

Министерство образования Республики Беларусь

УЧРЕЖДЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ
«ГРОДНЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИМЕНИ ЯНКИ КУПАЛЫ»

К.В. КАРПИНСКИЙ

ОПРОСНИК СМЫСЛОЖИЗНЕННОГО КРИЗИСА

Монография

Гродно 2008

УДК 159.9.018 (035.3)
ББК 88
К21

Рецензенты: кандидат психологических наук, доцент *С.Л. Богомаз*;
кандидат психологических наук, доцент *П.Р. Галузо*.

Рекомендовано Советом факультета психологии ГрГУ им. Я.Купалы.

Карпинский, К.В.

Опросник смысложизненного кризиса: монография /
К21 К.В. Карпинский. – Гродно: ГрГУ, 2008. – 108 с.

ISBN 978-985-417-983-4

В монографии представлена новая методика психологической диагностики кризиса смысла жизни в развитии личности. Рассматриваются психологические аспекты смысложизненного кризиса; анализируются исходные основания и перспективы создания концепции смысложизненного кризиса в рамках психологии жизненного пути личности и кризисной психологии. Подробно обсуждаются методические подходы к организации и проведению эмпирических исследований смысла жизни и производных от него феноменов.

Адресуется профессиональным психологам – исследователям, практикам, преподавателям, а также студентам психологических специальностей и специализаций.

Монография подготовлена при поддержке Белорусского республиканского фонда фундаментальных исследований (исследовательский проект № Г07М – 037 «Психическая феноменология, механизмы и закономерности смысложизненного кризиса в развитии личности»).

Табл. 17, библиогр.: 209 назв.

УДК 159.9.018 (035.3)
ББК 88

ISBN 978-985-417-983-4

© Карпинский К.В., 2008
© ГрГУ им. Я.Купалы, 2008

ВВЕДЕНИЕ

Проблема психологических кризисов в формировании и функционировании личности является весьма актуальной для современной науки. Уровень ее разработанности напрямую определяет возможности решения развивающих, профилактических, коррекционных, терапевтических и реабилитационных задач. Данная проблема преимущественно изучается в возрастном аспекте, при этом основное внимание исследователей сконцентрировано на критических периодах детства, в то время как кризисы развития зрелой личности остаются сравнительно малоизученными. Такая ситуация продиктована тем, что всякое исследование психологических кризисов тесно сопряжено с возрастной периодизацией человеческой жизни, в которой, как известно, четкому разграничению поддаются лишь детские возраста, а границы более поздних стадий жизненного пути являются расплывчатыми и трудноуловимыми. Это обусловлено фундаментальной психологической закономерностью становления личности, согласно которой на выходе из подросткового и юношеского возраста она превращается из объекта развития в субъекта саморазвития, автономно строящего индивидуальный жизненный путь и задающего его неповторимую периодизацию. В силу указанной закономерности детские кризисы в большей степени провоцируются внешними факторами, в частности, сменой социальной ситуации развития и ведущей деятельности, нежели кризисы зрелого и позднего возраста, которые максимально зависят от личности – главной внутренней детерминанты собственного развития. Недостаток психологических знаний о периодах и кризисах взрослости во многом предрешен сложностью и труднодоступностью для исследования психических механизмов и закономерностей самодетерминации личности в масштабе целой жизни.

Настоящее исследование носит методический характер. Оно посвящено психометрической разработке методики диагностики смысложизненного кризиса в развитии личности. Глава 1 знакомит со сