т. е. содержательная однородность смыслообразующих ценностей ($\beta = -0,29$, $t = 7,34$, $p = 0,000$), и внутренняя конфликтность смысла жизни, т. е. содержательная несовместимость смыслообразующих ценностей личности ($\beta = 0,42$, $t = 10,57$, $p = 0,000$). Поэтому как утрата, так и внутренняя конфликтность могут считаться частными признаками неоптимального смысла жизни, тогда как широта и внутренняя согласованность смысла жизни – проявлениями функционального оптимума.

Результаты второго шага анализа показывают, что *широта и конфликтность смысла жизни оказывают не только раздельное, но и сопряженное влияние на переживание личностным смысложизненного кризиса*. Непосредственным подтверждением их сочетанного воздействия выступает статистически значимый регрессионный коэффициент переменной-интеракции ($\beta = 0,18$, $t = 4,47$, $p = 0,000$). Следовательно, между такими свойствами индивидуального смысла жизни, как широта и конфликтность, существует функциональная созависимость: влияние широты смысла жизни на развитие личности зависит от уровня конфликтности и наоборот. Как же конкретно проявляется данная зависимость?

Статистическая достоверность переменной-интеракции свидетельствует о том, что зависимость между широтой смысла жизни и смысложизненным кризисом не остается одинаковой и постоянной на всем интервале значений конфликтности смысла жизни. Чтобы понять, как эта зависимость меняется на разных уровнях переменной-модератора, выборка делилась на контрастные группы: группа 1 – 71 испытуемый со значением показателя конфликтности смысла жизни ниже, чем ($M - \sigma$); группа 2 – 58 испытуемых со значением показателя конфликтности смысла жизни выше, чем ($M + \sigma$). Затем в каждой выделенной группе производилась оценка регрессионной зависимости смысложизненного кризиса от широты смысла жизни (т.н. *simple slopes analysis*). В группе с низкой конфликтностью наблюдается зависимость кризиса от широты смысла жизни ($\beta = -0,24$, $t = -2,05$, $p = 0,04$), в то время как в противоположной группе эта зависимость уже не прослеживается ($\beta = -0,06$, $t = -0,45$, $p = 0,65$). Это соответствует общему правилу, согласно которому при положительном β -коэффициенте переменной-интеракции связь между ключевым предиктором и зависимой переменной слабее на высоком уровне переменной-модератора. В психологическом плане это означает, что широкий смысл жизни, по мере нарастания внутренней конфликтности между образующими его ценностями, утрачивает свое оптимизирующее воздействие на развитие личности. Внутренняя конфликтность, с большой вероятностью сопутствующая широте, становится фактором, который ослабляет или нивелирует функциональный потенциал широкого смысла жизни.

Таким образом, широкий смысл жизни проявляет свою функциональную оптимальность при условии согласованности смыслообразующих ценностей личности. Конфликтность ценностей-источников смысла жизни выступает условием, которое существенно ограничивает или упраздняет оптимизирующий эффект широкого смысла жизни в сфере личностного развития. В этой частной зависимости преломляется общая закономерность функционирования сложных систем, в силу которой свойства, имеющие неоптимальную степень выраженности, устанавливают пределы для реализации оптимально выраженных свойств системы.

ГЛАВА 13
**НЕОПТИМАЛЬНАЯ СТРАТЕГИЯ ЖИЗНИ
КАК ФАКТОР СМЫСЛОЖИЗНЕННОГО КРИЗИСА**



Обоснование гипотезы исследования. Предыдущая глава была всецело посвящена анализу функционально неоптимальных смыслов жизни, которые причастны к непродуктивной самореализации личности и возникновению специфической разновидности смысложизненных кризисов. Психологические кризисы, вызванные деформациями и дисфункциями индивидуального смысла жизни, относятся к кризисам нереализованности личности как субъекта жизни. Эти кризисы объединяет общий психологический механизм, в котором ключевым звеном выступает снижение продуктивности жизнедеятельности до критически низкого уровня. В данном случае при наличии и сохранном смысле личность хронически сталкивается с невозможностью или неспособностью выстроить реальную жизнь в соответствии с ним, что и ввергает ее в кризисное состояние.

Между тем неоптимальность смысла жизни это лишь частный психологический фактор из широкого спектра внутренних условий, которые могут провоцировать кризисы развития личности как субъекта жизни. Психическая регуляция, обслуживающая процесс практической реализации смысла жизни, включает множество структур и процессов. Их дефекты, дисфункции и просто функционально неоптимальные особенности влекут за собой дисрегуляцию жизнедеятельности, а кризисы личностного развития возникают уже как вторичное «осложнение» непродуктивной жизнедеятельности. Помимо неоптимального смысла жизни в качестве психологических (внутренних) детерминант смысложизненного кризиса достаточно подробно изучены только субъективная картина жизненного пути и жизненные программы личности [37; 41; 254; 255]. В этой связи выявление функционально неоптимальных особенностей, присущих отдельным звеньям системы психической регуляции жизнедеятельности и поэтому причастных к возникновению смысложизненных кризисов, является перспективной линией разработки намеченной проблематики.

В целях расширения и углубления представлений о детерминантах смысложизненного кризиса нами было проведено исследование *жизненной стратегии личности*. Оптимальная жизненная стратегия, равно как и оптимальный смысл жизни, является предпосылкой продуктивной жизнедеятельности личности. Задача построения стратегии жизни носит «технический» характер и подчиняется более глобальной задаче личностного развития, а именно практической реализации смысла жизни. При этом жизненная стратегия и смысл жизни – взаимосвязанные, но относительно независимые регуляторы индивидуальной жизнедеятельности и детерминанты развития личности. Их самостоятельное значение становится очевидным в ситуациях, когда: во-первых, неоптимальная стратегия обрекает на

провал и ведет к краху практическую реализацию оптимального смысла жизни; во-вторых, функциональная неоптимальность смысла жизни полностью или частично купируется и нейтрализуется оптимальной жизненной стратегией, компенсирующей в том числе и «изъяны» индивидуального смысла жизни. Как свидетельствуют результаты исследований некоторых разновидностей неоптимального смысла жизни, за счет грамотной жизненной стратегии личность может добиться объективно необходимой и субъективно приемлемой продуктивности самореализации, тем самым избежав, снизив риск наступления или смягчив остроту переживания смысложизненного кризиса [164; 173; 193].

Таким образом, оптимальная жизненная стратегия может быть залогом преуспевания и процветания личности в собственной жизни, тогда как неоптимальная стратегия способна выступить фактором, препятствующим становлению и утверждению личности в качестве субъекта жизни. Очень вероятно, что смысложизненные кризисы самореализационного типа детерминируются не только дисфункциональным смыслом, но и неоптимальной стратегией его практической реализации.

В общенаучном понимании стратегия – это генеральный, схематичный план какой-либо многоступенчатой деятельности, предписывающий ее основные направления на длительный период времени. В отличие от тактики, определяющей конкретные способы действия в зависимости от стечения обстоятельств, основная задача стратегии в том, чтобы в самых принципиальных чертах указать путь достижения конечной цели, намечать траекторию продвижения из текущего положения к будущему желаемому состоянию. В психологии заслуга постановки проблемы жизненной стратегии принадлежит К. А. Абульхановой, которая определяет ее как «способность к самостоятельному построению своей жизни, к принципиальному, осмысленному ее регулированию в соответствии с кардинальным направлением» [12, с. 290]. В современных психологических исследованиях сохраняется высокая доля неопределенности, многозначности в понимании природы и сущности данного феномена. Разными авторами жизненная стратегия конкретизируется как: «искусство ведения собственной жизни, главной целью которой является поиск и осуществление своего уникального смысла» [74, с. 74]; «форма целенаправленной организации человеком собственной жизни, включающая его отношение к собственным возможностям и ресурсам, их актуализации и реализации» [72, с. 36]; «способ сознательного планирования и конструирования личностью собственной жизни путем поэтапного формирования ее будущего» [51, с. 109]; «структура жизненных целей, развернутых во временной перспективе психологического будущего, которая характеризуется такими параметрами, как четкость, протяженность и содержание» [231, с. 6]; «индивидуальный способ конструирования и реализации человеком жизненных целей во временной перспективе» [84, с. 3]. Приведенные дефиниции говорят о том, что психологические пред-

ставления о формировании, структуре, функциях жизненной стратегии личности еще не оформились в полноценное научное понятие.

По нашему мнению, общепсихологическое изучение жизненной стратегии может основываться на теоретическом представлении о жизнедеятельности как системной организации частных деятельностей, посредством которых личность стремится осуществить смысл своей жизни. Если *смысл жизни* – обобщенная характеристика *мотивационно-смысловой стороны жизнедеятельности*, то *стратегия жизни* емко характеризует ее *операционально-техническую, инструментально-исполнительскую сторону*. В отличие от смысла, определяющего ценностное наполнение жизнедеятельности, задающего ее сквозную интенциональную направленность и отвечающего на вопрос «ради чего жить», стратегия обеспечивает соотношение, соизмерение смысла жизни с ресурсами его практической реализации и отвечает на вопрос «как жить». Стратегия вырабатывается личностью тогда, когда у нее возникает внутренняя необходимость в практической реализации смысла жизни, а ее оптимальность оценивается по критерию продуктивности, успешности этой реализации. При этом стратегия – не столько свод жизненных принципов или правил, сколько ценностно-прагматико-пространственно-временная «архитектоника» реальной жизнедеятельности, выстроенная личностью и призванная способствовать успеху реализации смысла. Иными словами, в стратегии жизни определенным образом увязаны между собой смысловые ценности, релевантные им виды деятельности, а также пространственно-временные координаты, в которых личность осуществляет или намеревается осуществлять эти виды деятельности. Как справедливо подчеркивает К. А. Абулханова, «стратегия жизни представляет собой составление субъектом определенной семантической, смысловой композиции из того, чем он располагает, обладает, использует, потребляет, из того, что он создает соотносительно с тем, что от него требуется, которая определяет в итоге то, чего он способен достичь» [9].

Стратегия жизни, таким образом, раскрывается как общий способ организации инструментально-исполнительской стороны жизнедеятельности, общий подход личности к управлению и распоряжению различными жизненными ресурсами, подчиненный задаче реализации смысла жизни.

В рамках развиваемого нами подхода понятие «стратегия жизни» адресовано особенностям и закономерностям структурной организации целостной жизнедеятельности личности. В самом первом приближении ее можно определить как *характерную и закономерную для конкретной личности структурную организацию отдельных видов деятельности в составе целостной жизнедеятельности*. Вбирая в себя некоторое множество частных деятельностей, индивидуальная жизнедеятельность формируется и осуществляется личностью как *сложносоставное, гетерогенное, полидеятельностное образование*. Вместе с тем она не сводится к механической сумме деятельностей, сменяющих одна другую в случайном порядке. В реальности жизнедеятельность личности предстает как определенным

образом выстроенная система, где каждая образующая деятельность занимает свою уникальную позицию, которую можно описать при помощи трех координат: временной, пространственной и смысловой. Временные координаты регулируют хронологию выполнения различных деятельностей, их временной порядок и режим, а также временные рамки, в которые должна укладываться каждая деятельность. Пространственные координаты задают топологию осуществления деятельностей, т. е. их размещение в определенных сферах, средах, пространствах и ситуациях жизни, а также пространственные границы, за которые они не должны выходить. Главными являются смысловые координаты, которые ориентируют личность в реально существующих инструментальных отношениях между индивидуальным набором деятельностей и смысложизненными ценностями, т. е. позволяют локализовать место и роль каждой деятельности в процессе практической реализации смысла жизни. Получается, что в структурной организации индивидуальной жизнедеятельности, т. е. в стратегии жизни, «зашифровано» расписание деятельностей во времени жизни, схема их расположения в пространстве жизни и их значимость в смысловом «поле» смысложизненных ценностей личности. Следует еще раз подчеркнуть, что структурные связи, скрепляющие различные виды деятельности в составе жизнедеятельности, носят преимущественно смысловой характер. Обусловлено это тем, что при определении места и времени для конкретной деятельности в собственной жизни личность руководствуется, прежде всего, ее инструментальной значимостью, жизненным (операциональным) смыслом. Стратегия жизни, соответственно, выражает *системное смысловое строение* индивидуальной жизнедеятельности личности.

Структурные отношения различных видов деятельности определяют процессуальные параметры их актуализации-деактуализации личностью в определенных пространственно-временных обстоятельствах жизни. Проявляясь в закономерностях организации частных видов деятельности в структуре жизнедеятельности, стратегия жизни регулирует процесс развертывания этих деятельностей в пространстве и времени жизни. Поэтому жизненная стратегия – это *присущий личности способ включения различных видов деятельности в процесс практической реализации индивидуального смысла жизни.* Она предписывает на более или менее отдаленную перспективу, когда, где и какими деятельностными средствами будет претворена каждая смысложизненная ценность личности.

Таким образом, понятие «жизнедеятельность» обозначает связанную совокупность деятельностей, которые личность использует для реализации смысла жизни, а стратегия жизни – описывает типичный для данной личности способ связывания и организации, координации и субординации, упорядочивания и структурирования этих видов деятельности в составе целостной жизнедеятельности. Для стратегии жизни определяющее значение имеют не сам по себе набор или «сумма» частных деятельностей, а именно их структурная

«конфигурация» внутри индивидуальной жизнедеятельности. В этих структурных закономерностях «закодирована» определенная логика развертывания одних и свертывания других видов деятельности в динамике жизнедеятельности. Активность личности как *стратегия жизни* как раз и выражается в систематизации и структурном упорядочивании различных, порой плохо совместимых видов деятельности внутри собственной жизнедеятельности. Развитие жизнедеятельности происходит через совершенствование ее структуры, т. е. путем выработки и улучшения жизненной стратегии личности, и потому основной критерий развития жизнедеятельности – ее *стратегичность*.

Отталкиваясь от изложенного, логично допустить, что *функциональные возможности жизнедеятельности зависят не только от образующих ее компонентов – частных видов деятельности, но и от особенностей их структурной организации, т. е. от индивидуальной стратегии жизни*. Поэтому *продуктивность реализации смысла жизни предопределена как инструментальностью отдельных видов деятельности и совокупной инструментальностью всего набора деятельностей, «синтезированных» в жизнедеятельности, так и индивидуальными особенностями их целостной структурной организации, в которой собственно и заключается стратегия жизни личности*. Иными словами, общая результативность жизнедеятельности не сводится к суммарной продуктивности всех видов деятельности, включенных в ее структуру. Успешность практической реализации смысла жизни определяется синергическими эффектами интеграции, связывания, соподчинения отдельных деятельностей в составе целостной жизнедеятельности.

При оценке индивидуальной стратегии жизни с точки зрения эффективности, оптимальности необходимо учитывать характер задач, решению которых она служит в существовании и развитии личности. Построение жизненной стратегии предваряется поиском смысла жизни, а потому стратегия производна, вторична по отношению к найденному смыслу. Смысл жизни выступает своеобразным «стержнем» всей жизненной стратегии. Необходимость в определенной стратегии возникает по мере обретения смысла и вызревания намерений его осуществить, хотя в реальности не каждая личность, притязающая на осуществление смысла, имеет последовательную, выверенную стратегию. Выработка жизненной стратегии сама по себе является достаточно сложной познавательно-практической задачей, которая в то же время подчинена еще более важной задаче – задаче практической реализации смысла жизни. По сути, стратегия жизни и есть обобщенный способ реализации личности смысла собственной жизни. Если смысл указывает личности, ради чего и куда в жизни следует идти, то стратегия – какими путями и маршрутами двигаться в избранном направлении.

Поскольку жизненная стратегия призвана решать задачу практической реализации смысла жизни, постольку мера ее оптимальности определяется уровнем продуктивности индивидуальной жизнедеятельности. Оптимальная стратегия способствует максимизации

достижений и приобретений при минимизации поражений и затрат, или, по меньшей мере, позволяет личности добиться приемлемого баланса между жизненными успехами и неудачами. По нашему мнению, *адекватными субъективными индикаторами продуктивной либо непродуктивной жизнедеятельности, а значит оптимальной либо неоптимальной жизненной стратегии, являются переживания осмысленности жизни, удовлетворенности жизнью и смысложизненного кризиса.* Оптимальность в данном случае измеряется тем, насколько выработанная личностью жизненная стратегия способствует поддержанию высокого уровня осмысленности и удовлетворенности жизнью, а также помогает избегать смысложизненных кризисов.

Настоящее исследование базируется на понимании стратегии жизни как характерного для личности способа структурной организации индивидуальной жизнедеятельности. При таком подходе дифференциальные характеристики жизненной стратегии необходимо связывать, прежде всего, с тем, как структурированы, организованы, скоординированы доступные для личности виды деятельности в ее повседневной жизни. На наш взгляд, в качестве таких параметров могут рассматриваться следующие:

1) *широта-узость репертуара деятельности*, опосредствующих реализацию смысла жизни и включенных в операциональный состав жизнедеятельности. Большое количество и разнообразие освоенных видов деятельности позволяет личности строить из них различные стратегические комбинации, увеличивает число «степеней свободы» при прокладке динамических маршрутов реализации смысла жизни, повышает возможности «лабиринта» и «маневрирования» в потоке жизненных обстоятельств. Поэтому с расширением деятельностного репертуара индивидуальная стратегия жизни становится более гибкой, многовариантной и, как следствие, более эффективной;

2) *иерархичность-гетерархичность репертуара деятельностей*, участвующих в осуществлении смысла жизни. Этот параметр жизненной стратегии характеризует степень дифференциации видов деятельности по их операциональному смыслу, инструментальной значимости, прагматической полезности. При выраженной иерархии на одни виды деятельности приходится высокая нагрузка по реализации смысложизненных ценностей личности, а другие деятельности оказываются слабо связанными с решением данной задачи. При выраженной гетерархии все виды деятельности, интегрированные в структуре жизнедеятельности, являются однопорядковыми, приблизительно равноценными с точки зрения вклада в практическую реализацию смысла жизни;

3) *осознанность-неосознанность репертуара и инструментального значения деятельностей*, включенных в процесс реализации смысла жизни. В одном из наших исследований было показано, что операциональный жизненный смысл деятельности может существовать на разных уровнях осознания [193]. В прямом самоотчете он может «ускользнуть» или «заглушаться» поверхностными оценочными

характеристиками, например, социальной желательностью или временной затратностью деятельности. Более глубокое и точное осознание достигается путем развернутой рефлексии инструментальных отношений между смысложизненными ценностями и различными видами деятельности, сложившихся в практике повседневной жизни. Осознанность операционального смысла способствует рациональному, прагматичному использованию соответствующей деятельности как средства осуществления смысла жизни, а также построению более гармоничной, непротиворечивой композиции из тех деятельностей, которые входят в доступный для личности репертуар;

4) *структурированность репертуара деятельностей*, «обслуживающих» реализацию смысла жизни в качестве операциональных средств. Этот параметр отражает меру общей организованности структуры, структурной упорядоченности индивидуальной жизнедеятельности; является наиболее общим показателем степени совершенства стратегии жизни и ее функциональных возможностей. Структурированность проявляется в таком соединении различных деятельностей, при котором они оказываются взаимодействующими и дают синергический эффект при осуществлении личностью смысла жизни. Другим проявлением структурированности выступает пространственно-временное разделение, изоляция таких видов деятельности, которые интерферируют между собой, препятствуют друг другу.

Таким образом, стратегия жизни – это *выработанный личностью способ структурной организации индивидуальной жизнедеятельности, определяющий порядок включения различных видов деятельности в процесс осуществления смысла жизни*. Стратегия жизни не сводится к механической сумме деятельностей, которые обеспечивают воплощение смысла жизни, а выражается в системном смысловом строении индивидуальной жизнедеятельности личности. И так как она подчинена задаче реализации смысла в жизни, ключевым критерием ее эффективности и оптимальности выступает продуктивность этой реализации. В этой связи *гипотеза исследования* гласит о том, что *системно-структурные особенности жизнедеятельности, будучи собственными параметрами стратегии жизни, существенно влияют на продуктивность реализации смысла жизни, и, следовательно, значимо обуславливают переживание личностью осмысленности жизни, удовлетворенности жизнью и смысложизненного кризиса*.

Выборка и методика исследования. В эмпирическом исследовании приняли участие 357 человек в возрасте от 23 до 59 лет (средний возраст – 36 лет), в том числе 199 женщин и 158 мужчин. Обследование испытуемых производилось посредством следующих методик (в порядке предъявления): 1) *Опросник смысложизненного кризиса (ОСЖК)* [176; 177]; 2) *Шкала удовлетворенности жизнью Э. Динера* [348]; 3) *Шкала «Цель в жизни»* из опросника «*Шкалы психологического благополучия*» К. Рифф [367]; 4) *Методика «Смыслометрический анализ жизнедеятельности»* – модифицированная версия авторской методики «*Источники смысла жизни*» [207], кото-

рая рассчитана на диагностику инструментального, операционального смысла различных видов деятельности в контексте целостной жизнедеятельности испытуемого. На первом этапе перед испытуемым стояла задача из предложенного перечня деятельностей отобрать те, которыми он регулярно или хотя бы эпизодически занимается в своей повседневной жизни. Перечень включал 13 видов деятельности, в том числе профессиональную, учебную, воспитательную, спортивно-оздоровительную, познавательную, религиозную, эстетическую, хозяйственно-бытовую, сексуально-эротическую, рекреационную, общественно-политическую, досуговую, коммуникативную. Помимо интуитивно понятных наименований испытуемый получал расшифровку предметного содержания для каждого вида деятельности, например, «хозяйственно-бытовая деятельность – любые виды занятий, связанные с ведением домашнего хозяйства и созданием бытового комфорта (уборка, стирка, ремонт, покупка продуктов питания и т. д.)». На следующем этапе, ориентируясь на шкалу от 1 до 100 баллов, испытуемый должен был оценить, насколько важна каждая отмеченная деятельность в его жизни. Далее предъявлялся перечень ценностей, являющийся стандартным стимульным материалом методики «Источники смысла жизни». Испытуемый должен был выбрать из него 5 ценностей, с которыми он в настоящее время связывает смысл собственной жизни. На завершающем этапе от испытуемого требовалось оценить, в какой степени каждая деятельность способствует реализации каждой смысло-жизненной ценности. Использовалась семиразрядная вербально-числовая шкала ответов от «1 – в очень малой степени» до «7 – в очень большой степени». Следует заострить внимание на том, что в процедуре смыслометрического анализа испытуемый соотносит отдельные виды деятельности со смысло-жизненными ценностями, что преследует цель выявления операциональных смыслов этих деятельностей и, в конечном итоге, системного смыслового строения индивидуальной жизнедеятельности.

На основании полученных оценок подсчитывались диагностические показатели, характеризующие структурную организацию жизнедеятельности (стратегию жизни) испытуемого:

1) *инструментальная значимость отдельных видов деятельности*, а также *индекс инструментальности* по всем видам деятельности, слагающим индивидуальную жизнедеятельность. Этот индекс показывает, в какой мере виды деятельности, регулярно практикуемые испытуемым, подчинены задаче реализации смысла жизни. Он рассчитывается как отношение суммы оценок инструментальной значимости к общему количеству видов деятельности, отобранных и оцененных испытуемым сквозь призму смысло-жизненных ценностей. При таком способе вычисления индекс раскрывает общий уровень оснащенности смысла жизни операционально-техническими ресурсами;

2) *индекс широты* – диагностический показатель, который отражает степень разнообразия, гетерогенности операциональных средств реализации смысла жизни и определяется по количеству

качественно различных видов деятельности, реально включенных в состав повседневной жизнедеятельности испытуемого. Низкие значения данного индекса свидетельствуют об обедненном, упрощенном составе жизнедеятельности, о неразвитости ее операционально-технической, инструментально-исполнительской стороны. Высокие значения, напротив, указывают на широту и богатство деятельностного репертуара испытуемого, на достаточно мощный операционально-технический потенциал реализации смысла жизни;

3) *индекс осознанности* – диагностический показатель, раскрывающий точность и глубину понимания испытуемым операционального смысла разных видов деятельности в контексте реализации смысла жизни. вычисляется как коэффициент ранговой корреляции двух рядов оценок инструментальной значимости деятельностей, который были выбраны и проанализированы испытуемым: прямых оценок, извлекаемых на втором этапе смыслометрического анализа, и косвенных оценок, получаемых после поэлементного сопоставления видов деятельности со смысложизненными ценностями. Чем больше значение индекса, тем лучше испытуемый понимает инструментальную значимость доступных ему видов деятельности в жизненном масштабе;

4) *индекс иерархичности* – диагностический показатель, который характеризует степень уровневого соподчинения, вертикальной стратификации видов деятельности испытуемого в зависимости от их инструментальной значимости для реализации смысла жизни. Данный индекс целостно отражает иерархически-уровневую организацию индивидуальной жизнедеятельности, дифференциацию разных видов деятельности с точки зрения их неравноценного вклада в осуществление смысла жизни. Математически он рассчитывается на основе прямых оценок личностной значимости разных видов деятельности по формуле коэффициента вариации, т. е. как отношение стандартного отклонения к средней величине этих оценок у конкретного испытуемого.

Результаты исследования и их интерпретация. Первым этапом обработки эмпирических данных был иерархический регрессионный анализ, посредством которого мы стремились определить меру зависимости переживаний осмысленности жизни, удовлетворенности жизнью и смысложизненного кризиса от параметров жизненной стратегии личности. Главный вопрос, на который предстояло дать эмпирически обоснованный ответ, состоял в следующем: сводится ли стратегия жизни к совокупности практикуемых личностью видов деятельности или же она предполагает их структурную организацию? Если справедливо первое, то дисперсия зависимых переменных в основном должна зависеть от суммы инструментальных возможностей отдельных видов деятельности, т. е. от индекса инструментальности. Если верно второе, то качественные различия в структурной организации жизнедеятельности, выраженные индексами широты, осознанности и иерархичности, должны вносить значимый вклад в объяснение дисперсии зависимых переменных сверх

вклада индекса инструментальности. Результаты иерархической регрессии представлены в таблице 77.

Таблица 77 – Результаты иерархического регрессионного анализа

Предикторы	Зависимые переменные					
	Осмысленность жизни		Удовлетворенность жизнью		Смысложизненный кризис	
	Модель 1	Модель 2	Модель 1	Модель 2	Модель 1	Модель 2
ИндИнстр	0,11*	0,06	0,14**	0,13*	-0,17***	-0,12*
ИндШир		0,18***		0,16**		-0,35***
ИндОс		0,26***		0,20***		-0,21***
ИндИер		-0,20***		0,01		0,13**
Статистика модели	R = 0,105, R ² = 0,011, F (1, 348) = 3,91, p = 0,048	R = 0,383, R ² = 0,147, F (4, 345) = 14,81, p = 0,000	R = 0,138, R ² = 0,019, F (1, 348) = 6,78, p = 0,01	R = 0,30, R ² = 0,09, F (4, 345) = 8,52, p = 0,000	R = 0,17, R ² = 0,029, F (1, 348) = 10,49, p = 0,001	R = 0,454, R ² = 0,206, F (4, 345) = 22,38, p = 0,000
Икрементный F-тест (модели 1 x 2)	ΔR ² = 0,135, F (3, 345) = 18,25, P = 0,000		ΔR ² = 0,071, F (3, 345) = 8,95, p = 0,000		ΔR ² = 0,177, F (3, 345) = 25,6, p = 0,000	
<i>Примечания:</i> 1) * p ≤ 0,05, ** p ≤ 0,01, *** p ≤ 0,001; 2) ИндИнстр – индекс инструментальности; ИндШир – индекс широты; ИндОс – индекс осознанности; ИндИер – индекс иерархичности; 3) в качестве показателей связи предикторов с зависимой переменной в таблице приведены стандартизированные коэффициенты регрессии (β).						

Из табличных данных вытекает несколько важных выводов. Во-первых, как и предполагалось, индивидуальные параметры жизненной стратегии личности существенно обуславливают продуктивность реализации смысла жизни, и потому выступают статистически значимыми предикторами осмысленности, удовлетворенности и смысложизненного кризиса. Совокупный операционально-технический потенциал деятельности, количественно выраженный индексом инструментальности, заметно предопределяет возможность самореализации, а значит, накладывает отпечаток и на «самочувствие» личности как субъекта жизни. По мере возрастания этого потенциала риск наступления смысложизненного кризиса уменьшается, а чувства осмысленности и удовлетворенности жизнью усиливаются. Однако в сравнении с индексом инструментальности более мощными предикторами оказались индексы широты, осознанности и иерархичности. Широкий репертуар деятельности потенцирует жизненную стратегию личности и способствует более глубокому, стабильному переживанию осмысленности и удовлетворенности, а сужение, обеднение этого репертуара угрожает негативными последствиями, в частности, смысложизненным кризисом. Жизненную стратегию оптимизирует осознание личностью операциональных смыслов частных деятельностей в контексте целостной жизнедеятельности. Осознанность является условием более рационального, эффективного использования каждой конкретной деятельности в

интересах реализации смысла жизни. По этой причине она опосредованным путем – через увеличение продуктивности реализации смысла жизни – стимулирует переживания осмысленности и удовлетворенности жизнью, повышает резистентность личности по отношению к смысложизненному кризису. На основе полученных результатов также можно заключить, что для жизненной стратегии личности оптимален не иерархический, а гетерархический принцип организации, при котором нагрузка по реализации смысла жизни připадает не на одну ведущую деятельность, а более или менее равномерно распределяется между несколькими деятельностями. Высокая иерархизация индивидуального репертуара деятельностей соотносится с пониженной осмысленностью жизни и более интенсивным протеканием кризиса.

Во-вторых, особенности структурной организации разных видов деятельностей в составе жизнедеятельности, т. е. собственные параметры жизненной стратегии личности, вносят статистически весомые вклады в детерминацию зависимых переменных (от 7,1 % до 17,7 %) при статистическом контроле индекса инструментальности. Это свидетельствует о том, что жизненная стратегия не сводится к аддитивной совокупности освоенных и воспроизводимых личностью видов деятельности, а ее эффективность не исчерпывается суммой инструментальных возможностей этих деятельностей как операциональных средств реализации смысла жизни. Своеобразие жизненной стратегии проявляется даже не столько в неповторимой номенклатуре деятельностей, интегрированных в жизнедеятельность, сколько в структурной композиции, определяющей динамику их развертывания в процессе осуществления личностью смысла жизни. Суть жизненной стратегии и состоит в налаживании такого взаимодействия различных видов деятельности, при котором они всемерно способствуют одна другой и единым «ансамблем» решают задачу воплощения смысла в жизни. При разработке жизненной стратегии от личности требуется активность, прежде всего, по интеграции и дифференциации доступных видов деятельности, в результате которой совершенствуется структура ее жизнедеятельности. Овладение новыми видами деятельности, интенсификация их выполнения далеко не всегда повышает эффективность жизненной стратегии в той же мере, как системная перестройка, реструктуризация уже освоенных деятельностей. Развитие и совершенствование личности стратегии жизни достигается преимущественно через повышение общей организованности, структурной упорядоченности индивидуальной жизнедеятельности как полидеятельностной системы.

Вторым этапом обработки данных был структурографический анализ по алгоритму, разработанному А. В. Карповым [221]. Самый обобщенный параметр жизненной стратегии испытуемого – структурированность индивидуального репертуара деятельностей – конкретизировался при помощи таких эмпирических показателей, как индекс когерентности, индекс дивергентности и индекс общей организованности структуры. Схема их расчета выглядела следующим образом. Вначале из общей выборки исследования извлекались «контрастные» («полярные») группы испытуемых, существенно раз-

личающиеся по интенсивности переживания смысложизненного кризиса. Уровень выраженности кризисной симптоматики был избран группирующим признаком потому, что согласно результатам иерархической регрессии смысложизненный кризис лучше предсказывается по параметрам жизненной стратегии испытуемого (20,6 % объяснимой дисперсии), чем осмысленность жизни (14,7 %) и удовлетворенность жизнью (9 %). Были выделены две контрастные по данному критерию группы – бескризисная и кризисная. Выделение кризисной и бескризисной групп осуществлялось путем отсечения 27 % случаев, расположившихся по краям упорядоченного ряда выборочных наблюдений. Бескризисная группа включала 96 испытуемых, чьи диагностические показатели по опроснику смысложизненного кризиса укладывались в диапазон от 50 до 86 баллов. В кризисную группу попали 96 испытуемых, которые по данному опроснику набрали от 115 до 150 баллов. Остальные испытуемые, набравшие от 87 до 114 баллов, образовали предкризисную группу. Далее для каждой группы строились матрицы интеркорреляций, целостно отражающие тесноту и направленность связей между разными видами деятельности в контексте практической реализации смысла жизни.

Для понимания функциональной организации разных деятельностей в составе жизнедеятельности, т. е. для расшифровки собственно стратегии жизни, в каждой группе были подсчитаны значения структурных индексов. В настоящем исследовании в расчет принимались положительные и отрицательные корреляции, значимые на $p \leq 0,01$ и $p \leq 0,05$, которым соответственно присваивались 3 и 2 балла. Суммирование баллов, приписанных групповой корреляционной матрице, дает количественное значение индекса в отдельной группе испытуемых. *Индекс когерентности (ИК)* характеризует степень взаимодействия разных видов деятельности в контексте реализации смысла жизни и определяется как функция от числа положительных значимых связей в групповой корреляционной матрице и от меры их статистической значимости. Высокие значения данного показателя свидетельствуют о том, что различные виды деятельности, несмотря на свою исключительность и специфику, непротиворечиво соединяются в структуре жизнедеятельности, функционально дополняют и усиливают друг друга, порождают синергические эффекты в реализации смысла жизни. Основные линии этой реализации, связанные с разными видами деятельности, конвергируют в рамках единой жизненной направленности, сходятся к общему результату. *Индекс дивергентности (ИД)* отражает степень взаимного препятствования разных видов деятельности в контексте практического осуществления смысла жизни. Он вычисляется как функция от числа и статистической значимости отрицательных связей в групповой корреляционной матрице. Высокие значения данного показателя обнаруживают функциональную разрозненность, недостаточную слаженность отдельных видов деятельности, вследствие чего структура жизнедеятельности в целом приобретает разорванный характер, страдает продуктивность реализации смысла жизни. *Индекс организованности (ИО)* находится как модуль разности величин индексов когерентности и дивергентности и отражает общий уровень

смысловой и пространственно-временной упорядоченности различных видов деятельности в контексте практической реализации смысла жизни. Величина данного индекса указывает на общий уровень стратегичности (структурной организованности) жизнедеятельности. Результаты структурографического анализа представлены в таблице 78 и на коррелограммах в *Приложении 15*.

Таблица 78 – Результаты структурографического анализа

Структурные связи	Бескризисная группа	Предкризисная группа	Кризисная группа
Положительные ($\alpha = 0,99$)	21	15	11
Положительные ($\alpha = 0,95$)	5	6	8
Отрицательные ($\alpha = 0,99$)	3	3	6
Отрицательные ($\alpha = 0,95$)	4	2	0
Структурные индексы			
Индекс когерентности	73	57	49
Индекс дивергентности	17	13	18
Индекс организованности	56	44	31

Бескризисная группа испытуемых превосходит остальные группы по абсолютному количеству положительных структурных связей между отдельными деятельностями в составе жизнедеятельности. Здесь насчитывается 26 связей на фоне 21 связи в предкризисной и 19 связей в кризисной группе. За этими связями скрываются «кооперативные» отношения деятельностей в контексте практической реализации смысла жизни. Факт наличия такой связи говорит о том, что результаты одной деятельности создают подспорье для успеха другой, что порождает кумулятивные, синергические эффекты в процессе самореализации личности. Кроме того, бескризисная группа отличается от остальных групп наибольшим удельным весом (21 из 26, или 80,7 %) положительных структурных связей высокого уровня статистической значимости ($p \leq 0,01$). Значит, у испытуемых данной группы различные виды деятельности более тесно скооперированы, сообразованы между собой, что также увеличивает эффективность жизненной стратегии. Общим итогом описанных различий является то, что функциональная интегрированность, цельность структуры жизнедеятельности возрастает при переходе от кризисной к бескризисной группе. Это прослеживается по изменению групповых значений индекса когерентности (49 → 57 → 73).

Межгрупповые различия по степени дифференцированности структуры жизнедеятельности являются более сглаженными. Вариативность значений индекса дивергентности в целом не велика, поскольку абсолютное количество отрицательных структурных связей приблизительно равно в исследуемых группах испытуемых. Отри-

пательная структурная связь служит подтверждением того, что между двумя деятельностями в структуре жизнедеятельности существуют отношения взаимного препятствования, противодействия. В этом случае выполнение одной деятельности осложняет реализацию и в известном смысле уничтожает результаты другой деятельности. Иными словами, обнаруживается несовместимость деятельностей как процессуальных компонентов жизнедеятельности, как операциональных средств практической реализации смысла жизни. Несмотря на почти что одинаковое количество отрицательных связей в разных группах, у испытуемых, глубоко переживающих кризис, функциональная дивергенция деятельностей в структуре жизнедеятельности проявляется с большей вероятностью, т. к. все отрицательные структурные связи установлены на высоком уровне статистической достоверности ($p \leq 0,01$).

Самые значительные различия групп наблюдаются по обобщенному индексу – индексу организованности структуры жизнедеятельности. При анализе данных различий следует учесть, что этот показатель является «наиболее общим и надежным индикатором степени совершенства систем, степени их общей структурированности и меры их функциональных возможностей» [218, с. 24]. Самая высокая организованность структуры жизнедеятельности достигается в бескризисной группе за счет того, что в ней преобладает тенденция функциональной интеграции и конвергенции при умеренно выраженной тенденции дифференциации и дивергенции видов деятельности, обеспечивающих реализацию смысла жизни. Предкризисная группа уступает по уровню общей организованности структуры жизнедеятельности в связи с недостаточной интеграцией отдельных видов деятельности. Еще сильнее по уровню структурной организованности жизнедеятельности отстает группа испытуемых, имеющих явную симптоматику кризиса. Это обусловлено не столько сильной дифференциацией, сколько слабой интеграцией отдельных видов деятельности в составе жизнедеятельности. Даже из визуального сравнения коррелограмм крайних групп (*Приложение 15*) напрашивается вывод о том, что испытуемых кризисной группы отличает более «рыхлая», дезинтегрированная структура жизнедеятельности.

Таким образом, если отсутствие кризиса считать критерием результативного решения смысложизненных задач (поиска, сохранения и реализации смысла в жизни), то максимум результативности достигается тогда, когда структурированность и организованность жизнедеятельности (как важнейший параметр стратегии жизни) является наибольшей. Отсюда следует, что для построения оптимальной стратегии жизни определяющим является умение личности непротиворечиво соединять, сочетать, комбинировать различные виды деятельности. Благодаря этому ценному умению индивидуальная жизнедеятельность приобретает характер внутренне единого и связанного процесса, внутри которого отдельные деятельности становятся преемственными «звеньями» поступательной, нарастающей самореализации личности. Неоптимальная жизненная стратегия, напротив, ведет личность в тупики самореализации и потому чревата для нее смысложизненным кризисом.

ВЫВОДЫ ПО РАЗДЕЛУ 3

1. Смысложизненный кризис – особое пролонгированное состояние в развитии и функционировании личности, феноменологию которого составляют *неспецифические* и *специфические* признаки. Неспецифические признаки представлены негативно окрашенными (субъективно дискомфортными и болезненными) переживаниями, прежде всего, тревожно-депрессивного спектра, и общей дезорганизацией поведения и деятельности личности. В феноменологии смысложизненного кризиса они являются фоновыми симптомами, по которым он обближается с иными кризисными состояниями. Специфические признаки выступают психическими и поведенческими маркерами, которые идентифицируют смысложизненный кризис и дифференцируют его от других кризисов и прочих форм личностного неблагополучия. Будучи отличительными и «фигурными» симптомами смысложизненного кризиса, они определяют качественное своеобразие его феноменологической картины и поведенческого рисунка.

2. В феноменологических особенностях смысложизненного кризиса отражается специфика порождающих его противоречий, которые назревают в системе субъект-объектных отношений личности с индивидуальной жизнью как целым и конкретно выражаются в том, что вследствие отсутствия (несформированности), утраты (деформации и деструкции) или функциональной неоптимальности смысла жизни происходит недоразвитие или потеря личностной способности управлять ходом жизни. В этой связи специфические признаки смысложизненного кризиса составляют проявления смысловой регуляции или дизрегуляции автобиографического познания и реальной жизнедеятельности личности, которые спровоцированы выпадением или снижением регулирующих функций смысла жизни. Результаты проведенного эмпирического исследования подтвердили гипотезу о том, что содержание и латентная структура кризисной феноменологии обусловлены функциональным дефицитом (отсутствием) или дисфункцией (расстройством) смысложизненной регуляции. Феноменология смысложизненного кризиса образована сфокусированными на индивидуальной жизни как целостности субъективными переживаниями: а) тоски, скуки, уныния, отчаяния, разочарования в жизни; б) непродуктивности жизни, неудовлетворенности ею и несчастья; в) замедления и остановки времени жизни; г) субъективной трудности, проблемности жизни; д) бессмысленности, бесцельности и бесполезности жизни в сочетании с генерализованным безразличием к ней; е) монотонности, однообразия жизни; ж) несвободы, скованности и порабощенности наличными обстоятельствами жизни; з) одиночества и оторванности жизни от существования других людей; и) бесконтрольности, неуправляемости жизни в связке с ощущением ее бессвязности и непонятности; к) обиды на жизнь и недоверия ей.

3. При изучении смысложизненного кризиса актуализируется важная, но малоисследованная проблема *взаимодействия и взаимо-*

переходов различных психологических кризисов в развитии и функционировании личности. Существенной и уникальной психологической особенностью смысложизненного кризиса выступает метасистемность, в силу которой при определенных условиях он присоединяется в качестве вторичного осложнения (особого психологического измерения) к переживанию других кризисов в развитии личности. В соотношении с метасистемным смысложизненным кризисом эти кризисы характеризуются как «*системные*», поскольку они назревают и развертываются в системе однородных жизненных отношений, которые составляют локальную сферу жизни и реализуются личностью посредством конкретного вида (видов) деятельности (к примеру, кризисы развития личности в системе учебных, профессиональных, семейных и других отношений). Некоторые системные кризисы, изначально не являясь смысложизненными, в ходе своего течения способны приобретать выраженный смысложизненный характер. Начавшись с непреодолимых затруднений в профессиональной, семейной и других частных сферах жизни, эти кризисы актуализируют и обостряют смысложизненные противоречия, связанные с поиском, сохранением и практической реализацией смысла целой жизни. В результате формируется *сложный «сплав» смысложизненного кризиса со специфическим нормативным или ненормативным кризисом личностного развития*, который определяется как феномен двойного кризиса в развитии личности.

4. Общая метасистемная закономерность смысложизненного кризиса заключается в том, что он *констеллирует с кризисом развития личности в определенной сфере жизненных отношений и реализующей их частной деятельности при условии, что содержание индивидуального смысла жизни локализуется в этой сфере жизненных отношений и/или реализуется посредством этой деятельности*. Данная закономерность эмпирически доказана на материале взаимосвязи смысложизненного кризиса с кризисом развития личности в профессиональной сфере. Установлено, что при условии выполнения профессиональной деятельностью функций смыслообразования и смыслореализации, профессиональный кризис, вызванный непродуктивностью карьеры и профессионализации личности, с высокой вероятностью провоцирует смысложизненный кризис. Это проявляется в том, что субъективная неудовлетворенность карьерой и негативное профессиональное самоотношение (как психологические индикаторы кризиса профессионального развития) выступают значимыми предикторами смысложизненного кризиса в случае, когда личность находит и/или реализует смысл своей жизни в профессиональной деятельности. Выявленная метасистемная закономерность может быть экстраполирована на соотношение смысложизненного кризиса с кризисами развития личности не только в профессии и карьере, но и во всех остальных сферах ее жизненных отношений.

5. В целях верификации представлений о функциональной оптимальности-неоптимальности отдельных свойств и вариантов смысла жизни в детерминации личностного развития разработана

специальная технология эмпирического исследования – *микроаналитическая стратегия*, которая предписывает особую логику формулировки эмпирических гипотез, дизайн исследования и алгоритм статистической обработки данных. В рамках данной технологии в качестве *признаков оптимума* полагаются психологические свойства смысла жизни, которые назначаются *независимыми переменными*. В качестве *критериев оптимума* выступают *осмысленность жизни, удовлетворенность жизнью и смысложизненный кризис*, принимаемые в качестве *зависимых переменных*. При этом осмысленность и удовлетворенность жизнью фигурируют как *позитивные критерии*, по которым можно идентифицировать функциональную оптимальность смысла жизни, в то время как переживание смысложизненного кризиса играет роль *негативного критерия*, по которому можно удостовериться функциональную неоптимальность и даже пессимальность принятого и реализуемого испытываемым смысла жизни. Путем эмпирического сопоставления признаков с критериями оптимума устанавливаются *параметры оптимума*, т. е. диапазоны количественной выраженности психологических свойств смысла жизни, в которых он наилучшим либо наихудшим образом справляется со своими регулируемыми функциями. В зависимости от конкретных дисфункциональных свойств различаются *психологические виды неоптимального смысла жизни*, обнаруживающие высокую кризисогенность в развитии личности.

Исследование в русле микроаналитической стратегии предполагает проверку трех типов эмпирических гипотез: а) *корреляторных гипотез* о функциональной (регуляторной) значимости тех или иных психологических свойств смысла жизни, что оценивается по факту наличия-отсутствия, тесноты и достоверности их корреляции с показателями осмысленности жизни, удовлетворенности жизнью и смысложизненного кризиса; б) *детерминационных гипотез* о влиянии психологических свойств смысла жизни на вероятность возникновения и интенсивность переживания смысложизненного кризиса, что оценивается с помощью иерархического регрессионного анализа; в) *медиаторных гипотез* об опосредующей роли непродуктивной жизнедеятельности в механизме возникновения кризиса неоптимального смысла жизни, что оценивается с помощью медиаторного анализа.

В рамках микроаналитической стратегии помимо изучения изолированных свойств смысла жизни и их функциональной значимости, исследованию подлежат регуляторные эффекты, возникающие в результате взаимодействия разных психологических свойств смысла жизни. В этом случае одно из свойств выступает *условием оптимума* для других свойств смысла жизни и занимает место *переменной-модератора*. В исследованиях подобного рода дополнительно проверяются *модераторные гипотезы* о зависимости влияния определенного свойства смысла жизни на риск наступления и тяжесть протекания смысложизненного кризиса от уровня выраженности другого свойства смысла жизни (с помощью модераторного анализа).

Принципиальным требованием к методическому аппарату микроаналитического исследования является измерение (диагностика) уровня общей осмысленности жизни и смысложизненного кризиса как двух относительно самостоятельных униполярных переменных, а не противоположных полюсов одной биполярной переменной, что подразумевает применение строго специализированных методик или отдельных субшкал одной методики.

6. Цикл эмпирических исследований, реализованных на основе микроаналитической стратегии, позволил выявить психологические признаки, параметры и условия функциональной оптимальности-неоптимальности смысла жизни как регулятора индивидуальной жизнедеятельности и детерминанты развития личности. Значимые функциональные связи с психологическими критериями развития и функционирования личности как субъекта жизни – переживаниями осмысленности жизни, удовлетворенности жизнью и смысложизненного кризиса – обнаруживают такие психологические свойства индивидуального смысла жизни как духовность (глубина), широта, иерархизация, внутренняя согласованность, реалистичность, интегрированность, докус причинности, опосредованность, временная локализация и конгруэнтность. В силу функциональной значимости перечисленные свойства могут рассматриваться в качестве *признаков оптимальности смысложизненной регуляции*. Это значит, что развитие и функционирование личности в качестве субъекта жизни существенно зависит от индивидуальных различий в этих регуляторно важных свойствах.

7. Эмпирически определены параметры функциональной оптимальности-неоптимальности смысложизненной регуляции – диапазоны количественной выраженности и качественной определенности психологических свойств индивидуального смысла жизни, в которых он способствует либо препятствует продуктивной жизнедеятельности и прогрессивному развитию личности как субъекта жизни. Значимыми предикторами смысложизненного кризиса в развитии личности выступают такие индивидуально-психологические особенности смысла жизни как узость, жесткая иерархизация, бездуховность, внутренняя конфликтность, нереалистичность, дезинтеграция, экстринсивность, неопосредованность, регрессионная временная локализация и неконгруэнтность. Принятие, сохранение и попытка реализации смысла жизни, обремененного указанными особенностями, негативно сказывается на развитии личности и детерминирует возникновение особой разновидности смысложизненного кризиса – *кризиса неоптимального смысла жизни*. Инвариантный механизм кризисогенеза для большинства вариантов неоптимального смысла жизни (нереалистического, конфликтного, дезинтегрированного, экстринсивного, неопосредованного, неконгруэнтного) заключается в том, что такой смысл служит фактором дисрегуляции и дезорганизации повседневной жизнедеятельности, вследствие чего личность сталкивается с невозможностью его осуществить с надлежащей продуктивностью. Опосредующим звеном в механизме

возникновения и эскалации кризисов неоптимального смысла жизни является критически низкая продуктивность (непродуктивность) индивидуальной жизнедеятельности и сопутствующая этому острая неудовлетворенность личности собственной жизнью. С этой точки зрения кризис неоптимального смысла жизни квалифицирован как кризис самореализационного типа, т. е. как психологическая разновидность кризиса нереализованности смысла жизни. Помимо общего инвариантного механизма каждый вариант неоптимального смысла жизни запускает специальные механизмы и активирует особые факторы кризисогенеза в развитии личности.

8. Эмпирически выявлен ряд условий оптимальности смысло-жизненной регуляции жизнедеятельности и детерминации развития личности как субъекта жизни. В качестве условия, определяющего функциональную реализацию одних – оптимально выраженных – свойств смысла жизни, рассматривалась выраженность других его психологических свойств. Показано, что в контексте регуляции жизнедеятельности широта смысла жизни значимо взаимодействует с такими свойствами, как иерархизация и внутренняя согласованность. В силу данного взаимодействия широкий смысл жизни проявляет свою функциональную оптимальность при условии высокой содержательной согласованности и достаточно жесткой соподчиненности смыслообразующих ценностей личности; деиерархизация и внутренняя конфликтность смысла жизни, наоборот, нейтрализуют оптимизирующий регуляторный эффект широкого смысла жизни. Полученные данные в целом свидетельствуют о том, что психологические свойства смысла жизни не только по отдельности, но и во взаимодействии друг с другом влияют на переживание смысло-жизненного кризиса. Их взаимодействие подчиняется закономерности, в соответствии с которой свойства, имеющие неоптимальную степень выраженности, ограничивают функциональный потенциал оптимально выраженных свойств индивидуального смысла жизни.

9. Результаты всего цикла микроаналитических исследований позволяют сделать общий вывод о том, что смысл жизни играет двойственную, амбивалентную роль в существовании и развитии личности. При условии реализованности либо потенциальной реализуемости, он выступает предпосылкой прогрессивного развития, субъективного благополучия и психологического здоровья личности. В условиях нереализованности или принципиальной нереализуемости смысл жизни оборачивается в источник кризисов, неблагополучия, деформаций и аномалий. Практическая реализация смысла может быть осложнена и блокирована как *внешними барьерами*, к которым относятся разнообразные предметные и социальные условия жизни, так и *внутренними преградами*, которые могут быть представлены широким кругом психологических свойств личности и отдельных личностных структур. В ряде случаев смысло-жизненный кризис с точки зрения детерминации может быть охарактеризован как *кризис неоптимального смысла жизни*, поскольку его ведущие причины коренятся в функционально неоптимальных или дисфунк-

циональных свойствах самого смысла. Неоптимальным является смысл жизни, который в силу присущих ему психологических особенностей дизрегулирует индивидуальную жизнедеятельность, сужает возможности самореализации личности и придает ее развитию кризисный характер. Приверженность неоптимальному смыслу и стремление его реализовать, становится самопоражающим фактором в развитии личности. В совокупности полученные данные делают возможным опровержение и корректировку «постулата оптимальности смысла жизни», предполагающего абсолютность и безусловность позитивного влияния смысла жизни на существование, развитие и функционирование личности. В противовес данному постулату результаты исследования показывают относительность позитивных функций смысла жизни и их обусловленность его индивидуально-психологическими особенностями.

10. Смысложизненные кризисы самореализационного типа детерминируются не только дисфункциональным смыслом, но и неоптимальной стратегией его практической реализации. Жизненная стратегия представляет собой выработанный личностью способ структурной организации индивидуальной жизнедеятельности, определяющий порядок включения различных видов деятельности в процесс осуществления смысла жизни. Поскольку жизненная стратегия призвана решать задачу практической реализации смысла жизни, постольку мера ее оптимальности определяется уровнем продуктивности индивидуальной жизнедеятельности. Оптимальность в данном случае измеряется тем, насколько принятая личностью жизненная стратегия способствует поддержанию высокого уровня осмысленности и удовлетворенности жизнью, а также помогает избегать смысложизненных кризисов. Регуляторно значимыми признаками жизненной стратегии являются: широта-узость, иерархичность-гетерархичность, осознанность-неосознанность инструментального значения, общая структурированность деятельностей, включенных в состав жизнедеятельности и обеспечивающих реализацию смысла жизни в качестве операциональных средств. Смысложизненный кризис в развитии личности детерминируется неоптимальной жизненной стратегией, которая отличается узким репертуаром, ригидным соподчинением, низкой рациональностью использования и слабой структурированностью деятельностей, обеспечивающих реализацию смысла в жизни.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Основным итогом проведенной работы является теоретически обоснованная, методически операционализированная и эмпирически верифицированная общепсихологическая концепция, которая целостно объясняет феноменологию, механизмы и закономерности смысложизненного кризиса в развитии личности. Данная концепция способствует конструктивному преодолению целого ряда противоречий, намеченных на этапе постановки проблемы настоящего исследования. В процессе ее построения был решен ряд важных научных задач и получены следующие *результаты*:

1. На основе анализа и обобщения научных представлений о причинах, проявлениях и последствиях затруднений личности, связанных с поиском, сохранением и реализацией индивидуального смысла жизни, определены исторические предпосылки, актуальное состояние и перспективы развития психологии смысложизненного кризиса как относительно самостоятельного направления исследований в современной психологии личности. Применительно к предмету данного научного направления раскрыто основополагающее значение онтологии жизненного мира (в функции общенаучной методологии), культурно-исторического, смыслового, субъектного, деятельностного и метасистемного подходов (в функции конкретнонаучной методологии), а также категориальный статус понятий «смысл жизни», «субъект жизни» и «жизнедеятельность». В соответствии с этим смысложизненный кризис может рассматриваться как кризис смыслогенеза, субъектогенеза и индивидуальной жизнедеятельности, а конкретнее – как психологический кризис развития личности, возникающий на основе непреодолимых или непреодоленных противоречий в поиске, сохранении, практической реализации индивидуального смысла жизни и проявляющийся в состоянии дефицита (дисфункции) смысложизненной регуляции, дезинтеграции (распада) индивидуальной жизнедеятельности и бессубъектности (десубъектизации) личности в отношении собственной жизни.

2. Эксплицированы локально-отраслевые онтологии, составляющие аксиоматику различных психологических концепций и определений смысложизненного кризиса: «онтология заданного смысла», «онтология созданного смысла» и «онтология жизненного мира». С позиций онтологии жизненного мира разработано понятие о смысложизненных отношениях как особом модусе жизненных (субъект-объектных) отношений личности и бытийной основе ее развития как субъекта жизни. В качестве бытийных источников (детерминант) смысложизненного кризиса выделены и описаны основные типы противоречий смысложизненных отношений личности.

3. Показано, что смысложизненный кризис является конкретно-историческим и культурно-специфическим явлением личностного развития. Раскрыты общие закономерности его историогенеза и социокультурной детерминации, включенные в контекст историко-эволюционного становления личности как механизма саморегуляции

в человеческой психике и обусловленные процессом исторического возвышения личной жизни. Установлено, что главной предпосылкой исторического происхождения смысложизненного кризиса выступает обособление личной жизни и возникновение нового модуля субъект-объектных отношений (смысложизненных отношений), в которых она фигурирует в качестве объекта познания и практического преобразования со стороны индивида. Обосновано положение о том, что в историческом и онтогенетическом масштабе развития личности смысложизненный кризис выступает как состояние перехода от гетерономной регуляции к автономной саморегуляции индивидуальной жизни, основанной на ее личностном смысле. В русле культурно-исторического подхода смысложизненный кризис концептуализирован как процесс субъективации (овладения и присвоения) развивающейся личностью идеальной формы субъекта жизни. Определено историческое значение смысложизненного кризиса как фактора индивидуального житнетворчества и социогенетической изменчивости.

4. Сформулирована психологическая концепция смысла жизни как сложносоставной, разномодальной, многоуровневой, полифункциональной психической системы. В рамках данной концепции раскрыты основные формы представленности смысла жизни в плоскости смысловой сферы (базовая ценность жизни, конкретные смысложизненные ценности, производные смысловые структуры), индивидуального сознания (смысложизненные ориентации, переживания, побуждения) и реальной жизнедеятельности (общая интенциональная направленность, жизненные достижения) личности. Систематизированы психологические функции смысла жизни и раскрыты принципы их иерархически-уровневой организации, в которой различается ведущая функция (субъектообразующая), базовые функции (отражательная и регулирующая) и частные функции (побуждающая, направляющая, смыслообразующая, интегрирующая, защитная, эмансипирующая, коммуникативная, идентификационная). Выделены и описаны психологические свойства смысла жизни, выступающие основаниями индивидуальных различий: содержательные (глубина, или духовность) и формальные (широта, иерархичность, внутренняя согласованность, реалистичность, интегрированность, опосредованность, локус причинности, временная локализация, конгруэнтность). В рамках предложенной концепции смысложизненный кризис определен как кризис смыслогенеза: переходный этап в формировании индивидуального смысла жизни, который связан с его первичным становлением (обретением) или последующей содержательной переоценкой и структурно-функциональной перестройкой и проявляется в состоянии дефицита или дисфункции смысложизненной регуляции поведения и деятельности личности.

5. Разработана психологическая концепция субъекта жизни как личности, развивающейся и функционирующей в процессе порождения и преодоления особого типа противоречий (смысложизненных

противоречий), решения особого класса генетических задач (смысложизненных задач), в единстве противоположных динамических тенденций (смыслосообразности и смыслонесообразности). Обоснована систематика смысложизненных задач, внутри которой дифференцируются первичные и вторичные, глобальные и ситуативные задачи, а также субъективные критерии успешности их решения (переживания осмысленности жизни, удовлетворенности жизнью, смысложизненного кризиса). В контексте разработанной концепции смысложизненный кризис конкретизирован как кризис субъектогенеза: переходный этап в развитии субъекта жизни, который обусловлен нерешенностью или нерешаемостью смысложизненных задач и выражается в состоянии бессубъектности или десубъективизации личности в отношении собственной жизни.

6. Предложена психологическая концепция индивидуальной жизнедеятельности, в которой она раскрыта соотносительно с личностью как субъектом жизни в трех взаимосвязанных аспектах: а) в качестве субъектного способа осуществления жизни (жизнедеятельность) в противоположность бессубъектному способу (жизни-процессу); б) в качестве полидеятельностного образования, интегрирующего доступные для личности виды деятельности под задачу практической реализации смысла жизни (полидеятельность); в) в качестве метасистемного уровня организации индивидуальной деятельности, релевантного смыслу жизни и надстраивающегося над уровнями отдельной деятельности, действия и операции (метадеятельность). В соответствии с данной концепцией смысложизненный кризис определен как кризис индивидуальной жизнедеятельности, проявляющийся ее несформированностью, деформацией или распадом.

7. Установлено, что смысложизненный кризис характеризуется многофакторной детерминацией и широким полиморфизмом. Обоснована психологическая классификация видов смысложизненного кризиса, в которой по критерию порождающего (кризисогенного) противоречия выделены кризис бессмысленности (кризис самоопределения личности как субъекта жизни), кризис смыслоутраты (кризис самосохранения личности как субъекта жизни) и кризис нереализованности смысла жизни (кризис самореализации личности как субъекта жизни). Особым подвидом последнего является кризис неоптимального смысла жизни, при котором ведущим фактором непродуктивной реализации смысла выступают его собственные дисфункциональные (дизрегуляторные) особенности.

8. На основе анализа классических и современных исследований эксплицирован «постулат оптимальности смысла жизни» (аксиоматическое представление об абсолютной необходимости и безусловной полезности данного психического феномена для развития и функционирования личности) и раскрыта его негативная познавательная функция, ограничивающая понимание детерминации смысложизненного кризиса. Проведена конструктивная критика «постулата оптимальности смысла жизни», в противовес которому обоснованы признаки, критерии, параметры и условия функцио-

нальной оптимальности смысложизненной регуляции, а также описана особая разновидность смысложизненного кризиса, обусловленная функционально неоптимальным смыслом жизни.

9. Дифференцированы основные методические подходы к эмпирическому изучению смысла жизни и смысложизненного кризиса, практикуемые в психологической науке (экспериментальный, феноменологический, нарративный, биографический, проективный, психосемантический, психометрический). Определены предмет, задачи, «мишени», основания классификации методик смысложизненной психодиагностики и обоснована необходимость ее выделения в качестве раздела психодиагностики личности. Введено понятие смысложизненных различий, описаны их виды, классы и уровни. Произведена систематизация существующих методик диагностики смысложизненных различий в современной психологии. Раскрыты типичные методические ошибки психодиагностики смысложизненного кризиса. Аргументировано, что корректный подход к психодиагностике смысложизненного кризиса предполагает его методическую операционализацию и эмпирическое измерение в качестве униполярной переменной, а не как одного из полюсов дихотомической переменной «осмысленность жизни – смысложизненный кризис».

10. Выделены недостатки и ограничения традиционной макроаналитической стратегии эмпирических исследований смысла жизни и смысложизненного кризиса, в рамках которой единственной измеряемой переменной, репрезентирующей смысложизненную реальность, служит уровень общей осмысленности жизни. Раскрыта решающая роль данной стратегии в формировании и упрочении «постулата оптимальности смысла жизни», а также в элиминации ряда существенных механизмов, закономерностей и разновидностей смысложизненного кризиса. В качестве конструктивной альтернативы макроаналитической стратегии в монографии сформулированы принципы построения и алгоритм реализации микроаналитической стратегии – специальной технологии эмпирической верификации представлений о признаках, параметрах, критериях и условиях функциональной оптимальности смысла жизни, а также о механизмах и закономерностях кризиса неоптимального смысла жизни. Основное преимущество микроаналитической стратегии связано с возможностью опровержения и корректировки на ее основе «постулата оптимальности смысла жизни».

11. Сконструированы и валидизированы новые методики общей и дифференциальной диагностики смысложизненного кризиса и смысла жизни, не имеющие полных аналогов в отечественной и зарубежной психологии: «Опросник смысложизненного кризиса» (ОСЖК), «Краткий опросник смысложизненного кризиса» (ОСЖК-К), «Дифференциальный опросник смысложизненного кризиса» (ОСЖК-Д), «Источники смысла жизни» (ИСЖ). Созданные методики удовлетворяют психометрическим нормативам надежности и валидности и могут использоваться для решения исследовательских и практических задач.

12. Теоретически аргументировано и эмпирически доказано, что феноменология смысложизненного кризиса представляет сложный гетерогенный комплекс субъективных переживаний личности по поводу собственной жизни, специфическое содержание и латентная структура которых обусловлены выпадением или снижением основных регулирующих функций смысла жизни (побуждающей, направляющей, смыслообразующей, оценочной, защитной, эмансипирующей, коммуникативной, идентифицирующей, интегрирующей).

13. Смысложизненный кризис относится к развитию метасистемных образований человеческой психики и деятельности (смысла жизни, субъекта жизни, жизнедеятельности), и в этой связи сам приобретает метасистемный характер. Теоретически обоснован и эмпирически подтвержден метасистемный характер смысложизненного кризиса по отношению к другим нормативным и ненормативным кризисам в развитии личности. Это проявляется в возможности его избирательного присоединения к переживанию названных кризисов и возникновении феномена «двойного кризиса». Эмпирически установлена общая метасистемная закономерность, согласно которой кризис развития личности в определенной сфере жизненных отношений и реализующей их частной деятельности отягощается смысложизненным кризисом при условии, что содержание индивидуального смысла жизни локализуется в этой сфере жизненных отношений и (или) реализуется посредством этой частной деятельности.

14. Развитие и функционирование личности в качестве субъекта жизни существенно зависит от психологических свойств принятого и реализуемого ею смысла жизни. Эмпирически доказана регуляторная значимость ряда психологических свойств смысла жизни, определены параметры их функциональной оптимальности, выделены основные виды неоптимального смысла жизни, а также подтвержден их вклад в детерминацию смысложизненного кризиса. Функционально важными и индивидуально вариативными свойствами смысла жизни выступают широта, иерархизация, глубина, внутренняя согласованность, реалистичность, интегрированность, локус причинности, опосредованность, временная локализация и конгруэнтность. Индивидуальные различия в этих свойствах обуславливают общий уровень осмысленности жизни, удовлетворенности жизнью и смысложизненного кризиса. По отдельности и во взаимодействии друг с другом эти свойства влияют на переживание смысложизненного кризиса независимо от общего уровня осмысленности жизни. Взаимодействие психологических свойств смысла жизни подчиняется закономерности, в соответствии с которой свойства, имеющие неоптимальную степень выраженности, ограничивают функциональный потенциал оптимально выраженных свойств.

15. Определяющими признаками функционально неоптимального смысла жизни являются узость, жесткая иерархизация, бездуховность, внутренняя конфликтность, нереалистичность, дезинтеграция, экстринсивность, неопосредованность, регрессионная временная локализация и неконгруэнтность. Обременение индивидуально

го смысла жизни этими признаками выступает кризисогенным фактором (увеличивает вероятность наступления и интенсивность протекания смысложизненного кризиса) в развитии и функционировании личности. В механизме возникновения и эскалации кризиса неоптимального смысла роль опосредующего звена выполняет критически низкая продуктивность (непродуктивность) индивидуальной жизнедеятельности и сопутствующее переживание неудовлетворенности жизнью. На основе теоретических аргументов и эмпирических фактов установлена общность психологического механизма кризисогенеза для разных видов неоптимального смысла жизни, в котором пусковым (триггерным) фактором выступает критически низкая продуктивность реализации смысла в жизнедеятельности личности.

16. Предложено теоретическое понятие стратегии жизни как системной смысловой организации индивидуальной жизнедеятельности, программирующей пространственно-временной порядок осуществления личностью различных видов деятельности в интересах продуктивной реализации смысла жизни. Построенная и осуществляемая личностью стратегия жизни выступает фактором переживания осмысленности жизни, удовлетворенности жизнью и смысложизненного кризиса. Выделены и описаны функционально значимые параметры жизненной стратегии, влияющие на продуктивность реализации смысла жизни. Эмпирически доказана роль неоптимальной стратегии жизни в детерминации смысложизненного кризиса. Такая жизненная стратегия отличается узким репертуаром, ригидным соподчинением, низкой рациональностью использования и слабой структурированностью деятельностей, обеспечивающих реализацию смысла в жизни.

Исходя из полученных новых результатов, могут быть очерчены *перспективы дальнейшей разработки* проблемы смысложизненного кризиса в психологической науке.

В первую очередь, необходимо учитывать, что описанные в монографии механизмы и закономерности кризиса являются общепсихологическими, что подразумевает их относительную общность и неизменность для большинства людей в широком диапазоне жизненных обстоятельств. Зона ближайшего развития связана не только с дальнейшей генерализацией, но и с контекстуализацией данных механизмов и закономерностей применительно к: 1) условиям разнотипных критических ситуаций, в которых личность сталкивается с трудностями поиска, сохранения и реализации индивидуального смысла жизни (например, ситуация потери работы и дядящейся безработицы [200; 205; 208]); 6) разным макросредам (обществам и культурам) и микросредам (социальным группам и субкультурам), которые способны значительно модулировать смысложизненную активность личности, прежде всего, за счет поддержки или подавления ее автономии и свободы личной жизни [164; 206]; в) развитию личности на разных этапах онтогенеза (юность, зрелость, старость), которые наполняют вариативным возрастным содержанием инва-

риантные типы смысложизненных противоречий и задач [167; 196; 197; 198; 199]. При реализации данной линии исследований в дополнение к предложенным в монографии общим методам кризисной психодиагностики может потребоваться разработка контекстуальных методов, которые отражают специфику смысложизненного кризиса в меняющихся условиях макросоциальной, микросоциальной, возрастной и текущей ситуации развития личности.

Настоящее исследование сосредоточено преимущественно на феноменологии и детерминации кризиса и, соответственно, освещает механизмы и закономерности его возникновения и проявления в переживаниях и поведении личности. В то же время несомненный интерес представляют и другие немаловажные аспекты данного феномена – динамика кризиса, совладание с кризисом и изменения личности в кризисе, что предполагает смещение фокуса на механизмы и закономерности его протекания, разрешения и патогенетического воздействия. Начало этой линии уже положено некоторыми исследованиями автора, в которых на теоретическом и эмпирическом материале рассматриваются деформация самоотношения [153], искажение временной перспективы, психологического времени и возраста [172; 204], нарушение психосоматического здоровья [191], дезорганизация совладающего поведения личности [203] и т. д. в кризисный период.

Помимо традиционно изучаемого негативного (дезадаптирующего, деформирующего, патогенного) влияния, будущими исследованиями должны быть охвачены позитивные (адаптогенные, реформативные, саногенные) последствия смысложизненного кризиса, и раскрыта сложная диалектика его деструктивных и конструктивных эффектов в развитии личности. Первые шаги в данном направлении уже сделаны при изучении кризисов неоптимального смысла жизни, в которых обнаруживается, с одной стороны, вредоносность некоторых видов смысла жизни, а с другой стороны, благотворность некоторых видов смысложизненного кризиса. Собственные исследования автора показывают, что такие кризисы активируют психические и поведенческие процессы, обеспечивающие трансформацию – содержательную переоценку и структурно-функциональную перестройку – некогда принятого личностью, но не оправдавшего себя смысла жизни [171]. С этих позиций кризис открывается как процесс освобождения личности от неоптимального и движения к оптимальному смыслу в своей жизни, а акцент исследований переносится на механизмы и закономерности самодетерминации в кризисе, связанные с личностным переживанием, рефлексией, выбором и поступком.

В настоящей работе смысложизненный кризис был охарактеризован как субъективное переживание, отражающее текущее состояние и динамику реальных отношений между человеком и его индивидуальной жизнью как единым целым. Интенсивность, глубина и стойкость данного переживания зависят от продуктивности разрешения человеком смысложизненных противоречий и задач, связан

ных с поиском, сохранением и практическим осуществлением личного смысла жизни. С учетом множественности смысложизненных противоречий и задач и пластичной динамики взаимодействия человека с собственной жизнью переживание смысложизненного кризиса, как правило, флуктуирует и переплетается с другими переживаниями, присущими человеку как субъекту жизни, в первую очередь, с ощущением осмысленности жизни и чувством общей удовлетворенности-неудовлетворенности ею. Поэтому в каждый момент времени человек испытывает целый комплекс субъективных переживаний, интегрально отражающих состояние его субъект-объектных отношений в смысложизненном модусе, т. е. сигнализирующих об успехе-неуспехе преодоления смысложизненных противоречий и решения смысложизненных задач. При условии непреодоленности противоречий и нерешенности задач смысложизненный кризис может доминировать и персистировать в этом сложном «сплаве» переживаний, но при этом он практически никогда не бывает единственным, непрерывным и тотально господствующим переживанием человека по поводу собственной жизни. Результаты проведенного исследования подталкивают к введению в научный оборот нового понятия «смысложизненное состояние», которым бы определялась интегральная, синтетическая, комплексная форма «самочувствия» личности в качестве субъекта жизни, вбирающая в себя более частные формы смысложизненного опыта, в том числе и переживание смысложизненного кризиса. Переход от изучения «элементарных» смысложизненных переживаний – осмысленности жизни и смысложизненного кризиса – к анализу целостных смысложизненных состояний личности составляет зону ближайшего развития идей, изложенных в данной монографии. Смысложизненное состояние – это, по сути, новая укрупненная «единица» психологического исследования смысложизненной сферы личности, а также механизмов и закономерностей ее развития и функционирования как субъекта собственной жизни. И первые результаты, полученные автором, свидетельствуют о высоком объяснительном и прогностическом потенциале понятия «смысложизненное состояние» [188; 196–199; 217].

В завершение следует подчеркнуть, что основная перспектива исследования обусловлена выходом его результатов в практику оказания антикризисной помощи населению. В качестве практических приложений автором разработаны надежные методы психодиагностики смысложизненного кризиса, а задачей будущих исследований является создание эффективных технологий консультативной, коррекционной, реабилитационной и терапевтической работы с кризисной личностью, опирающихся на результаты данного научного труда.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Абишев, К. Человек. Индивид. Личность / К. Абишев. – Алма-Ата : Казахстан, 1978. – 168 с.
2. Абульханова, К. А. Время личности и время жизни / К. А. Абульханова, Т. Н. Березина. – СПб. : Алетейя, 2001. – 304 с.
3. Абульханова, К. А. Идеальность и реальность субъекта / К. А. Абульханова // Субъект и личность в психологии саморегуляции / под ред. В. И. Моросановой. – М. : Изд-во «Психол. ин-т РАО», 2007. – С. 31–45.
4. Абульханова, К. А. Личность как субъект жизненного пути / К. А. Абульханова // Время как фактор изменений личности / под ред. А. В. Брушлинского, В. А. Поликарпова. – Минск : ЕГУ, 2003. – С. 24–65.
5. Абульханова, К. А. Методологический принцип субъекта: исследование жизненного пути личности / К. А. Абульханова // Психол. журн. – 2014. – Т. 35, № 2. – С. 5–18.
6. Абульханова, К. А. Мироззренческий смысл и научное значение категории субъекта / К. А. Абульханова // Российский менталитет: вопросы психологической теории и практики. – М. : Изд-во «Ин-т психол. РАН», 1997. – С. 56–75.
7. Абульханова, К. А. Принцип субъекта в отечественной психологии / К. А. Абульханова // Психология. Журн. Высш. шк. экономики. – 2005. – Т. 2, № 4. – С. 3–21.
8. Абульханова, К. А. Психология и сознание личности (Проблемы методологии, теории и исследования реальной личности): Избранные психологические труды / К. А. Абульханова. – М. : Моск. психол.-соц. ин-т ; Воронеж : Изд-во НПО «МОДЭК», 1999. – 224 с.
9. Абульханова, К. А. Стратегия жизни / К. А. Абульханова // Акмеологический словарь / под общ. ред. А. А. Деркача. – М. : Изд-во РАГС, 2004. – 161 с.
10. Абульханова, К. А. Субъектно-личностные проблемы психологии саморегуляции / К. А. Абульханова // Психология саморегуляции в XXI веке / отв. ред. В. И. Моросанова. – СПб. : Нестор-История, 2011. – С. 56–73.
11. Абульханова-Славская, К. А. Развитие личности в процессе жизнедеятельности // Психология формирования и развития личности / под ред. Л. И. Анцыферовой. – М. : Наука, 1981. – С. 19–44.
12. Абульханова-Славская, К. А. Стратегия жизни / К. А. Абульханова-Славская. – М. : Мысль, 1991. – 299 с.
13. Аверинцев, С. С. Плутарх и античная биография / С. С. Аверинцев. – М. : Наука, 1973. – 279 с.
14. Адлер, А. Смысл жизни / А. Адлер // Философ. науки. – 1998. – № 1. – С. 15–26.
15. Аксенова, Е. П. Имплицитный подход к оценке личности: возможности и ограничения [Электронный ресурс] / Е. П. Аксенова // Психологические исследования. – 2012. – Т. 5, № 24. – С. 10. – Режим доступа: <http://psystudy.ru>. – Дата доступа: 23.08.2015.
16. Александрова, Н. Л. Имплитные теории личности: представления подростков о взрослости / Н. Л. Александрова, В. В. Федорова // Современная личность: психологические исследования / отв. ред. М. И. Воловикова, Н. Е. Харламенкова. – М. : Изд-во «Ин-т психол. РАН», 2012. – С. 161–180.
17. Александрова, Ю. В. Нравственное переживание как путь преодоления «фаскола» смысла жизни / Ю. В. Александрова // Психолого-педагогические и философские проблемы смысла жизни / под ред. В. Э. Чудовского. – М. : Изд-во «Психол. ин-т РАО», 1997. – С. 140–145.
18. Амбрумова, А. Г. Анализ состояний психологического кризиса и их динамика / А. Г. Амбрумова // Психол. журн. – 1985. – Т. 6, № 6. – С. 107–115.

19. Амбрумова, А. Г. Социально-психологическая дезадаптация личности и профилактика суицида / А. Г. Амбрумова, В. А. Тихоненко, Л. Л. Бергельсон // Вопросы психологии. – 1981. – № 4. – С. 91–102.
20. Ананьев, Б. Г. Человек как предмет познания / Б. Г. Ананьев. – Л. : Изд-во ЛГУ, 1968. – 337 с.
21. Анохин, П. К. Избранные труды. Философские аспекты теории функциональной системы / П. К. Анохин. – М. : Наука, 1978. – 400 с.
22. Анцыферова, Л. И. К психологии личности как развивающейся системы / Л. И. Анцыферова // Психология формирования и развития личности / под ред. Л. И. Анцыферовой. – М. : Наука, 1981. – С. 3–19.
23. Анцыферова, Л. И. Развитие личности и проблемы геронтопсихологии / Л. И. Анцыферова. – М. : Изд-во «Ин-т психол. РАН», 2006. – 512 с.
24. Апокалипсис смысла. Сборник работ западных философов XX–XXI веков. – М. : Алгоритм, 2007. – 272 с.
25. Артемова, О. Ю. Личность и социальные нормы в раннепервобытной общине: По австралийским этнографическим данным / О. Ю. Артемова. – М. : Наука, 1987. – 197 с.
26. Асеев, В. Г. Личность и значимость побуждений / В. Г. Асеев. – М. : Изд-во «Ин-т психол. РАН», 1993. – 223 с.
27. Асмолов, А. Г. Культурно-историческая психология и конструирование миров / А. Г. Асмолов. – М. : Изд-во «Ин-т практ. психол.» ; Воронеж : НПО «МОДЭК», 1996. – 768 с.
28. Асмолов, А. Г. Личность как предмет психологического исследования / А. Г. Асмолов. – М. : Изд-во Моск. ун-та, 1984. – 104 с.
29. Асмолов, А. Г. Неодетальная парадигма в мышлении XXI века: деятельность как существование / А. Г. Асмолов // Психологическая теория деятельности: вчера, сегодня, завтра / под ред. А. А. Леонтьева. – М. : Смысл, 2006. – С. 75–79.
30. Асмолов, А. Г. О некоторых перспективах исследования смысловых образований личности / А. Г. Асмолов, Б. С. Братусь, Б. В. Зейгарник [и др.] // Вопросы психологии. – 1979. – № 4. – С. 35–45.
31. Асмолов, А. Г. От организма как целого к персонифицированному обществу: трансформация самоорганизации в социобиологии [Электронный ресурс] / А. Г. Асмолов, Е. Д. Шехтер, А. М. Черноризов // Психологические исследования. – 2016. – Т. 9, № 48. – С. 20. – Режим доступа: <http://psystudy.ru>. – Дата доступа: 09.06.2016.
32. Асмолов, А. Г. По ту сторону гомеостаза: историко-эволюционный подход к развитию сложных систем / А. Г. Асмолов, Е. Д. Шехтер, А. М. Черноризов // Вопросы психологии. – 2014. – № 4. – С. 3–15.
33. Асмолов, А. Г. Психология личности: культурно-историческое понимание развития человека / А. Г. Асмолов. – М. : Смысл, 2007. – 528 с.
34. Асмолов, А. Г. Что такое жизнь с точки зрения психологии: историко-эволюционный подход к психофизической проблеме / А. Г. Асмолов, Е. Д. Шехтер, А. М. Черноризов // Вопросы психологии. – 2016. – № 2. – С. 3–19.
35. Ассаджиоли, Р. Постигание Высшего Я и психологические расстройства / Р. Ассаджиоли // Психосинтез и другие интегративные техники психотерапии / под ред. А. А. Бадхена, В. Е. Кагана. – М. : Смысл, 1997. – С. 40–69.
36. Ассаджиоли, Р. Психосинтез: теория и практика / Р. Ассаджиоли. – М. : REFL-book, 1994. – 314 с.
37. Ахмеров, Р. А. Биографические кризисы личности : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01 / Р. А. Ахмеров ; Ин-т психол. РАН. – М., 1994. – 24 с.
38. Ахмеров, Р. А. Динамика продуктивности жизни в самосознании у больных алкоголизмом и наркоманией / Р. А. Ахмеров // Современные про-

блемы психологии и управления : сб. науч. ст. – Набережные Челны : Изд-во Ин-та управления, 2004. – С. 61–78.

39. Ахмеров, Р. А. Индивидуальность как субъект смысловтворчества / Р. А. Ахмеров // *Личность и бытие: субъектный подход* / под ред. З. И. Рябикиной, В. В. Знакова. – Краснодар : КубГУ, 2010. – С. 11–13.

40. Ахмеров, Р. А. Особенности субъективной картины жизненного пути человека в периоды подведения итогов разных этапов жизненного пути / Р. А. Ахмеров // *Психология зрелости и старения*. – 2015. – № 2. – С. 5–23.

41. Ахмеров, Р. А. Понятия счастья и смысла жизни в каузометрическом психобиографическом подходе / Р. А. Ахмеров // *Психологические проблемы смысла жизни и акме : материалы XX симпозиума* / под ред. Г. А. Вайзер, Н. В. Кисельниковой, Т. А. Поповой. – М. : Изд-во «Психол. ин-т РАО», 2015. – С. 26–37.

42. Ачинович, Т. И. Источники смысла жизни и переживание смысло-жизненного кризиса у верующих и неверующих / Т. И. Ачинович, Е. В. Буслева // *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. – С. 224–241.

43. Баканова, А. А. Отношение к жизни и смерти в критических жизненных ситуациях : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01 / А. А. Баканова. – СПб., 2000. – 195 л.

44. Барабанщиков, В. А. Прогресс в исследовании восприятия: теоретико-методологические предпосылки / В. А. Барабанщиков // *Прогресс психологии: критерии и признаки* / под ред. А. Л. Журавлева, Т. Д. Марцинковской, А. В. Юревича. – М. : Изд-во «Ин-т психол. РАН», 2009. – С. 286–318.

45. Басина, Е. З. Идентификация с другими как механизм формирования смысловой сферы личности : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01 / Е. З. Басина. – М. : МГУ, 1986. – 23 с.

46. Баткин, Л. М. Итальянское Возрождение в поисках индивидуальности / Л. М. Баткин. – М. : Наука, 1989. – 270 с.

47. Батурин, Н. А. Импативные личностные тесты вынужденного выбора: анализ зарубежного опыта / Н. А. Батурин, А. Е. Иванов // *Вестн. ЮУрГУ. Сер.: Психология*. – 2013. – Т. 6, № 3. – С. 17–25.

48. Бахтин, М. М. Вопросы литературы и эстетики / М. М. Бахтин. – М. : Худож. лит., 1975. – 504 с.

49. Бахтин, М. М. Эстетика словесного творчества / М. М. Бахтин. – М. : Искусство, 1979. – 423 с.

50. Бекешкина, И. Э. Смысл жизни и нравственная самореализация / И. Э. Бекешкина // *Жизненный путь личности: вопросы теории и методологии социально-психологического исследования* / под ред. Л. В. Сохань. – Киев : Наукова думка, 1987. – С. 133–147.

51. Белугина, М. А. Структура и динамика формирования жизненной стратегии в юношеском возрасте / М. А. Белугина // *Ярослав. пед. вестн.* – 2008. – Т. 2 (Психолого-педагогические науки), № 4 (57). – С. 109–111.

52. Боговявленская, Д. Б. Смысл жизни в контексте психологии творчества / Д. Б. Боговявленская // *Проблема смысла в науках о человеке (к 100-летию Виктора Франкла)* / под ред. Д. А. Леонтьева. – М. : Смысл, 2005. – С. 49–52.

53. Бодалев, А. А. О смысле жизни человека, его акме и их взаимосвязи / А. А. Бодалев // *Акмеология*. – 2004. – № 1. – С. 15–17.

54. Бодалев, А. А. Психология о личности / А. А. Бодалев. – М. : Изд-во Моск. ун-та, 1988. – 188 с.

55. Божович, Л. И. Проблемы формирования личности : избр. психол. тр. / Л. И. Божович. – М. : Изд-во «Ин-т практ. психол.» ; Воронеж : НПО «МОДЭК», 1995. – 352 с.

56. Божович, Л. И. Личность и ее формирование в детском возрасте / Л. И. Божович. – М. : Просвещение, 1968. – 464 с.

- 57.** Вожович, Л. И. Личность и ее формирование в детском возрасте / Л. И. Вожович. – СПб. : Питер, 2008. – 398 с.
- 58.** Вожович, Л. И. Проблемы формирования личности / Л. И. Вожович. – М. : Изд-во «Ин-т практ. психол.»; Воронеж : НПО «МОДЭК», 1997. – 352 с.
- 59.** Вожович, Л. И. Психологический анализ условий формирования и строения гармонической личности / Л. И. Вожович // Психология формирования и развития личности / под ред. Л. И. Анциферовой. – М. : Наука, 1981. – С. 257–284.
- 60.** Брантова, Ф. С. Представления о психологической зрелости в сознании людей разного возраста : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01 / Ф. С. Брантова. – М. : СГА, 2011. – 247 л.
- 61.** Братусь, В. С. Аномалии личности / В. С. Братусь. – М. : Мысль, 1988. – 304 с.
- 62.** Братусь, В. С. Смысловая вертикаль сознания личности / В. С. Братусь // Вопросы философии. – 1999. – № 11. – С. 81–89.
- 63.** Брушлинский, А. В. Психология субъекта / А. В. Брушлинский // Психол. журн. – 2003. – Т. 24, № 2. – С. 15–17.
- 64.** Брушлинский, А. В. Психология субъекта / А. В. Брушлинский. – СПб. : Алетейя, 2003. – 272 с.
- 65.** Бурлачук, Л. Ф. Психология жизненных ситуаций : учеб. пособие / Л. Ф. Бурлачук, Е. Ю. Коржова. – М. : Рос. пед. агентство, 1998. – 263 с.
- 66.** Бурмистрова-Савенкова, А. В. Понятие бытийного пространства личности и методика исследования индивидуальных предпочтений в регуляции его границ / А. В. Бурмистрова-Савенкова // Теоретическая и экспериментальная психология. – 2016. – Т. 9, № 1. – С. 6–18.
- 67.** Быстрицкий, Е. К. Феномен личности: мировоззрение, культура, бытие / Е. К. Быстрицкий. – Киев : Наукова думка, 1991. – 200 с.
- 68.** Вайзер, Г. А. О смысле жизни пожилого человека / Г. А. Вайзер, З. В. Гольшева // Психология зрелости и старения. – 2015. – № 2. – С. 44–65.
- 69.** Вайзер, Г. А. Смысл жизни и «двойной кризис» в жизни человека / Г. А. Вайзер // Психол. журн. – 1998. – Т. 19, № 5. – С. 3–14.
- 70.** Вайзер, Г. А. Смысл жизни и акме: 15 лет поиска / Г. А. Вайзер, В. Э. Чудновский. – М. ; Обнинск : ИГ-СОЦИН, 2010. – 72 с.
- 71.** Вайзер, Г. А. Смысл жизни и возраст / Г. А. Вайзер // Психолого-педагогические и философские аспекты проблемы смысла жизни / под ред. В. Э. Чудновского, А. А. Бодалева, Н. Л. Карповой. – М. : Изд-во «Психол. ин-т РАО», 1997. – С. 91–110.
- 72.** Варламова, Е. П. Психология творческой уникальности человека: рефлексивно-гуманистический подход / Е. П. Варламова, С. Ю. Степанов. – М. : Изд-во «Ин-т психол. РАН», 1998. – 195 с.
- 73.** Васильев, И. А. Роль интеллектуальных эмоций в регуляции мыслительной деятельности / И. А. Васильев // Психол. журн. – 1998. – Т. 19, № 4. – С. 49–60.
- 74.** Васильева, О. С. Изучение основных характеристик жизненной стратегии человека / О. С. Васильева, Е. А. Демченко // Вопросы психологии. – 2002. – № 4. – С. 74–85.
- 75.** Васильева, Ю. А. Особенности смысловой сферы личности при нарушении социальной регуляции поведения / Ю. А. Васильева // Психол. журн. – 1997. – Т. 18, № 2. – С. 58–78.
- 76.** Василюк, Ф. Е. Жизненный мир и кризис: типологический анализ критических ситуаций / Ф. Е. Василюк // Психол. журн. – 1995. – Т. 16, № 3. – С. 90–101.

- 77.** Василюк, Ф. Е. Понимающая психотерапия как психотехническая система : автореф. дис. ... д-ра психол. наук : 19.00.01 / Ф. Е. Василюк ; Моск. гос. психол.-пед. ун-т. – М., 2007. – 48 с.
- 78.** Василюк, Ф. Е. Психология переживания (анализ преодоления критических ситуаций) / Ф. Е. Василюк. – М. : Изд-во Моск. ун-та, 1984. – 200 с.
- 79.** Василюк, Ф. Е. Типология переживания различных критических ситуаций / Ф. Е. Василюк // Психол. журн. – 1995. – Т. 16, № 5. – С. 104–114.
- 80.** Вилюнас, В. К. Психологические механизмы мотивации человека / В. К. Вилюнас. – М. : Изд-во Моск. ун-та, 1990. – 288 с.
- 81.** Вилюнас, В. К. Психология эмоциональных явлений / В. К. Вилюнас. – М. : Изд-во Моск. ун-та, 1976. – 142 с.
- 82.** Виртц, У. Жажда смысла: Человек в экстремальных ситуациях: Пределы психотерапии / У. Виртц, Й. Цобели. – М. : Когито-Центр, 2012. – 328 с.
- 83.** Волкова, И. П. Личностные детерминанты переживания экзистенциального кризиса военноослепшими / И. П. Волкова // Изв. Рос. гос. пед. ун-та им. А. И. Герцена. – 2008. – № 52. – С. 7–19.
- 84.** Воронина, О. А. Собственные стратегии как фактор отношения студентов к учебной деятельности : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07 / О. А. Воронина. – Курск, 2009. – 230 л.
- 85.** Восковская, Л. В. Духовный кризис: проблемы определения и диагностики / Л. В. Восковская, А. В. Ляшук // Психол. диагностика. – 2005. – № 1. – С. 51–71.
- 86.** Выготский, Л. С. Психология развития человека / Л. С. Выготский. – М. : Смысл ; Эксмо, 2006. – 1136 с.
- 87.** Выготский, Л. С. Собрание сочинений : в 6 т. – М. : Педагогика, 1982. – Т. 1. – 486 с.
- 88.** Выготский, Л. С. Собрание сочинений : в 6 т. – М. : Педагогика, 1982. – Т. 4. – 432 с.
- 89.** Выготский, Л. С. Собрание сочинений : в 6 т. – М. : Педагогика, 1983. – Т. 3. – 368 с.
- 90.** Габдулина, Л. И. Осмысленность жизни личности и её субъективная картина: опыт эмпирического исследования их взаимосвязи у лиц пожилого и среднего возраста / Л. И. Габдулина // Изв. Самар. науч. центра Рос. акад. наук. – 2011. – Т. 13, № 2 (40). – С. 338–342.
- 91.** Гиппенрейтер, Ю. Б. О природе человеческой воли / Ю. Б. Гиппенрейтер // Психол. журн. – 2005. – Т. 26, № 3. – С. 15–24.
- 92.** Гоголь, Н. В. Собрание сочинений : в 9 т. Т. 9 : Письма / Н. В. Гоголь. – М. : Русская книга, 1994. – 752 с.
- 93.** Голиков, Ю. Я. Особенности психической регуляции и классы проблемностей в сложной операторской деятельности / Ю. Я. Голиков, А. Н. Костин // Психол. журн. – 1994. – Т. 15, № 2. – С. 3–16.
- 94.** Головаха, Е. И. Критерии продуктивности жизни / Е. И. Головаха // Жизнь как творчество: Социально-психологический анализ / под ред. Л. В. Сохань. – Киев : Наукова думка, 1985. – С. 256–265.
- 95.** Головаха, Е. И. Психологическое время личности / Е. И. Головаха, А. А. Кроник. – М. : Смысл, 2008. – 267 с.
- 96.** Головей, Л. А. Профессиональное развитие личности: начало пути (эмпирическое исследование) / Л. А. Головей, М. В. Данилова, Л. В. Рыкман [и др.]. – СПб. : Нестор-История, 2015. – 336 с.
- 97.** Горбунова, В. С. Методика для исследования смысложизненного кризиса личности в подростковом возрасте / В. С. Горбунова // Вестн. Самар. гуманитар. акад. Сер. «Психология». – 2012. – № 1 (11). – С. 27–40.
- 98.** Грановская, Р. М. Психологическая защита / Р. М. Грановская. – СПб. : Речь, 2007. – 476 с.
- 99.** Гришнина, Н. В. Онтопсихология: психология человека как субъекта жизни / Н. В. Гришнина // Психологические проблемы самореализации лич-

ности / под ред. Л. А. Коростылевой. – СПб. : Изд-во С.-Петербург. ун-та, 2005. – С. 58–69.

100. Гришина, Н. В. Психология жизненного пути / Н. В. Гришина // Психол. журн. – 2007. – Т. 28, № 5. – С. 81–88.

101. Гришина, Н. В. Человек как субъект жизни: ситуационный подход / Н. В. Гришина // Субъектный подход в психологии / под ред. А. Л. Журавлева, В. В. Знакова, З. И. Рябикиной, Е. А. Сергиенко. – М. : Изд-во «Ин-т психол. РАН», 2009. – С. 161–172.

102. Гуревич, А. Я. Индивид и социум на средневековом Западе / А. Я. Гуревич. – СПб. : Александрия, 2009. – 492 с.

103. Гурлева, Т. С. Поиск высокого смысла как условие повышения качества жизни: ориентиры психологической помощи / Т. С. Гурлева // Вестн. Перм. ун-та. Философия. Психология. Социология. – 2011. – № 3. – С. 73–86.

104. Гусельцева, М. С. Проблема социализации и индивидуализации в культурно-исторической парадигме / М. С. Гусельцева // Концепции социализации и индивидуализации в современной психологии / под ред. Т. Д. Марцинковской. – М. ; Обнинск : ИГ-СОЦИН, 2010. – С. 128–150.

105. Гуткина, Н. И. Психологическая готовность к школе / Н. И. Гуткина. – СПб. : Питер, 2004. – 208 с.

106. Давыдов, В. В. Новый подход к пониманию структуры и содержания деятельности / В. В. Давыдов // Вопросы психологии. – 2003. – № 2. – С. 42–49.

107. Давыдов, В. В. Проблемы развивающего обучения / В. В. Давыдов. – М. : Педагогика, 1986. – 240 с.

108. Дамбис, М. К. Смысложизненный кризис у женщин и его преодоление / М. К. Дамбис // Вестн. Рос. нового ун-та. Сер. 1. «Человек в современном мире». – 2015. – № 1. – С. 28–34.

109. Деева, Н. А. Рефлексивные механизмы переживания кризиса и изменение ценностно-смысловой сферы : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01 / Н. А. Деева ; Омск. гос. техн. ун-т. – Омск, 2005. – 19 с.

110. Демин, А. Н. Особенности переживания личностью кризисов своей занятости / А. Н. Демин // Вопросы психологии. – 2006. – № 3. – С. 87–96.

111. Деркач, А. А. Субъект: формы, механизмы и пути развития / А. А. Деркач. – Казань : Центр инновационных технологий, 2011. – 524 с.

112. Донченко, Е. А. Личность: конфликт, гармония / Е. А. Донченко, Т. М. Титаренко. – К. : Политиздат Украины, 1989. – 175 с.

113. Дорфман, Л. Я. Концепция метандивидуального мира: современное состояние / Л. Я. Дорфман // Психология. Журн. Высш. шк. экономики. – 2006. – Т. 3, № 3. – С. 3–34.

114. Духовный кризис: Когда преобразование личности становится кризисом / под ред. С. Гроф, К. Гроф. – М. : Класс : Изд-во Трансперсонального ин-та, 2000. – 288 с.

115. Жедунова, Л. Г. Личностный кризис и образ мира (Субъективная реальность кризиса) / Л. Г. Жедунова. – Ярославль : ЯГПУ, 2009. – 136 с.

116. Жеребцов, С. Н. Психология переживаний личности в динамике культуры: Античность, Средневековье, Возрождение / С. Н. Жеребцов. – Мозырь : Содействие, 2013. – 184 с.

117. Жизненный путь личности: Вопросы теории и методологии социально-психологического исследования / под ред. Л. В. Сохань. – Киев : Наукова думка, 1987. – 281 с.

118. Жизнь как творчество: социально-психологический анализ / под ред. Л. В. Сохань. – Киев : Наукова думка, 1985. – 304 с.

119. Жильцова, Т. М. Анализ содержания категории смысла жизни как психологического феномена / Т. М. Жильцова // Вестн. РГГУ. – 2012. – № 15 : Психол. науки. – С. 42–56.

120. Жильцова, Т. М. Психологические закономерности кризиса смысла жизни / Т. М. Жильцова // Психологические проблемы смысла жизни и акме :

материалы XVII симпозиума / под ред. Г. А. Вайзер, Н. В. Кисельниковой, Т. А. Поповой. – М. : Изд-во «Психол. ин-т РАО», 2012. – С. 68–72.

121. Журавлев, А. Л. Коллективные смыслы как предпосылка личного счастья / А. Л. Журавлев, А. В. Юревич // Психол. журн. – 2014. – Т. 35, № 1. – С. 5–15.

122. Журавлев, А. Л. Особенности междисциплинарных исследований в современной психологии / А. Л. Журавлев // Теория и методология психологии: Постнеклассическая перспектива / отв. ред. А. Л. Журавлев, А. В. Юревич. – М. : Изд-во «Ин-т психол. РАН», 2007. – С. 15–32.

123. Журавлева, Н. А. Динамика ценностных ориентаций личности в российском обществе / Н. А. Журавлева. – М. : Изд-во «Ин-т психол. РАН», 2006 – 263 с.

124. Завалишина, Д. Н. Методологический аспект смысложизненной ценности профессионального труда / Д. Н. Завалишина // Смысл жизни и акме: 10 лет поиска : материалы VIII–X симпозиумов : в 2 ч. – М. : Смысл, 2004. – Ч. 1. – С. 168–172.

125. Завалишина, Д. Н. Профессиональная деятельность как смысл жизни / Д. Н. Завалишина // Психолого-педагогические и философские аспекты проблемы смысла жизни : материалы I–II симпозиумов. – М. : Изд-во «Психол. ин-т РАО», 1997. – С. 72–81.

126. Залевский, Г. В. Фанатизм как основание и характеристика де-струкции системы ценностей и духовного нездоровья личности и социальных сообществ / Г. В. Залевский // Ценностные основания психологической науки и психология ценностей / под ред. В. В. Знакова, Г. В. Залевского. – М. : Изд-во «Ин-т психол. РАН», 2008. – С. 314–340.

127. Замошкин, Ю. А. Частная жизнь, частный интерес, частная ответственность / Ю. А. Замошкин // Вопросы философии. – 1991. – № 1. – С. 3–15.

128. Зарецкий, Ю. П. Автобиографические «Я» от Августина до Аввакума: Очерки истории самосознания европейского индивида / Ю. П. Зарецкий. – М. : Ин-т всеобщей истории РАН, 2002. – 323 с.

129. Зарецкий, Ю. П. История субъективности и история автобиографии: Важные обновления / Ю. П. Зарецкий // Субъект и культура / отв. ред. В. Н. Порус. – СПб. : Алетейя, 2014. – С. 369–393.

130. Зейгарник, Б. В. О движущих противоречиях развития личности / Б. В. Зейгарник, В. С. Братусь // Очерки по психологии аномального развития личности. – М. : Изд-во Моск. ун-та, 1980. – С. 121–148.

131. Зейгарник, Б. В. Саморегуляция поведения в норме и патологии / Б. В. Зейгарник, А. Б. Холмогорова, Е. С. Мазур // Психол. журн. – 1989. – Т. 10, № 2. – С. 122–132.

132. Зинченко, В. П. А. Н. Леонтьев и развитие современной психологии / В. П. Зинченко // Избранные психологические произведения : в 2 т. – М. : Педагогика, 1983. – Т. 1. – С. 8–16.

133. Зинченко, В. П. Культурно-историческая психология: опыт амплификации / В. П. Зинченко // Вопросы психологии. – 1993. – № 4. – С. 5–19.

134. Зинченко, В. П. Проблема «образующих» сознания в деятельности теории психики / В. П. Зинченко // Вестн. Моск. ун-та. Сер. 14, Психология. – 1988. – № 3. – С. 25–34.

135. Зинченко, В. П. Человек развивающийся. Очерки российской психологии / В. П. Зинченко, Е. Б. Моргунов. – М. : Тривола, 1994. – 300 с.

136. Знаков, В. В. Понимание в мышлении, общении, человеческом бытии / В. В. Знаков. – М. : Изд-во «Ин-т психол. РАН», 2007. – 479 с.

137. Знаков, В. В. Психология человеческого бытия – одно из направлений развития психологии субъекта / В. В. Знаков // Психол. журн. – 2008. – Т. 29, № 2. – С. 69–77.

138. Иванников, В. А. Психологические механизмы волевой регуляции / В. А. Иванников. – М. : Изд-во Моск. ун-та, 1991. – 142 с.

- 139.** Иванов, В. П. Человеческая деятельность. Познание. Искусство / В. П. Иванов. – Киев : Наукова думка, 1977. – 250 с.
- 140.** История субъективности: Древняя Русь. Антология / сост. Ю. П. Зарецкий. – М. : Академический проект, 2010. – 348 с.
- 141.** История субъективности: Средневековая Европа. Антология / сост. Ю. П. Зарецкий. – М. : Академический проект, 2009. – 576 с.
- 142.** Кальвиньо, М. Роль мотивации в актуализации системы значений : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01 / М. Кальвиньо ; Моск. гос. ун-т. – М., 1981. – 25 с.
- 143.** Камю, А. Посторонний / А. Камю // Избранное. – М. : Прогресс, 1969. – С. 51–131.
- 144.** Капцов, А. В. Психологическая аксиометрия / А. В. Капцов // Психол. диагностика. – 2011. – № 4. – С. 4–114.
- 145.** Карабанова, О. А. Понятие «социальная ситуация развития» в современной психологии / О. А. Карабанова // Методология и история психологии. – 2007. – Т. 2, № 4. – С. 40–56.
- 146.** Каракозов, Р. Р. Организация смыслопоисковой активности человека как условие осмысления жизненного опыта / Р. Р. Каракозов // Психология с человеческим лицом: гуманистическая перспектива в постсоветской психологии / под ред. Д. А. Леонтьева, В. Г. Щур. – М. : Смысл, 1997. – С. 257–273.
- 147.** Карандашев, В. Н. Методика Шварца для изучения ценностей личности: концепция и методическое руководство / В. Н. Карандашев. – СПб. : Речь, 2004. – 70 с.
- 148.** Карпинский, К. В. Коммуникативная функция смысла жизни / К. В. Карпинский // Психология общения 2000: проблемы и перспективы : тез. докл. Междунар. конф. / под ред. А. А. Водалева. – М. : УМК «Психология», 2000. – С. 127–128.
- 149.** Карпинский, К. В. Актуальные проблемы психологии субъекта / К. В. Карпинский // Вестн. Гродн. гос. ун-та им. Я. Купалы. Сер. 1, Гуманитарные науки. – 2003. – № 2 (20). – С. 59–70.
- 150.** Карпинский, К. В. Автономия смысложизненного выбора и психологическое благополучие личности / К. В. Карпинский // Теоретическая и экспериментальная психология. – 2012. – Т. 5, № 2. – С. 5–21.
- 151.** Карпинский, К. В. Базовая ценность как регулятор профессиональной деятельности сотрудников ОВД и МЧС / К. В. Карпинский // Системогенез учебной и профессиональной деятельности : материалы VIII всерос. науч.-практ. конф., 19–20 нояб. 2018 г. : в 2 ч. / под ред. Ю. П. Поваренкова. – Ярославль : РИО ЯГПУ, 2018. – Ч. 1. – С. 196–198.
- 152.** Карпинский, К. В. Взаимосвязь дезинтеграции смысла жизни с переживанием личностного кризиса / К. В. Карпинский // Теоретическая и экспериментальная психология. – 2011. – Т. 4, № 2. – С. 14–26.
- 153.** Карпинский, К. В. Взаимосвязь самоотношения и смысложизненного кризиса в развитии личности / К. В. Карпинский // Мир психологии. – 2010. – № 4 (64). – С. 152–167.
- 154.** Карпинский, К. В. Дифференциальная психология смысла жизни: современное состояние, проблемы, перспективы (начало) / К. В. Карпинский // Диалог: психологический и социально-педагогический журнал. – 2015. – № 9. – С. 39–48.
- 155.** Карпинский, К. В. Дифференциальная психология смысла жизни: современное состояние, проблемы, перспективы (окончание) / К. В. Карпинский // Диалог: психологический и социально-педагогический журнал. – 2015. – № 10. – С. 34–43.
- 156.** Карпинский, К. В. Дифференциальные свойства смысла жизни: к психологии смысложизненных различий / К. В. Карпинский // Вестн. Моск. гос. обл. ун-та. Сер.: «Психологические науки». – 2014. – № 4. – С. 68–81.

- 157.** Карпинский, К. В. Дифференциальный опросник смысложизненного кризиса (СЖК-Д): психометрическая разработка и диагностические возможности / К. В. Карпинский // Психол. диагностика. – 2013. – № 4. – С. 4–65.
- 158.** Карпинский, К. В. Жизнедеятельность как форма активности субъекта жизни / К. В. Карпинский // Методология и история психологии. – 2010. – Т. 5, № 1. – С. 184–203.
- 159.** Карпинский, К. В. Жизнедеятельность личности как проблема комплексного человекознания / К. В. Карпинский // Психология в системе комплексного человекознания: история, современное состояние и перспективы развития : сб. науч. ст. : в 2 ч. / под ред. А. Л. Журавлева, В. А. Кольцовой. – М. : Изд-во «Ин-т психол. РАН», 2012. – Ч. 2. – С. 36–42.
- 160.** Карпинский, К. В. Жизненный путь личности как проблема психологии / К. В. Карпинский // Психология. – 2005. – № 3. – С. 3–14.
- 161.** Карпинский, К. В. Идентификационная функция смысла жизни [Электронный ресурс] / К. В. Карпинский // Психол. исследования. – 2017. – Т. 10, № 55. – 15 с. – Режим доступа: <http://psystudy.ru/index.php/num/2017v10n55/1473-kar-pinski55.html>. – Дата доступа: 30.10.2017.
- 162.** Карпинский, К. В. Идея оптимума в психологической науке / К. В. Карпинский // Изв. Тул. гос. ун-та. Сер.: Гуманитарные науки. – 2012. – № 3. – С. 299–309.
- 163.** Карпинский, К. В. Историческое происхождение и значение смысложизненного кризиса личности / К. В. Карпинский // Фундаментальные и прикладные исследования современной психологии: результаты и перспективы развития / отв. ред. А. Л. Журавлёв, В. А. Кольцова. – М. : Изд-во «Ин-т психол. РАН», 2017. – С. 721–728.
- 164.** Карпинский, К. В. Конфликт ценностей как предпосылка смысложизненного кризиса в развитии личности / К. В. Карпинский // Вопросы психологии. – 2013. – № 1. – С. 78–94.
- 165.** Карпинский, К. В. Кризис неоптимального смысла жизни: источники, механизмы, закономерности (ч. 1) / К. В. Карпинский // Весн. Гродзен. дзярж. ун-та імя Я. Купалы. Сер. 3, Філалогія. Педагогіка. Псіхалогія. – 2018. – Т. 8, № 2. – С. 151–158.
- 166.** Карпинский, К. В. Кризис неоптимального смысла жизни: источники, механизмы, закономерности (ч. 2) / К. В. Карпинский // Весн. Гродзен. дзярж. ун-та імя Я. Купалы. Сер. 3, Філалогія. Педагогіка. Псіхалогія. – 2018. – Т. 8, № 3. – С. 136–144.
- 167.** Карпинский, К. В. Культурно-историческая динамика смысложизненных задач в развитии личности / К. В. Карпинский // Психологические проблемы смысла жизни и акме : материалы XXIV симпозиума / под ред. Г. А. Вайзер, Н. В. Кисельниковой, Т. А. Поповой – М. : Изд-во «Психол. ин-т РАО», 2019. – С. 28–33.
- 168.** Карпинский, К. В. Методологическое значение категорий субъекта в современной психологии / К. В. Карпинский // Вестн. Гродн. гос. ун-та им. Я. Купалы. Сер. 3, Филология. Педагогика. Психология. – 2006. – № 1 (42). – С. 68–74.
- 169.** 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. / ГрГУ им. Я. Купалы ; науч. ред. Н. А. Логинова, К. В. Карпинский. – Гродно : ГрГУ, 2012. – С. 89–119.
- 170.** Карпинский, К. В. Неконгруэнтный смысл жизни и смысложизненный кризис в развитии личности / К. В. Карпинский // Актуальные проблемы психологии личности : сб. науч. ст. : в 2 ч. / ГрГУ им. Я. Купалы ; науч. ред. В. А. Мазиллов, К. В. Карпинский. – Гродно : ГрГУ, 2012. – Ч. 2. – С. 101–147.

171. Карпинский, К. В. Неоптимальный смысл: психологические тупики жизненного пути личности : моногр. / К. В. Карпинский. – Гродно : ГрГУ, 2016. – 539 с.

172. Карпинский, К. В. Нереалистическая перспектива будущего: предпосылка и последствие смысложизненного кризиса в развитии личности / К. В. Карпинский // Вестн. Гродн. гос. ун-та им. Я. Купалы. Сер. 3, Филология. Педагогика. Психология. – 2010. – № 3 (104). – С. 115–120.

173. Карпинский, К. В. Нереалистический смысл жизни: функциональные особенности и кризисный потенциал [Электронный ресурс] / К. В. Карпинский // Психол. исследования. – 2012. – Т. 5, № 23. – Режим доступа: <http://psystudy.ru>. – Дата доступа: 24.04.2016.

174. Карпинский, К. В. Новые методы субъектной психодиагностики : кол. моногр. / К. В. Карпинский, П. Р. Гадузо, Т. В. Гижук, С. А. Иванов ; под науч. ред. К. В. Карпинского. – Гродно : ГрГУ, 2015. – 174 с.

175. Карпинский, К. В. Опросник диспозиционного материализма (ОДМ): концептуальные основы и психометрическая разработка / К. В. Карпинский, Н. В. Кисельникова // Психол. журн. – 2019. – Т. 40, № 1. – С. 104–117.

176. Карпинский, К. В. Опросник смысложизненного кризиса / К. В. Карпинский. – Гродно : ГрГУ, 2008. – 126 с.

177. Карпинский, К. В. Опросник смысложизненного кризиса: новые психометрические данные / К. В. Карпинский // Вестн. Гродн. гос. ун-та им. Я. Купалы. Сер. 3, Филология. Педагогика. Психология. – 2016. – Т. 6, № 2. – С. 135–146.

178. Карпинский, К. В. Особенности жизненной перспективы в период смысложизненного кризиса в развитии личности / К. В. Карпинский // Личность и бытие: субъектный подход : материалы науч. конф., посвящ. 75-летию со дня рождения чл.-кор. РАН А. В. Врушлинского / под ред. А. Л. Журавлева, В. В. Знакова, З. И. Рябикиной. – М. : Изд-во «Ин-т психол. РАН», 2008. – С. 534–537.

179. Карпинский, К. В. Осознанная саморегуляция жизненного пути личности / К. В. Карпинский // Психол. служба. – 2003. – № 4. – С. 22–31.

180. Карпинский, К. В. Отражательная функция смысла жизни как психического феномена / К. В. Карпинский // Психологические проблемы смысла жизни и акме : материалы XVIII симпозиума / под ред. Г. А. Вайзер, Н. В. Кисельниковой, Т. А. Поповой – М. : Изд-во «Психол. ин-т РАО», 2013. – С. 28–32.

181. Карпинский, К. В. Оценочная функция смысла жизни / К. В. Карпинский // Психология смысла жизни: методологические, теоретические и прикладные проблемы : сб. науч. ст. / ГрГУ им. Я. Купалы ; науч. ред.: К. В. Карпинский, В. Э. Чудновский. – Гродно : ГрГУ, 2014. – С. 71–118.

182. Карпинский, К. В. Подходы к пониманию субъекта в современной психологии / К. В. Карпинский // Вестн. Гродн. гос. ун-та им. Я. Купалы. Сер. 3, Филология. Педагогика. Психология. – 2006. – № 2 (44). – С. 59–65.

183. Карпинский, К. В. Профессиональная деятельность и развитие личности как субъекта жизни / К. В. Карпинский // Личность профессионала в современном мире : кол. моногр. / под ред. А. Л. Журавлева, А. Г. Дикой. – М. : Изд-во «Ин-т психол. РАН», 2014. – С. 25–59.

184. Карпинский, К. В. Профессиональное самоотношение личности: теоретические подходы и методы диагностики / К. В. Карпинский, А. М. Кольшко // Психологическая диагностика (тематический выпуск). – 2010. – № 3. – 126 с.

185. Карпинский, К. В. Психологическая динамика смысла жизни: функциональные и генетические закономерности / К. В. Карпинский // Вестн. Гроднен. дзярж. ун-та імя Я. Купалы. Сер. 3, Філалогія. Педагагіка. Псіхалогія. – 2018. – Т. 8, № 1. – С. 126–134.

186. Карпинский, К. В. Психологическая коррекция смысловой регуляции жизненного пути девиантной личности / К. В. Карпинский. – Гродно : ГрГУ, 2002. – 139 с.

187. Карпинский, К. В. Психологическая структура индивидуального смысла жизни / К. В. Карпинский // *Вестн. Гродзен. дзярж. ун-та імя Я. Купалы. Сер. 3, Філалогія. Педагогіка. Псіхалогія.* – 2016. – Т. 6, № 3. – С. 129–139.

188. Карпинский, К. В. Психологические типы, функции и детерминация смысложизненных состояний личности / К. В. Карпинский // *Вестн. Гродзен. дзярж. ун-та імя Я. Купалы. Сер. 3, Філалогія. Педагогіка. Псіхалогія.* – 2019. – Т. 9, № 3. – С. 137–150.

189. Карпинский, К. В. Психология жизненного пути личности / К. В. Карпинский. – Гродно : ГрГУ, 2002. – 170 с.

190. Карпинский, К. В. Психология профессиональной успешности / К. В. Карпинский, Т. В. Гижук. – Гродно : ГрГУ, 2017. – 169 с.

191. Карпинский, К. В. Психосоматические проявления смысложизненного кризиса в развитии личности / К. В. Карпинский // *Психология зрелости и старения.* – 2011. – № 4. – С. 5–29.

192. Карпинский, К. В. Смысл жизни в структуре индивидуального сознания / К. В. Карпинский // *Вестн. Гродзен. дзярж. ун-та імя Я. Купалы. Сер. 3, Філалогія. Педагогіка. Псіхалогія.* – 2017. – Т. 7, № 3. – С. 117–126.

193. Карпинский, К. В. Смысл жизни и ресурсы его реализации: к пониманию механизмов личностного кризиса / К. В. Карпинский // *Психология.* Журн. Высш. шк. экономик. – 2012. – Т. 9, № 4. – С. 3–33.

194. Карпинский, К. В. Смысл жизни как многофункциональная психическая система / К. В. Карпинский // *Психологические проблемы смысла жизни и акме : материалы XIX симпозиума / под ред. Г. А. Вайзер, Н. В. Кисельниковой, Т. А. Поповой – М. : Изд-во «Психол. ин-т РАО», 2014. – С. 21–26.*

195. Карпинский, К. В. Смысл жизни, текущие цели и психологический кризис в развитии личности / К. В. Карпинский // *Психология зрелости и старения.* – 2011. – № 3. – С. 5–33.

196. Карпинский, К. В. Смысложизненное состояние как показатель субъектного развития личности / К. В. Карпинский // *Вестн. С.-Петерб. ун-та. Сер. 16, Психология. Педагогика.* – 2019. – Вып. 1. – С. 7–20.

197. Карпинский, К. В. Смысложизненные задачи в развитии личности / К. В. Карпинский // *Психологические проблемы смысла жизни и акме : материалы XXII симпозиума / под ред. Г. А. Вайзер, Н. В. Кисельниковой, Т. А. Поповой. – М. : Изд-во «Психол. ин-т РАО», 2017. – С. 22–25.*

198. Карпинский, К. В. Смысложизненные задачи и состояния в развитии личности как субъекта жизни / К. В. Карпинский // *Сибир. психол. журн.* – 2019. – № 71. – С. 79–106.

199. Карпинский, К. В. Смысложизненные состояния личности: теоретический анализ и эмпирическая типология / К. В. Карпинский // *Укр. психол. журн.* – 2019. – № 1 (11). – С. 83–108.

200. Карпинский, К. В. Смысложизненный кризис в личностном развитии безработного / К. В. Карпинский // *Социальная психология труда: Теория и практика : в 2 т. / отв. ред. А. А. Журавлев, А. Г. Дикая. – М. : Изд-во «Ин-т психол. РАН», 2010. – Т. 2. – С. 182–202.*

201. Карпинский, К. В. Смысложизненный кризис в развитии личности как субъекта жизни / К. В. Карпинский // *Субъектный подход в психологии / под ред. А. А. Журавлева, В. В. Знакова, З. И. Рябикиной, Е. А. Сергиенко. – М. : Изд-во «Ин-т психол. РАН», 2009. – С. 186–199.*

202. Карпинский, К. В. Смысложизненный кризис в развитии личности: Анализ концепций отечественной и зарубежной психологии / К. В. Карпинский. – Гродно : ГрГУ, 2015. – 319 с.

203. Карпинский, К. В. Смысложизненный кризис как детерминанта совладающего поведения личности / К. В. Карпинский // *Психология стресса и совладающего поведения в современном российском обществе : материалы*

II междунар. науч.-практ. конф. : в 2 т. / отв. ред. Т. А. Крюкова. – Кострома : КГУ им. Н. Некрасова, 2010. – Т. 2. – С. 26–29.

204. Карпинский, К. В. Смысложизненный кризис как фактор неадекватности психологического возраста личности / К. В. Карпинский // Ананьевские чтения – 2008 : Психология кризисных и экстремальных ситуаций: междисциплинарный подход : материалы науч.-практ. конф. / под ред. Л. А. Цветковой, Н. С. Хрусталёвой. – СПб. : СПбГУ, 2008. – С. 532–533.

205. Карпинский, К. В. Содержательные изменения смысла жизни в ситуации безработицы / К. В. Карпинский // Психологические проблемы смысла жизни и акме : материалы XIV симпозиума / под ред. Г. А. Вайзер, Н. В. Кисельниковой. – М. : Изд-во «Психол. ин-т РАО», 2009. – С. 32–34.

206. Карпинский, К. В. Социокультурная детерминация смысложизненного кризиса в развитии личности / К. В. Карпинский // Психол. журн. – 2010. – № 1. – С. 33–41.

207. Карпинский, К. В. Стратегия жизни как структурная организация индивидуальной жизнедеятельности / К. В. Карпинский // Психология жизненного пути личности: методологические, теоретические, методические и прикладные проблемы : сб. науч. ст. / ГрГУ им. Я. Купалы ; науч. ред. Н. А. Логинава, К. В. Карпинский. – Гродно : ГрГУ, 2012. – С. 248–271.

208. Карпинский, К. В. Структурно-функциональные изменения смысла жизни в ситуации безработицы / К. В. Карпинский // Психология – наука будущего : материалы III междунар. конф. молодых ученых / под ред. А. Л. Журавлева, Е. А. Сергиенко. – М. : Изд-во «Ин-т психол. РАН», 2009. – С. 226–230.

209. Карпинский, К. В. Субъектный подход к противоречиям и кризисам в развитии личности / К. В. Карпинский // Психология человека как субъекта познания, общения и деятельности / отв. ред. В. В. Знаков, А. Л. Журавлёв. – М. : Изд-во «Ин-т психол. РАН», 2018. – С. 292–300.

210. Карпинский, К. В. Темпоральные свойства смысла жизни и смысложизненный кризис в развитии личности / К. В. Карпинский // Изв. Тул. гос. ун-та. Сер.: «Гуманитарные науки». – 2011. – № 3. – С. 368–379.

211. Карпинский, К. В. Феноменология смысложизненного кризиса в развитии личности / К. В. Карпинский // Мир психологии. – 2012. – № 3 (71). – С. 121–135.

212. Карпинский, К. В. Ценностные конфликты и смысложизненный кризис в развитии личности [Электронный ресурс] / К. В. Карпинский // Психологические исследования. – 2011. – № 5 (19). – Режим доступа: <http://psystudy.ru>. – Дата доступа: 24.04.2016.

213. Карпинский, К. В. Человек как субъект жизни / К. В. Карпинский. – Гродно : ГрГУ, 2002. – 289 с.

214. Карпинский, К. В. Широта и иерархичность смысла жизни как факторы кризисного развития личности / К. В. Карпинский // Ярослав. пед. вестн. – 2013. – Т. 2 (Психолого-педагогические науки), № 3. – С. 195–200.

215. Карпинский, К. В. Экстринсивный смысл жизни как детерминанта кризиса в развитии личности / К. В. Карпинский // Психология зрелости и старения. – 2015. – № 1. – С. 31–53.

216. Карпинский, К. В. Эмансипирующая функция смысла жизни: психологическая сущность и механизмы / К. В. Карпинский // Актуальные проблемы психологии личности : сб. науч. ст. / ГрГУ им. Я. Купалы ; науч. ред. К. В. Карпинский, В. А. Мазилев. – Гродно : ГрГУ, 2016. – С. 103–144.

217. Карпинский, К. В. Эмпирическая типология смысложизненных состояний личности / К. В. Карпинский // Психологические проблемы смысла

жизни и акме : материалы XXIII симпозиума / под ред. Г. А. Вайзер, Н. В. Кисельниковой, Т. А. Поповой – М. : Изд-во «Психол. ин-т РАО», 2018. – С. 17–21.

218. Карпов, А. В. Закономерности структурной организации рефлексивных процессов / А. В. Карпов // Психол. журн. – 2006. – Т. 27, № 6. – С. 18–28.

219. Карпов, А. В. Предпосылки и перспективы метасистемного подхода в психологических исследованиях / А. В. Карпов // Теория и методология психологии: Постнеклассическая перспектива / отв. ред. А. Л. Журавлев, А. В. Юревич. – М. : Изд-во «Ин-т психол. РАН», 2007. – С. 313–329.

220. Карпов, А. В. Психология деятельности : в 5 т. Т. I : Метасистемный подход / А. В. Карпов. – М. : РАО, 2015. – 546 с.

221. Карпов, А. В. Психология рефлексивных механизмов деятельности / А. В. Карпов. – М. : Изд-во «Ин-т психол. РАН», 2004. – 424 с.

222. Карпова, Н. Л. Идеи логотерапии в методике логопсихотерапии / Н. Л. Карпова // Проблема смысла в науках о человеке (к 100-летию Виктора Франкла) / под ред. Д. А. Леонтьева. – М. : Смьсл, 2005. – С. 236–238.

223. Карцева, Т. Б. Понятие жизненного события в психологии / Т. Б. Карцева // Психология личности в социалистическом обществе: личность и ее жизненный путь / под ред. К. А. Абульхановой-Славской. – М. : Наука, 1990. – С. 88–101.

224. Категории материалистической диалектики в психологии / под ред. Л. И. Анцыферовой. – М. : Наука, 1988. – 243 с.

225. Кашук, Я. Н. Переживание смыслового кризиса в юношеском возрасте / Я. Н. Кашук // Образование и наука. Изв. Урал. отд. Рос. акад. образования. – 2011. – № 6 (85). – С. 52–60.

226. Кашук, Я. Н. Смыслжизненный кризис как проявление экзистенциального отношения человека к жизни / Я. Н. Кашук // Дискуссия. – 2012. – № 3 (21). – С. 115–120.

227. Клементьева, М. В. Биографическая рефлексия в контексте психологического анализа / М. В. Клементьева. – Тула : Изд-во ТулГУ, 2013. – 156 с.

228. Ключко, В. Е. Самоорганизация в психологических системах: проблемы становления ментального пространства личности (введение в трансспективный анализ) / В. Е. Ключко. – Томск : ТГУ, 2005. – 174 с.

229. Коган, Л. Н. Цель и смысл жизни человека / Л. Н. Коган. – М. : Мысль, 1984. – 252 с.

230. Коган, Л. Н. Человек и его судьба / Л. Н. Коган. – М. : Мысль, 1988. – 283 с.

231. Кодесс, П. Б. Особенности формирования жизненной стратегии старшеклассников : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.13 / П. Б. Кодесс. – М., 2005. – 167 л.

232. Козлов, В. В. Психология кризиса / В. В. Козлов. – М. : Ин-т консультирования и системных решений, 2014. – 528 с.

233. Козлов, В. В. Работа с кризисной личностью / В. В. Козлов. – М. : Психотерапия, 2007. – 336 с.

234. Козловский, В. П. Культурный смысл: генезис и функции / В. П. Козловский. – Киев : Наукова думка, 1990. – 128 с.

235. Коломинский, Я. Л. Психологические проблемы смысла жизни в старости / Я. Л. Коломинский, О. В. Белановская // Психология зрелости и старения. – 2010. – № 2 (50). – С. 72–82.

236. Коломинский, Я. Л. Феноменологические аспекты персоногенной ситуации развития / Я. Л. Коломинский, С. Н. Жеребцов // Психология. – 2000. – № 1. – С. 90–99.

237. Кольшко, А. М. Влияние смыслового кризиса на самоотношение личности в период ранней зрелости / А. М. Кольшко // Психологические проблемы смысла жизни и акме : электрон. сб. материалов XVII симпозиума / под ред. Г. А. Вайзер, Н. В. Кисельниковой, Т. А. Поповой. – М. : Изд-во «Психол. ин-т РАО», 2012. – С. 274–277.

- 238.** Кольцова, В. А. Жизнь, отданная науке / В. А. Кольцова // *Субъектный подход в психологии*: сб. науч. тр. / под ред. А. Л. Журавлева, В. В. Знакова, З. И. Рябкиной, Е. А. Сергиенко. – М.: Изд-во «Ин-т психол. РАН», 2009. – С. 19–28.
- 239.** Кольцова, В. А. Историческая психология как комплексная отрасль знания: теоретико-эмпирический анализ / В. А. Кольцова // *Психол. журн.* – 2011. – Т. 32, № 3. – С. 85–95.
- 240.** Кон, И. С. В поисках себя: Личность и ее самосознание / И. С. Кон. – М.: Политиздат, 1984. – 335 с.
- 241.** Кон, И. С. Открытие «Я» / И. С. Кон. – М.: Политиздат, 1978. – 367 с.
- 242.** Кон, И. С. Ребенок и общество: Историко-этнографическая перспектива / И. С. Кон. – М.: Наука, 1988. – 270 с.
- 243.** Конопкин, О. А. Общая способность к саморегуляции как фактор субъектного развития / О. А. Конопкин // *Вопросы психологии.* – 2004. – № 2. – С. 127–135.
- 244.** Конопкин, О. А. Осознанная саморегуляция как критерий субъектности / О. А. Конопкин // *Вопросы психологии.* – 2008. – № 3. – С. 22–34.
- 245.** Коржова, Е. Ю. Психология жизненных ориентаций человека / Е. Ю. Коржова. – СПб.: Изд-во РХГА, 2006. – 384 с.
- 246.** Корнилова, Т. В. Методологические основы психологии / Т. В. Корнилова, С. Д. Смирнов. – М.: Юрайт, 2011. – 483 с.
- 247.** Корнилова, Т. В. Саморегуляция и личностно-мотивационная регуляция принятия решений / Т. В. Корнилова // *Субъект и личность в психологии саморегуляции* / под ред. В. И. Моросановой. – М.; Ставрополь, 2007. – С. 181–194.
- 248.** Корнилова, Т. В. Экспериментальная психология: Теория и методы / Т. В. Корнилова. – М.: Аспект Пресс, 2002. – 381 с.
- 249.** Костина, С. С. Представления о счастливой и осмысленной жизни: связаны ли они с психологическим благополучием? / С. С. Костина, Е. Н. Осин // *Парадигма: Филос.-культуролог. альм. Вып. 19.* – СПб.: Изд-во СПбГУ, 2012. – С. 179–188.
- 250.** Костюк, Г. С. Избранные психологические труды / Г. С. Костюк. – М.: Педагогика, 1988. – 304 с.
- 251.** Котляков, В. Ю. Методика исследования системы жизненных смыслов / В. Ю. Котляков // *Сибирская психология сегодня*: сб. науч. тр.: Вып. 2. – Кемерово: Кузбассвуиздат, 2003. – С. 18–21.
- 252.** Кравцова, Е. Е. Неклассическая психология Л. С. Выготского / Е. Е. Кравцова // *Нац. психол. журн.* – 2012. – № 1 (7). – С. 61–66.
- 253.** Кроник, А. А. В главных ролях: Вы, Мы, Он, Ты, Я: Психология значимых отношений / А. А. Кроник, Е. А. Кроник. – М.: Мысль, 1989. – 204 с.
- 254.** Кроник, А. А. Каузометрия: Методы самопознания, психодиагностики и психотерапии в психологии жизненного пути / А. А. Кроник, Р. А. Ахмеров. – М.: Смысл, 2008. – 294 с.
- 255.** Кроник, А. А. Субъективная картина жизненного пути как предмет психологического исследования, диагностики и коррекции: дис. ... д-ра психол. наук в виде науч. докл. : 19.00.01 / А. А. Кроник; Ин-т психол. РАН. – М., 1994. – 71 л.
- 256.** Кружкова, О. В. Феноменологические проблемы изучения кризисов в развитии человека / О. В. Кружкова, Я. Н. Нефагина // *Теория и практика общественного развития.* – 2013. – № 8. – С. 147–151.
- 257.** Крюкова, Т. Л. Психология совладающего поведения в разные периоды жизни / Т. Л. Крюкова. – Кострома: КГУ им. Н. А. Некрасова, 2010. – 296 с.
- 258.** Крюкова, Т. Л. Человек как субъект совладающего поведения / Т. Л. Крюкова // *Психол. журн.* – 2008. – Т. 29, № 2. – С. 88–96.

- 259.** Кудрявцев, В. Т. Идея историзма в психологии развития: от принципа к проблеме / В. Т. Кудрявцев // Психол. журн. – 1996. – Т. 17, № 1. – С. 5–18.
- 260.** Кудрявцев, В. Т. Психология развития человека: основания культурно-исторического подхода / В. Т. Кудрявцев. – Рига : Эксперимент, 1999. – 160 с.
- 261.** Ле Гофф, Ж. Цивилизация средневекового Запада / Ж. Ле Гофф. – М. : Прогресс, 1992. – 376 с.
- 262.** Лекторский, В. А. О проблеме смысла жизни и смерти / В. А. Лекторский // Человек – наука – гуманизм: к 80-летию со дня рождения акад. И. Т. Фролова / отв. ред. А. А. Гусейнов. – М. : Наука, 2009. – С. 615–620.
- 263.** Лекторский, В. А. Субъект. Объект. Познание / В. А. Лекторский. – М. : Наука, 1980. – 358 с.
- 264.** Лекторский, В. А. Эпистемология классическая и неклассическая / В. А. Лекторский. – М. : Эдиториал УРСС, 2001. – 256 с.
- 265.** Леонтьев, А. А. Деятельный ум: (деятельность, знак, личность) / А. А. Леонтьев. – М. : Смысл, 2001. – 380 с.
- 266.** Леонтьев, А. Н. Воля / А. Н. Леонтьев // Вестн. Моск. ун-та. Сер. 14, Психология. – 1993. – № 2. – С. 3–15.
- 267.** Леонтьев, А. Н. Деятельность. Сознание. Личность / А. Н. Леонтьев. – М. : Политиздат, 1975. – 304 с.
- 268.** Леонтьев, А. Н. Избранные психологические произведения : в 2 т. / А. Н. Леонтьев. – М. : Педагогика, 1983. – Т. 2. – 389 с.
- 269.** Леонтьев, А. Н. Проблемы развития психики / А. Н. Леонтьев. – М. : Мысль, 1965. – 572 с.
- 270.** Леонтьев, А. Н. Психическое развитие ребенка в дошкольном возрасте / А. Н. Леонтьев // Вопросы психологии ребенка дошкольного возраста / под ред. А. Н. Леонтьева, А. В. Запорожца. – М. : Изд-во АПН СССР, 1948. – С. 4–15.
- 271.** Леонтьев, А. Н. Философия психологии : из научного наследия / А. Н. Леонтьев. – М. : Изд-во Моск. ун-та, 1994. – 287 с.
- 272.** Леонтьев, Д. А. Виктор Франкл в борьбе за смысл. Вступительная статья / Д. А. Леонтьев // Человек в поисках смысла / В. Франкл. – М. : Прогресс, 1990. – С. 5–22. – (Библиотека зарубежной психологии).
- 273.** Леонтьев, Д. А. Духовность, саморегуляция, ценности / Д. А. Леонтьев // Изв. Таганрог. гос. радиотехн. ун-та. – 2005. – № 7. – С. 16–21.
- 274.** Леонтьев, Д. А. Личностное в личности: личностный потенциал как основа самодетерминации / Д. А. Леонтьев // Ученые записки кафедры общей психологии МГУ им. М. В. Ломоносова / под ред. В. С. Братуся, Д. А. Леонтьева. – М. : Смысл, 2002. – Вып. 1. – С. 56–65.
- 275.** Леонтьев, Д. А. Личностное измерение человеческого развития / Д. А. Леонтьев // Вопросы психологии. – 2013. – № 3. – С. 67–80.
- 276.** Леонтьев, Д. А. Личность как преодоление индивидуальности: контуры неклассической психологии личности / Д. А. Леонтьев // Психологическая теория деятельности: вчера, сегодня, завтра / под ред. А. А. Леонтьева. – М. : Смысл, 2006. – С. 134–147.
- 277.** Леонтьев, Д. А. Личность: человек в мире и мир в человеке / Д. А. Леонтьев // Вопросы психологии. – 1989. – № 3. – С. 11–21.
- 278.** Леонтьев, Д. А. Методика предельных смыслов (МПС). Методическое руководство / Д. А. Леонтьев. – М. : Смысл, 1999. – 38 с.
- 279.** Леонтьев, Д. А. Неклассический вектор в современной психологии / Д. А. Леонтьев // Теория и методология психологии: Постнеклассическая перспектива / отв. ред. Л. А. Журавлев, А. В. Юревич. – М. : Изд-во «Ин-т психол. РАН», 2007. – С. 74–94.
- 280.** Леонтьев, Д. А. Новые горизонты проблемы смысла в психологии / Д. А. Леонтьев // Проблема смысла в науках о человеке : к 100-летию Викто-

ра Франкла : материалы междунар. конф. / под ред. Д. А. Леонтьева. – М. : Смысл, 2005. – С. 36–48.

281. Леонтьев, Д. А. Очерк психологии личности / Д. А. Леонтьев. – М. : Смысл, 1993. – 43 с.

282. Леонтьев, Д. А. Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой реальности / Д. А. Леонтьев. – М. : Смысл, 2006. – 522 с.

283. Леонтьев, Д. А. Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой реальности / Д. А. Леонтьев. – М. : Смысл, 1999. – 487 с.

284. Леонтьев, Д. А. Смыслообразование и его контексты: жизнь, структура, культура, опыт / Д. А. Леонтьев // Мир психологии. – 2014. – № 1 (77). – С. 104–117.

285. Леонтьев, Д. А. Становление саморегуляции как основа психологического развития: эволюционный аспект / Д. А. Леонтьев // Субъект и личность в психологии саморегуляции / под ред. В. И. Моросановой. – М. : Изд-во «Психол. ин-т РАО»; Ставрополь : СевКавГТУ, 2007. – С. 68–85.

286. Леонтьев, Д. А. Стереометрия жизни / Д. А. Леонтьев // Человек – наука – гуманизм : К 80-летию со дня рождения акад. И. Т. Фролова / отв. ред. А. А. Гусейнов. – М. : Наука, 2009. – С. 668–676.

287. Леонтьев, Д. А. Структурная организация смысловой сферы личности : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01 / Д. А. Леонтьев ; Моск. гос. ун-т. – М., 1988. – 24 с.

288. Леонтьев, Д. А. Тест смысложизненных ориентаций (СЖО) / Д. А. Леонтьев. – М. : Смысл, 2000. – 18 с.

289. Леонтьев, Д. А. Факторная структура теста смысложизненных ориентаций / Д. А. Леонтьев, О. М. Калашников, О. Э. Калашникова // Психол. журн. – 1993. – Т. 14, № 1. – С. 150–155.

290. Леонтьев, Д. А. Что дает психологии понятие субъекта: субъектность как измерение личности / Д. А. Леонтьев // Эпистемология и философия науки. – 2010. – Т. XXV, № 3. – С. 136–153.

291. Леонтьев, Д. А. Эмпирическая типология смыслов жизни в США и России / Д. А. Леонтьев, Е. Н. Осип // Смысл жизни и акме: 10 лет поиска : материалы VIII–X симпозиумов : в 2 ч. – М. : Смысл, 2004. – Ч. 1. – С. 72–81.

292. Личностный потенциал: структура и диагностика / под ред. Д. А. Леонтьева. – М. : Смысл, 2011. – 680 с.

293. Лобок, А. М. Антропология мифа / А. М. Лобок. – Екатеринбург : Банк культурной информации, 1997. – 688 с.

294. Лобок, А. М. Деятельность смысла / А. М. Лобок // Проблема смысла в науках о человеке (к 100-летию Виктора Франкла) : материалы междунар. конф. / под ред. Д. А. Леонтьева. – М. : Смысл, 2005. – С. 26–36.

295. Логинова, Н. А. Психобиографический метод исследования и коррекции личности / Н. А. Логинова. – Алматы : Казах. ун-т, 2001. – 172 с.

296. Ломов, Б. Ф. Методологические и теоретические проблемы психологии / Б. Ф. Ломов. – М. : Наука, 1984. – 444 с.

297. Лурья, А. Р. Об историческом развитии познавательных процессов / А. Р. Лурья. – М. : Наука, 1974. – 172 с.

298. Лысенкова, Е. А. Экзистенциальный вакуум как психологический феномен / Е. А. Лысенкова // Вестн. С-Петербург. гос. ун-та. Сер. 12. – 2011. – № 2. – С. 255–259.

299. Лэнгле, А. Жизнь, наполненная смыслом. Прикладная логотерапия / А. Лэнгле. – М. : Генезис, 2009. – 128 с.

300. Лэнгле, А. Эмоции и экзистенция / А. Лэнгле. – Харьков : Гуманитар. центр, 2007. – 332 с.

301. Магомед-Эминов, М. Ш. Деятельностно-смысловый подход к психологической трансформации личности : автореф. дис. ... д-ра психол. наук : 19.00.01 / М. Ш. Магомед-Эминов ; Моск. гос. ун-т им. М. В. Ломоносова. – М., 2009. – 53 с.

- 302.** Магомед-Эминов, М. Ш. Личность и экстремальная ситуация / М. Ш. Магомед-Эминов // Вестн. Моск. ун-та. Сер. 14. Психология. – 1996. – № 4. – С. 26–35.
- 303.** Магомед-Эминов, М. Ш. Трансформация личности / М. Ш. Магомед-Эминов. – М. : Психоаналитическая ассоциация, 1998. – 496 с.
- 304.** Мадди, С. Смыслообразование в процессах принятия решения / С. Мадди // Психол. журн. – 2005. – Т. 26, № 6. – С. 87–101.
- 305.** Мазиллов, В. А. Методология психологической науки: история и современность / В. А. Мазиллов. – Ярославль : МАПН, 2007. – 352 с.
- 306.** Мазур, Е. С. Проблема смысловой регуляции в свете идей Л. С. Выготского / Е. С. Мазур // Вестн. Моск. ун-та. Сер. 14, Психология. – 1983. – № 1. – С. 31–40.
- 307.** Майнина, И. Н. Стандартизация методики «Шкала экзистенции» А. Лэнгле, К. Орглер / И. Н. Майнина, А. Ю. Васанов // Психол. журн. – 2010. – Т. 31, № 1. – С. 87–99.
- 308.** МакАдамс, Д. П. Психология жизненных историй / Д. П. МакАдамс // Методология и история психологии. – 2008. – Т. 3, № 3. – С. 135–166.
- 309.** Мамардашвили, М. К. Лекции о Прусте (Психология и топология пути) / М. К. Мамардашвили. – М. : Ad Marginem, 1995. – 548 с.
- 310.** Мамардашвили, М. К. Формы и содержание мышления / М. К. Мамардашвили. – СПб. : Азбука, 2011. – 288 с.
- 311.** Маркс, К. Сочинения / К. Маркс, Ф. Энгельс. – М. : Политиздат, 1979. – Т. 46. – 508 с.
- 312.** Мартынюк, И. О. Жизненные цели личности: понятие, структура, механизмы формирования / И. О. Мартынюк. – Киев : Наукова думка, 1990. – 124 с.
- 313.** Марцинковская, Т. Д. Общая психология / Т. Д. Марцинковская. – М. : Академия, 2014. – 382 с.
- 314.** Марцинковская, Т. Д. Психическое развитие современного дошкольника – константы и трансформации / Т. Д. Марцинковская // Мир психологии. – 2015. – № 1. – С. 42–53.
- 315.** Марцинковская, Т. Д. Современная психология – вызовы транзитивности [Электронный ресурс] / Т. Д. Марцинковская // Психол. исследования. – 2015. – Т. 8, № 42. – С. 1. – Режим доступа: <http://psystudy.ru>. – Дата доступа: 07.07.2016.
- 316.** Маслоу, А. Дальние пределы человеческой психики / А. Маслоу. – М. : Евразия, 1997. – 430 с.
- 317.** Мировоззренческая культура личности (философские проблемы формирования) / В. П. Иванов, Е. К. Быстрицкий, Н. Ф. Тарасенко [и др.]. – Киев : Наукова думка, 1986. – 295 с.
- 318.** Митина, Л. М. Психология труда и профессионального развития учителя / Л. М. Митина. – М. : Академия, 2004. – 320 с.
- 319.** Митина, Л. М. Смысл жизни, экзистенциальные ценности и профессиональные деформации личности педагога / Л. М. Митина // Психологические проблемы смысла жизни и акме : материалы XVI симпозиума / под ред. Г. А. Вайзер, Н. В. Кисельниковой. – М. : Изд-во «Психол. ин-т РАО», 2011. – С. 113–115.
- 320.** Митина, Л. М. Смысловые координаты педагогической деятельности / Л. М. Митина // Психологические проблемы смысла жизни и акме : материалы XIII симпозиума / под ред. Г. А. Вайзер, Н. В. Волковой. – М. : Изд-во «Психол. ин-т РАО», 2008. – С. 71–73.
- 321.** Митина, Л. М. Философские и психологические аспекты смысла жизни и духовности в личностно-профессиональном развитии человека / Л. М. Митина // Психологические проблемы смысла жизни и акме : материалы XV симпозиума / под ред. Г. А. Вайзер, Н. В. Кисельниковой. – М. : Изд-во «Психол. ин-т РАО», 2010. – С. 80–82.

- 322.** Мозговой, О. В. Понятие и сущность личной жизни человека на современном этапе развития общества и законодательства / О. В. Мозговой // Евраз. юрид. журн. – 2009. – № 3. – С. 5–12.
- 323.** Моросанова, В. И. Индивидуальный стиль саморегуляции: феномен, структура и функции в произвольной активности человека / В. И. Моросанова. – М. : Наука, 2001. – 192 с.
- 324.** Моросанова, В. И. Саморегуляция и индивидуальность человека / В. И. Моросанова. – М. : Наука, 2012. – 519 с.
- 325.** Москаленко, А. Т. Смысл жизни и личность / А. Т. Москаленко, В. Ф. Сержантов. – Новосибирск : Наука, 1989. – 202 с.
- 326.** Муздыбаев, К. Психология ответственности / К. Муздыбаев. – Л. : Наука, 1983. – 325 с.
- 327.** Мэй, Р. Проблема тревоги / Р. Мэй. – М. : Эксмо-Пресс, 2001. – 432 с.
- 328.** Мягков, А. Ю. Шкалы лжи из опросника MMPI: опыт экспериментальной валидации / А. Ю. Мягков // Социол. исследования. – 2002. – № 7. – С. 117–130.
- 329.** Мягков, А. Ю. Шкалы лжи: опыт социологической реинтерпретации / А. Ю. Мягков // Вестн. ИГЭУ. – 2006. – Вып. 1. – С. 66–73.
- 330.** Назаретян, А. П. «Мораль бронзы» и «мораль стали». Загадка осевой революции / А. П. Назаретян // Философ. науки. – 2007. – № 12. – С. 5–26.
- 331.** Назаретян, А. П. Антропология насилия и культура самоорганизации. Очерки по эволюционно-исторической психологии / А. П. Назаретян. – М. : АКИ, 2008. – 258 с.
- 332.** Нартова-Бочавер, С. К. Человек суверенный: психологическое исследование субъекта в его бытии / С. К. Нартова-Бочавер. – СПб. : Питер, 2008. – 400 с.
- 333.** Некрасова, Е. В. Пространственно-временная организация жизненного мира человека : дис. ... д-ра психол. наук : 19.00.01 / Е. В. Некрасова. – Барнаул, 2005. – 344 л.
- 334.** Немировский, В. Г. Структура и динамика смысложизненных ориентаций студенческой молодежи: постнеклассический подход / В. Г. Немировский, Е. В. Соколова. – Красноярск : РИЦ КрасГУ, 2006. – 272 с.
- 335.** Немировский, В. Г. В поисках смысла жизни и справедливости: студенчество России на пороге XXI века / В. Г. Немировский, С. И. Григорьев. – Барнаул : Алт. кн. изд-во, 1995. – 188 с.
- 336.** Немировский, В. Г. Российский кризис в зеркале постнеклассической социологии / В. Г. Немировский. – М. : УРСС, 2008. – 198 с.
- 337.** Немировский, В. Г. Смысл жизни. Поиски и проблемы / В. Г. Немировский. – Киев : Политиздат Украины, 1990. – 223 с.
- 338.** Нефагина, Я. Н. Моделирование структуры личностных предикторов интенсивности переживания смысложизненного кризиса / Я. Н. Нефагина // Теория и практика общественного развития. – 2015. – № 20. – С. 329–334.
- 339.** Никольская, И. М. Психологическая защита у детей / И. М. Никольская, Р. М. Грановская. – СПб. : Речь, 2000. – 507 с.
- 340.** Новые методы субъектной психодиагностики / К. В. Карпинский [и др.]; под науч. ред. К. В. Карпинского. – Гродно : ГрГУ, 2015. – 174 с.
- 341.** Нуркова, В. В. Автобиографическая память в оптике культурно-исторической и деятельностной методологии / В. В. Нуркова // Психология. Журн. Высш. шк. экономики. – 2010. – Т. 7, № 2. – С. 46–63.
- 342.** Нюттен, Ж. Мотивация, действие и перспектива будущего / Ж. Нюттен. – М. : Смысл, 2004. – 608 с.
- 343.** Обухова, Л. Ф. Возрастная психология / Л. Ф. Обухова. – М. : МГППУ, 2009. – 460 с.
- 344.** Обуховский, К. Галактика потребностей. Психология влечений человека / К. Обуховский. – СПб. : Речь, 2003. – 296 с.

- 345.** Обуховский, К. Психологическая теория строения и развития личности / К. Обуховский // Психология формирования и развития личности / под ред. Л. И. Анцыферовой. – М. : Наука, 1981. – С. 45–67.
- 346.** Обуховский, К. Психология влечений человека / К. Обуховский. – М. : Прогресс, 1972. – 248 с.
- 347.** Одинцова, М. А. Ценностно-смысловая сфера лиц разного виктимного типа / М. А. Одинцова, М. Ю. Чернобровкина. – М. : Флинта, 2014. – 180 с.
- 348.** Осин, Е. Н. Апробация русскоязычных версий двух шкал экспресс-оценки субъективного благополучия / Е. Н. Осин, Д. А. Леонтьев // Материалы III всерос. социол. конгресса. – М. : Ин-т социол. РАН, 2008.
- 349.** Осин, Е. Н. Измерение позитивных и негативных эмоций: разработка русскоязычного аналога методики PANAS / Е. Н. Осин // Психология. Журн. Высш. шк. экономики. – 2012. – Т. 9, № 4. – С. 91–110.
- 350.** Осин, Е. Н. ИмPLICITные концепции смысла жизни и осмысленной жизни / Е. Н. Осин, С. С. Кузнецова, А. В. Малютина // 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. – С. 118–138.
- 351.** Осин, Е. Н. Отчуждение и утрата смысла: к вопросу о соотношении понятий / Е. Н. Осин // Проблема смысла в науках о человеке (к 100-летию Виктора Франкла) / под ред. Д. А. Леонтьева. – М. : Смысл, 2005. – С. 174–176.
- 352.** Осин, Е. Н. Проблема социальной желательности в исследованиях личностного потенциала / Е. Н. Осин // Личностный потенциал: структура и диагностика / под ред. Д. А. Леонтьева. – М. : Смысл, 2011. – С. 454–468.
- 353.** Осин, Е. Н. Смыслоутрата и отчуждение / Е. Н. Осин, Д. А. Леонтьев // Культурно-историческая психология. – 2007. – № 4. – С. 68–77.
- 354.** Осин, Е. Н. Смыслоутрата как переживание отчуждения: структура и диагностика : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01 / Е. Н. Осин ; Моск. гос. ун-т. – М., 2007. – 217 л.
- 355.** Осин, Е. Н. Эмпирическая типология смыслов жизни в США и России / Е. Н. Осин, Д. А. Леонтьев // Смысл жизни и акме: 10 лет поиска : в 2 ч. / под ред. А. А. Водаева, Г. А. Вайзер, Н. А. Карповой, В. Э. Чудновского. – М. : Смысл, 2004. – Ч. 1. – С. 72–81.
- 356.** Осичка, А. В. Особенности целеполагания личности в условиях жизненного кризиса / А. В. Осичка // Вестн. Одес. нац. ун-та. Психология. – 2009. – Т. 14 (17). – С. 372–380.
- 357.** Осницкий, А. К. Проблемы исследования субъектной активности / А. К. Осницкий // Вопросы психологии. – 1996. – № 1. – С. 5–19.
- 358.** Осницкий, А. К. Регуляция деятельности и направленность личности / А. К. Осницкий. – М. : Изд-во Моск. экон.-лингвист. ин-та, 2007. – 232 с.
- 359.** Панов, В. И. Экологическая психология: опыт построения методологии / В. И. Панов. – М. : Наука, 2004. – 196 с.
- 360.** Панов, В. И. Экопсихология: Парадигмальный поиск / В. И. Панов. – М. : Изд-во «Психол. ин-т РАО»; СПб. : Нестор-История, 2014. – 304 с.
- 361.** Пантилеев, С. Р. Самоотношение как эмоционально-оценочная система / С. Р. Пантилеев. – М. : Изд-во Моск. ун-та, 1991. – 110 с.
- 362.** Патяева, Е. Ю. Ситуативное развитие и уровни мотивации / Е. Ю. Патяева // Вестн. Моск. ун-та. Сер. 14, Психология. – 1983. – № 4. – С. 23–33.
- 363.** Пашукова, Т. И. Психологическая помощь при потере смысла жизни и суицидальных установках в юношеском возрасте / Т. И. Пашукова // Психологические проблемы смысла жизни и акме : материалы XIII симпозиума / под ред. Г. А. Вайзер, Н. В. Волковой. – М. : Изд-во «Психол. ин-т РАО», 2008. – С. 190–192.

- 364.** Пашукова, Т. И. Формирование мировоззрения и смысложизненные ориентации в юношеском возрасте / Т. И. Пашукова // Психологические проблемы смысла жизни и акме : материалы XIV симпозиума / под ред. Г. А. Вайзер, Н. В. Кисельниковой. – М. : Изд-во «Психол. ин-т РАО», 2009. – С. 93–95.
- 365.** Пашукова, Т. И. Эгоцентризм и суицидальные установки при потере смысла жизни / Т. И. Пашукова // Психологический, философский и религиозный аспекты смысла жизни : материалы III–IV симпозиумов / под ред. В. Э. Чудновского. – М. : Ось-89, 2001. – С. 240–248.
- 366.** Пергаменщик, Л. А. Кризисная психология / Л. А. Пергаменщик. – Минск : Выш. шк., 2004. – 288 с.
- 367.** Пергаменщик, Л. А. Опросник «Шкалы психологического благополучия» К. Рифф: процесс и результаты адаптации / Л. А. Пергаменщик, Н. Н. Лепешинский // Психол. диагностика. – 2007. – № 3. – С. 73–96.
- 368.** Пергаменщик, Л. А. Смысл жизни и война: анализируя документы двух эпох / Л. А. Пергаменщик, В. А. Орлова // Психология. – 2003. – № 3. – С. 64–83.
- 369.** Петровский, А. В. Основы теоретической психологии / А. В. Петровский, М. Г. Ярошевский. – М. : Инфра-М, 1998. – 319 с.
- 370.** Петровский, В. А. Индивидуальность, саморегуляция, гармония / В. А. Петровский // Моск. психотерапевт. журн. – 2008. – № 1. – С. 64–90.
- 371.** Петровский, В. А. Личность в психологии: парадигма субъектности / В. А. Петровский. – Ростов н/Д : Феникс, 1996. – 512 с.
- 372.** Петровский, В. А. Человек над ситуацией / В. А. Петровский. – М. : Смьсл, 2010. – 559 с.
- 373.** Петровский, В. А. Наука о личности: четыре проекта общей психологии / В. А. Петровский, Е. Б. Старовойтенко // Психология. Журн. Высш. шк. экономики. – 2012. – Т. 9, № 1. – С. 21–39.
- 374.** Поваренков, Ю. П. Проблемы психологии профессионального становления личности / Ю. П. Поваренков. – Саратов : СГСЭУ, 2013. – 322 с.
- 375.** Поваренков, Ю. П. Системогенетический подход к проблеме профессионального развития личности / Ю. П. Поваренков // Личность профессионала в современном мире / под ред. А. Г. Дикой, А. Л. Журавлева. – М. : Изд-во «Ин-т психол. РАН», 2014. – С. 127–145.
- 376.** Поливанова, К. Н. Детство в меняющемся мире / К. Н. Поливанова // Современная зарубежная психология. – 2016. – Т. 5, № 2. – С. 5–10.
- 377.** Поливанова, К. Н. Психология возрастных кризисов / К. Н. Поливанова. – М. : Академия, 2000. – 180 с.
- 378.** Понизовкина, И. Ф. Проблема утраты смысложизненных ориентиров и ее преодоление / И. Ф. Понизовкина // Человек – наука – гуманизм : к 80-летию со дня рождения акад. И. Т. Фролова / отв. ред. А. А. Гусейнов. – М. : Наука, 2009. – С. 724–730.
- 379.** Попов, В. Н. Взаимосвязь категорий счастья и смысла жизни / В. Н. Попов. – М. : Наука, 1986. – 94 с.
- 380.** Попова, Т. А. Смысложизненный аспект процесса становления Я-концепции подростка / Т. А. Попова // Вестн. Моск. гос. обл. ун-та. Сер. «Психологические науки». – 2008. – № 4. – С. 93–99.
- 381.** Попогребский, А. П. Влияние инфаркта миокарда на смысловую сферу человека / А. П. Попогребский // Психол. журн. – 1998. – Т. 19, № 5. – С. 113–118.
- 382.** 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. Шур. – М. : Смьсл, 1997. – С. 177–201.
- 383.** Прихожан, А. М. Подросток в учебнике и в жизни: кризис тринадцати лет / А. М. Прихожан, Н. Н. Толстых // На пороге взросления : сб. науч. ст. – М. : Изд-во МГППУ, 2011. – С. 14–22.

- 384.** Проблема смысла в науках о человеке (к 100-летию Виктора Франкла) : материалы Междунар. конф. / под ред. Д. А. Леонтьева. – М. : Смысл, 2005. – 280 с.
- 385.** Прохоров, А. О. Смысловая регуляция психических состояний / А. О. Прохоров. – М. : Изд-во «Ин-т психол. РАН», 2009. – 352 с.
- 386.** Прыгин, Г. С. Психология самостоятельности / Г. С. Прыгин. – Ижевск ; Набережные Челны : Изд-во Ин-та управления, 2009. – 408 с.
- 387.** Психологическая диагностика / под ред. М. К. Акимовой, К. М. Гуревича. – СПб. : Питер, 2006. – 652 с.
- 388.** Психологические проблемы смысла жизни и акме : материалы XV симпозиума / под ред. Г. А. Вайзер, Н. В. Кисельниковой. – М. : Изд-во «Психол. ин-т РАО», 2010. – 254 с.
- 389.** Психологические проблемы смысла жизни и акме : материалы XVI симпозиума / под ред. Г. А. Вайзер, Н. В. Кисельниковой, Т. А. Поповой – М. : Изд-во «Психол. ин-т РАО», 2011. – 298 с.
- 390.** Психологические проблемы смысла жизни и акме : материалы XVIII симпозиума / под ред. Г. А. Вайзер, Н. В. Кисельниковой, Т. А. Поповой – М. : Изд-во «Психол. ин-т РАО», 2012. – 331 с.
- 391.** Психологические проблемы смысла жизни и акме : материалы XVIII симпозиума / под ред. Г. А. Вайзер, Н. В. Кисельниковой, Т. А. Поповой – М. : Изд-во «Психол. ин-т РАО», 2013. – 306 с.
- 392.** Психологические проблемы смысла жизни и акме : материалы XIX симпозиума / под ред. Г. А. Вайзер, Н. В. Кисельниковой, Т. А. Поповой – М. : Изд-во «Психол. ин-т РАО», 2014. – 306 с.
- 393.** Психологические, философские и религиозные аспекты смысла жизни : материалы III–V симпозиумов / под ред. А. А. Бодалева, Г. А. Вайзер, Н. Л. Карповой, В. Э. Чудновского. – М. : Ось-89, 2001. – 336 с.
- 394.** 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.
- 395.** Психолого-педагогические и философские проблемы смысла жизни : материалы I–II симпозиумов / под ред. А. А. Бодалева, В. Э. Чудновского. – М. : Изд-во «Психол. ин-т РАО», 1997. – 232 с.
- 396.** Ростова, Е. Н. Психологические особенности интерпретации смысла жизни взрослыми различной этноконфессиональной принадлежности / Е. Н. Ростова. – Таганрог : Изд. А. Н. Ступин, 2013. – 138 с.
- 397.** Рубинштейн, С. Л. Бытие и сознание / С. Л. Рубинштейн. – М. : Изд-во АН СССР, 1957. – 328 с.
- 398.** Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. – СПб. : Питер, 2002. – 720 с.
- 399.** Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии : в 2 т. / С. Л. Рубинштейн. – М. : Педагогика, 1989. – Т. 2. – 328 с.
- 400.** Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии : в 2 т. / С. Л. Рубинштейн. – М. : Педагогика, 1989. – Т. 1. – 488 с.
- 401.** Рубинштейн, С. Л. Принцип творческой самодеятельности / С. Л. Рубинштейн // Вопросы психологии. – 1986. – № 4. – С. 101–108.
- 402.** Рубинштейн, С. Л. Проблемы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. – М. : Педагогика, 1973. – 424 с.
- 403.** Русанова, О. А. Психологические особенности развития структурно-содержательных характеристик смысла жизни юношей и девушек : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.13 / О. А. Русанова ; Астрах. гос. ун-т. – Астрахань, 2006. – 144 л.
- 404.** Рябкина, З. И. Перспективы исследований личности с теоретико-методологических позиций психологии субъекта / З. И. Рябкина // Человек. Сообщество. Управление. – 2013. – № 3. – С. 6–19.

- 405.** Рябкина, З. И. Субъектно-бытийный подход к изучению развивающихся личностей противоречий / З. И. Рябкина // Психол. журн. – 2008. – Т. 29, № 2. – С. 78–87.
- 406.** Салатова, Л. М. Отражение образа кризиса российскими СМИ / Л. М. Салатова // Полит. лингвистика. – 2011. – № 3 (37). – С. 162–166.
- 407.** Салихова, Н. Р. Реализуемость личностных ценностей в ситуации жизненного кризиса / Н. Р. Салихова // Психол. журн. – 2009. – Т. 30, № 1. – С. 44–51.
- 408.** Салихова, Н. Р. Ценностно-смысловая организация жизненного пространства личности / Н. Р. Салихова. – Казань : Казан. ун-т, 2010. – 452 с.
- 409.** Салихова, Н. Р. Ценностно-смысловая регуляция жизнедеятельности субъекта : автореф. дис. ... д-ра психол. наук : 19.00.01 / Н. Р. Салихова. – Казань, 2011. – 45 с.
- 410.** Салихова, Н. Р. Человек как субъект жизни в континууме представлений о субъекте в психологии // Н. Р. Салихова // Актуальные проблемы психологии личности : сб. науч. ст. / ГрГУ им. Я. Купалы ; науч. ред. К. В. Карпинский, Н. Р. Салихова. – Гродно : ГрГУ, 2013. – С. 28–45.
- 411.** Сапогова, Е. Е. Лиминальность: Опыт экзистенциально-психологической интерпретации / Е. Е. Сапогова. – Saarbrücken : LAP, 2010. – 176 с.
- 412.** Сапогова, Е. Е. Экзистенциальная психология взрослости / Е. Е. Сапогова. – М. : Смысл, 2013. – 767 с.
- 413.** Сарджвеладзе, Н. И. Динамическая структура личности и социальные потребности / Н. И. Сарджвеладзе // Проблемы формирования социальных потребностей / под ред. Ш. Н. Чхартишвили. – Тбилиси : Мецниереба, 1981. – С. 191–201.
- 414.** Свендсен, Л. Философия скуки / Л. Свендсен. – М. : Прогресс-Традиция, 2007. – 256 с.
- 415.** Северцов, А. Н. Введение в теорию эволюции / А. С. Северцов. – М. : Изд-во Моск. ун-та, 1981. – 318 с.
- 416.** Селигман, М. Путь к процветанию. Новое понимание счастья и благополучия / М. Селигман. – М. : Манн, Иванов и Фербер, 2013. – 440 с.
- 417.** Сенин, И. Г. Модифицированный вариант опросника терминальных ценностей (ОТеЦ-2) / И. Г. Сенин. – Ярославль : НПЦ «Психодиагностика», 2001. – 24 с.
- 418.** Сенкевич, Л. В. Опросник «Переживание экзистенциального кризиса»: первый этап апробации / Л. В. Сенкевич // Системная психология и социология. – 2015. – Т. 4, № 16. – С. 46–54.
- 419.** Сенкевич, Л. В. Психология экзистенциальных кризисов / Л. В. Сенкевич. – Тула : Изд-во Тул. гос. пед. ун-та им. Л. Н. Толстого, 2012. – 143 с.
- 420.** Сергиенко, Е. А. Контроль поведения как субъектная регуляция / Е. А. Сергиенко, Г. А. Виленская, Ю. В. Ковалева. – М. : Изд-во «Ин-т психол. РАН», 2010. – 352 с.
- 421.** Сергиенко, Е. А. Системно-субъектный подход: обоснование и перспектива / Е. А. Сергиенко // Психол. журн. – 2011. – Т. 32, № 1. – С. 120–132.
- 422.** Серкин, В. П. Методы психологии субъективной семантики и психосемантики / В. П. Серкин. – М. : Изд-во «Пчела», 2008. – 382 с.
- 423.** Серый, А. В. Применение теста смысловых состояний (новая концептуализация) / А. В. Серый, А. В. Юпитов // Сибирская психология сегодня : сб. науч. тр. – Кемерово, 2003. – Вып. 2. – С. 55–72.
- 424.** Серый, А. В. Система личностных смыслов: структура, функции, динамика / А. В. Серый. – Кемерово : Кузбассвузиздат, 2004. – 272 с.
- 425.** Серый, А. В. Смысловые аспекты переживания кризиса социальной идентичности при вынужденной смене жизненной ситуации [Электронный

ресурс] / А. В. Серый, М. С. Яницкий // Психол. исследования. – 2015. – Т. 8, № 43. – 12 с. – Режим доступа: <http://psystudy.ru>. – Дата доступа: 27.02.2016.

426. Серый, А. В. Трансформация системы личностных смыслов в ситуации вынужденной потери работы / А. В. Серый, М. Б. Семенова // Вестн. Кемер. гос. ун-та. – 2010. – № 3 (43). – С. 106–110.

427. Сидорина, Т. Ю. Философия кризиса / Т. Ю. Сидорина. – М. : Флинта ; Наука, 2003. – 456 с.

428. Слободчиков, В. И. О соотношении категорий «субъект» и «личность» / В. И. Слободчиков // Личность в парадигмах и метафорах: ментальность – коммуникация – толерантность / под ред. В. И. Кабрина. – Томск, 2002. – С. 20–30.

429. Слободчиков, В. И. Психология развития человека: Развитие субъективной реальности в онтогенезе / В. И. Слободчиков, Е. И. Исаев. – М. : Изд-во ПСТГУ, 2013. – 400 с.

430. Слободчиков, В. И. Психология человека. Основы психологической антропологии / В. И. Слободчиков, Е. И. Исаев. – М. : Школа-Пресс, 1995. – 384 с.

431. Словарь иностранных слов. – М. : ГИИНС, 1954. – 853 с.

432. Слотина, Т. В. Опросник «Отношение к жизни, смерти и кризисной ситуации» (ОЖСК) А. А. Бакановой / Т. В. Слотина // Психология личности : учеб. пособие / Т. В. Слотина. – СПб. : Питер, 2008. – С. 260–268.

433. Смирнов, С. Д. Методологические уроки концепции А. Н. Леонтьева / С. Д. Смирнов // Вестн. Моск. ун-та. Сер. 14, Психология. – 1993. – № 2. – С. 15–25.

434. Смирнова, Е. О. Детская психология / Е. О. Смирнова. – СПб. : Питер, 2009. – 304 с.

435. Смысл жизни и акме: 10 лет поиска : материалы VIII–X симпозиумов : в 2 ч. / под ред. А. А. Бодалева, Г. А. Вайзер, Н. Л. Карповой, В. Э. Чудновского. – М. : Смысл, 2004. – Ч. 1. – 328 с.

436. Смысл жизни и акме: 10 лет поиска : материалы VIII–X симпозиумов : в 2 ч. / под ред. А. А. Бодалева, Г. А. Вайзер, Н. Л. Карповой, В. Э. Чудновского. – М. : Смысл, 2004. – Ч. 2. – 224 с.

437. Смысл жизни, акме и профессиональное становление педагога / под ред. В. Э. Чудновского. – М. : ИГ-СОЦИН, 2008. – 532 с.

438. Смысл жизни. Антология / ред.-сост. Н. К. Гаврюшин. – М. : Прогресс-Культура, 1994. – 592 с.

439. Солдатова, Е. Л. Психология нормативных кризисов взрослости / Е. Л. Солдатова. – Челябинск : Изд-во ЮУрГУ, 2005. – 281 с.

440. Сопов, В. Ф. Морфологический тест жизненных ценностей: Руководство по применению / В. Ф. Сопов, Л. В. Карпушина. – Самара : Изд-во САМИКП ; СНЦ РАН, 2002. – 56 с.

441. Сохань, Л. В. Жизненная программа личности как способ сознательной организации ее жизнедеятельности / Л. В. Сохань, Л. М. Кириллова // Стиль жизни личности: Теоретические и методологические проблемы / под ред. Л. В. Сохань. – Киев : Наукова думка, 1982. – С. 228–255.

442. Старовойтенко, Е. Б. Психология личности в парадигме жизненных отношений / Е. Б. Старовойтенко. – М. : Трикта, 2004. – 253 с.

443. Старовойтенко, Е. Б. Роль противоречий в жизни личности / Е. Б. Старовойтенко, А. Н. Исаева // Мир психологии. – 2010. – № 2. – С. 230–241.

444. Степин, В. С. Классика, неклассика, постнеклассика: критерии различия / В. С. Степин // Постнеклассика: философия, наука, культура. – СПб. : Мирь, 2009. – С. 249–295.

445. Стиль жизни личности: Теоретические и методологические проблемы / под ред. Л. В. Сохань. – Киев : Наукова думка, 1982. – 372 с.

- 446.** Столин, В. В. Самосознание личности / В. В. Столин. – М. : Изд-во Моск. ун-та, 1983. – 284 с.
- 447.** Стреляу, Я. Методика диагностики темперамента (формально-динамических характеристик поведения) / Я. Стреляу [и др.]. – М. : Смысл, 2009. – 104 с.
- 448.** Стресс, выгорание, совладание в современном контексте / под ред. А. А. Журавлева, Е. А. Сергиенко. – М. : Изд-во «Ин-т психол. РАН», 2011. – 512 с.
- 449.** Суворов, А. В. Смысл жизни и воля к жизни / А. В. Суворов // Психолого-педагогические и философские проблемы смысла жизни / под ред. А. А. Бодалева, В. Э. Чудновского. – М. : Изд-во «Психол. ин-т РАО», 1997. – С. 40–57.
- 450.** Сыманюк, Э. Э. Психология профессионально обусловленных кризисов / Э. Э. Сыманюк. – М. : МПСИ, 2004. – 320 с.
- 451.** Тарабрина, Н. В. Практикум по психологии посттравматического стресса / Н. В. Тарабрина. – СПб. : Питер, 2001. – 272 с.
- 452.** Теплов, Б. М. Избранные труды : в 2 т. / Б. М. Теплов. – М. : Педагогика, 1985. – Т. 1. – 329 с.
- 453.** Тиллих, П. Избранное: Теология культуры / П. Тиллих. – М. : Юрист, 1995. – 479 с.
- 454.** Толочек, В. А. Стили деятельности. Ресурсный подход / В. А. Толочек. – М. : Изд-во «Ин-т психол. РАН», 2015. – 365 с.
- 455.** Толстой, Л. Н. Анна Каренина / Л. Н. Толстой // Собр. соч. : в 22 т. / Л. Н. Толстой. – М. : Худ. лит., 1983. – Т. 9. – 832 с.
- 456.** Толстой, Л. Н. Исповедь / Л. Н. Толстой // Собр. соч. : в 22 т. / Л. Н. Толстой. – М. : Худ. лит., 1983. – Т. 16. – С. 106–155.
- 457.** Толстой, Л. Н. Так что же нам делать? Исповедь / Л. Н. Толстой. – М. : URSS : ЛИБРОКОМ, 2012. – 293 с.
- 458.** Толстых, Н. Н. Хронотоп: культура и онтогенез / Н. Н. Толстых. – Смоленск ; М. : Универсум, 2010. – 312 с.
- 459.** Труженикова, Н. С. Психологические условия развития личности в процессе преодоления экзистенциальных кризисов середины жизни : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01 / Н. С. Труженикова ; Дагестан. гос. ун-т. – Сочи, 2006. – 22 с.
- 460.** Тульчинский, Г. А. Свобода и смысл. Новый сдвиг гуманитарной парадигмы / Г. А. Тульчинский. – Edwin Mellen Press, 2001. – 462 с.
- 461.** Тульчинский, Г. А. Смысл и гуманитарное знание / Г. А. Тульчинский // Проблема смысла в науках о человеке (к 100-летию Виктора Франкла) : материалы Междунар. конф. – М. : Смысл, 2005. – С. 7–26.
- 462.** Тхостов, А. Ш. Культура и патология: побочные эффекты социализации / А. Ш. Тхостов, К. Г. Сурнов // Психологическая теория деятельности: вчера, сегодня, завтра / под ред. А. А. Леонтьева. – М. : Смысл, 2006. – С. 187–204.
- 463.** Ульянова, И. В. Формирование смысложизненных ориентаций учащихся / И. В. Ульянова // Педагогика. – 2007. – № 7. – С. 43–50.
- 464.** Фельдштейн, Д. И. Психология взросления: структурно-содержательные характеристики процесса развития личности : избр. тр. / Д. И. Фельдштейн. – М. : МПСИ, 2004. – 672 с.
- 465.** Феномен и категория зрелости в психологии / отв. ред. А. А. Журавлев, Е. А. Сергиенко. – М. : Изд-во «Ин-т психол. РАН», 2007. – 252 с.
- 466.** Фесенко, П. П. Осмысленность жизни и психологическое благополучие личности : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01 / П. И. Фесенко ; Рос. гос. гуманитар. ун-т. – М., 2005. – 206 с.
- 467.** Фонарев, А. Р. Профессиональная деятельность как смысл жизни и акме профессионала / А. Р. Фонарев // Мир психологии. – 2001. – № 2. – С. 104–109.

- 468.** Франкл, В. Человек в поисках смысла / В. Франкл. – М. : Прогресс, 1990. – 368 с.
- 469.** Фрейд, А. Психология Я и защитные механизмы / А. Фрейд. – М. : Педагогика, 1993. – 144 с.
- 470.** Фромм, Э. Иметь или быть? / Э. Фромм. – М. : АСТ, 2010. – 314 с.
- 471.** Хазова, С. А. Ментальные ресурсы субъекта: феноменология и динамика / С. А. Хазова. – Кострома : КГУ им. Н. А. Некрасова, 2013. – 430 с.
- 472.** Хазова, С. А. Ресурсы субъектности: теория и практика исследования / С. А. Хазова, Е. А. Дорьева. – Кострома : КГУ им. Н. А. Некрасова, 2012. – 250 с.
- 473.** Хайдеггер, М. Время и бытие / М. Хайдеггер. – СПб. : Наука, 2002. – 451 с.
- 474.** Харламенкова, Н. Е. Проблема опосредствования в истории и теории психологии // Психол. журн. – 2008. – Т. 29, № 2. – С. 41–51.
- 475.** Хащенко, Н. Н. Социально-психологические факторы жизнедеятельности личности на экологически неблагоприятных территориях: Чернобыльский след : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.05 / Н. Н. Хащенко ; Ин-т психол. РАН. – М., 2002. – 25 с.
- 476.** Хекхаузен, Х. Мотивация и деятельность / Х. Хекхаузен. – СПб. : Питер ; М. : Смысл, 2003. – 487 с.
- 477.** Хесле, В. Кризис индивидуальной и коллективной идентичности / В. Хесле // Вопросы философии. – 1994. – № 1. – С. 112–123.
- 478.** Холлис, Дж. Перевал в середине пути: Как преодолеть кризис среднего возраста и найти новый смысл жизни / Дж. Холлис. – М. : Когито-Центр, 2009. – 208 с.
- 479.** Холондович, Н. Е. Личностные кризисы в жизни гения / Н. Е. Холондович // Психологические исследования личности: история, современное состояние, перспективы / под ред. М. И. Воловиковой, А. Л. Журавлева, Н. Е. Харламенковой. – М. : Изд-во «Ин-т психол. РАН», 2016. – С. 156–167.
- 480.** Хюбнер, Б. Смысл в бес-СМЫСЛЕННОЕ время: метафизические расчеты, просчеты и сведение счетов / Б. Хюбнер. – Минск : Экономпресс, 2006. – 384 с.
- 481.** Цыдзик, А. К. Методика измерения степени актуализации экзистенциальных проблем / А. К. Цыдзик // Аняевские чтения-1999 : тез. докл. науч.-практ. конф. – СПб. : СПбГУ, 1999. – С. 481–483.
- 482.** Чиксентмихайи, М. Поток: Психология оптимального переживания / М. Чиксентмихайи. – М. : Смысл : Альпина нон-фикшн, 2012. – 461 с.
- 483.** Чудновский, В. Э. «Единомыслие» как психологический механизм деформации смысложизненных ориентаций / В. Э. Чудновский // Проблема смысла в наука о человеке (к 100-летию Виктора Франкла) : материалы Междунар. конф. – М. : Смысл, 2005. – С. 166–168.
- 484.** Чудновский, В. Э. К проблеме адекватности смысла жизни / В. Э. Чудновский // Мир психологии. – 1999. – № 2. – С. 74–80.
- 485.** Чудновский, В. Э. О некоторых «болевых точках» становления личности / В. Э. Чудновский // Психол. журн. – 2006. – Т. 27, № 3. – С. 5–17.
- 486.** Чудновский, В. Э. Отдаленная ориентация поведения и деятельности человека как психологическая проблема / В. Э. Чудновский // Вестн. Моск. гос. обл. ун-та. Сер. «Психологические науки». – 2009. – № 4. – С. 6–15.
- 487.** Чудновский, В. Э. Проблема монолитного смысла жизни / В. Э. Чудновский // Психологические проблемы смысла жизни и акме : материалы XI симпозиума / под ред. Г. А. Вайзер, Е. Е. Вахромова. – М. : Изд-во «Психол. ин-т РАО», 2006. – С. 11–12.
- 488.** Чудновский, В. Э. Проблема становления смысложизненных ориентаций личности / В. Э. Чудновский // Психол. журн. – 2004. – Т. 25, № 6. – С. 5–11.

- 489.** Чудновский, В. Э. Проблема субъективности в свете современных задач воспитания / В. Э. Чудновский // Вопросы психологии. – 1988. – № 4. – С. 15–25.
- 490.** Чудновский, В. Э. Психологические составляющие оптимального смысла жизни / В. Э. Чудновский // Вопросы психологии. – 2003. – № 3. – С. 3–14.
- 491.** Чудновский, В. Э. Смысл жизни и судьба / В. Э. Чудновский // Общественные науки и современность. – 1998. – №1. – С. 175–183.
- 492.** Чудновский, В. Э. Смысл жизни: некоторые итоги исследования / В. Э. Чудновский // Психол. журн. – 2015. – Т. 36, № 1. – С. 5–19.
- 493.** Чудновский, В. Э. Смысл жизни: проблема относительной эмансипированности от внешнего и внутреннего / В. Э. Чудновский // Психол. журн. – 1995. – Т. 16, № 2. – С. 15–26.
- 494.** Чудновский, В. Э. Становление личности и проблема смысла жизни : Избранные труды / В. Э. Чудновский. – М. : Изд-во МСПИ, 2006. – 768 с.
- 495.** Чуприкова, Н. И. Психика и психические процессы (система понятий общей психологии) / Н. И. Чуприкова. – М. : Знак, 2015. – 608 с.
- 496.** Чхартишвили, Ш. Н. Проблема личности в психологии установки // Ш. Н. Чхартишвили // Д. Н. Узнадзе – классик советской психологии : психол. исследования, посвящ. 100-летию со дня рождения Д. Н. Узнадзе. – Тбилиси : Мецниереба, 1986.
- 497.** Шадриков, В. Д. От индивида к индивидуальности / В. Д. Шадриков. – М. : Изд-во «Ин-т психол. РАН», 2009. – 540 с.
- 498.** Шадриков, В. Д. Проблемы системогенеза профессиональной деятельности / В. Д. Шадриков. – М. : Наука, 1982. – 185 с.
- 499.** Шадриков, В. Д. Психологический анализ деятельности / В. Д. Шадриков. – Ярославль : ЯГПУ, 1979. – 182 с.
- 500.** Шаров, А. С. Жизненный кризис в развитии личности / А. С. Шаров. – Омск : ОмГТУ, 2005. – 166 с.
- 501.** Шевеленкова, Т. Д. Психологическое благополучие личности / Т. Д. Шевеленкова, Т. П. Фесенко // Психол. диагностика. – 2005. – № 3. – С. 95–121.
- 502.** Шмальгаузен, И. И. Факторы эволюции: теория стабилизирующего отбора / И. И. Шмальгаузен. – М. : Наука, 1969. – 494 с.
- 503.** Шмелева, Т. В. Кризис как ключевое слово текущего момента / Т. В. Шмелева // Полит. лингвистика. – 2009. – № 2 (28). – С. 63–67.
- 504.** Эленберг, Г. Клиническое введение в психиатрическую феноменологию и экзистенциальный анализ / Г. Эленберг // Экзистенциальная психология. Экзистенция. – М. : Апрель Пресс ; Изд-во «Эксмо-Пресс», 2001. – С. 201–236.
- 505.** Эльконин, В. Д. Введение в психологию развития (в традиции культурно-исторической теории Л. С. Выготского) / В. Д. Эльконин. – М. : Тривола, 1994. – 168 с.
- 506.** Эльконин, В. Д. Кризис детства и основания проектирования форм детского развития / В. Д. Эльконин // Вопросы психологии. – 1992. – № 3. – С. 7–13.
- 507.** Эльконин, Д. Б. Избранные психологические труды / Д. Б. Эльконин. – М. : Педагогика, 1989. – 560 с.
- 508.** Эммонс, Р. Психология высших устремлений: мотивация и духовность личности / Р. Эммонс. – М. : Смысл, 2004. – 416 с.
- 509.** Эриксон, Э. Идентичность: юность и кризис / Э. Эриксон. – М. : Флинта : МПСИ : Прогресс, 2006. – 352 с.
- 510.** Эшби, У. Р. Введение в кибернетику / У. Р. Эшби. – М. : Изд-во иностр. лит., 1959. – 432 с.
- 511.** Юдин, Б. Г. Методологический анализ как направление изучения науки / Б. Г. Юдин. – М. : Наука, 1986. – 261 с.

- 512.** Юдин, Э. Г. Методология науки. Системность. Деятельность / Э. Г. Юдин. – М. : УРСС, 1997. – 444 с.
- 513.** Юнг, К. Г. Архетип и символ / К. Г. Юнг. – М. : Ренессанс, 1991. – 304 с.
- 514.** Юнг, К. Г. Современность и будущее / К. Г. Юнг. – Минск : Университетское, 1992. – 62 с.
- 515.** Юревич, А. В. Нравственность в современной России [Электронный ресурс] / А. В. Юревич, Д. В. Ушаков // Психол. Исследования : электрон. науч. журн. – 2009. – № 1 (3). – Режим доступа: <http://psystudy.ru>. – Дата доступа: 14.03.2016.
- 516.** Ялом, И. Экзистенциальная психотерапия / И. Ялом. – М. : Класс, 1998. – 576 с.
- 517.** Янчук, В. А. Введение в современную социальную психологию / В. А. Янчук. – Минск : АСАР, 2005. – 768 с.
- 518.** Ярошевский, М. Г. А. С. Выготский и марксизм в советской психологии: к социальной истории российской науки / М. Г. Ярошевский // Психол. журн. – 1992. – Т. 13, № 5. – С. 84–99.
- 519.** Ясперс, К. Смысл и назначение истории / К. Ясперс. – М. : Политиздат, 1991. – 527 с.
- 520.** Abdel-Khalek, A. Love of life as a new construct in the well-being domain / A. Abdel-Khalek // Social Behavior and Personality. – 2007. – Vol. 35 (1). – P. 125–134.
- 521.** Adler, A. Der Sinn des Lebens / A. Adler. – Vienna : Passer, 1933. – 195 s.
- 522.** Adler, A. Sens zycia / A. Adler. – Warszawa : PWN, 1986. – 276 s.
- 523.** Adler, A. The meaning of life / A. Adler // Lancet. – 1931. – Vol. 217. – P. 225–228.
- 524.** Agrimson, L. B. Spiritual crisis: a concept analysis / L. B. Agrimson, L. B. Taft // Journal of Advanced Nursing. – 2009. – Vol. 65 (2). – P. 454–461.
- 525.** Antonovsky, A. Unraveling the mystery of health / A. Antonovsky. – San Francisco : Jossey Bass, 1987. – 326 p.
- 526.** Auhagen, A. E. On the psychology of meaning in life / A. E. Auhagen // Swiss Journal of Psychology. – 2000. – Vol. 59. – P. 34–48.
- 527.** Auhagen, A. E. Ultimate, provisional, and personal meaning of life: differences and common ground / A. E. Auhagen, F. Holub // Psychological Reports. – 2006. – Vol. 99 (1). – P. 131–146.
- 528.** Baltes, P. B. Lifespan theory in developmental psychology / P. B. Baltes, U. Lindenberger, U. M. Staudinger // Handbook of child psychology: Theoretical models of human development / ed. by R. M. Lerner. – N. Y. : Wiley, 1998. – P. 1029 – 1143.
- 529.** Barglow, R. The Crisis of Self in the Age of Information / R. Barglow. – London : Routledge, 1994. – 227 p.
- 530.** Baron, R. M. The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic and statistical considerations / R. M. Baron, D. A. Kenny // Journal of Personality and Social Psychology. – 1986. – Vol. 51. – P. 1173–1182.
- 531.** Bar-Tur, L. Sources of meaning in life for young and old Israeli Jews and Arabs / L. Bar-Tur, R. Savaya, E. Prager // Journal of Aging Studies. – 2001. – Vol. 15. – P. 253–269.
- 532.** Battista, J. The development of meaning in life / J. Battista, R. Almond // Psychiatry. – 1973. – Vol. 36. – P. 409–427.
- 533.** Baum, S. K. Sources of meaning through the lifespan / S. K. Baum, R. B. Stewart // Psychological Reports. – 1990. – Vol. 67. – P. 3–14.
- 534.** Baumeister, R. F. Meanings of life / R. F. Baumeister. – New York, NY : Guilford, 1991. – 257 p.

- 535.** Bellin, Z. The Quest to Capture Personal Meaning in Psychology / Z. Bellin // *International Journal of Existential Psychology and Psychotherapy*. – 2012. – Vol. 4 (1). – P. 4–30.
- 536.** Berger, P. Modernity, Pluralism and the Crisis of Meaning: The Orientation of Modern Man / P. Berger, T. T. Luckmann. – Gütersloh : Bertelsman Foundation Publishers, 1995. – 75 p.
- 537.** Bonebright, C. A. The relationship of workaholism with work-life conflict, life satisfaction, and purpose in life / C. A. Bonebright, D. L. Clay, R. D. Ankenmann // *Journal of Counseling Psychology*. – 2000. – Vol. 47. – P. 469–477.
- 538.** Brandstätter, M. Systematic review of meaning in life assessment instruments / M. Brandstätter, U. Baumann, G. D. Borasio, M. J. Fegg // *Psychology*. – 2012. – Vol. 21. – P. 1034–1052.
- 539.** Briggs, L. Demoralization or clinical depression? Enhancing understandings of psychological distress in resettled refugees and migrants / L. Briggs, S. Macleod // *World Cultural Psychiatry Research Review*. – 2010. – P. 86–98.
- 540.** Bronfenbrenner, U. Making human beings human: Bioecological perspectives on human development / U. Bronfenbrenner. – Thousand Oaks, CA : Sage, 2005. – 352 p.
- 541.** Bronk, K. C. Purpose in Life: A Critical Component of Optimal Youth Development / K. C. Bronk. – N. Y. : Springer, 2014. – 175 p.
- 542.** Brown, T. A. Confirmatory Factor Analysis for Applied Research / T. A. Brown. – New York ; London : Guilford Press, 2006. – 475 p.
- 543.** Brunelli, C. Italian validation of the Purpose in Life (PIL) test and the Seeking of Noetic Goals (SONG) test in a population of cancer patients / C. Brunelli, E. Bianchi, L. Murru, P. Monfomoso // *Supportive Care in Cancer*. – 2012. – Vol. 20. – P. 2775–2783.
- 544.** Brzozowski, P. Uniwersalność struktury wartości: koncepcja Shaloma H. Schwarza / P. Brzozowski // *Roczniki Psychologiczne*. – 2002. – № 5. – S. 27–52.
- 545.** Buhler, Ch. Meaningful Living in the Mature Years / Ch. Buhler // *Ag-ing and Leisure* / R. W. Kleemeier (Ed.). – New York : Oxford University Press, 1961. – P. 345–387.
- 546.** Bylski, N. C. Relationships among defense style, existential anxiety, and religiosity / N. C. Bylski, A. S. Westman // *Psychological Reports*. – 1991. – Vol. 68. – P. 1389–1390.
- 547.** Chamberlain, K. Measuring meaning in life: an examination of three scales / K. Chamberlain, S. Zika // *Personality and Individual Differences*. – 1988. – Vol. 9 (3). – P. 589–596.
- 548.** Chamberlain, K. Religiosity, life meaning, and wellbeing: Some relationships in a sample of women / K. Chamberlain, S. Zika // *Journal for the Scientific Study of Religion*. – 1988. – Vol. 27 (3). – P. 411–420.
- 549.** Chaudary, P. N. Existential frustration and mental illness: A comparative study of purpose in life in psychiatric patients and normals / P. N. Chaudary, V. Sharma // *Indian Journal of Clinical Psychology*. – 1976. – Vol. 3. – P. 171–174.
- 550.** Ciecuch, J. Polska adaptacja Portretowego Kwestionariusza Wartości Shaloma Schwarza / J. Ciecuch, Z. Zaleski // *Czasopismo Psychologiczne*. – 2011. – № 17 (2). – S. 251–262.
- 551.** Cohen, J. Applied multiple regression/correlation analysis for the behavioral sciences / J. Cohen, P. Cohen, S. G. West, L. S. Aiken. – Mahwah, NJ : Erlbaum, 2003. – 389 p.
- 552.** Cohen, K. Is searching for meaning in life associated with reduced subjective well-being? Confirmation and possible mediators / K. Cohen, D. Cairns // *Journal of Happiness Studies*. – 2012. – Vol. 13. – P. 313–331.

- 553.** Costantini, A. Italian version of demoralization scale: a validation study / A. Costantini, A. Picardi, S. Brunetti // *Riv Psichiatr.* – 2013. – Vol. 48 (3). – P. 234–239.
- 554.** Cozzolino, P. J. I Die, Therefore I Am: The Pursuit of Meaning in the Light of Death / P. J. Cozzolino, L. E. Blackie // *The experience of meaning in life: Classical perspectives, emerging themes, and controversies* / J. Hicks, C. Routledge (Eds.). – N. Y. : Springer, 2013. – P. 31–45.
- 555.** Crescioni, A. W. The Four Needs for Meaning, the Value Gap, and How (and Weather) Society Can Fill the Void / A. W. Crescioni, R. F. Baumeister // *The Experience of Meaning in Life: Classical Perspectives, Emerging Themes, and Controversies* / J. A. Hicks, C. Routledge (Eds.). – N. Y. : Springer, 2013. – P. 3–16.
- 556.** Crumbaugh, J. C. An experimental study in existentialism: The psychometric approach to Frankl's concept of noogenic neurosis / J. C. Crumbaugh, L. T. Maholick // *Journal of Clinical Psychology.* – 1964. – Vol. 20. – P. 200–207.
- 557.** Crumbaugh, J. C. Cross-validation of Purpose in Life test based on Frankl's concepts / J. C. Crumbaugh // *Journal of Individual Psychology.* – 1968. – Vol. 24. – P. 74–81.
- 558.** Crumbaugh, J. C. The seeking of Noetic Goals Test (SONG): A complementary scale to the Purpose-in-Life Test (PIL) / J. C. Crumbaugh // *Journal of Clinical Psychology.* – 1977. – Vol. 33. – P. 900–907.
- 559.** Czerwinska, B. Kryzys w wartosciowaniu u bezrobotnych w zaleznosci od ich wieku, plci i fazy bezrobocia / B. Czerwinska // *Forum Psychologiczne.* – 1996. – T. 1, № 1–2. – S. 107–114.
- 560.** Damasio, B. F. Complex Experiences of Meaning in Life: Individual Differences Among Sociodemographic Variables, Sources of Meaning and Psychological Functioning / B. F. Damasio, S. H. Koller // *Social Indicators Research.* – 2015. – Vol. 123 (1). – P. 161–181.
- 561.** Damasio, B. F. How Search for Meaning Interacts with Complex Categories of Meaning in Life and Subjective Well-Being? / B. F. Damasio, S. H. Koller // *Spanish Journal of Psychology.* – 2015. – Vol. 18 (4). – P. 1–10.
- 562.** De Jong, C. A. J. Demoralization in Opioid Dependent Patients: A Comparative Study with Cancer Patients and Community Subjects / C. A. J. De Jong, D. W. Kissane, R. J. Geessink, D. van der Velden // *The Open Addiction Journal.* – 2008. – Vol. 1. – P. 7–9.
- 563.** Debats, D. L. Experiences of meaning in life: a combined qualitative and quantitative approach / D. L. Debats, J. Drost, P. Hansen // *British Journal of Psychology.* – 1995. – Vol. 86 (3). – P. 359–375.
- 564.** Debats, D. L. Meaning in life: Clinical relevance and predictive power / D. L. Debats // *British Journal of Clinical Psychology.* – 1996. – Vol. 35 (4). – P. 503–516.
- 565.** Debats, D. L. Sources of meaning: An investigation of significant commitments in life / D. L. Debats // *Journal of Humanistic Psychology.* – 1999. – Vol. 39 (4). – P. 28–58.
- 566.** Deci, E. L. The «what» and «why» of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior / E. L. Deci, R. M. Ryan // *Psychological Inquiry.* – 2000. – № 11. – P. 227–268.
- 567.** Degner, L. F. A new approach to eliciting meaning in the context of breast cancer / L. F. Degner, T. Hack, J. O'Neil, L. J. Kristjanson // *Cancer Nursing.* – 2003. – Vol. 26 (3). – P. 169–178.
- 568.** Developmental Tasks: Towards a cultural analysis of human development / J. F. ter Laak, P. G. Heymans, A. I. Podolskij (Eds.). – Boston : Kluwer Academic Publishers, 1994. – 373 p.
- 569.** DeVogler, K. Depth of meaning in life: Explicit rating criteria / K. DeVogler, P. Ebersole // *Psychological Reports.* – 1985. – Vol. 56. – P. 303–310.

- 570.** DeZutter, J. Meaning in life in emerging adulthood: A person-oriented approach / J. DeZutter, S. Schwartz, A. Waterman, A. Kim // *Journal of Personality*. – 2014. – Vol. 82 (1). – P. 57–68.
- 571.** DeZutter, J. Meaning in Life: An Important Factor for the Psychological Well-Being of Chronically Ill Patients? / J. DeZutter, S. Casalin, A. Wachholtz // *Rehabilitation Psychology*. – 2013. – Vol. 58 (4). – P. 334–341.
- 572.** Dittmann-Kohli, F. The personal meaning system in a life span perspective / F. Dittmann-Kohli, G. J. Westerhof // *Exploring existential meaning: Optimizing human development across the life span* / G. T. Reker, K. Chamberlain (Eds.). – Thousand Oaks, CA : Sage, 2000. – P. 107–123.
- 573.** Duffon, B. D. The association between religiosity and the Purpose in Life Test (PIL): Does it reflect purpose or satisfaction? / B. D. Duffon, D. Perlman // *Journal of Psychology and Theology*. – 1986. – Vol. 14. – P. 42–48.
- 574.** Dyck, M. J. Assessing Logotherapeutic Constructs: Conceptual and Psychometric Status of the Purpose in Life and Seeking of Noetic Goals Tests / M. J. Dyck // *Clinical Psychology Review*. – 1987. – Vol. 7. – P. 439–447.
- 575.** Ebersole, P. Types and depth of written life meaning / P. Ebersole // *The human quest for meaning: A handbook of psychological research and clinical applications* / P. T. P. Wong, P. S. Fry (Eds.). – Mahwah, NJ : Lawrence Erlbaum Associates, 1998. – P. 179–192.
- 576.** Ebersole, P. E. Meaning in Life Depth: the MILD / P. E. Ebersole, G. G. Quiring // *Journal of Humanistic Psychology*. – 1991. – Vol. 31. – P. 113–124.
- 577.** Edwards, M. J. Coping, meaning in life, and suicidal manifestations: Examining gender differences / M. J. Edwards, R. R. Holden // *Journal of Clinical Psychology*. – 2001. – Vol. 57. – P. 1517–1534.
- 578.** Edwards, M. J. The dimensionality and Construct Valid Measurement of Life Meaning: Doctoral Thesis / M. J. Edwards. – Kingston, 2007. – 227 p.
- 579.** Emmons, R. A. Personal goals, life meaning, and virtue: Wellsprings of a positive life / R. A. Emmons // *Flourishing: Positive psychology and the well-lived life* / C. Keyes, J. Haidt (Eds.). – Washington : American Psychological Association, 2003. – P. 105–128.
- 580.** Emmons, R. A. Striving for the sacred: Personal goals, life meaning, and religion / R. A. Emmons // *Journal of Social Issues*. – 2005. – Vol. 61 (4). – P. 731–745.
- 581.** Erci, B. Meaning in life for patients with cancer: validation of the Life Attitude Profile-Revised Scale / B. Erci // *Journal of Advanced Nursing*. – 2008. – Vol. 62 (6). – P. 704–711.
- 582.** Ermakova, E. Existential Fulfillment and Burnout among school teachers and human resources managers / E. Ermakova // *Existenzanalyse*. – 2008. – Vol. 25 (1). – P. 81–82.
- 583.** Exploring existential meaning: Optimizing human development across the life span / G. T. Reker & K. Chamberlain (Eds.). – Thousand Oaks, CA : Sage, 2000. – 358 p.
- 584.** Fahlman, S. Does a lack of life meaning cause boredom? Results from psychometric, longitudinal, and experimental analyses / S. Fahlman, K. Mercer, P. Gaskovski, A. Eastwood, J. Eastwood // *Journal of Social and Clinical Psychology*. – 2009. – Vol. 28 (3). – P. 307–340.
- 585.** Fang, C. K. Association among depression, demoralization, and post-traumatic growth in cancer patient: preliminary study / C. K. Fang, Y. J. Chiu, P. C. Yeh, S. H. Pi, Y. C. Li // *Asia-Pacific Journal Clinical Oncology*. – 2012. – Vol. 8. – P. 228–229.
- 586.** Fegg, M. J. The Schedule for Meaning in Life Evaluation (SMiLE): Validation of a New Instrument for Meaning-in-Life Research / M. J. Fegg, M. Kramer, S. L'hoste, G. D. Borasio // *Journal of Pain and Symptom Management*. – 2008. – Vol. 35 (4). – P. 356–364.

- 587.** Fife, B. L. The measurement of meaning in illness / B. L. Fife // *Social Science and Medicine*. – 1995. – Vol. 40 (8). – P. 1021–1028.
- 588.** Filipiak, S. Kryzys wartościowania u osób po próbach samobójczych w okresie wczesnej dorosłości / S. Filipiak // *Psychologiczne i społeczne dylematy młodości w XXI wieku*. – Lublin : Wydawnictwo UMCS, 2014. – S. 144–156.
- 589.** Fjelland, J. E. A review of instruments measuring two aspects of meaning: Search for meaning and meaning in illness / J. E. Fjelland, C. R. Barron, M. Foxall // *Journal of Advanced Nursing*. – 2008. – Vol. 62 (4). – P. 394–406.
- 590.** Frankl, V. E. Man's search for meaning / V. E. Frankl. – Boston : Beacon Press, 1959. – 224 p.
- 591.** Ganellen, R. J. Hardiness and social support as moderators of the effects of life stress / R. J. Ganellen, P. H. Blaney // *Journal of Personality and Social Psychology*. – 1984. – Vol. 47. – P. 156–163.
- 592.** Garfield, C. A psychometric and clinical investigation of Frankl's concept of existential vacuum and anomie / C. Garfield // *Psychiatry*. – 1973. – Vol. 36. – P. 396–408.
- 593.** Gergen, K. The Saturated Self: Dilemmas of Identity in Contemporary Life / K. Gergen. – New York : Basic Books, 1991. – 352 p.
- 594.** Gonsalvez, G. J. A comparative study of purpose in life in psychopathological and normal groups / G. J. Gonsalvez, M. Gon // *Indian Journal of Clinical Psychology*. – 1983. – Vol. 10. – P. 211–218.
- 595.** Good, L. R. A preliminary measure of existential anxiety / L. R. Good, K. C. Good // *Psychological Reports*. – 1974. – № 34. – P. 72–74.
- 596.** Hadnagy, Z. Introduction of the demoralization scale in Hungary: a study on demoralization and depression among hospice patients / Z. Hadnagy, A. Csikos, L. Nagy // *Orvosi Hetilap*. – 2012. – Vol. 153 (19). – P. 737–743.
- 597.** Halama, P. Relationship between meaning in life and the big five personality traits in young adults and the elderly / P. Halama // *Studia Psychologica*. – 2005. – Vol. 47 (3). – P. 167–178.
- 598.** Harkness, J. A. Translation, adaptation, and design / J. A. Harkness, A. Villar, B. Edwards // *Survey methods in multinational, multicultural, and multi-regional contexts* / J. A. Harkness, M. Braun (Eds.). – Hoboken, NJ : John Wiley & Sons, 2010. – P. 73–101.
- 599.** Harlow, L. L. Depression, self-derogation, substance use, and suicide ideation: Lack of purpose in life as a mediational factor / L. L. Harlow, M. D. Newcomb, P. M. Bentler // *Journal of Clinical Psychology*. – 1986. – Vol. 42. – P. 5–21.
- 600.** Harlow, L. L. Purpose in Life Test assessment using latent variable methods / L. L. Harlow, M. P. Newcomb, P. M. Bentler // *British Journal of Clinical Psychology*. – 1987. – Vol. 25. – P. 235–236.
- 601.** Havighurst, R. Developmental tasks and education / R. Havighurst. – New York : Longmans, Green & Co., 1953. – 248 p.
- 602.** Hayes, A. Introduction to Mediation, Moderation, and Conditional Process Analysis: A Regression-Based Approach / A. Hayes. – N. Y. : Guilford Press, 2013. – 507 p.
- 603.** Hayes, A. F. Answering the Call for a Standard Reliability Measure for Coding Data / A. F. Hayes, K. Krippendorff // *Communication Methods and Measures*. – 2007. – Vol. 1(1). – P. 77–89.
- 604.** Heine, S. Optimal is as Optimal Does / S. Heine // *Psychological Inquiry*. – 2003. – Vol. 14 (1). – P. 41–43.
- 605.** Heine, S. J. The meaning maintenance model: On the coherence of social motivations / S. J. Heine, T. Proulx, K. D. Vohs // *Personality and Social Psychological Review*. – 2006. – Vol. 10 (2). – P. 88–111.
- 606.** Heisel, M. J. Purpose in life, satisfaction with life, and suicide ideation in a clinical sample / M. J. Heisel, G. L. Flett // *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*. – 2004. – Vol. 26 (2). – P. 127–135.

- 607.** Hermans, H. J. M. Midlife Crisis in Men: Affective Organization of Personal Meanings / H. J. M. Hermans, P. K. Oles // *Human Relations*. – 1999. – Vol. 52 (11). – P. 1403–1426.
- 608.** Hermans, H. J. M. Value crisis: Affective organization of personal meanings / H. J. M. Hermans, P. Oleś // *Journal of Research in Personality*. – 1996. – Vol. 30. – P. 457–482.
- 609.** Hicks, J. A. Social threats, happiness, and the dynamics of meaning in life judgments / J. A. Hicks, R. J. Schlegel, L. A. King // *Personality and Social Psychology Bulletin*. – 2010. – Vol. 36. – P. 1305–1317.
- 610.** Hu, L. Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives / L. Hu, P. M. Bentler // *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal*. – 1999. – Vol. 6 (1). – P. 1–55.
- 611.** Hullett, M. A. A Validation Study of the Existential Anxiety Scale / M. A. Hullett // Paper presented at the Annual Meeting of the Middle Tennessee Psychological Association. – 1994. – April 30. – 16 p.
- 612.** Jim, H. S. Measuring meaning in life following cancer / H. S. Jim, J. Q. Purnelli, S. A. Richardson // *Quality of Life Research*. – 2006. – Vol. 15. – P. 1355–1371.
- 613.** Joshi, C. An Empirical Investigation of Viktor Frankl's Logotherapeutic Model / C. Joshi, J. M. Marszalek, A. B. Hinshaw // *Journal of Humanistic Psychology*. – 2014. – Vol. 54 (2). – P. 227–253.
- 614.** Jung, C. G. *Collected works: The practice of psychotherapy* / C. G. Jung. – New York : Pantheon, Bollingen Series, 1966. – Vol. 16. – 326 p.
- 615.** Jung, C. G. *Modern man in search of a soul* / C. G. Jung. – N. Y. : Harcourt, Brace & World, 1933. – 250 p.
- 616.** Juros, A. Analiza porównawcza zmiennych egzystencjalnych mierzonych Kwestionariuszem do Badania Kryzysu w Wartościowaniu (KKW) i Scala Niepokoju Egzystencjalnego (SNE) / A. Juros, P. Oles // *Wybrane zagadnienia z psychologii klinicznej*. – Lublin : TN KUL, 1992. – S. 113–125.
- 617.** Juros, A. *Struktura niepokoju egzystencjalnego. Badania młodzieży akademickiej* / A. Juros. – Lublin : Katolicki Uniwersytet Lubelski, 1988. – 201 s.
- 618.** Juros, K. *Struktura niepokoju egzystencjalnego studentów* / K. Juros // *Młoda Psychologia*. – Warszawa : Liberia Libri, 2012. – T. 1. – S. 199–216.
- 619.** Kaufman, S. R. *The ageless self: Sources of meaning in late life* / S. R. Kaufman. – Madison : University of Wisconsin Press, 1986. – 214 p.
- 620.** King, L. A. Daily Goals, Life Goals, and Worst Fears: Means, Ends, and Subjective Well-Being / L. A. King, J. H. Richards, E. Stemmerich // *Journal of Personality*. – 1998. – Vol. 66 (5). – P. 713–744.
- 621.** King, L. A. Positive affect and the experience of meaning in life / L. A. King, J. A. Hicks, J. L. Krull, A. K. Del Gaiso // *Journal of Personality and Social Psychology*. – 2006. – Vol. 90. – P. 179–196.
- 622.** Kinnier, R. T. Depression, Meaninglessness, and Substance Abuse in «Normal» and Hospitalized Adolescents / R. T. Kinnier, A. T. Metha, J. S. Keim, J. L. Okey // *Journal of Alcohol and Drug Education*. – 1994. – Vol. 39 (2). – P. 101–111.
- 623.** Kish, G. B. Psychopathology and life purposes / G. B. Kish, D. R. Mody // *International Forum for Logotherapy*. – 1989. – Vol. 12 (1). – P. 40–45.
- 624.** Kissane, D. W. The Demoralization Scale: a report of its development and preliminary validation / D. W. Kissane, S. Wein, A. Love, X. Q. Lee, P. L. Kee, D. M. Clarke // *Journal of Palliative Care*. – 2004. – Vol. 20(4). – P. 269–276.
- 625.** Kita, B. Postawy rodzicielskie a kryzys w wartościowaniu u młodzieży w wieku dorastania / B. Kita, M. Sitarczyk // *Psychologia Wychowawcza*. – 1994. – № 37. – S. 330–343.
- 626.** Klamut, R. *Kwestionariusz Postaw Życiowych KPŻ. Podręcznik do polskiej adaptacji kwestionariusza Life Attitude Profile-Revised (LAP-R) Gary'ego*

T. Reker / R. Klamut. – Warszawa : Pracownia Testów Psychologicznych Polskiego Towarzystwa Psychologicznego, 2010. – 64 s.

627. Klamut, R. Typy struktury sensu życia a treści celów wybieranych do realizacji / R. Klamut // *Roczniki Psychologiczne*. – 2012. – T. XV, № 4. – S. 139–158.

628. Kobasa, S. C. Existential personality theory / S. C. Kobasa, S. R. Maddi // *Current personality theory* / R. Corsini (Ed.). – Itasca, IL : Peacock, 1977. – P. 243–276.

629. Kobasa, S. C. Hardiness and health: A prospective study / S. C. Kobasa, S. R. Maddi, S. Kahn // *Journal of Personality and Social Psychology*. – 1982. – Vol. 42. – P. 168–177.

630. Kobasa, S. C. Stressful life events, personality and health: An inquiry into hardiness / S. C. Kobasa // *Journal of Personality and Social Psychology*. – 1979. – Vol. 37. – P. 1–11.

631. Konarska, J. Poczucie sensu życia młodzieży z inwalidztwem wzroku / J. Konarska. – Lublin : UMCS, 1994. – 119 s.

632. Konieczna, E. J. Poczucie sensu życia osób niepełnosprawnych ruchowo / E. J. Konieczna. – Kraków : Impuls, 2010. – 103 s.

633. Kossakowska, M. Sens w życiu. Polska wersja kwestionariusza MLQ / M. Kossakowska, P. Kwiatek, T. Stefaniak // *Psychologia Jakości Życia*. – 2013. – T. 12 (2). – S. 111–131.

634. Krause, N. Longitudinal Study of Social Support and Meaning in Life / N. Krause // *Psychology and Aging*. – 2007. – Vol. 22 (3). – P. 456–469.

635. Krause, N. Meaning in life and mortality / N. Krause // *The Journals of Gerontology. Series B : Psychological Sciences and Social Sciences*. – 2009. – Vol. 64 (4). – P. 517–527.

636. Krause, N. Stressors arising in highly valued roles, meaning in life, and the physical health status of older adults / N. Krause // *Journal of Gerontology*. – 2004. – Vol. 59 (5). – P. 287–291.

637. Krippendorff, K. Reliability in content analysis: Some common misconceptions and recommendations / K. Krippendorff // *Human Communication Research*. – 2004. – Vol. 30. – P. 411–433.

638. Kristof, A. L. Person-organization fit: An integrative review of its conceptualization, measurement, and implications / A. L. Kristof // *Personnel Psychology*. – 1996. – Vol. 49. – P. 1–49.

639. Längle, A. Burnout – Existential meaning and possibilities of prevention / A. Längle // *European Psychotherapy*. – 2003. – Vol. 4 (1). – P. 107–121.

640. Längle, A. The Existence Scale: A new approach to assess the ability to find personal meaning in life and to reach existential fulfillment / A. Längle, C. Orgler, M. Kundi // *European Psychotherapy*. – 2003. – Vol. 4 (1). – P. 135–151.

641. Lavigne, K. M. The personality of meaning in life: Associations between dimensions of life meaning and the Big Five / K. M. Lavigne, S. Hofman, A. J. Ring, A. G. Rider, T. S. Woodward // *Journal of Positive Psychology*. – 2013. – Vol. 8 (1). – P. 34–43.

642. Leontiev, D. Extending the Contexts of Existence: Benefits of Meaning-Guided Living / D. Leontiev // *Meaning in Positive and Existential Psychology* / A. Batthyany, P. Russo-Netzer (Eds.). – New York : Springer, 2014. – P. 97–114.

643. Leontiev, D. A. Personal meaning: A challenge for psychology / D. A. Leontiev // *Journal of Positive Psychology*. – 2013. – Vol. 8 (6). – P. 459–470.

644. Leontiev, D. A. The Meaning Crisis in Russia Today / D. A. Leontiev // *The International Forum for Logotherapy*. – 1992. – Vol. 15 (1). – P. 41–45.

645. Lerner, R. M. Individuals as producers of their own development: Conceptual and empirical basis / R. M. Lerner, N. A. Busch-Rossnagel // *Individuals as producers of their own development: Life-span perspective*. – N. Y. : Academic Press, 1981. – P. 1–49.

- 646.** Levenson, M. R. Self-Transcendence: Conceptualization and Measurement / M. R. Levenson, P. A. Jennings, C. M. Aldwin, R. W. Shiraishi // *International Journal of Aging and Human Development*. – 2005. – Vol. 60 (2). – P. 127–143.
- 647.** Li, P.-Y. Using the demoralization scale for the early detection of demoralization in health professionals / P.-Y. Li // *Educational Research*. – 2011. – Vol. 2 (11). – P. 1648–1653.
- 648.** Loehlin, J. C. *Latent Variable Models: An Introduction to Factor, Path, and Structural Equation Analysis* / J. C. Loehlin. – Hillsdale, NJ : Erlbaum, 2004. – 330 p.
- 649.** Loonstra, B. Feelings of existential fulfillment and burnout among secondary school teachers / B. Loonstra, A. Brouwers, W. Tomic // *Teaching and Teacher Education*. – 2009. – Vol. 25. – P. 752–757.
- 650.** Loonstra, B. Work pressure, existential meaning, and burnout among ministers in orthodox reformed denominations / B. Loonstra, W. Tomic // *Psyche & Faith*. – 2005. – Vol. 16. – P. 66–80.
- 651.** Lukas, E. Logo-Test. Test zur Messung von «innerer Sinnerfüllung» und «existentieller Frustration» / E. Lukas. – Wien : Deuticke, 1986. – 174 s.
- 652.** Maddi, S. R. The Existential Neurosis / S. R. Maddi // *Journal of Abnormal Psychology*. – 1967. – Vol. 72 (4). – P. 311–325.
- 653.** Maddi, S. R. Alienation and exploratory behavior / S. R. Maddi, M. Hoover, S. C. Kobasa // *Journal of Personality and Social Psychology*. – 1982. – Vol. 42 (5). – P. 884–890.
- 654.** Maddi, S. R. An Alienation Test / S. R. Maddi, S. C. Kobasa, M. Hoover // *Journal of Humanistic Psychology*. – 1979. – Vol. 19 (1). – P. 73–76.
- 655.** Maddi, S. R. Creating Meaning through Making Decisions / S. R. Maddi // *The Human Quest for Meaning: A handbook of psychological research and clinical applications* / P. T. P. Wong & P. S. Fry (Eds.). – Mahwah, NJ : Lawrence Erlbaum Associates, 1998. – P. 3–26.
- 656.** Maddi, S. R. The hardy executive: Health under stress / S. R. Maddi, S. C. Kobasa. – Homewood, IL : Dow Jones-Irwin, 1984. – 189 p.
- 657.** Maddi, S. R. The Search for Meaning / S. R. Maddi // *The Nebraska symposium on motivation 1970* / W. J. Arnold, M. H. Page (Eds.). – Lincoln : University of Nebraska Press, 1971. – P. 137–186.
- 658.** Magomed-Eminov, M. Post-traumatic stress disorders as a loss of the meaning of life / M. Magomed-Eminov // *States of mind: American and post-Soviet perspectives on contemporary issues in psychology* / ed. by D. Halpern, A. Voiskunsky. – New York : Oxford University Press, 1997. – P. 238–250.
- 659.** Martos, T. It's not only what you hold, it's how you hold it: Dimensions of religiosity and meaning in life / T. Martos, B. Thege, M. Steger // *Personality and Individual Differences*. – 2010. – Vol. 49. – P. 863–868.
- 660.** Mascaro, N. The development, construct validity, and clinical utility of the spiritual meaning scale / N. Mascaro, D. H. Rosen, L. C. Morey // *Personality and Individual Differences*. – 2004. – Vol. 37. – P. 845–860.
- 661.** Maslow, A. H. *The Farther Reaches of Human Nature* / A. H. Maslow. – New York : Viking, 1971. – 407 p.
- 662.** Maslow, A. H. *Toward a psychology of Being* / A. H. Maslow. – N. Y. : Van Nostrand Reinhold, 1968. – 240 p.
- 663.** Maslowski, A. Osobowosciowe korelaty kryzysu w wartosciowaniu / A. Maslowski // *Studia z Psychologii w KUL*. – 2007. – T. 14. – S. 57–71.
- 664.** McDonald, M. J. Meaning-in-Life Measures and Development of a Brief Version of the Personal Meaning Profile / M. J. McDonald, P. T. Wong, D. T. Gingras // *The human quest for meaning: Theories, Research and Applications*. – N. Y. : Routledge, 2012. – P. 357–382.
- 665.** McKnight, P. E. Purpose in life as a system that creates and sustains health and well-being: An integrative, testable theory / P. E. McKnight, T. B. Kashdan // *Review of General Psychology*. – 2009. – Vol. 13 (3). – P. 242–251.

- 666.** Meaning in Positive and Existential Psychology / A. Batthyany, P. Russo-Netzer (Eds.). – New York : Springer, 2014. – 467 p.
- 667.** Mehnert, A. Demoralization and Depression in Patients with Advanced Cancer: Validation of the German Version of the Demoralization Scale / A. Mehnert, S. Vehling, A. Hoker // Journal of Pain and Symptom Management. – 2011. – Vol. 42 (5). – P. 768–776.
- 668.** Melton, A. M. On the measurement of meaning: Logotherapy's empirical contributions to humanistic psychology / A. M. Melton, S. E. Schulenberg // Journal of Humanistic Psychology. – 2008. – Vol. 36 (1). – P. 31–44.
- 669.** Melton, A. M. On the relationship between meaning in life and boredom proneness: examining a logotherapy postulate / A. M. Melton, S. E. Schulenberg // Psychological Reports. – 2007. – Vol. 101. – P. 1016–1022.
- 670.** Moomal, Z. The relationship between meaning of life and mental well-being / Z. Moomal // South African Journal of Psychology. – 1999. – Vol. 29 (1). – P. 42–50.
- 671.** Morgan, J. Measuring meaning in life / J. Morgan, T. Farsides // Journal of Happiness Studies. – 2009. – Vol. 10. – P. 197–214.
- 672.** Newcomb, M. D. Life events and substance use among adolescents: Mediating effect of personal loss of control and meaninglessness in life / M. D. Newcomb, L. L. Harlow // Journal of Personality and Social Psychology. – 1986. – Vol. 51 (3). – P. 564–577.
- 673.** Nicholson, T. The Relation between Meaning in Life and the Occurrence of Drug Abuse: A Retrospective Study / T. Nicholson, W. Higgins, P. Turner, S. James, F. Stickle, T. Pruitt // Psychology of Addictive Behaviors. – 1994. – Vol. 8 (1). – P. 24–28.
- 674.** Nindl, A. Between existential fulfillment and burnout / A. Nindl // Existenzanalyse. – 2001. – № 1. – P. 15–23.
- 675.** Nindl, A. The Relationship between Existential Fulfillment and Burnout. An empirical study from an existential-analytical perspective / A. Nindl, A. Längle, E. Gamsjäger, J. Sauer // European Psychotherapy. – 2003. – Vol. 4 (1). – P. 145–149.
- 676.** Nosal, C. Diagnostyczna wartość pomiaru orientacji temporalnych dla wskaźników kryzysu wartościowania / C. Nosal, P. Oleś // Przegląd Psychologiczny. – 1994. – № 37. – S. 525–537.
- 677.** O'Connor, K. Dimensions of life meaning: A qualitative investigation at mid-life / K. O'Connor, K. Chamberlain // British Journal of Psychology. – 1996. – Vol. 87 (3). – P. 334–351.
- 678.** Oleś, P. Kryzys połowy życia u mężczyzn. Psychologiczne badania empiryczne / P. Oleś. – Lublin : RW KUL, 1995. – 249 s.
- 679.** Oleś, P. Kryzys wartości / P. Oleś // Wykłady z psychologii w Katolickim Uniwersytecie Lubelskim. – Lublin : KUL, 1994. – T. 7. – S. 85–100.
- 680.** Oleś, P. Kwestionariusz do Badania Kryzysu w Wartościowaniu (KKW) / P. Oleś. – Warszawa : Laboratorium Technik Diagnostycznych im. B. Zawadzkiego, 1989. – 43 s.
- 681.** Oleś, P. Psychologia przelomu połowy życia / P. Oleś. – Lublin : TN KUL, 2000. – 297 s.
- 682.** Oleś, P. Z badań nad wartościami i wartościowaniem: niektóre kwestie metodologiczne / P. Oleś // Roczniki Psychologiczne. – 2002. – T. 5. – S. 53–75.
- 683.** Oleś, P. K. Value crisis: Measurement and personality correlates / P. K. Oleś // Polish Psychological Bulletin. – 1991. – Vol. 22. – P. 53–62.
- 684.** Oleś, P. K. Wartościowanie a osobowość: Psychologiczne badania empiryczne / P. K. Oleś. – Lublin : KUL, 1989. – 201 s.
- 685.** Osin, E. N. Subjective Experience of Alienation. Measurement and Correlates / E. N. Osin // Existenzanalyse. – 2009. – Vol. 26 (1). – P. 4–11.
- 686.** Ostroff, C. Multiple perspectives of congruence: Relationships between value congruence and employee attitudes / C. Ostroff, Y. Shin, A. J. Kinicki // Journal of Organizational Behavior. – 2005. – Vol. 26. – P. 591–623.

- 687.** Pakenham, K. I. Making sense of multiple sclerosis / K. I. Pakenham // *Rehabilitation Psychology*. – 2007. – Vol. 52 (4). – P. 380–389.
- 688.** Park, C. L. Exploring relations among religiousness, meaning, and adjustment to lifetime and current stressful encounters in later life / C. L. Park // *Anxiety, Stress, and Coping*. – 2006. – Vol. 19 (1). – P. 33–45.
- 689.** Park, C. L. Making Sense of the Meaning Literature: An Integrative Review of Meaning Making and Its Effects on Adjustment to Stressful Life Events / C. L. Park // *Psychological Bulletin*. – 2010. – Vol. 136 (2). – P. 257–301.
- 690.** Park, C. L. Meaning in the context of stress and coping / C. L. Park, S. Folkman // *Review of General Psychology*. – 1997. – Vol. 30 (1). – P. 115–144.
- 691.** Peacock, E. J. The Life Attitude Profile (LAP): Further evidence of reliability and empirical validity / E. J. Peacock, G. T. Reker // *Canadian Journal of Behavioral Science*. – 1982. – Vol. 14 (1). – P. 92–95.
- 692.** Pearson, P. R. Purpose-In-Life in a Sample of British Psychiatric Outpatients / P. R. Pearson, B. F. Sheffield // *Journal of Clinical Psychology*. – 1974. – Vol. 30. – P. 459–460.
- 693.** Pena, G. The Seeking of Noetic Goals Scale (SONG) Reliability / G. Pena, G. Margarita // *Existential Analysis*. – 2011. – Vol. 22 (1). – P. 50–59.
- 694.** Piedmont, R. L. Does Spirituality Represent the Sixth Factor of Personality? Spiritual Transcendence and the Five-Factor Model / R. L. Piedmont // *Journal of Personality*. – 1999. – Vol. 67 (6). – P. 985–1013.
- 695.** Pines, A. M. Burnout: An existential perspective / A. M. Pines // *Professional burnout: Research developments in theory and research* / W. B. Schaufeli, D. Maslach, & T. Marek (Eds.). – Washington, D. C. : Taylor & Francis, 1993. – P. 33–52.
- 696.** Pines, A. M. Nurses burnout: an existential psychodynamic perspective / A. M. Pines // *Journal of Psychosocial Nursing*. – 2000. – Vol. 38 (2). – P. 1–9.
- 697.** Pines, A. M. Teacher burnout: a psychodynamic existential perspective / A. M. Pines // *Teachers and teaching: Theory and practice*. – 2002. – Vol. 8. – P. 121–140.
- 698.** Pinquart, M. Human development in times of social change: Theoretical considerations and research needs / M. Pinquart, R. Silbereisen // *International Journal of Behavioral Development*. – 2004. – Vol. 28 (4). – P. 289–298.
- 699.** Poehlmann, K. Structural properties of personal meaning systems: A new approach to measuring meaning of life / K. Poehlmann, B. Gruss, P. Joraschky // *The Journal of Positive Psychology*. – 2006. – Vol. 1 (3). – P. 109–117.
- 700.** Popielski, K. Noetyczny wymiar osobowosci. Psychologiczna analiza poczucia sensu zycia / K. Popielski. – Lublin : KUL, 1994. – 445 s.
- 701.** Popielski, K. Psychologia egzystencji. Wartosci w zyciu / K. Popielski. – Lublin : Wyd. KUL, 2008. – 308 s.
- 702.** Prager, E. Exploring personal meaning in an age-differentiated Australian sample: Another look at the Sources of Meaning Profile (SOMP) / E. Prager // *Journal of Aging Studies*. – 1996. – Vol. 10 (2). – P. 123–149.
- 703.** Prager, E. Observations of personal meaning sources for Israeli age cohorts / E. Prager // *Aging and Mental Health*. – 1998. – Vol. 2. – P. 128–136.
- 704.** Prager, E. The development of a culturally sensitive measure of sources of life meaning / E. Prager, R. Savaya, L. Bar-Tur // *Exploring existential meaning: Optimizing human development across life span* / G. T. Reker, K. Chamberlain (Eds.). – Thousands Oaks : Sage, 2000. – P. 123–136.
- 705.** Preacher, K. J. Addressing Moderated Mediation Hypotheses: Theory, Methods, and Prescriptions / K. J. Preacher, D. D. Rucker, A. F. Hayes // *Multivariate Behavioral Research*. – 2007. – Vol. 42 (1). – P. 185–227.
- 706.** Read, S. Challenges to meaning in life: A comparison in four different age groups in Germany / S. Read, G. J. Westerhof, F. Dittmann-Kohli // *International Journal of Aging and Human Development*. – 2005. – Vol. 61. – P. 85–104.

- 707.** Referda, M. Przejawy kryzysu wartosciowania u prostytutkiujacych kobiet / M. Referda // *Studia z Psychologii w KUL.* – 2012. – T. 18. – S. 157–174.
- 708.** Reker, G. T. Aging as an individual process: Toward a theory of personal meaning / G. T. Reker, P. T. P. Wong // *Emergent theories of aging / J. E. Birren, V. L. Bengtson (Eds.).* – New York : Springer, 1988. – P. 214–246.
- 709.** Reker, G. T. Factor structure and invariance of personal meaning measures in cohorts of younger and older adults / G. T. Reker, P. S. Fry // *Personality and Individual Differences.* – 2003. – Vol. 35. – P. 997–993.
- 710.** Reker, G. T. Factor structure, construct validity and reliability of the Seeking of Noetic Goals (SONG) and Purpose in Life (PIL) Tests / G. T. Reker, J. B. Cousins // *Journal of Clinical Psychology.* – 1979. – Vol. 35. – P. 85–91.
- 711.** Reker, G. T. Logotherapy and logotherapy: Challenges, opportunities, and some empirical findings / G. T. Reker // *International Forum for Logotherapy.* – 1994. – Vol. 17. – P. 47–55.
- 712.** Reker, G. T. *Manual of the Life Attitude Profile-Revised (LAP-R)* / G. T. Reker. – Peterborough, ON : Student Psychologists Press, 1992. – 86 p.
- 713.** Reker, G. T. Meaning and Purpose in Life and Well-being: A Life-Span Perspective / G. T. Reker, E. J. Peacock, P. T. P. Wong // *Journal of Gerontology.* – 1987. – Vol. 42 (1). – P. 44–49.
- 714.** Reker, G. T. Meaning in life of young, middle-aged, and older adults: Factorial validity, age and gender invariance of the Personal Meaning Index (PMI) / G. T. Reker // *Personality and Individual Differences.* – 2005. – Vol. 38. – P. 71–85.
- 715.** Reker, G. T. The Life Attitude Profile (LAP): A multi-dimensional instrument for assessing attitudes toward life / G. T. Reker // *Canadian Journal of Behavioral Science.* – 1981. – Vol. 13 (3). – P. 264–273.
- 716.** Reker, G. T. The purpose-in-life test in an inmate population: An empirical investigation / G. T. Reker // *Journal of Clinical Psychology.* – 1977. – Vol. 33. – P. 688–693.
- 717.** Reker, G. T. Theoretical perspective, dimensions, and measurement of existential meaning / G. T. Reker // *Exploring existential meaning: Optimizing human development across the life span / G. T. Reker, K. Chamberlain (Eds.).* – Thousand Oaks, CA : Sage, 2000. – P. 39–55.
- 718.** Roberts, M. Modernity, mental illness and the crisis of meaning / M. Roberts // *Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing.* – 2007. – Vol. 14. – P. 277–281.
- 719.** Robinson, S. Systematic Review of the Demoralization Syndrome in Individuals With Progressive Disease and Cancer: A Decade of Research / S. Robinson, D. W. Kissane, J. Brooker, S. A. Burney // *Journal of Pain Symptom Management.* – 2015. – Vol. 49 (3). – P. 595–610.
- 720.** Rokeach, M. *The Nature of Human Values* / M. Rokeach. – N. Y. : Free Press, 1973. – 438 p.
- 721.** Rook, K. S. The negative side of social interactions: Impact on psychological well-being / K. S. Rook // *Journal of Personality and Social Psychology.* – 1984. – Vol. 46. – P. 1097–1108.
- 722.** Routledge, C. The past makes the present meaningful: nostalgia as an existential resource / C. Routledge, J. Arndt, T. Wildschut, C. Sedikides, C. M. Hart, J. Juhl, A. J. Vingerhoets, W. J. Schlotz // *Journal of Personality and Social Psychology.* – 2011. – Vol. 101 (3). – P. 638–652.
- 723.** Routledge, C. The power of the past: nostalgia as a meaning-making resource / C. Routledge, T. Wildschut, C. Sedikides, J. Juhl, J. Arndt // *Memory.* – 2012. – Vol. 20 (5). – P. 452–460.
- 724.** Ruehlman, E. S. Personal goals and interpersonal support and hindrance as factors in psychological distress and well-being / E. S. Ruehlman, S. A. Wolchik // *Journal of Personality and Social Psychology.* – 1988. – Vol. 55 (2). – P. 293–301.

- 725.** Ruffin, J. E. The Anxiety of Meaninglessness / J. E. Ruffin / *Journal of Counseling and Development*. – 1984. – Vol. 63. – P. 40–42.
- 726.** Sagiv, L. Value priorities and subjective well-being: Direct relations and congruency effects / L. Sagiv, S. H. Schwartz // *European Journal of Social Psychology*. – 2000. – Vol. 30. – P. 177–198.
- 727.** Salikhova, N. R. Correlation of Meaningfulness of Life to Psychological Time in Personality / N. R. Salikhova // *Asian Social Science*. – 2014. – Vol. 10 (19). – P. 291–295.
- 728.** Salikhova, N. R. The correlation of importance and attainability disparity in the personality value system with the meaningfulness of life / N. R. Salikhova // *Review of European Studies*. – 2015. – Vol. 7, № 1. – P. 141–147.
- 729.** Salikhova, N. R. Types of meaningfulness of life and values of future teachers / N. R. Salikhova // *International Journal of Environmental and Science Education*. – 2016. – Vol. 11, № 8. – P. 1943–1950.
- 730.** Scannell, E. D. Meaning in life and positive and negative well-being / E. D. Scannell, F. Allen, J. Burton // *North American Journal of Psychology*. – 2002. – Vol. 4. – P. 93–112.
- 731.** Schnell, T. An Empirical Approach to Existential Psychology: Meaning in Life Operationalized / T. Schnell // *Conceptions of Meaning* / S. Kreitler & T. Urbanek (Eds.). – New York : Nova Science, 2014. – P. 173–194.
- 732.** Schnell, T. An existential turn in psychology. Meaning in Life Operationalized / T. Schnell. – Habilitation Treatise : University of Innsbruck, 2012.
- 733.** Schnell, T. Existential Indifference: Another Quality of Meaning in Life / T. Schnell // *Journal of Humanistic Psychology*. – 2010. – Vol. 50, № 3. – P. 351–373.
- 734.** Schnell, T. Individual differences in meaning-making: Considering the variety of sources of meaning, their density and diversity / T. Schnell // *Personality and Individual Differences*. – 2011. – Vol. 51 (1). – P. 667–673.
- 735.** Schnell, T. Personality and meaning in life / T. Schnell, P. Becker // *Personality and Individual Differences*. – 2006. – Vol. 41 (1). – P. 117–129.
- 736.** Schnell, T. Pilgrimage Today: The Meaning-Making Potential of Ritual / T. Schnell, S. Pali // *Mental Health, Religion & Culture*. – 2013. – Vol. 16 (9). – P. 887–902.
- 737.** Schnell, T. Predicting meaning in work: Theory, data, implications / T. Schnell, T. Hoge, E. Pollet // *The Journal of Positive Psychology*. – 2013. – Vol. 8 (6). – P. 543–554.
- 738.** Schnell, T. The Sources of Meaning and Meaning in Life Questionnaire (SoMe): Relations to demographics and well-being / T. Schnell // *Journal of Positive Psychology*. – 2009. – Vol. 4 (6). – P. 483–499.
- 739.** Schulenberg, S. E. An exploratory factor analysis of the Seeking of Noetic Goals test (SONG) / S. E. Shulenberg, C. L. Gohm // *Existential psychotherapy of meaning: Handbook of logotherapy and existential analysis* / A. Batthyany, J. Levinson (Eds.). – Phoenix, AZ : Zeig, Tucker & Theisen, 2009. – P. 503–511.
- 740.** Schulenberg, S. E. Measuring Search for Meaning: A Factor-Analytic Evaluation of the Seeking of Noetic Goals Test (SONG) / S. E. Shulenberg, B. J. Baczwaski, E. M. Buchanan // *Journal of Happiness Studies*. – 2014. – Vol. 15 (3). – P. 693–715.
- 741.** Schwartz, S. H. Are there universal aspects in the content and structure of values? / S. H. Schwartz // *Journal of Social Issues*. – 1994. – Vol. 50. – P. 19–45.
- 742.** Schwartz, S. H. Basic Human Values: Theory, Measurement, and Applications / S. H. Schwartz // *Revue française de sociologie*. – 2006. – Vol. 47 (4). – P. 929–968.

- 743.** Scott, B. G. Natural Disasters and Existential Concerns: A Test of Tillich's Theory of Existential Anxiety / B. G. Scott, K. F. Weems // *Journal of Humanistic Psychology*. – 2013. – Vol. 53 (1). – P. 114–128.
- 744.** Seeman, M. Alienation and Anomie / M. Seeman // *Measures of Personality and Social Psychological Attitudes* / J. P. Robinson, P. R. Shaver, L. S. Wrightsman (Eds.). – San Diego : Academic Press, 1991. – P. 291–371.
- 745.** Seeman, M. On the Meaning of Alienation / M. Seeman // *American Sociological Review*. – 1959. – Vol. 24 (6). – P. 783–791.
- 746.** Sękowski, A. Niepokój egzystencjalny i lęk u osob o zroźnicowanym poziomie zdolności twórczych / A. Sękowski, M. Pludowska // *Studia z Psychologii w KUL (t. 17)* / red. O. Gorbaniuk. – Lublin : KUL, 2011. – S. 11–26.
- 747.** Shapiro, S. B. Purpose and meaning: a two-factor theory of existence / S. B. Shapiro // *Psychological Reports*. – 1988. – Vol. 63. – P. 287–293.
- 748.** Shek, D. T. L. Meaning in life and psychological well-being: An empirical study using the Chinese version of the Purpose in Life Questionnaire / D. T. L. Shek // *The Journal of Genetic Psychology*. – 1992. – Vol. 153. – P. 185–200.
- 749.** Shek, D. T. L. Reliability and factorial structure of the Chinese version of the Purpose in Life Questionnaire / D. T. L. Shek // *Journal of Clinical Psychology*. – 1988. – Vol. 44 (3). – P. 384–392.
- 750.** Sheldon, K. M. Coherence and congruence: Two aspects of personality integration / K. M. Sheldon, T. Kasser // *Journal of Personality and Social Psychology*. – 1995. – № 68. – P. 531–543.
- 751.** Sheldon, K. M. Goal striving, need satisfaction, and longitudinal well-being: The self-concordance model / K. M. Sheldon, A. J. Elliot // *Journal of Personality and Social Psychology*. – 1999. – № 76. – P. 482–497.
- 752.** Sheldon, K. M. Not all personal goals are personal: Comparing autonomous and controlled reasons as predictors of effort and attainment / K. M. Sheldon, A. J. Elliot // *Personality and Social Psychology Bulletin*. – 1998. – № 24. – P. 546–557.
- 753.** Sheldon, K. M. Self-concordance and subjective well-being in four cultures / K. M. Sheldon, A. J. Elliot, R. M. Ryan, V. Chirkov, Y. Kim, C. Wu, M. Demir, Z. Sun // *Journal of Cross-Cultural Psychology*. – 2004. – № 35. – P. 209–233.
- 754.** Sheldon, K. M. Self-concordance, goal attainment, and the pursuit of happiness: Can there be an upward spiral? / K. M. Sheldon, L. Houser-Marko // *Journal of Personality and Social Psychology*. – 2001. – № 80. – P. 152–165.
- 755.** Sheldon, K. M. The independent effects of goal contents and motives on well-being: It's both what you pursue and why you pursue it / K. M. Sheldon, R. M. Ryan, E. L. Deci, T. Kasser // *Personality and Social Psychology Bulletin*. – 2004. – № 30. – P. 475–486.
- 756.** Silbiger, A. Expatriate stress and burnout / A. Silbiger, A. Pines // *The International Journal of Human Resource Management*. – 2014. – Vol. 25 (8). – P. 1170–1183.
- 757.** Simon, L. Terror management and meaning: Evidence that the opportunity to defend the worldview in response to mortality salience increases the meaningfulness of life in the mildly depressed / L. Simon, J. Arndt, J. Greenberg, T. Pyszczynski, S. Solomon // *Journal of Personality*. – 1998. – Vol. 66 (3). – P. 359–382.
- 758.** Sitarczyk, M. Postawy wychowawcze matek a doświadczanie kryzysu w wartościowaniu przez ich dorastające córki / M. Sitarczyk // *Annales*. – 1996. – № 9. – S. 227–238.
- 759.** Śliwak, J. Kryzys w wartościowaniu a religijność / J. Śliwak, B. Zarzycka, R. Rak // *Czasopismo Psychologiczne*. – 2011. – № 17 (1). – S. 75–86.

- 760.** Sloan, T. *The Damaged Life: The Crisis of the Modern Psyche* / T. Sloan. – N. Y. : Routledge, 1996. – 157 p.
- 761.** Sobel, M. E. Asymptotic confidence intervals for indirect effects in structural equation models / M. E. Sobel // *Sociological Methodology* / ed. by S. Leinhardt. – Washington, DC : American Sociological Association, 1982. – P. 290–312.
- 762.** Steger, M. F. If one is searching for meaning in life, does meaning in work help? / M. F. Steger, B. J. Dik // *Applied Psychology: Health and Well-Being*. – 2009. – № 1. – P. 303–320.
- 763.** Steger, M. F. Is a life without meaning satisfying? The moderating role of the search for meaning in satisfaction with life judgments / M. F. Steger, S. Oishi, S. Kesebir // *The Journal of Positive Psychology*. – 2011. – Vol. 6 (3). – P. 173–180.
- 764.** Steger, M. F. *Making Meaning in Life* / M. F. Steger // *Psychological Inquiry*. – 2012. – Vol. 23 (4). – P. 381–385.
- 765.** Steger, M. F. Meaning in life: One link in the chain from religion to well-being / M. F. Steger, P. Frazier // *Journal of Counseling Psychology*. – 2005. – Vol. 52. – P. 574–582.
- 766.** Steger, M. F. Stability and specificity of meaning in life and life satisfaction over one year / M. F. Steger, T. B. Kashdan // *Journal of Happiness Studies*. – 2007. – Vol. 8. – P. 161–179.
- 767.** 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. – P. 80–93.
- 768.** Steger, M. F. The unbearable lightness of meaning: Well-being and unstable meaning in life / M. F. Steger, N. B. Kashdan // *The Journal of Positive Psychology*. – 2013. – Vol. 8 (2). – P. 103–115.
- 769.** Steger, M. F. Understanding the search for meaning in life: Personality, cognitive style, and the dynamic between seeking and experiencing meaning / M. F. Steger, T. B. Kashdan, B. A. Sullivan, D. Lorentz // *Journal of Personality*. – 2008. – Vol. 76 (2). – P. 199–228.
- 770.** Steger, M. F. *Wrestling with our better selves: The search for meaning in life* / M. F. Steger // *The psychology of meaning* / K. D. Markman, T. Proulx, M. J. Lindberg (Eds.). – Washington, DC : American Psychological Association, 2013. – P. 215–233.
- 771.** Stillman, T. F. Alone and without purpose: Life loses meaning following social exclusion / T. F. Stillman, R. F. Baumeister, N. M. Lambert, A. W. Crescioni, C. N. DeWall, F. D. Fincham // *Journal of Experimental Social Psychology*. – 2009. – Vol. 45. – P. 686–694.
- 772.** Taylor, E. J. Factors associated with meaning in life among people with recurrent cancer / E. J. Taylor // *Oncology Nursing Forum*. – 1993. – Vol. 20 (9). – P. 1399–1407.
- 773.** *The Experience of Meaning in Life: Classical Perspectives, Emerging Themes, and Controversies* / J. A. Hicks, C. Routledge (Eds.). – New York : Springer, 2013. – 417 p.
- 774.** *The Human Quest for Meaning: Theories, research, and applications* (2nd ed.) / P. T. P. Wong (Ed.). – Routledge : Taylor & Francis, 2012. – 714 p.
- 775.** *The Psychology of Meaning* / K. D. Markman, T. Proulx, M. J. Lindberg (Eds.). – Washington : APA, 2013. – 508 p.
- 776.** Tomić, W. Existential fulfillment and burnout among principals and teachers / W. Tomić, E. Tomić // *Journal of Beliefs & Values: Studies in Religion & Education*. – 2008. – Vol. 29 (1). – P. 11–27.
- 777.** Tomić, W. *Existential Fulfillment and Teacher Burnout* / W. Tomić, W. Evers, A. Brouwers // *European Psychotherapy*. – 2004. – Vol. 5 (1). – P. 65–73.

- 778.** Tomich, P. L. Five years later: a cross-sectional comparison of breast cancer survivors with healthy women / P. L. Tomich, V. S. Helgeson // *Psycho-Oncology*. – 2002. – Vol. 11 (2). – P. 154–169.
- 779.** Twenge, J. M. Social Exclusion and the Deconstructed State: Time Perception, Meaninglessness, Lethargy, Lack of Emotion, and Self-Awareness / J. M. Twenge, K. R. Catanese, R. F. Baumeister // *Journal of Personality and Social Psychology*. – 2003. – Vol. 85 (3). – P. 409–423.
- 780.** Van Selm, M. Meaninglessness in the second half of life: The development of a construct / M. van Selm, F. Dittmann-Kohli // *The International Journal of Aging and Human Development*. – 1998. – Vol. 47 (2). – P. 81–104.
- 781.** Van Tilburg, W. A. P. In search of meaningfulness: nostalgia as an antidote to boredom / W. A. P. Van Tilburg, E. R. Igou, C. Sedikides // *Emotion*. – 2013. – Vol. 13 (3). – P. 450–461.
- 782.** Van Tilburg, W. A. P. On boredom: Lack of challenge and meaning as distinct boredom experiences / W. A. P. Van Tilburg, E. R. Igou // *Motivation and Emotion*. – 2012. – Vol. 36. – P. 181–194.
- 783.** Vehling, S. Global meaning and meaning-related life attitudes: exploring their role in predicting depression, anxiety, and demoralization in cancer patients / S. Vehling, C. Lehmann, K. Oechsle // *Support Care in Cancer*. – 2011. – Vol. 19 (4). – P. 513–520.
- 784.** Vehling, S. Is advanced cancer associated with demoralization and lower global meaning? The role of tumor stage and physical problems in explaining existential distress in cancer patients / S. Vehling, C. Lehmann, K. Oechsle, C. Bokemeyer, A. Krull // *Psychooncology*. – 2012. – Vol. 21(1). – P. 54–63.
- 785.** Watson, D. Toward a consensual structure of mood / D. Watson, A. Tellegen // *Psychological Bulletin*. – 1985. – Vol. 98. – P. 219–235.
- 786.** Weems, C. F. Paul Tillich's theory of existential anxiety: A conceptual and empirical analysis / C. F. Weems, N. M. Costa, C. Dehon, S. L. Berman // *Anxiety, Stress and Coping: An International Journal*. – 2004. – Vol. 17 (4). – P. 383–399.
- 787.** Weisskopf-Joelson, E. Experimental study of meaning through integration / E. Weisskopf-Joelson // *Annals of New York Academy of Science*. – 1972. – Vol. 193. – P. 260–272.
- 788.** Weisskopf-Joelson, E. Meaning as integrating factor / E. Weisskopf-Joelson // *The course of human life: A study of goals in humanistic perspective* / Ch. Buhler, F. Massarik (Eds.) – N. Y. : Springer, 1968. – P. 359–383.
- 789.** Westerhof, G. J. Improvement in Personal Meaning Mediates the Effects of a Life Review Intervention on Depressive Symptoms in a Randomized Controlled Trial / G. J. Westerhof, E. T. Bohlmeijer, I. M. J. van Beljouw, A. M. Pot // *The Gerontologist*. – 2010. – Vol. 50 (4). – P. 541–549.
- 790.** Westerhof, G. J. In search of meaning: A reminiscence program for older persons / G. J. Westerhof, E. Bohlmeijer, M. W. Valenkamp // *Educational Gerontology*. – 2004. – Vol. 30. – P. 751–766.
- 791.** Westman, A. S. Existential anxiety as related to conceptualization of self and of death, denial of death, and religiosity / A. S. Westman // *Psychological Reports*. – 1992. – Vol. 71. – P. 1064–1066.
- 792.** Wheeler, I. Parental Bereavement: The Crisis of Meaning / I. Wheeler // *Death Studies*. – 2001. – № 25. – P. 51–66.
- 793.** Wheeler, I. The role of meaning and purpose in life in bereaved parents associated with a self-help group: compassionate friends / I. Wheeler // *Omega*. – 1993. – Vol. 28 (4). – P. 261–271.
- 794.** White, C. Meaning and its measurement in psychosocial oncology / C. White // *Psycho-Oncology*. – 2004. – Vol. 13. – P. 468–481.
- 795.** Williams, K. D. Social ostracism / K. D. Williams // *Aversive interpersonal behaviors* / R. M. Kowalski (Ed.). – New York : Plenum, 1997. – P. 133–170.

- 796.** Wong, P. T. P. Implicit theories of meaningful life and the development of the personal meaning profile / P. T. P. Wong // *The human quest for meaning: A handbook of psychological research and clinical applications.* – Mahwah, NJ : Erlbaum, 1998. – P. 111–140.
- 797.** Wong, P. T. P. Meaning-Centered Counseling / P. T. P. Wong // *The Human Quest for Meaning* / P. T. P. Wong, P. S. Fry (Eds.). – Mahwah, NJ : Erlbaum, 1998. – P. 395–435.
- 798.** Wong, P. T. P. Toward a Dual-Systems Model of What Makes Life Worth Living / P. T. P. Wong // *The human quest for meaning: Theories, Research and Applications* / P. T. P. Wong (Ed.). – New York, NY : Routledge, 2012. – P. 3–22.
- 799.** Yalom, I. *Existential Psychotherapy* / I. Yalom. – New York : Basic Book, 1980. – 524 p.
- 800.** Yarnell, T. Validation of the Seeking of Noetic Goals Test with schizophrenic and normal subjects / T. Yarnell // *Psychological Reports.* – 1972. – Vol. 30. – P. 79–82.
- 801.** Young, J. *The Death of God and the Meaning of Life* / J. Young. – London : Routledge, 2014. – 254 p.
- 802.** Zadro, L. How low can you go? Ostracism by a computer is sufficient to lower self-reported levels of belonging, control, self-esteem, and meaningful existence / L. Zadro, K. D. Williams, R. Richardson // *Journal of Experimental Social Psychology.* – 2004. – Vol. 40. – P. 560–567.
- 803.** Zebrack, B. J. Assessing the impact of cancer: development of a new instrument for long-term survivors / B. J. Zebrack, P. A. Ganz, C. A. Bernaards, L. Petersen, L. Abraham // *Psycho-Oncology.* – 2006. – Vol. 15 (5) – P. 407–421.
- 804.** Zika, S. On the relation between meaning in life and psychological well-being / S. Zika, K. Chamberlain // *British Journal of Psychology.* – 1992. – Vol. 83. – P. 133–145.

ПРИЛОЖЕНИЯ

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

СИСТЕМАТИКА МЕТОДОВ СМЫСЛОЖИЗНЕННОЙ ДИАГНОСТИКИ В ОТЕЧЕСТВЕННОЙ И ЗАРУБЕЖНОЙ ПСИХОЛОГИИ

Предмет диагностики	Диагностические методы в зарубежной психологии	Диагностические методы в отечественной психологии
1	2	3
Общий уровень осмысленности жизни	PIL («Purpose in Life Test») [Crumbaugh, Macholik, 1964]; LAP («Life Attitude Profile») [Reker, 1981]; LAP-R («Life Attitude Profile – Revised») [Reker, 1992]; PMI («Personal Meaning Index») [Reker, 2002, 2005]; MILI («Meaning in Life Index») [Francis, 2008]; EMS («Existential Meaning Scale») [Lyon, 2005]; ELM («Expressions of Life Meaning») [Laverty, 2005]; GLPS («General Life Purpose Scale») [Byron, 2009]; MAPA («Meaningful Activity Participation Assessment») [Eakman, 2010]; EMAS («Engagement in Meaningful Activities Survey») [Goldberg, 2002]; WAMI («Work and Meaning Inventory») [Steger, 2012]; DMS («Daily Meaning Scale») [Kashdan, 2007]; MMM («Measure of Mundane Meaning») [Brown, 2008]; LES («Life Esteem Survey») [Wheeler, 1990]; VOL («Valuation of Life Scale») [Lawton, 2001]; LMS («Life Meaningfulness Scale») [Halama, 2005]; MiL («Meaning in Life») [Krause, 2004]; MLQ («Meaning in Life Questionnaire») [Steger, 2006]; MLM («Meaningful Life Measure») [Morgan, 2009]; PIL-SF («Purpose in Life Test – Short Form») [Schulenberg, 2011];	Тест смысложизненных ориентаций (СЖО) [Леонтьев, 1999]; Методика исследования системы жизненных смыслов [Котляков, 2003]; Шкала «Цель в жизни» (или «Осмысленность жизни») русскоязычных адаптаций SPWB К. Рифф [Шевеленкова, Фесенко, 2005; Пергаменчик, Лепешинский, 2007]; Русскоязычная адаптация ES («Exsistence Scale») «Шкала экзистенции» А. Лэнгле, К. Орглер [Майнина, Васанов, 2010]

1	2	3
	<p>PILS («Purpose in Life Scale») [Francis, 2009, 2010]; LPQ («Life Purpose Questionnaire») [Hablas, 1982; Hutzell, 1986, 1994];</p> <p>ML Scale («Meaning in Life Scale») [Warner, 1987];</p> <p>EPIL («Existence Subscale of Purpose in Life Test») [Law, 2012];</p> <p>LPQ-A («Life Purpose Questionnaire – Adolescent version») [Hatzell, Finck, 1994];</p> <p>MiST («Meaning in Suffering Test») [Starck, 1983; Schulenberg, Gohm, Anderson, 2006];</p> <p>MLS («Meaning in Life Scale») [Thompson, 1989];</p> <p>LEQ («Life Evaluation Questionnaire») [Salmon, 1996];</p> <p>LAS-ECD («Life Attitude Scale for Elderly with Chronic Disease») [Liu, 2001];</p> <p>MiLS («Meaning in Life Scale») [Jim, 2006];</p> <p>MMS («Meaning Making Scale») [van den Heuvel, 2009];</p> <p>LRI («Life Regard Index») [Battista, Almond, 1973];</p> <p>LET («Life Engagement Test») [Scheier, 2006];</p> <p>ES («Existence Scale») [Länge, 2003];</p> <p>TND («Test Noodynamiki») [Popielski, 1994];</p> <p>FOM (Fulfillment of Meaning Scale) [Burbank, 1992]; SOMP («Sources of Meaning Profile») [Reker, 1996]; PMP («Personal Meaning Profile») [Wong, 1998];</p> <p>SLM («Sources of Life Meaning») [Bar-Tur, 2001];</p> <p>SMiLE («Sources of Meaning in Life Evaluation») [Fegg, 2006];</p> <p>SOC («Sense of Coherence Scale») [Antonovski, 1993];</p> <p>«Purpose in Life Scale» и SPWB («Scales of Psychological Well-being») [Ryff, 1989];</p> <p>OHS («Orientations to Happiness Scale») [Peterson, 2005];</p>	

1	2	3
	QEWB («Questionnaire for Eudaimonic Well-Being») [Waterman, 2010]; ML («Meaning in Life») [Tomich, 2002]	
Смысложиз- ненный кризис	Шкала «Экзистенциальный вакуум» («Existential vacuum») SONG («Seeking of Noetic Goals») [Crumbaugh, 1977; Schulenberg, Gohm, 2009]; Шкала «Поиск смысла» («Search for Meaning») MLQ («Meaning in Life Questionnaire») [Steger, 2006]; SMS («Search for Meaning Survey») [Taylor, 1993]; Шкала «Экзистенциальный вакуум» («Existential Vacuum») LAP и LAP-R («Life Attitudes Profile») [Reker, 1981, 1992]; Шкала «Экзистенциальная фрустрация» («Existentieller Frustration») LOGO-теста [Lukas, 1986]; Шкала «Кризис смысла» («Crisis of meaning») SoMe («Sources of Meaning») [Schnell, 2009]; Шкала «Негативная оценка жизни» («Negative Life Valuation») VLS («Valuation of Life Scale») [Lawton, 2001]; NoM&NeM («No Meaning and Negative Meaning Scales») [Kunzendorf, 1995]; AT («Alienation Test») [Maddi, 1979]; EAS («Existential Anxiety Scale») [Good, 1974]; Шкала «Тревога пустоты и бессмысленности» опросника EAQ («Existential Anxiety Questionnaire») [Weems, 2004]; КKW («Kwestionariusz Kryzysu Wartosciowania») [Oles, 1991]; Шкала «Утрата смысла и цели» («Loss of meaning and purpose») DS («Demoralization Scale») [Kissane, 2004; Mehnert, 2011];	Опросник смысложизненного кризиса (ОСЖК) [Карпинский, 2008]; Русскоязычная адаптация АТ («Alienation Test») в виде Опросника субъективного отчуждения (ОСОТЧ-В) и его модификации для учащихся (ОСОТЧ-У) [Осин, 2008]

1	2	3
	<p>Шкала «Растерянность и потеря смысла» («Confusion and Lessened Meaning») MiLS («Meaning in Life Scale») [Jim, 2006];</p> <p>QM («Questionnaire on Meaning») [Wheeler, 1993]</p>	
<p>Психологические свойства смысла жизни</p>	<p>MED («Meaning Essay Document») [DeVogler, 1980, 1981, 1985];</p> <p>MILD («Meaning in Life Depth Instrument») [Ebersole, 1989; 1991];</p> <p>SOMQ («Sources of Meaning Questionnaire») [Debats, 1999];</p> <p>IML («Interview on Meaning in Life») [Takkinen, 2001];</p> <p>SELE («Sentence Completion Questionnaire») [Dittmann-Kohli, 1997];</p> <p>SOMP («Sources of Meaning Profile») [Reker, 1987, 1994, 1996; Prager, 1996, 1998];</p> <p>SLM («Sources of Life Meaning») [Bar-Tur, 2001];</p> <p>SPW («Scala Preferencji Wartosci») [Popielski, 1994];</p> <p>PMP («Personal Meaning Profile») [Wong, 1998];</p> <p>QL («Questions in Life») [Auhagen, 2006];</p> <p>SoMe («Sources of Meaning and Meaning in Life Questionnaire») [Schnell, 2009];</p> <p>SMiLE («Schedule for Meaning in Life Evaluation») [Fegg, 2008];</p> <p>PMST («Personal Meaning Systems Technique») [Pohlman, 2006];</p> <p>QLMS («Questionnaire of Life Meaning Sources») [Halama, 2000];</p> <p>SMS («Spiritual Meaning Scale») [Mascaro, 2005];</p> <p>STMLS («Self-Transcendence Meaning of Life Scale») [Li, 2008];</p> <p>MiLQ («Meaning in Life Questionnaire») [Kernes, 2008]</p>	<p>Русскоязычная адаптация MED («Meaning Essay Document») [Осин, 2005];</p> <p>Тест смысложизненных ориентаций (СЖО) [Леонтьев, 1999];</p> <p>Методика исследования системы жизненных смыслов [Котляков, 2003]</p>

**РЕЗУЛЬТАТЫ ПРОВЕРКИ КРИТЕРИАЛЬНОЙ
И КОНСТРУКТИВНОЙ ВАЛИДНОСТИ
ОПРОСНИКА СМЫСЛОЖИЗНЕННОГО КРИЗИСА (ОСЖК)**

Критериальная валидность опросника

Критериальная выборка	N	M	t_{эмп}(df)	d Коэна	Мощность
Люди без определенного места жительства	35	118,9	4,31 (34)***	0,72	0,97
Люди с ограниченными возможностями здоровья (нетрудоспособные инвалиды)	50	115,8	3,76 (49)***	0,57	0,98
Вынужденные безработные (г. Лида, 2011 г.)	70	113,9	4,32 (69)***	0,49	0,97
Вынужденные безработные (г. Свислочь, 2010 г.)	108	118,1	5,86 (107)***	0,65	1,00
Вынужденные безработные (г. Гродно, 2009 г.)	43	115,4	2,73 (42)**	0,55	0,94
Вынужденные безработные (г. Гродно, 2011 г.)	49	113,9	3,23 (48)**	0,45	0,87
Вынужденные безработные (г. Гродно, 2013 г.)	27	120,4	3,38 (26)**	0,80	0,97
Тюремные заключенные	41	117,3	4,36 (40)***	0,64	0,98
Осужденные преступники (в условиях условно-досрочного освобождения)	150	112,6	4,55 (149)***	0,41	0,99
Невротические пациенты (стационар)	100	115,4	4,54 (99)***	0,52	0,99
Реанимационные пациенты (стационар)	100	107,7	2,68 (99)**		
Онкологические больные (стационар)	30	128,9	4,59 (29)***	1,16	1,00
Постинфарктные больные (первичный инфаркт, в течение первого месяца после заболевания)	35	117,8	3,08 (34)**	0,67	0,97
Пациенты после самопроизвольного аборта (в течение первой недели после выкидыша)	24	122,9	5,02 (23)***	0,97	0,99
Госпитализированные суициденты (в течение 2 недель после суицидальной попытки)	27	118,2	2,25 (26)*	0,69	0,93
Больные хроническим алкоголизмом	33	121,3	4,95 (32)***	0,80	0,99
<i>Примечания:</i> * p ≤ 0,05; ** p ≤ 0,01; *** p ≤ 0,001; N – количество испытуемых в основной группе; M – среднее значение в основной группе; t _{эмп} – эмпирическое значение t-критерия Стьюдента; df – количество степеней свободы; d – размер эффекта.					

Конструктивная валидность опросника

Переменные для валидации	Метод диагностики	Объем выборки	Значение коэффициента корреляции		
1	2	3	4		
Конвергентная валидность					
ЧЕРТЫ (ДИСПОЗИЦИИ) И МИРОВОЗЗРЕНИЕ (УБЕЖДЕНИЯ) ЛИЧНОСТИ					
Экстраверсия	Личностный опросник Г. Айзенка (EPI)	110	н.з.		
Нейротизм			0,31		
Реактивная тревожность	Опросник Ч. Спиабергера (STAI) (в адаптации Ю.Л. Ханина)	118	0,29		
Личностная тревожность			0,20		
Агрессивность	Опросник Басса-Дарки (BDHI)		0,20		
Враждебность			0,24		
Невротичность	Фрайбургский личностный опросник (FPI)	63 (66)	0,34 (0,37)		
Реактивная агрессия			0,58 (0,36)		
Спонтанная агрессивность			0,43 (0,36)		
Депрессивность			0,46 (0,35)		
Раздражительность			0,39 (0,24)		
Общительность			-0,39 (-0,35)		
Застенчивость			0,27 (0,24)		
Оптимизм			Тест диспозиционного оптимизма (LOT) Ч. Карвера и М. Шейера (адаптация Т. О. Гордеевой, О. А. Сычева, Е. Н. Осина)	91	-0,24
Пессимизм					0,47
Стабильность	Опросник «Стиль объяснения успехов и неудач» (СТОУН-В) (адаптация Т. О. Гордеева, Е. Н. Осин, В. Ю. Шевяхова)	300	-0,21		
Глобальность			-0,22		
Контроль			-0,26		
Оптимизм в ситуациях успеха			-0,22		
Оптимизм в ситуациях неудачи			-0,23		
Оптимизм в межличностных ситуациях			-0,35		
Общий показатель атрибутивного оптимизма			-0,24		
Способность находить пути			Шкала диспозиционной надежды Ч. Снайдера (адаптация К. Муздыбаева)	110	-0,44
Сила воли	-0,41				
Общий уровень надежды	-0,50				

Продолжение таблицы

1	2	3	4
Ценность «Я»	Шкала базисных убеждений (WAS) Р. Янов-Бульман (адаптация М. А. Падун, А. В. Котельникова)	150	-0,34
Степень самоконтроля			-0,30
Степень везения			-0,28
Убеждение относительно собственной ценности			-0,41
Эмоциональная неустойчивость – устойчивость (фактор С)	Опросник Р. Кеттелла 16PF-C	110	-0,34
Подверженность чувствам – нормативность (фактор G)			-0,31
Уверенность в себе – тревожность (фактор O)			0,42
Низкий – высокий самоконтроль (фактор Q ₃)			-0,53
Расслабленность – напряженность (фактор Q ₄)			0,39
Вовлеченность			Тест жизнестойкости (HS) С. Мадди (адаптация Д. А. Леонтьева, Е. И. Рассказовой)
Контроль	-0,68 (-0,56)		
Принятие риска	-0,66 (-0,51)		
Общий уровень жизнестойкости	-0,49 (-0,63)		
Привязанность – обособленность	Пятифакторный опросник личности (5PFQ) (адаптация А. Б. Хромова)	120	0,48
Самоконтроль – импульсивность			0,43
Эмоциональная устойчивость – неустойчивость			0,56
Общий уровень уверенности	Тест уверенности в себе (В. Г. Ромек)	200	-0,35
Социальная смелость			-0,32
Инициатива в социальных контактах			-0,29
САМОСОЗНАНИЕ И САМООТНОШЕНИЕ ЛИЧНОСТИ			
Оценка	Личностный дифференциал	81	-0,20
Сила			-0,23
Активность			-0,21
Самоуверенность			-0,35
Саморуководство			-0,36

Продолжение таблицы

1	2	3	4
Отраженное самоотношение	Методика исследования самоотношения (МИС) С. Р. Пантилеева	196	-0,32
Самоценность			-0,39
Самопринятие			-0,28
Самопривязанность			-0,27
Внутренняя конфликтность			0,30
Самообвинение			0,49
Самоуважение (фактор 2-го порядка)			-0,37
Аутосимпатия (фактор 2-го порядка)			-0,35
Самоуничижение (фактор 2-го порядка)			-0,42
Глобальное самоотношение	Опросник самоотношения В. В. Столина	217	-0,30
Самоуважение			-0,33
Аутосимпатия			-0,25
Ожидаемое отношение от других			-0,28
Самообвинение			0,27
Самопонимание			-0,21
Внутренняя конфликтность профессионального самоотношения	Опросник профессионального самоотношения К. В. Карпинского и А. М. Кольшко	100 (120) (132)	0,60 (0,62) (0,62)
Самоуважение в профессии			-0,35 (-0,34) (-0,40)
Самоуверенность в профессии			-0,34 (-0,31) (-0,40)
Самопривязанность в профессии			-0,35 (-0,31) (-0,32)
Самообвинение в профессии			0,52 (0,56) (0,46)
Самозффективность в профессии			-0,59 (-0,53) (-0,60)
Саморуководство в профессии			-0,54 (-0,51) (-0,58)
Самооценка личностного роста в профессии			-0,53 (-0,34) (-0,43)
Самоуничижение в профессии			0,61 (0,63) (0,57)
Общий показатель позитивного профессионального самоотношения			-0,57 (-0,60) (-0,58)

1	2	3	4
ПСИХИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ И ПСИХОПАТОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ			
Депрессия	Шкала депрессии А. Бека (BDI)	180 (80)	0,30 (0,40)
Ипохондрия	Сокращенный многофакторный опросник для исследования личности (Мини-мульб)	100	0,43
Депрессия			0,34
Истерия			0,26
Психопатия			0,43
Паранойальность			0,39
Психастения			0,46
Шизондность			0,22
Гипомания			0,21
Невротизация			-0,45
Психопатизация	Опросник «Уровень невротизации и психо- патизации» (УНП) (<i>примечание:</i> чем ниже балл по шкале, тем выше уровень вы- раженности признака)	150	-0,41
Соматизация	Симптоматический опросник (SCL-90-R) (адаптация Н. В. Тарабриной)	150	0,35
Обсессивно- компульсивные расстройства (навязчивости)			0,56
Межличностная сензитивность			0,40
Депрессия			0,51
Тревожность			0,50
Враждебность			0,48
Навязчивые страхи (фобии)			0,36
Паранойальность			0,44
Психотизм			0,49
Общий индекс тяжести симптомов			0,57
Индекс тяжести наличного дистресса			0,58
Число беспокоя- щих симптомов			0,51
Степень ухудшения общего самочувствия			0,35
Колебания интен- сивности жалоб	0,33		
Расстройства в сфере пищеварения	0,29		
Расстройства сер- дечно-сосудистой деятельности	0,34		
Нарушения общей чувствительности	0,37		

1	2	3	4
Нарушения моторики	Опросник невротических расстройств (ОНР) (адаптация Г. Х. Бакировой)		0,41
Психическая истощаемость			0,64
Нарушения сна			0,27
Повышенная возбудимость			0,49
Переживание своей малоценности			0,50
Пониженная работоспособность			0,50
Навязчивые мысли и действия			0,37
Немотивированный страх			0,49
Фобические расстройства			0,31
Нарушения социальных контактов			0,47
Неуверенность в себе			0,57
Познавательная и социальная пассивность			-0,40
Невротический сверхконтроль поведения			-0,36
Аффективная неустойчивость			0,30
Социальная неадаптивность			0,35
Злоупотребление лекарственными средствами			0,45
Гипоманиакальные проявления			-0,31
Паранойяльная настроенность			0,20
Психосоматическая симптоматика	Шкала психосоматических жалоб К. Попельского (NPS)	200 (150)	0,24 (0,37)
Демонстративность	Опросник суицидального риска (адаптация Т. Н. Разуваевой)	200	0,40
Аффективность			0,26
Уникальность			0,44
Несостоятельность			0,44
Социальный пессимизм			0,21
Временная перспектива			0,44
Адаптивность	Опросник социально-психологической адаптации К. Роджерса и Р. Даймонд (в адаптации А. К. Осницкого)		-0,32
Дезадаптивность			0,20
Принятие себя			-0,29
Принятие других			-0,18
Непринятие других			0,43

Продолжение таблицы

1	2	3	4
Эмоциональный комфорт	Опросник социально-психологической адаптации К. Роджерса и Р. Даймонд (в адаптации А. К. Осницкого)	30	-0,52
Эмоциональный дискомфорт			0,34
Внутренний контроль			-0,28
Внешний контроль			0,32
Ведомость			0,54
Эскапизм			0,30
СУБЪЕКТИВНОЕ (ГЕДОНИСТИЧЕСКОЕ) БЛАГОПОЛУЧИЕ ЛИЧНОСТИ (ГЛОБАЛЬНЫЙ УРОВЕНЬ)			
Интерес к жизни	Индекс жизненной удовлетворенности (Н. В. Панина)	127	-0,23
Последовательность в достижении целей			-0,32
Согласованность поставленных и достигнутых целей			-0,39
Положительная оценка себя и собственных поступков			-0,37
Общий фон настроения			-0,44
Индекс общей жизненной удовлетворенности			-0,53
Субъективная удовлетворенность жизнью	Шкала удовлетворенности жизнью (SWLS) Э. Динера	2281	-0,40
Позитивный аффект	Шкала позитивного и негативного аффекта (PANAS) (адаптация Е. Н. Осина)	114	-0,53
Негативный аффект			0,25
Удовлетворенность жизнью	Прямая самооценка удовлетворенности жизнью (по 100-балльной шкале)	2987	-0,30
СУБЪЕКТИВНОЕ (ГЕДОНИСТИЧЕСКОЕ) БЛАГОПОЛУЧИЕ ЛИЧНОСТИ (ДОМЕННЫЙ УРОВЕНЬ)			
СЕМЬЯ			
Общий уровень семейной удовлетворенности	Опросник удовлетворенности браком (В. В. Столин, Т. А. Романова, Г. П. Бутенко)	180	-0,45
Семейная вина	Опросник «Анализ семейной тревоги» (АСТ) (Э. Г. Эйдемиллер, В. Юстицкис)	180	0,35
Семейная тревожность			0,43
Семейная напряженность			0,42
Общий уровень семейной тревожности			0,48

Продолжение таблицы

1	2	3	4
Удовлетворенность семейной жизнью в целом	Прямая самооценка удовлетворенности (по 100-балльной шкале)	80	-0,56
Удовлетворенность отношениями с супругом/супругой			-0,51
Удовлетворенность отношениями с детьми			-0,45
Удовлетворенность отношениями с родителями			-0,48
Удовлетворенность распределением семейных обязанностей			-0,47
Сексуальная удовлетворенность			-0,41
РАБОТА			
Субъективная удовлетворенность карьерой	Шкала удовлетворенности карьерой (К. В. Карпинский, Т. В. Гижук)	198	-0,46
Удовлетворенность выбором профессии	Прямая самооценка удовлетворенности (по 100-балльной шкале)	177	-0,33
Удовлетворенность полученным образованием			-0,28
Удовлетворенность отношениями с коллегами			-0,29
Удовлетворенность занимаемой должностью			-0,31
МАТЕРИАЛЬНЫЙ СТАТУС			
Экономический оптимизм – пессимизм	Опросник субъективного экономического благополучия (В. А. Хашченко)	358	-0,21
Субъективная адекватность дохода			-0,29
Текущее благосостояние семьи			-0,20
Финансовая депривация			-0,30
Экономическая тревожность			н.з.
Общий уровень СЭБ			-0,27
Удовлетворенность уровнем дохода	Прямая самооценка удовлетворенности (по 100-балльной шкале)		-0,20

1	2	3	4
Удовлетворенность жилищными условиями	Прямая самооценка удовлетворенности (по 100-балльной шкале)	177	-0,28
Удовлетворенность качеством досуга			-0,30
ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ (ЭВДЕМОНИЧЕСКОЕ) БЛАГОПОЛУЧИЕ ЛИЧНОСТИ			
Ориентация во времени	Самоактуализационный тест (САТ) Э. Шострома (адаптация Ю. А. Алешиной и Л. Я. Гозмана)	100	-0,22
Поддержка			-0,24
Ценностная ориентация			-0,38
Самоуважение			-0,40
Представление о природе человека			-0,26
Положительные отношения	Шкалы психологического благополучия К. Рифф (адаптация Л. А. Пергаменщик, В. В. Лепешинский)	852	-0,51
Автономия			-0,50
Управление окружением			-0,58
Личностный рост			-0,53
Цель в жизни			-0,64
Самопринятие			-0,54
Общий уровень благополучия			-0,62
ПСИХОБИОГРАФИЧЕСКИЕ СВОЙСТВА ЛИЧНОСТИ КАК СУБЪЕКТА ЖИЗНИ			
Насыщенность	Каузометрия (А. А. Кронник, Е. И. Головаха)	30	-0,35
Целеустремленность			-0,47
Рациональность			-0,38
Среднее время антиципации событий	Методика «Психологическая автобиография» (Е. Ю. Коржова)	30	-0,30
Среднее время ретроспекции событий			-0,21
Коэффициент взрослости	Оценивание пятилетних интервалов (ОПИ) (А. А. Кронник, Е. И. Головаха)	100	0,29
Оптимизм			-0,28
Ожидаемая продолжительность жизни			-0,21
Общая насыщенность			-0,44
Насыщенность текущего периода			-0,44
Насыщенность прошлых периодов			-0,30
Насыщенность будущих периодов			-0,38
Количество «десяток»			-0,33

Продолжение таблицы

1	2	3	4
Фактор «Напряженность времени»	Временной семантический дифференциал (А. А. Кроник, Е. И. Головаха)	80	-0,35
Фактор «Конечность времени»			0,26
Неадекватность психологического возраста хронологическому возрасту (модуль разности)	Оценивание пятилетних интервалов (ОПИ), каузометрия, методика «Психологические часы» (А. А. Кроник, Е. И. Головаха)	267	0,32
Негативное прошлое	Опросник временной перспективы Ф. Зимбардо (ЗТРИ) (адаптация А. А. Сырцовой, Е. Т. Соколовой, О. В. Митиной)	100	0,63
Будущее			-0,38
Фаталистическое настоящее			0,67
Трансцендентное будущее			-0,25
САМОРЕГУЛЯЦИЯ И САМОДЕТЕРМИНАЦИЯ ЛИЧНОСТИ			
Планирование	Опросник «Стиль саморегуляции поведения» (В. И. Моросанова)	250 (180)	-0,23 (-0,27)
Моделирование			-0,39 (-0,43)
Программирование			-0,24 (-0,27)
Оценивание результатов			-0,19 (-0,22)
Общий уровень саморегуляции			-0,40 (-0,46)
Планомерность	Опросник самоорганизации деятельности (TSQ) Т. Физера и М. Бонда (адаптация Е. Ю. Мандриковой)	150	-0,33
Целеустремленность			-0,39
Настойчивость			-0,59
Самоорганизация за счет внешних средств			-0,25
Ориентация на настоящее			0,34
Автономная ориентация	Русскоязычный опросник каузальных ориентаций (РОКО) Э. Деси и Р. Райна (адаптация О. Е. Дергачевой, Л. Я. Дорфмана, Д. А. Леонтьева)	217 (250)	-0,26 (-0,40)
Безличная ориентация			н.з. (0,34)
Общая интернальность	Опросник «Локус контроля» (ЛК) (Е. Г. Ксенофонтова)	150 (100)	-0,51 (-0,31)
Интернальность в суждениях о жизни			-0,40 (-0,22)
Интернальность в описании личного опыта			-0,45 (-0,31)
Интернальность в сфере неудач			-0,20 (н.з.)

1	2	3	4
Предрасположенность к самообвинению	Опросник «Локус контроля» (ЛК) (Е. Г. Ксенофонтова)		0,28 (0,26)
Интернальность в профессии			-0,44 (-0,34)
Профессионально-социальный аспект интернальности			-0,38 (-0,31)
Профессионально-процессуальный аспект интернальности			-0,39 (-0,24)
Интернальность в межличностном общении			-0,46 (-0,31)
Компетентность в сфере межличностных отношений			-0,43 (-0,29)
Ответственность в сфере межличностных отношений			-0,24 (н.з.)
Интернальность в сфере семейных отношений			-0,38 (н.з.)
Интернальность в сфере здоровья			-0,37 (н.з.)
Отрицание активности			0,47 (0,27)
Готовность к преодолению трудностей			-0,38 (-0,25)
Готовность к самостоятельному планированию и осуществлению деятельности			-0,40 (н.з.)
Общая самооэффективность	Шкала общей самооэффективности Р. Шварцера и М. Ерусалема (адаптация В. Г. Ромека)	200	-0,43
ЗАЩИТНО-СОВАЛАДАЮЩЕЕ ПОВЕДЕНИЕ ЛИЧНОСТИ			
Регрессия	Индекс жизненного стиля (LSI)	217 (200)	0,35 (0,31)
Замещение			0,33 (0,26)
Копинг, ориентированный на решение задач	Методика «Копинг-поведение в стрессовых ситуациях» (CISS)		-0,25
Копинг, ориентированный на эмоции			0,47

Продолжение таблицы

1	2	3	4
Отвлечение	Н. Эндлера и Д. Паркера (адаптация Т. А. Крюковой)	150	0,21
Поиск поддержки	Опросник «Способы преодоления негатив- ных ситуаций» (СПНС) С. С. Гончаровой	150	0,27
Повышение самооценки			-0,20
Самообвинение			0,29
Поиск виновных			0,20
Дистанцирование	Опросник «Способы совладающего поведения» Р. Лазаруса и С. Фолкман (адаптация Т. А. Крю- ковой, Е. В. Куфтяк, М. С. Замышляевой)	200 (200)	0,28 (н.з.)
Принятие ответственности			0,20 (0,20)
Бегство – избегание			0,41 (0,29)
Планирование решения проблемы			-0,23 (-0,34)
Положительная переоценка			-0,29 (-0,29)
ЭКЗСТЕНЦИАЛЬНОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ ЛИЧНОСТИ			
Цели в жизни	Тест смысложизненных ориентаций (СЖО) (Д. А. Леонтьев)	797	-0,53
Процесс жизни			-0,51
Результат жизни			-0,50
Локус контроля – Я			-0,49
Локус контроля – жизнь			-0,50
Общий уровень осмысленности			-0,61
Количество пре- дельных категорий	Методика предельных смыслов Д. А. Леонтьева с пусковым вопросом «Зачем люди ищут смысл в жизни?»	30	-0,23
Количество узловых категорий			-0,27
Индекс децентрации			н.з.
Индекс рефлексии			-0,30
Индекс негативности			0,39
Безнадежность	Шкала безнадежности А. Бека	200	0,57
Танатическая тревога	Шкала тревоги смерти (DAS) Д. Темплера (адаптация Т. А. Гавриловой)	90 (150)	0,26 (0,34)
Переживание одиночества	Методика диагностики уровня субъективного ощущения одиночества Д. Рассела и М. Фергюсона	146 (53)	0,42 (0,31)
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ЗДОРОВЬЕ И ПРОФЕССИОНАЛЬНО ОБУСЛОВЛЕННЫЕ ДЕФОРМАЦИИ ЛИЧНОСТИ			
Общий уровень профессионального стресса	Опросник трудового стресса (адаптация А. Б. Леоновой, С. Б. Величковской)	77	0,45

Продолжение таблицы

1	2	3	4
Эмоциональное истощение	Опросник выгорания К. Маслач и С. Джексон (МВІ) (адаптация Н. Е. Водопьяновой)	150	0,31
Деперсонализация			0,44
Редукция профессионализма			-0,51
Переживание психотравмирующих обстоятельств	Методика диагностики уровня профессионального выгорания В. В. Войко	150 (146)	0,23 (0,41)
Неудовлетворенность собой			0,38 (0,43)
«Загнанность в клетку»			0,49 (0,49)
Тревога и депрессия			0,29 (0,39)
Неадекватное эмоциональное реагирование			0,39 (н.з.)
Эмоционально-нравственная дезориентация			н.з. (0,32)
Расширение сферы экономии эмоций			0,34 (0,45)
Редукция профессиональных обязанностей			0,40 (н.з.)
Эмоциональный дефицит			0,55 (0,42)
Эмоциональная отстраненность			н.з. (0,29)
Деперсонализация			0,46 (0,34)
Психосоматические и психовегетативные нарушения			0,23 (0,34)
Общий уровень выгорания			0,51 (0,49)
ДИСКРИМИНАНТНАЯ ВАЛИДНОСТЬ			
Мужскость-женскость	Фрайбургский личностный опросник (FPI)	63 (66)	-0,08 (0,03)
Экстраверсия-интроверсия			0,02 (0,10)
Экстраверсия-интроверсия	Пятифакторный опросник личности (5PFQ) (в адаптации А. Б. Хромова)	120	0,06
Экспрессивность-практичность			0,00
Интеллект (фактор В)	Опросник Р. Кеттелла 16PF-C		0,09
Невербальный интеллект	Прогрессивные матрицы Дж. Равена	29	-0,03
<i>Примечания:</i> 1) в таблице указаны коэффициенты корреляции $ r \geq 0,20$ безотносительно к уровню статистической значимости; 2) н.з. – коэффициент корреляции $ r < 0,20$ безотносительно к уровню статистической значимости; 3) при наличии повторного исследования объем выборки и результаты указываются в скобках.			

**СТАНДАРТНЫЙ БЛАНК ОПРОСНИКА
СМЫСЛОЖИЗНЕННОГО КРИЗИСА (ОСЖК)**

Ниже предложен список утверждений, характеризующих различные способы отношения человека к собственной жизни. Внимательно прочитайте каждое утверждение и оцените, в какой степени оно справедливо применительно к Вам. Напротив каждого утверждения обведите цифру, соответствующую степени Вашего согласия с ним:

1	2	3	4
совершенно не согласен	скорее не согласен	скорее согласен	совершенно согласен

Не нужно много времени тратить на обдумывание своих ответов. Давайте тот ответ, который первым приходит в голову. Не пропускайте ни одного утверждения и помните, что здесь нет правильных и неправильных, хороших и плохих ответов.

	совершенно не согласен	скорее не согласен	скорее согласен	совершенно согласен
1. Не могу понять, в чем заключается смысла моей жизни	1	2	3	4
2. Жизнь кажется мне бессмысленной и пустой	1	2	3	4
3. Легко отличаю значимое от незначимого в своей жизни	1	2	3	4
4. У меня еще не выработан определенный жизненный идеал	1	2	3	4
5. Я слабо осознаю, что действительно важно в моей жизни, а что совсем неважно	1	2	3	4
6. Моя жизнь имеет глубокий смысл	1	2	3	4
7. Извлечение сиюминутной выгоды для меня важнее, чем стремление к далеким жизненным целям	1	2	3	4
8. Изю всех сил стараюсь приблизиться к своему жизненному идеалу	1	2	3	4
9. Ловлю себя на том, что большую часть времени занимаюсь бессмысленными делами	1	2	3	4
10. Поиск смысла жизни – это бесполезная затея	1	2	3	4
11. Я четко знаю, что такое жизненный успех и в чем конкретно он состоит	1	2	3	4
12. Реализую совсем не те ценности, которые составляют смысла моей жизни	1	2	3	4
13. Чувствую в себе достаточно сил и энергии для реализации своих жизненных замыслов	1	2	3	4

	совершенно не согласен	скорее не согласен	скорее согласен	совершенно согласен
14. Меня не покидает чувство, что я упустил(а) или потерял(а) в жизни что-то очень важное	1	2	3	4
15. Ощущаю внутреннюю опустошенность	1	2	3	4
16. Мои представления о смысле жизни часто меняются	1	2	3	4
17. В ситуациях, где необходимо принять важное жизненное решение, я испытываю полную растерянность	1	2	3	4
18. В жизни преимущественно делаю то, что ожидают другие люди или требуют обстоятельства	1	2	3	4
19. Никогда по-настоящему не задумывался (не задумывалась) о смысле своей жизни	1	2	3	4
20. Мои поступки в своем большинстве не связаны с какой-либо жизненной целью	1	2	3	4
21. Нисколько не сожалею о своем жизненном выборе	1	2	3	4
22. Я слишком озабочен(а) своими повседневными проблемами, чтобы думать о смысле жизни	1	2	3	4
23. Я нашел (нашла) свое жизненное призвание или, по крайней мере, близок (близка) к тому, чтобы его отыскать	1	2	3	4
24. Жизнь в соответствии с когда-то поставленными целями в моей ситуации невозможна	1	2	3	4
25. Многие дела и обязанности, которые я вынужден(а) ежедневно выполнять, абсолютно мне безразличны	1	2	3	4
26. Отлично понимаю, куда я в жизни двигаюсь и зачем	1	2	3	4
27. У меня противоречивые взгляды на жизнь, в том числе на ее смысл	1	2	3	4
28. Меня не оставляет мысль, что я потерялся (потерялась) в жизни и нахожусь не на своем месте	1	2	3	4
29. Я «разбрасываюсь» по жизни: зажигаюсь одним делом, но быстро остываю и окунаюсь с головой в другое	1	2	3	4
30. Мои жизненные ценности совсем не противоречат друг другу	1	2	3	4
31. Для меня не имеет значения, каким делом в жизни я занят(а) и занят(а) ли вообще	1	2	3	4
32. Без труда отделяю, какие задачи в моей жизни главные, а какие – второстепенные	1	2	3	4
33. Потребность познать смысл своей жизни мне совершенно чужда	1	2	3	4

	совершенно не согласен	скорее не согласен	скорее согласен	совершенно согласен
34. Мне легко заставить себя упорно работать ради своих жизненных планов	1	2	3	4
35. Все чаще замечаю, что моя жизнь является хаотической и сумбурной	1	2	3	4
36. Не сомневаюсь в значимости своих жизненных целей	1	2	3	4
37. Каждый день стараюсь хоть немного приблизиться к своим жизненным целям	1	2	3	4
38. Когда спрашиваю себя о том, что важно в моей жизни, меня охватывают тревога и беспокойство	1	2	3	4
39. Если задаю себе вопрос о смысле моей жизни, то, как правило, нахожу на него удовлетворительный ответ	1	2	3	4
40. До сих пор не знаю, чего я хочу от жизни	1	2	3	4
41. Мне не знакомы такие образцы жизни, которым я готов(а) следовать	1	2	3	4
42. Не знаю, почему я делаю то, что делаю в жизни	1	2	3	4
43. Есть такие идеи и убеждения, в которые я твердо верю и готов(а) бороться за них всю свою жизнь	1	2	3	4
44. У моей жизни нет единого и устойчивого направления, потому что я постоянно мечусь от одного занятия к другому	1	2	3	4
45. В моей жизни много вещей, которые приносят мне чувство радости и счастья	1	2	3	4
46. Если бы меня спросили, что я ценю больше всего в своей жизни, я бы не смог(ла) дать определенный ответ	1	2	3	4
47. Занимаюсь в жизни именно тем делом, которое ведет меня к успеху и помогает раскрыть свой потенциал	1	2	3	4
48. За последние месяцы несколько не продвинулся (не продвинулась) в реализации своих жизненных планов.	1	2	3	4
49. У меня на будущее намечены важные события, ради свершения которых много работаю уже сейчас	1	2	3	4
50. Не решаюсь проводить в жизнь свои ценности и идеалы, поскольку они кажутся мне неосуществимыми	1	2	3	4

**РЕЗУЛЬТАТЫ ПРОВЕРКИ СТРУКТУРНОЙ
И КОНСТРУКТИВНОЙ ВАЛИДНОСТИ КРАТКОГО
ОПРОСНИКА СМЫСЛОЖИЗНЕННОГО КРИЗИСА (ОСЖК-К)**

Факторная структура опросника

№	Пункты опросника	Факторная структура ОСЖК-К		
		Фактор 1	Фактор 2	Фактор 3
1	2	3	4	5
1.	Не могу понять, в чем заключается смысл моей жизни			0,71
2.	Извлечение сиюминутной выгоды для меня важнее, чем стремление к далеким жизненным целям	0,63		
3.	Ловлю себя на том, что большую часть времени занимаюсь бессмысленными делами		0,71	
4.	Поиск смысла в жизни – это бесполезная затея	0,65		
5.	Ощущаю внутреннюю опустошенность			0,66
6.	В ситуациях, где необходимо принять важное жизненное решение, испытываю полную растерянность	0,64		
7.	В жизни преимущественно делаю то, что от меня ожидают другие люди или требуют обстоятельства	0,77		
8.	Большинство моих поступков не связано с какой-либо жизненной целью	0,54		
9.	Многие дела и обязанности, которые я вынужден(а) ежедневно выполнять, для меня скучны и безразличны			0,48
10.	Я «разбрасываюсь» по жизни: берусь за одно дело, но быстро от него отказываюсь и переключаюсь на другое		0,58	
11.	Часто замечаю, что мои действия являются хаотическими и сумбурными		0,63	

Продолжение таблицы

1	2	3	4	5
12.	Когда задумываюсь о том, ради чего я живу, меня охватывают тревога и беспокойство			0,63
13.	До сих пор не знаю, чего хочу от жизни			0,55
14.	Не понимаю, зачем я делаю то, что делаю в жизни			0,60
15.	В моей жизни нет единого и устойчивого направления		0,53	
16.	Если бы меня спросили, что я ценю больше всего в своей жизни, я бы не смог(ла) дать определенный ответ	0,47		

Конструктивная валидность опросника

Наименование шкал	Десубъективизация личности	Дезинтеграция жизнедеятельности	Смысловая дизрегуляция	Общий показатель кризиса
1	2	3	4	5
Конвергентная валидность				
Цели в жизни (СЖО)	-0,56	-0,52	-0,59	-0,58
Процесс жизни (СЖО)	-0,43	-0,52	-0,61	-0,55
Результат жизни (СЖО)	-0,37	-0,35	-0,44	-0,49
Локус контроля – Я (СЖО)	-0,41	-0,32	-0,34	-0,39
Локус контроля – жизнь (СЖО)	-0,58	-0,51	-0,50	-0,50
Общий уровень осмысленности (СЖО)	-0,56	-0,54	-0,64	-0,61
Вегетативность (ОСОТЧ-В)	0,43	0,32	0,62	0,59
Нигилизм (ОСОТЧ-В)	0,49	0,35	0,38	0,43
Авантюризм (ОСОТЧ-В)	0,28	0,54	0,31	0,34
Смысловожизненный кризис (ОСЖК, базовая версия)	0,89	0,85	0,89	0,91

Продолжение таблицы

1	2	3	4	5
Кризис бессмысленности (ОСЖК-Д)	0,53	0,64	0,79	0,77
Кризис смыслоутраты (ОСЖК-Д)	0,51	0,66	0,73	0,76
Кризис нереализованности СЖ (ОСЖК-Д)	0,42	0,49	0,55	0,77
Общий показатель СЖК (ОСЖК-Д)	0,50	0,61	0,67	0,82
Удовлетворенность жизнью (ШУЖ)	-0,38	-0,39	-0,33	-0,39
Позитивный аффект (ШПАНА)	-0,19	-0,14	-0,28	-0,21
Негативный аффект (ШПАНА)	0,27	0,23	0,35	0,34
Положительные отношения (ШПБ)	-0,28	-0,19	-0,33	-0,38
Автономия (ШПБ)	-0,42	-0,25	-0,42	-0,41
Управление окружением (ШПБ)	-0,49	-0,32	-0,41	-0,39
Личностный рост (ШПБ)	-0,44	-0,29	-0,40	-0,49
Цель в жизни (ШПБ)	-0,46	-0,43	-0,48	-0,51
Самопринятие (ШПБ)	-0,31	-0,36	-0,32	-0,38
Общий уровень благополучия (ШПБ)	-0,45	-0,38	-0,51	-0,56
Депрессия (BDI)	0,37	0,32	0,47	0,44
Дискриминантная валидность				
Живость (ФСВ-Т1)	-0,03	-0,06	-0,07	-0,10
Настойчивость (ФСВ-Т1)	0,05	0,04	0,01	0,02
Сенсорная чувствительность (ФСВ-Т1)	-0,04	-0,01	0,00	-0,01
Эмоциональная реактивность (ФСВ-Т1)	0,19	0,13	0,23	0,23
Выносливость (ФСВ-Т1)	-0,18	-0,16	-0,17	-0,16
Активность (ФСВ-Т1)	-0,14	-0,09	-0,19	-0,17
<i>Примечание:</i> Коэффициенты корреляции, не значимые при $p < 0,05$, выделены жирным шрифтом.				

**СТАНДАРТНЫЙ БЛАНК И ДЕШИФРАТОР
КРАТКОГО ОПРОСНИКА СМЫСЛОЖИЗНЕННОГО
КРИЗИСА (ОСЖК-К)**

Ниже представлен перечень утверждений, описывающих различные способы отношения человека к собственной жизни. Внимательно прочитайте каждое утверждение и оцените, в какой степени оно справедливо применительно к Вам. При этом используйте следующие варианты ответа:

1	2	3	4
совершенно неверно	пожалуй, неверно	пожалуй, верно	совершенно верно

В бланке напротив соответствующего утверждения зачеркните или обведите кружком номер ответа, который в наибольшей мере соответствует Вашему мнению. Не нужно много времени тратить на обдумывание ответов. Давайте тот ответ, который первым приходит в голову. Не пропускайте ни одного утверждения и помните, что здесь нет правильных и неправильных, хороших и плохих ответов.

1. Не могу понять, в чем заключается смысл моей жизни	1 – 2 – 3 – 4
2. Извлечение споминутной выгоды для меня важнее, чем стремление к далеким жизненным целям	1 – 2 – 3 – 4
3. Ловлю себя на том, что большую часть времени занимаюсь бессмысленными делами	1 – 2 – 3 – 4
4. Поиск смысла в жизни – это бесполезная затея	1 – 2 – 3 – 4
5. Ощущаю внутреннюю опустошенность	1 – 2 – 3 – 4
6. В ситуациях, где необходимо принять важное жизненное решение, испытываю полную растерянность	1 – 2 – 3 – 4
7. В жизни преимущественно делаю то, что от меня ожидают другие люди или требуют обстоятельства	1 – 2 – 3 – 4
8. Большинство моих поступков не связано с какой-либо жизненной целью	1 – 2 – 3 – 4
9. Многие дела и обязанности, которые я вынужден(а) ежедневно выполнять, для меня скучны и безразличны	1 – 2 – 3 – 4
10. Я «разбрасываюсь» по жизни: берусь за одно дело, но быстро от него отказываюсь и переключаюсь на другое	1 – 2 – 3 – 4
11. Часто замечаю, что мои действия являются хаотическими и сумбурными	1 – 2 – 3 – 4
12. Когда задумываюсь о том, ради чего я живу, меня охватывают тревога и беспокойство	1 – 2 – 3 – 4
13. До сих пор не знаю, чего хочу от жизни	1 – 2 – 3 – 4
14. Не понимаю, зачем я делаю то, что делаю в жизни	1 – 2 – 3 – 4
15. В моей жизни нет единого и устойчивого направления	1 – 2 – 3 – 4
16. Если бы меня спросили, что я ценю больше всего в своей жизни, я бы не смог(ла) дать определенный ответ	1 – 2 – 3 – 4

Дешифратор

Шкала опросника	Номера пунктов
Десубъективизация личности	2, 4, 6, 7, 8, 16
Дезинтеграция жизнедеятельности	3, 10, 11, 15
Смысловая дизрегуляция	1, 5, 9, 12, 13, 14
Общий уровень смысложизненного кризиса	1–16

**РЕЗУЛЬТАТЫ ПРОВЕРКИ СТРУКТУРНОЙ ВАЛИДНОСТИ
ДИФФЕРЕНЦИАЛЬНОГО ОПРОСНИКА
СМЫСЛОЖИЗНЕННОГО КРИЗИСА (ОСЖК-Д)**

Номер пункта	Формулировка пункта	Априорная классификация	Результаты эксплораторного факторного анализа		
			Фактор I: КНС	Фактор II: КБС	Фактор III: КСУ
1	2	3	4	5	6
1.	Жизнь кажется мне бессмысленной и пустой	КБС	0,16	0,58	0,20
2.	Я разочаровался(лась) в ценностях, которые еще недавно считал(а) самыми главными в своей жизни	КСУ	0,31	0,34	0,52
3.	Мне не удается осуществить свои жизненные цели	КНС	0,66	0,31	0,15
4.	Я с трудом понимаю, что действительно важно в жизни, а что совсем неважно	КБС	0,09	0,50	0,03
5.	Реализую совсем не те ценности, которые составляют смысла моей жизни	КСУ	-0,02	0,12	0,50
6.	Мне не хватает времени, чтобы заняться действительно важными делами	КНС	0,76	-0,04	0,08
7.	Ощущаю внутреннюю опустошенность	КБС	0,21	0,71	0,34
8.	Жизнь в соответствии с когда-то поставленными целями в моей ситуации невозможна	КСУ	0,06	0,20	0,58
9.	Часто переживаю внутренний конфликт между различными ценностями	КНС	0,45	0,05	0,39
10.	Многие дела и обязанности, которые я вынужден(а) выполнять, абсолютно мне безразличны	КБС	0,35	0,51	0,31

1	2	3	4	5	6
11.	Меня преследует чувство, что я не сделал(а) в жизни что-то очень важное	КСУ	0,77	0,37	0,25
12.	За последние месяцы насколько не продвинулся(ась) в осуществлении своих жизненных планов	КНС	0,65	0,17	0,13
13.	В моей жизни отсутствуют такие ценности, которые я на самом деле высоко ценю	КБС	0,01	0,50	0,04
14.	Я уже утратил(а) интерес к когда-то избранным целям	КСУ	0,33	0,42	0,53
15.	Мои ценности и идеалы кажутся мне неосуществимыми	КНС	0,58	0,42	0,26
16.	До сих пор не знаю, чего хочу от жизни	КБС	0,25	0,64	-0,14
17.	Меня не оставляет мысль, что я потерялся(ась) в жизни и нахожусь не на своем месте	КСУ	0,26	0,27	0,41
18.	Чувствую, что у меня недостаточно сил и энергии для реализации своего жизненного замысла	КНС	0,78	0,12	0,06
19.	Думая о своей жизни, часто спрашиваю себя, зачем я живу	КБС	-0,06	0,38	0,34
20.	Ценности, которые я ставил(а) превыше всего в своей жизни, не принесли мне удовлетворения	КСУ	0,36	0,24	0,56
21.	Сомневаюсь, действительно ли мои жизненные ценности и цели столь важны	КНС	0,34	-0,20	0,67

Условные обозначения:

КБС – кризис бессмысленности, КСУ – кризис смыслоутраты, КНС – кризис нереализованности смысла жизни. Увеличенным жирным прямым шрифтом помечены значимые нагрузки пунктов на факторы, соответствующие априорной классификации; увеличенным жирным курсивом помечены значимые нагрузки на факторы, не соответствующие априорной классификации.

**РЕЗУЛЬТАТЫ ПРОВЕРКИ КОНСТРУКТИВНОЙ ВАЛИДНОСТИ
ДИФФЕРЕНЦИАЛЬНОГО ОПРОСНИКА
СМЫСЛОЖИЗНЕННОГО КРИЗИСА (ОСЖК-Д)**

Конвергентная и дискриминантная валидность

Наименование шкал	Кризис бессмысленности	Кризис смыслоутраты	Кризис нереализованности СЖ	Общая шкала СЖК
1	2	3	4	5
Конвергентная валидность (N = 225)				
Удовлетворенность жизнью (SWLS)	-0,31	-0,34	-0,46	-0,45
Цели в жизни (СЖО)	-0,55	-0,53	-0,39	-0,56
Процесс жизни (СЖО)	-0,53	-0,50	-0,55	-0,63
Результат жизни (СЖО)	-0,32	-0,37	-0,48	-0,44
Локус контроля – я (СЖО)	-0,26	-0,36	-0,40	-0,41
Локус контроля – жизнь (СЖО)	-0,51	-0,48	-0,47	-0,59
Общий уровень осмысленности (СЖО)	-0,46	-0,46	-0,48	-0,61
Положительные отношения (SPWB)	-0,33	-0,31	-0,30	-0,38
Автономия (SPWB)	-0,11	-0,13	-0,12	-0,14
Управление окружением (SPWB)	-0,27	-0,29	-0,48	-0,43
Личностный рост (SPWB)	-0,44	-0,31	-0,41	-0,47
Цель в жизни (SPWB)	-0,47	-0,43	-0,33	-0,48
Самопринятие (SPWB)	-0,35	-0,38	-0,51	-0,53
Общий уровень благополучия (SPWB)	-0,47	-0,41	-0,52	-0,57
Тревожность (ZARS)	0,31	0,29	0,47	0,42
Депрессия (BDI)	0,27	0,42	0,54	0,51
Дискриминантная валидность (N = 87)				
Живость (FCB-TI)	-0,09	-0,08	-0,03	-0,11
Настойчивость (FCB-TI)	0,06	-0,01	0,05	0,10

Продолжение таблицы

1	2	3	4	5
Сенсорная чувствительность (FCB-TI)	-0,01	-0,05	-0,09	-0,09
Эмоциональная реактивность (FCB-TI)	0,14	0,23	0,21	0,21
Выносливость (FCB-TI)	-0,17	-0,22	-0,27	-0,24
Активность (FCB-TI)	0,19	0,16	0,16	0,17
<i>Примечания:</i> Коэффициенты корреляции, не значимые при $p < 0,05$, выделены жирным шрифтом				

Инкрементная валидность

МОДЕЛЬ 1				
Шаг	Предикторы	β	t	p
1.	Тревога (ZARS)	-0,19	-2,95	0,004
	Депрессия (BDI)	-0,48	-7,44	0,000
	Статистика модели	R = 0,62, R ² = 0,38, F (2, 222) = 68,19, p = 0,000		
2.	Общий уровень СЖК	-0,33	-5,76	0,000
	Статистика модели	R = 0,68, R ² = 0,46, F (3, 221) = 63,1, p = 0,000		
	Инкрементный F-тест	$\Delta R^2 = 0,08$, F (1, 221) = 33,16, p = 0,000		
МОДЕЛЬ 2				
1.	Кризис бессмысленности	-0,15	-2,40	0,017
	Статистика модели	R = 0,47, R ² = 0,22, F (1, 223) = 65,02, p = 0,000		
2.	Кризис смыслоутраты	-0,36	-5,25	0,000
	Статистика модели	R = 0,61, R ² = 0,36, F (2, 222) = 66,2, p = 0,000		
	Инкрементный F-тест	$\Delta R^2 = 0,155$, F (1, 222) = 55,46, p = 0,000		
3.	Кризис нереализованности СЖ	-0,25	-3,95	0,000
	Статистика модели	R = 0,65, R ² = 0,42, F (3, 221) = 53,65, p = 0,000		
	Инкрементный F-тест	$\Delta R^2 = 0,06$, F (1, 221) = 17,6, p = 0,000		
<i>Примечание:</i> В таблице приведены значения β -коэффициентов, полученные на последнем шаге анализа.				

**СТАНДАРТНЫЙ БЛАНК И ДЕШИФРАТОР
ДИФФЕРЕНЦИАЛЬНОГО ОПРОСНИКА
СМЫСЛОЖИЗНЕННОГО КРИЗИСА (ОСЖК-Д)**

Ниже представлен перечень утверждений, описывающих различные способы отношения человека к собственной жизни. Внимательно прочитайте каждое утверждение и оцените, в какой степени оно справедливо применительно к Вам. При этом используйте следующие варианты ответа:

1	2	3	4
совершенно неверно	пожалуй, неверно	пожалуй, верно	совершенно верно

В бланке напротив соответствующего утверждения зачеркните или обведите кружком номер ответа, который в наибольшей мере соответствует Вашему мнению. Не нужно много времени тратить на обдумывание ответов. Давайте тот ответ, который первым приходит в голову. Не пропускайте ни одного утверждения и помните, что здесь нет правильных и неправильных, хороших и плохих ответов.

1. Жизнь кажется мне бессмысленной и пустой	1 - 2 - 3 - 4
2. Я разочаровался(лась) в ценностях, которые еще недавно считал(а) самыми главными в своей жизни	1 - 2 - 3 - 4
3. Мне не удается осуществить свои жизненные цели	1 - 2 - 3 - 4
4. Я с трудом понимаю, что действительно важно в жизни, а что совсем неважно	1 - 2 - 3 - 4
5. Реализую совсем не те ценности, которые составляют смысла моей жизни	1 - 2 - 3 - 4
6. Мне не хватает времени, чтобы заняться действительно важными делами	1 - 2 - 3 - 4
7. Ощущаю внутреннюю опустошенность	1 - 2 - 3 - 4
8. Жизнь в соответствии с когда-то поставленными целями в моей ситуации невозможна	1 - 2 - 3 - 4
9. Меня преследует чувство, что я не сделал(а) в жизни что-то очень важное	1 - 2 - 3 - 4
10. Многие дела и обязанности, которые я вынужден(а) выполнять, абсолютно мне безразличны	1 - 2 - 3 - 4
11. Сомневаюсь, действительно ли мои жизненные ценности и цели столь важны	1 - 2 - 3 - 4
12. За последние месяцы несколько не продвинулся(лась) в осуществлении своих жизненных планов	1 - 2 - 3 - 4
13. В моей жизни отсутствуют такие ценности, которые я на самом деле высоко ценю	1 - 2 - 3 - 4
14. Я уже утратил(а) интерес к когда-то выбранным целям	1 - 2 - 3 - 4
15. Мои ценности и идеалы кажутся мне несуществующими	1 - 2 - 3 - 4
16. До сих пор не знаю, чего хочу от жизни	1 - 2 - 3 - 4
17. Ценности, которые я ставил(а) превыше всего в своей жизни, не принесли мне удовлетворения	1 - 2 - 3 - 4
18. Чувствую, что у меня недостаточно сил и энергии для реализации своего жизненного замысла	1 - 2 - 3 - 4

Дешифратор

Шкала опросника	Номера пунктов
Кризис бессмысленности	1, 4, 7, 10, 13, 16
Кризис смыслоутраты	2, 5, 8, 11, 14, 17
Кризис нереализованности смысла жизни	3, 6, 9, 12, 15, 18
Общий уровень смысложизненного кризиса	1-18

**СТАНДАРТНЫЙ СТИМУЛЬНЫЙ МАТЕРИАЛ
МЕТОДИКИ «ИСТОЧНИКИ СМЫСЛА ЖИЗНИ» (ИСЖ)**

№	Источники смысла жизни	Ценностно-смысловое содержание
1	2	3
1.	Альтруизм	Заботиться об окружающих; помогать другим людям; жертвовать собственными интересами ради других; быть нужным, полезным для общества
2.	Творчество	Создавать что-то новое; изменять себя и собственную жизнь; преодолевать шаблоны и стереотипы; искать и осуществлять нестандартные идеи
3.	Гедонизм	Наслаждаться жизнью; удовлетворять свои потребности; получать как можно больше всевозможных удовольствий; вести легкую, приятную жизнь; избегать трудностей и усилий
4.	Карьера	Быть увлеченным интересной работой; достигнуть успеха в профессии и высот профессионального мастерства; продвинуться по служебной лестнице; повышать свою квалификацию и профессионализм
5.	Здоровье	Иметь хорошее физическое и психическое самочувствие; поддерживать и укреплять здоровье; заниматься спортом и оздоровлением, заботиться о своей физической форме
6.	Развлечения	Активно и интересно отдыхать; жить веселой и нескучной жизнью; получать яркие, острые впечатления от жизни
7.	Гуманизм	Человечно и внимательно относиться к окружающим людям; уважать их человеческое достоинство; проявлять сострадание к людям; верить в высшую ценность людей и их лучшие качества
8.	Индивидуальность	Сохранять и выражать свою индивидуальность; определить свое неповторимое место в жизни; иметь свое лицо и мнение по важным вопросам; отстаивать собственные принципы и взгляды; выделяться из «толпы»
9.	Семья	Создать семью; иметь прочные и гармоничные отношения с супругом (ой); способствовать благополучию родителей и родственников
10.	Религиозность	Верить и быть близким к Богу; почитать и соблюдать религиозные заповеди; достичь внутреннего просветления; исполнить Божий замысел; готовиться к вечной жизни; верить в существование Высшей силы и справедливости вообще
11.	Духовность	Развиваться духовно; стремиться к внутренней чистоте и совершенству; вести содержательную и разнообразную духовную жизнь; сохранять чистоту и возвышенность помыслов

1	2	3
12.	Нравственность	Творить добрые дела; улучшать окружающий мир; жить и поступать по совести; не терять чести; не опускаться до подлости, лжи и других аморальных поступков
13.	Справедливость	Добиваться справедливости; заступаться за слабых и обиженных; бороться за равные возможности для себя и для всех; быть справедливым в отношении других людей
14.	Богатство	Достичь материального достатка и финансовой независимости; владеть деньгами, собственностью, всяческими материальными благами; не испытывать материальных затруднений
15.	Дети	Родить и воспитать детей; передать жизненный опыт следующим поколениям; испытать радость отцовства и материнства; подарить жизнь другому человеку; научить всему лучшему своих детей
16.	Познание	Постоянно учиться чему-то новому; приобретать новые знания; извлекать «уроки» из жизненного опыта; накопить богатый жизненный опыт; сформировать широкий кругозор и эрудицию
17.	Власть	Воздействовать на других людей; влиять на их поступки; управлять ходом событий в их жизни
18.	Социальный статус	Достичь высокого положения в обществе; занять достойное место среди людей; пользоваться уважением и авторитетом у окружающих
19.	Персонализация	Стать настоящей личностью; быть образцом, примером для других людей; заслужить добрую память окружающих; оставить после себя «след» на Земле; внести весомый вклад в общее дело
20.	Компетентность (мудрость)	Приобрести жизненную мудрость; понять окружающий мир и самого себя; выработать трезвость в суждениях, зрелость в поступках; стать «знатоком» жизни; хорошо разбираться в себе и в людях; иметь хорошую ориентацию в происходящем
21.	Дружба	Иметь хороших друзей; поддерживать теплые и доверительные отношения с людьми; быть верным, надежным товарищем для своих друзей
22.	Любовь	Любить и быть любимым (ой); найти настоящую любовь; переживать душевную близость с другим человеком; жить ради любимого человека
23.	Процесс жизни	Просто жить; погрузиться в процесс жизни, ценить каждый ее момент; чувствовать полноту жизни; радоваться самому факту существования
24.	Самореализация	Раскрыть и реализовать свой внутренний потенциал; добиться успеха в важном деле; достичь жизненных целей; воплотить заветную мечту в жизни; стать успешным в жизни

1	2	3
25.	Судьба	Понять и принять свою жизненную миссию; исполнить жизненное предназначение; терпеливо нести свою «ношу», «крест»; выдержать испытания и превратности судьбы; не сдаваться перед трудностями жизни
26.	Мир	Улучшать окружающий мир; защищать мир на планете; жить в согласии с собой и окружающими людьми; избегать конфликтов и противоречий
27.	Природа	Наслаждаться красотой природы; беречь природный мир и его красоту; жить в гармонии и единстве с природой; заботиться о животных
28.	Секс	Вести богатую и разнообразную сексуальную жизнь; доставлять удовольствие своему партнеру; чувствовать себя привлекательной (ым) женщиной (мужчиной); пользоваться успехом у противоположного пола
29.	Выживание	Бороться за выживание; не позволять жизненным обстоятельствам и другим людям «раздавить» тебя; приспособляться к трудностям жизни; соперничать за жизненный успех и «место под Солнцем»; не быть слабаком и проигравшим в жизни
30.	Свобода	Быть свободным человеком; самостоятельно принимать жизненные решения и нести за них полную ответственность; быть независимым (ой) в мыслях, чувствах и поступках; выбирать свою судьбу; распоряжаться собственной жизнью и собой
31.	Патриотизм	Быть патриотом и достойным гражданином своей страны; любить Родину и способствовать ее процветанию; служить и трудиться на благо страны; быть преданным своему народу
32.	Саморазвитие	Работать над собственным развитием; совершенствовать свои личные качества (характер, способности и др.); стараться стать лучше, избавиться от недостатков; воспитывать в себе волю, уверенность и другие положительные качества; подвергать себя испытаниям
33.	Аскетизм	Философски относиться к жизни; ценить то, что имеешь; не стать «рабом» собственных потребностей; ограничить до разумных пределов свои амбиции и желания; не вторгаться в жизнь окружающих людей; научиться; не поддаваться жизненным соблазнам и искушениям; не гнаться за материальными благами, роскошью и богатством
34.	Образование	Получить хорошее образование; научиться полезным вещам; быть подготовленным к жизни; постоянно повышать уровень образованности

1	2	3
35.	Признание	Завоевать известность, славу и почет; добиться признания со стороны окружающих; прославиться и стать популярным человеком; иметь поклонников и последователей; создать себе хорошую репутацию, привлекательный имидж
36.	Самоуважение	Быть уверенным в себе; принимать и ценить себя; испытывать гордость за себя и свою жизнь; не терять собственного достоинства; не стыдиться своих сильных и слабых качеств
37.	Хобби	Найти любимое дело в жизни; с пользой тратить свободное время; иметь возможность реализовать свои увлечения; заниматься делом «для души»
38.	Общественная активность	Активно участвовать в делах коллектива и (или) общества; выполнять социально значимую деятельность; интересоваться и быть в курсе политических событий; пытаться повлиять на жизнь страны
39.	Безопасность	Быть защищенным от «ударов судьбы»; не попадать в неприятные ситуации; иметь уверенность в будущем; быть способным постоять за себя, родных и близких
40.	Искусство	Жить богатой и насыщенной культурной жизнью; создавать или наслаждаться произведениями искусства (литературой, кино, музыкой и др.)
41.	Правда	Быть честным в отношении к себе и окружающим людям; искать и отстаивать правду; бороться с ложью
42.	Счастье	Быть или стать счастливым; обрести душевный покой; переживать удовлетворенность собственной жизнью и собой; сохранять позитивный настрой; надеяться на лучшее, что бы ни происходило
43.	Красота	Улучшать окружающий мир; наслаждаться красотой мира, людей, конкретного человека; стремиться ко всему прекрасному в собственной жизни; достичь красоты тела и души
44.	Контроль	Держать под контролем ход своей жизни; ощущать себя хозяином, властелином собственной судьбы; нести ответственность за свою жизнь
45.	Общение	Общаться и сотрудничать с другими людьми; участвовать в общем значимом деле; заводить новые интересные знакомства; расширять круг контактов и связей; получать радость от общения
46.	Долг	Исполнять взятые на себя обязательства; быть преданным делу своей жизни; не изменять самому себе

**РЕЗУЛЬТАТЫ ПРОВЕРКИ РЕТЕСТОВОЙ НАДЕЖНОСТИ
МЕТОДИКИ «ИСТОЧНИКИ СМЫСЛА ЖИЗНИ» (ИСЖ)**

Измеряемое свойство	Диагностический показатель методики	Выборка апробации	Тест-ретестовый интервал	Коэффициент ретестовой надежности, r_{tt}
Широта смысла жизни	Индекс широты	88 человек	1,5 месяца	0,78
	Индекс сложности	31 человек	4 недели	0,83
	Индекс дифференциации			0,86
Иерархизация смысла жизни	Индекс иерархичности	88 человек	1,5 месяца	0,76
Согласованность-конфликтность смысла жизни	Индекс амбивалентности	27 человек	2,5 месяца	0,59
	Индекс конфликтности			0,72
	Индекс инструментальности			0,73
Реалистичность смысла жизни	Индекс нереалистичности (1)	43 человека	3 недели	0,79
	Индекс нереалистичности (2)			0,71
	Индекс трудности			0,50
Интеграция-дизинтеграция смысла жизни	Индекс ресурсности	35 человек	6 месяцев	0,67
	Индекс межуровневой дезинтеграции	29 человек	2 недели	0,74
	Индекс дезинтеграции (Cog-Aff)	63 человека	1 год	0,56
	Индекс дезинтеграции (Cog-Mot)			0,63
	Индекс дезинтеграции (Cog-Con)			0,70
	Индекс дезинтеграции (Aff-Mot)			0,62
	Индекс дезинтеграции (Aff-Con)			0,77
Индекс дезинтеграции (Mot-Con)	0,59			
Интринсивность-экстринсивность смысла жизни	Индекс экстринсивности	38 человек	2 года	0,48
		25 человек	4 недели	0,80
Опосредованность смысла жизни	Индекс опосредованности	40 человек	5 месяцев	0,71
Временная локализация смысла жизни	Индекс ретроспективности	41 человек	3 недели	0,84
	Индекс актуальности			0,82
	Индекс перспективности			0,91
Конгруэнтность-неконгруэнтность смысла жизни	Индекс неконгруэнтности	28 человек	7 месяцев	0,66

**РЕЗУЛЬТАТЫ ОЦЕНКИ КОНСТРУКТИВНОЙ ВАЛИДНОСТИ
МЕТОДИКИ «ИСТОЧНИКИ СМЫСЛА ЖИЗНИ» (ИСЖ)**

Измеряемое свойство	Диагностический показатель методики	Конвергентная валидность		Инкрементная валидность	
		ОЖ	СЖК	β	ΔR^2
1	2	3	4	5	6
Значимость (выбор) отдельных источников смысла жизни	Справедливость	0,20***	-0,15**		
	Мир	0,16**	-0,13*		
	Патриотизм	н.з.	н.з.		
	Долг	0,14*	н.з.		
	Гуманизм	0,21***	-0,22***		
	Правда	0,19***	-0,20***		
	Судьба	0,18**	н.з.		
	Нравственность	0,28***	-0,25***		
	Религиозность	0,29***	-0,30***		
	Альтруизм	0,24***	-0,21***		
	Персонализация	н.з.	-0,14*		
	Аскетизм	н.з.	н.з.		
	Образование	н.з.	-0,11*		
	Духовность	0,34***	-0,29***		
	Общественная активность	н.з.	-0,11*		
	Признание	-0,24***	0,13*		
	Социальный статус	-0,16**	0,15*		
	Власть	-0,12*	0,20***		
	Выживание	-0,14*	н.з.		
	Гедонизм	-0,13*	0,21***		
	Развлечения	-0,14*	0,21***		
	Богатство	н.з.	0,16**		
	Секс	н.з.	0,11*		
	Карьера	0,12*	н.з.		
	Дети	0,16**	-0,21***		
	Семья	н.з.	-0,19***		
	Любовь	н.з.	н.з.		
	Счастье	н.з.	н.з.		
	Свобода	н.з.	н.з.		
	Дружба	0,14*	-0,12*		
	Общение	н.з.	н.з.		
	Хобби	н.з.	-0,14*		
	Искусство	н.з.	н.з.		
Красота	н.з.	-0,11*			
Творчество	н.з.	-0,24***			
Природа	0,17**	н.з.			
Самореализация	н.з.	-0,10*			
Компетентность	0,14*	-0,12*			
Контроль	н.з.	н.з.			

Продолжение таблицы

1	2	3	4	5	6
	Познание	0,16**	-0,13*		
	Самоуважение	н.з.	н.з.		
	Индивидуальность	н.з.	н.з.		
	Саморазвитие	н.з.	-0,12*		
	Процесс жизни	н.з.	-0,13*		
	Безопасность	н.з.	н.з.		
	Здоровье	0,18**	-0,15**		
Содержательные ориентации смысла жизни	Самотрансцендентная	0,29***	-0,25***	-0,27***	7,3 %
	Эгоцентрическая	н.з.	0,18**	0,20***	3,1 %
	Семейная	0,17**	-0,18**	н.з.	н.з.
	Коммуникативная	н.з.	н.з.	н.з.	н.з.
	Эстетическая	0,25***	-0,25***	н.з.	н.з.
	Субъектная	0,19***	-0,11*	-0,18**	1,9 %
Широта смысла жизни	Индекс широты	0,14 **	-0,19 ***	-0,23***	4,9 %
	Индекс сложности	н.з.	-0,18 ***	0,18***	3,2 %
	Индекс дифференциации	0,14**	-0,25***	-0,22***	3,4 %
Иерархизация смысла жизни	Индекс иерархичности	-0,09 *	н.з.	н.з.	н.з.
Согласованность-конфликтность смысла жизни	Индекс амбивалентности	-0,13**	0,21 ~ 0,24***	0,22*	5,1 %
	Индекс конфликтности	-0,15**	0,33 ~ 0,37***	0,29***	8,2 %
	Индекс инструментальности	0,30***	-0,18 ~ -0,21**	н.з.	н.з.
Реалистичность смысла жизни	Индекс нереалистичности (1)	-0,19 ~ -0,29***	0,16*		
	Индекс нереалистичности (2)	-0,22 ~ -0,31***	0,36***	0,35***	13 %
	Индекс трудности	-0,17**	0,45***	0,41***	11,2 %
	Индекс ресурсности	0,21 ***	-0,38***	-0,22***	3,7 %
Интеграция-деинтеграция смысла жизни	Индекс межуровневой дезинтеграции		0,49***	0,49***	24,5 %
	Индекс дезинтеграции (Cog-Aff)	-0,16*	0,29***		
	Индекс дезинтеграции (Cog-Mot)	-0,28***	0,30***		

Продолжение таблицы

1	2	3	4	5	6
	Индекс дезинтеграции (Cog-Con)	-0,20**	0,37***		
	Индекс дезинтеграции (Aff-Mot)	-0,24***	0,36***		
	Индекс дезинтеграции (Aff-Con)	н.з.	н.з.		
	Индекс дезинтеграции (Mot-Con)	-0,19**	0,34***		
	Общий индекс внутриуровневой дезинтеграции	-0,26***	0,41***	0,22***	3,5 %
Интринсивность-экстринсивность смысла жизни	Индекс экстринсивности	-0,30***	0,35***	0,40***	11,9 %
	Экстернальная причинность смысложизненного выбора	-0,18***	0,16**	0,22***	14,1 %
	Интроецированная причинность смысложизненного выбора	-0,19***	н.з.	н.з.	
	Идентификационная причинность смысложизненного выбора	0,17**	-0,25***	-0,13*	
	Интринсивная причинность смысложизненного выбора	н.з.	-0,25***	-0,27***	
Опосредованность смысла жизни	Индекс опосредованности	н.з.	-0,33***	-0,22***	6,6 %
Временная локализация смысла жизни	Индекс ретроспективности	-0,24**	0,21*	н.з.	9,9 %
	Индекс актуальности	н.з.	-0,29**	-0,20*	
	Индекс перспективности	0,49***	-0,54***	-0,26**	
Конгруэнтность-неконгруэнтность смысла жизни	Индекс неконгруэнтности	-0,23***	0,36***	0,17***	2,3 %
<i>Примечания:</i>					
н.з. – корреляционный или регрессионный коэффициент статистически не значим; * - $p \leq 0,05$; ** $p \leq 0,01$; *** $p \leq 0,001$; пустые ячейки означают отсутствие данных.					

**РАБОЧИЙ ВАРИАНТ МЕТОДИКИ
«БИОГРАФИЧЕСКИЙ ДИФФЕРЕНЦИАЛ»**

Вам предлагается список из 78 пар противоположных по своему значению оценочных прилагательных, характеризующих те или иные аспекты жизни. С помощью этих прилагательных опишите, пожалуйста, собственную жизнь в настоящий период времени, пользуясь шкалой 3 2 1 0 1 2 3. Отметьте на бланке ответов одну из цифр 1, 2, 3 справа или слева в зависимости от того, насколько Ваши личные переживания по поводу собственной жизни описывает то или иное прилагательное из каждой пары, или цифру 0, если затрудняетесь ответить. Помните, что речь идет о Вашем субъективном восприятии и переживании собственной жизни, а не о том, как ее оценивают окружающие люди. Ваши ответы отражают лишь индивидуальное отношение к жизни и не могут быть «правильными» или «неправильными».

Пустая	3 2 1 0 1 2 3	Насыщенная
Простая	3 2 1 0 1 2 3	Сложная
Интересная	3 2 1 0 1 2 3	Неинтересная
Безуспешная	3 2 1 0 1 2 3	Успешная
Расслабленная	3 2 1 0 1 2 3	Напряженная
Активная	3 2 1 0 1 2 3	Пассивная
Зависимая	3 2 1 0 1 2 3	Независимая
Яркая	3 2 1 0 1 2 3	Тусклая
Неуправляемая	3 2 1 0 1 2 3	Управляемая
Беззаботная	3 2 1 0 1 2 3	Проблемная
Осмысленная	3 2 1 0 1 2 3	Бессмысленная
Быстрая	3 2 1 0 1 2 3	Медленная
Радостная	3 2 1 0 1 2 3	Тоскливая
Бесперспективная	3 2 1 0 1 2 3	Перспективная
Энергичная	3 2 1 0 1 2 3	Вялая
Предсказуемая	3 2 1 0 1 2 3	Непредсказуемая
Непоследовательная	3 2 1 0 1 2 3	Последовательная
Ценная	3 2 1 0 1 2 3	Ничтожная
Монотонная	3 2 1 0 1 2 3	Изменчивая
Деятельная	3 2 1 0 1 2 3	Бездеятельная
Тревожная	3 2 1 0 1 2 3	Спокойная
Удовлетворительная	3 2 1 0 1 2 3	Неудовлетворительная
Обычная	3 2 1 0 1 2 3	Необыкновенная
Хорошая	3 2 1 0 1 2 3	Плохая
Разорванная	3 2 1 0 1 2 3	Целостная
Захватывающая	3 2 1 0 1 2 3	Рутинная
Организованная	3 2 1 0 1 2 3	Неорганизованная
Несчастливая	3 2 1 0 1 2 3	Счастливая
Возвышенная	3 2 1 0 1 2 3	Приземленная
Замкнутая	3 2 1 0 1 2 3	Открытая
Неправильная	3 2 1 0 1 2 3	Правильная

Завершенная	3 2 1 0 1 2 3	Незавершенная
Контролируемая	3 2 1 0 1 2 3	Бесконтрольная
Безнадежная	3 2 1 0 1 2 3	Обнадеживающая
Динамичная	3 2 1 0 1 2 3	Неподвижная
Однообразная	3 2 1 0 1 2 3	Разнообразная
Полезная	3 2 1 0 1 2 3	Бесполезная
Приятная	3 2 1 0 1 2 3	Неприятная
Бесцельная	3 2 1 0 1 2 3	Целенаправленная
Легкая	3 2 1 0 1 2 3	Трудная
Продуктивная	3 2 1 0 1 2 3	Непродуктивная
Вялотекущая	3 2 1 0 1 2 3	Быстротечная
Понятная	3 2 1 0 1 2 3	Непонятная
Хаотичная	3 2 1 0 1 2 3	Упорядоченная
Самостоятельная	3 2 1 0 1 2 3	Несамостоятельная
Устойчивая	3 2 1 0 1 2 3	Неустойчивая
Типичная	3 2 1 0 1 2 3	Уникальная
Привлекательная	3 2 1 0 1 2 3	Отвратительная
Спланированная	3 2 1 0 1 2 3	Спонтанная
Связная	3 2 1 0 1 2 3	Бессвязная
Дисгармоничная	3 2 1 0 1 2 3	Гармоничная
Жалкая	3 2 1 0 1 2 3	Достойная
Результативная	3 2 1 0 1 2 3	Безрезультатная
Справедливая	3 2 1 0 1 2 3	Несправедливая
Скучная	3 2 1 0 1 2 3	Волнующая
Свободная	3 2 1 0 1 2 3	Ограниченная
Односторонняя	3 2 1 0 1 2 3	Разносторонняя
Творческая	3 2 1 0 1 2 3	Нетворческая
Суетливая	3 2 1 0 1 2 3	Размеренная
Бесцветная	3 2 1 0 1 2 3	Красочная
Оптимистичная	3 2 1 0 1 2 3	Пессимистичная
Одинокая	3 2 1 0 1 2 3	Неодинокая
Сильная	3 2 1 0 1 2 3	Слабая
Уединенная	3 2 1 0 1 2 3	Публичная
Ответственная	3 2 1 0 1 2 3	Безответственная
Обдуманная	3 2 1 0 1 2 3	Импульсивная
Нереализованная	3 2 1 0 1 2 3	Реализованная
Веселая	3 2 1 0 1 2 3	Грустная
Мрачная	3 2 1 0 1 2 3	Светлая
Запутанная	3 2 1 0 1 2 3	Прямая
Полноценная	3 2 1 0 1 2 3	Неполноценная
Злая	3 2 1 0 1 2 3	Добрая
Осторожная	3 2 1 0 1 2 3	Рискованная
Совершенная	3 2 1 0 1 2 3	Несовершенная
Мягкая	3 2 1 0 1 2 3	Суровая
Опасная	3 2 1 0 1 2 3	Безопасная
Постоянная	3 2 1 0 1 2 3	Непостоянная
Прочная	3 2 1 0 1 2 3	Хрупкая

РЕЗУЛЬТАТЫ КОРРЕЛЯЦИОННОГО И ФАКТОРНОГО АНАЛИЗА В ИССЛЕДОВАНИИ БЕЗДУХОВНОГО СМЫСЛА ЖИЗНИ КАК ФАКТОРА СМЫСЛОЖИЗНЕННОГО КРИЗИСА

Источники смысла жизни	Факторы и факторные нагрузки $\geq 0,40$						Корреляция с СЖК
	I-СТ	II-ЭГО	III-СЕМ	IV-КОМ	V-ЭСТ	VI-СУБ	
1	2	3	4	5	6	7	8
Справедливость	0,67						-0,15*
Мир	0,63						-0,13*
Патриотизм	0,62						-0,05
Долг	0,60						-0,09 ^У
Гуманизм	0,58						-0,22*
Правда	0,56						-0,20*
Судьба	0,55						-0,10 ^У
Моральность	0,53						-0,25*
Религиозность	0,51						-0,30*
Альтруизм	0,51						-0,21*
Персонализация	0,50						-0,14*
Аскетизм	0,49						-0,09 ^У
Образование	0,47						-0,11*
Духовность	0,46						-0,29*
Общественная активность	0,45						-0,11*
Признание		0,69					0,13*
Социальный статус		0,67					0,15*
Власть		0,65					0,20*
Выживание		0,64					0,07
Гедонизм		0,61					0,21*
Развлечения		0,53					0,21*
Богатство		0,50					0,16*
Секс		0,44					0,11*
Карьера		0,42					0,03
Дети			0,76				-0,21*
Семья			0,76				-0,19*
Любовь			0,45	0,51			-0,05
Счастье				0,68			-0,05
Свобода				0,52			-0,01
Дружба				0,52			-0,12*
Общение				0,42			-0,07
Хобби					0,65		-0,14*
Искусство					0,64		-0,02
Красота					0,54		-0,11*

Продолжение таблицы

1	2	3	4	5	6	7	8
Творчество					0,52		-0,24*
Природа					0,45		-0,09 ^ψ
Самореализация						0,58	-0,10*
Компетентность						0,55	-0,12*
Контроль						0,55	-0,05
Познание						0,54	-0,13*
Самоуважение						0,53	0,05
Индивидуальность						0,48	-0 01
Саморазвитие						0,48	-0,12*
Процесс жизни						0,46	-0,13*
Безопасность						0,41	-0,03
Здоровье							-0,15*
Собственное значение фактора	5,83	3,96	2,26	2,69	2,83	3,59	
Доля дисперсии (%)	20,88	9,66	4,65	4,23	3,5	3,09	
α-Кронбаха	0,87	0,80	0,73	0,64	0,76	0,79	
Корреляция с СЖК	-0,25*	0,18*	-0,18*	-0,08	-0,25*	-0,11*	
Интеркорреляции смысложизненных ориентаций							
Эгоцентрическая ориентация	0,07						
Семейная ориентация	0,54*	0,16*					
Коммуникативная ориентация	0,40*	0,36*	0,49*				
Эстетическая ориентация	0,67*	0,06	0,25*	0,37*			
Субъектная ориентация	0,39*	0,38*	0,30*	0,54*	0,57*		
<i>Примечания:</i>							
* – корреляция значима на уровне $p \leq 0,05$; ^ψ – корреляция значима на уровне $p \leq 0,10$.							

**ЧАСТОТА ВСТРЕЧАЕМОСТИ И НАПРАВЛЕННОСТЬ
СМЫСЛОЖИЗНЕННЫХ КОНФЛИКТОВ**

Пары конфликтующих ценностей	Частота встречаемости	Направленность конflikта		
		→	←	↔
1	2	3	4	5
Семья – карьера	134	84	50	41
Духовность – богатство	97	23	74	22
Здоровье – гедонизм	88	26	62	15
Карьера – духовность	77	49	28	20
Семья – гедонизм	70	25	45	16
Религиозность – гедонизм	66	47	19	17
Духовность – развлечения	59	13	46	13
Религиозность – развлечения	54	25	29	18
Дети – карьера	52	21	31	18
Духовность – социальный статус	43	12	31	11
Семья – власть	40	8	32	3
Духовность – гедонизм	38	16	22	10
Социальный статус – моральность	38	12	26	7
Развлечения – моральность	36	9	27	9
Моральность – гедонизм	35	16	19	16
Власть – духовность	26	17	9	6
Самореализация – гедонизм	23	3	20	1
Любовь – власть	23	2	21	2
Религиозность – признание	21	14	7	6
Саморазвитие – гедонизм	18	3	15	2
Гуманизм – альтруизм	17	1	16	1
Религиозность – власть	15	13	2	2
Альтруизм – богатство	14	5	9	5
Альтруизм – власть	13	7	6	4
Моральность – секс	12	6	6	4
Дружба – гедонизм	12	1	11	0
Альтруизм – гедонизм	11	1	10	1
Творчество – гедонизм	11	3	8	3
Дети – власть	10	8	2	0
Дети – гедонизм	9	7	2	0
Дружба – выживание	9	4	5	3

Продолжение таблицы

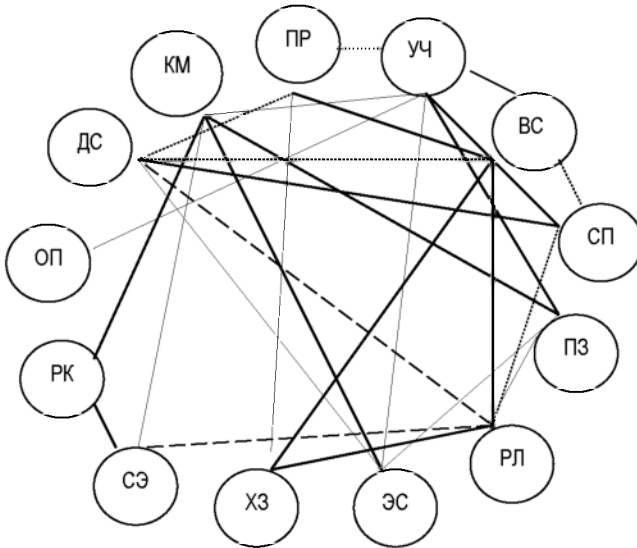
1	2	3	4	5
Индивидуальность – религиозность	9	2	7	1
Свобода – моральность	8	1	7	1
Признание – духовность	8	4	4	2
Самоуважение – религиозность	8	3	5	3
Творчество – гедонизм	7	0	7	0
Секс – духовность	6	2	4	2
Творчество – богатство	6	5	1	1
Гуманизм – власть	5	0	5	0
Признание – моральность	5	5	0	0
Выживание – духовность	4	4	0	0
Образование – гедонизм	4	1	3	0
Гедонизм – справедливость	4	2	2	2
Гедонизм – познание	3	2	1	0
Гедонизм – долг	3	2	1	1
Альтруизм – признание	3	0	3	0
Мир – власть	2	1	1	0
Аскетизм – гедонизм	2	1	1	1
Выживание – красота	2	1	1	1
Альтруизм – свобода	1	1	1	1
Гедонизм – правда	1	0	1	0
Счастье – аскетизм	1	1	0	0
Социальный статус – аскетизм	1	1	0	0

Примечания:

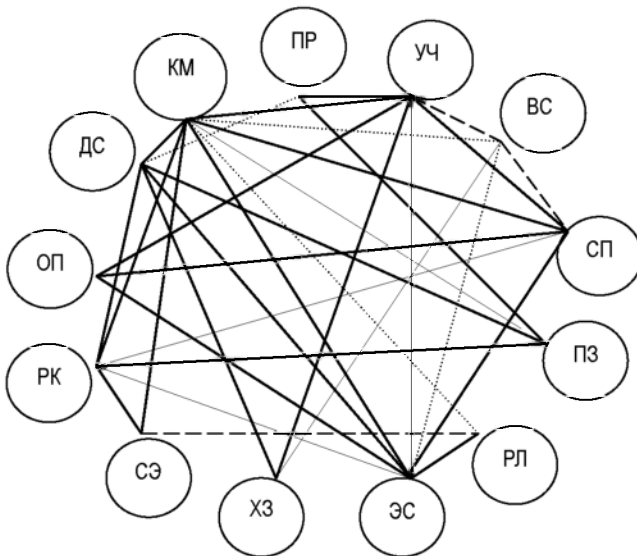
1) символ «→» обозначает, что первая из указанных ценностей пары препятствует реализации второй ценности; символ «←» обозначает, что вторая из указанных ценностей пары препятствует реализации первой ценности; символ «↔» обозначает, что ценности в паре являются взаимно препятствующими;

2) выделение ячеек таблицы точечной рамкой соответствует границам верхнего и нижнего квартилей ранжированного ряда частот встречаемости.

КОРРЕЛОГРАММЫ, ОТРАЖАЮЩИЕ СТРАТЕГИЮ ЖИЗНИ ЛИЧНОСТИ В НОРМАЛЬНОМ И КРИЗИСНОМ СОСТОЯНИИ



Коррелограмма кризисной группы



Коррелограмма бескризисной группы

Примечания:

ПР – профессиональная деятельность,
УЧ – учебная деятельность,
ВС – воспитательная деятельность,
СП – спортивно-оздоровительная деятельность,
ПЗ – познавательная деятельность,
РЛ – религиозная деятельность,
ЭС – эстетическая деятельность,
ХЗ – хозяйственно-бытовая деятельность,
СЭ – сексуально-эротическая деятельность,
РК – рекреационная деятельность,
ОП – общественно-политическая деятельность,
ДС – досуговая деятельность,
КМ – коммуникативная деятельность.

Обозначения на кареллограммах:

_____ – положительные связи, значимые на уровне $p \leq 0,01$

_____ – положительные связи, значимые на уровне $p \leq 0,05$

----- – отрицательные связи, значимые на уровне $p \leq 0,01$

..... – отрицательные связи, значимые на уровне $p \leq 0,05$

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	3
РАЗДЕЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИССЛЕДОВАНИЯ СМЫСЛОЖИЗНЕННОГО КРИЗИСА В РАЗВИТИИ ЛИЧНОСТИ	15
ГЛАВА 1. СМЫСЛОЖИЗНЕННЫЙ КРИЗИС КАК ПРОБЛЕМА ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ НАУКИ	15
1.1. Современное состояние психологии смысложизненного кризиса	15
1.2. Пробелы и противоречия психологии смысложизненного кризиса	24
1.3. Перспективы развития психологии смысложизненного кризиса	40
ГЛАВА 2. ОНТОЛОГИЯ СМЫСЛОЖИЗНЕННОГО КРИЗИСА В РАЗВИТИИ ЛИЧНОСТИ	51
2.1. Онтологические основы психологии смысложизненного кризиса	51
2.2. Смысложизненные отношения как модус жизненного мира личности	56
2.3. Противоречия смысложизненных отношений личности как источник кризиса	67
ГЛАВА 3. ИСТОРИОГЕНЕЗ СМЫСЛОЖИЗНЕННОГО КРИЗИСА В РАЗВИТИИ ЛИЧНОСТИ	69
3.1. Историческое происхождение и социокультурная детерминация смысложизненного кризиса: постановка проблемы	69
3.2. Обособление личной жизни как историческая предпосылка смысложизненного кризиса	74
3.3. Смысловая регуляция индивидуальной жизни: от коллективного значения к личностному смыслу	83
3.4. Психологический механизм смысложизненного кризиса в культурно-исторической перспективе	93
3.5. Историко-эволюционное значение смысложизненного кризиса	100
ГЛАВА 4. СМЫСЛОЖИЗНЕННЫЙ КРИЗИС КАК КРИЗИС СМЫСЛОГЕНЕЗА	105
4.1. Психологический состав и структура смысла жизни	106
4.2. Психологические свойства смысла жизни	122
4.3. Психологические функции смысла жизни. Смысложизненный кризис как состояние функционального дефицита или дисфункции смысла жизни	131
ГЛАВА 5. СМЫСЛОЖИЗНЕННЫЙ КРИЗИС КАК КРИЗИС СУБЪЕКТОГЕНЕЗА	156
5.1. Личность как субъект жизни: общая психологическая характеристика	157
5.2. Субъектность как способность личности создавать и разрешать противоречия собственного развития	174
5.3. Психологический кризис как проявление десубъектизации личности	177
5.4. Смысложизненные противоречия в развитии личности как субъекта жизни	181
5.5. Развитие личности как субъекта жизни в процессе решения смысложизненных задач	187

ГЛАВА 6. СМЫСЛОЖИЗНЕННЫЙ КРИЗИС КАК КРИЗИС ИНДИВИДУАЛЬНОЙ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ	197
6.1. Понятие «жизнедеятельность» в психологии и смежных науках	199
6.2. Способы человеческого бытия: жизнь как процесс и жизнь как деятельность	202
6.3. Жизнедеятельность личности как полидеятельностное образование	210
6.4. Жизнедеятельность личности как метадеятельность	218
ГЛАВА 7. НЕОПТИМАЛЬНЫЙ СМЫСЛ ЖИЗНИ КАК ФАКТОР КРИЗИСА В РАЗВИТИИ ЛИЧНОСТИ	229
7.1. Функциональная оптимальность смысла жизни: поступат или проблема?	229
7.2. Психологические признаки и критерии функциональной оптимальности смысла жизни	238
7.3. Кризис неоптимального смысла жизни как разновидность смысложизненного кризиса	244
7.4. Психологическая характеристика неоптимального смысла жизни	249
ВЫВОДЫ ПО РАЗДЕЛУ 1	255
РАЗДЕЛ 2. НОВЫЕ МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ СМЫСЛА ЖИЗНИ И СМЫСЛОЖИЗНЕННОГО КРИЗИСА В РАЗВИТИИ ЛИЧНОСТИ	267
ГЛАВА 8. АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ПСИХОДИАГНОСТИКИ СМЫСЛА ЖИЗНИ И СМЫСЛОЖИЗНЕННОГО КРИЗИСА	267
8.1. Смысложизненная психодиагностика как новое направление психодиагностической науки и практики	267
8.2. Теоретические и методические проблемы психодиагностики смысложизненного кризиса	273
8.3. Теоретические и методические проблемы психодиагностики смысла жизни	279
ГЛАВА 9. НОВЫЕ МЕТОДИКИ ПСИХОДИАГНОСТИКИ СМЫСЛА ЖИЗНИ И СМЫСЛОЖИЗНЕННОГО КРИЗИСА: ПСИХОМЕТРИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА И ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЕ ВОЗМОЖНОСТИ	288
9.1. Опросник смысложизненного кризиса (ОСЖК)	288
9.2. Краткий опросник смысложизненного кризиса (ОСЖК-К)	299
9.3. Дифференциальный опросник смысложизненного кризиса (ОСЖК-Д)	310
9.4. Методика «Источники смысла жизни» (ИСЖ)	318
ВЫВОДЫ ПО РАЗДЕЛУ 2	329
РАЗДЕЛ 3. ЭМПИРИЧЕСКИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ СМЫСЛОЖИЗНЕННОГО КРИЗИСА В РАЗВИТИИ ЛИЧНОСТИ	333
ГЛАВА 10. ФЕНОМЕНОЛОГИЯ СМЫСЛОЖИЗНЕННОГО КРИЗИСА	333
ГЛАВА 11. МЕТАСИСТЕМНЫЕ ЗАКОНОМЕРНОСТИ СМЫСЛОЖИЗНЕННОГО КРИЗИСА В РАЗВИТИИ ЛИЧНОСТИ	341
ГЛАВА 12. НЕОПТИМАЛЬНЫЙ СМЫСЛ ЖИЗНИ КАК ФАКТОР КРИЗИСНОГО РАЗВИТИЯ ЛИЧНОСТИ	353
12.1. Широта и иерархичность смысла жизни как факторы кризиса в развитии личности	354
12.2. Бездуховный смысл жизни как фактор кризиса в развитии личности	371

12.3. Конфликтный смысл жизни как фактор кризиса в развитии личности	383
12.4. Нереалистический смысл жизни как фактор кризиса в развитии личности	411
12.5. Дезинтегрированный смысл жизни как фактор кризиса в развитии личности	434
12.6. Экстринсивный смысл жизни как фактор кризиса в развитии личности	447
12.7. Временная локализация смысла жизни как фактор кризиса в развитии личности	457
12.8. Неопосредованный смысл жизни как фактор кризиса в развитии личности	469
12.9. Неконгруэнтный смысл жизни как фактор кризиса в развитии личности	478
12.10. Функциональное взаимодействие свойств смысла жизни в детерминации смысложизненного кризиса	498
ГЛАВА 13. НЕОПТИМАЛЬНАЯ СТРАТЕГИЯ ЖИЗНИ КАК ФАКТОР СМЫСЛОЖИЗНЕННОГО КРИЗИСА	506
ВЫВОДЫ ПО РАЗДЕЛУ 3	520
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	526
БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК	534
ПРИЛОЖЕНИЯ	576

Научное издание

КАРПИНСКИЙ Константин Викторович

**ПСИХОЛОГИЯ
СМЫСЛОЖИЗНЕННОГО КРИЗИСА**

Монография

Издаётся в авторской редакции

Техническое редактирование: *М. В. Вахмянина*

Компьютерная вёрстка: *И. П. Зимницкая*

Дизайн обложки: *А. И. Соболева*

Подписано в печать 23.09.2019. Формат 60×84¹/₁₆.
Бумага офсетная. Ризография. Гарнитура Bookman Old Style.
Усл. печ. л. 36,27. Уч.-изд. л. 40,0. Тираж 60 экз. Заказ 048.

Издатель и полиграфическое исполнение:

Учреждение образования

«Гродненский государственный университет
имени Янки Купаль».

Свидетельство о государственной регистрации издателя,
изготовителя, распространителя печатных изданий

№ 1/261 от 02.04.2014.

Ул. Ожешко, д. 22, 230023, Гродно

ISBN 978-985-582-287-6



9 789855 822876 >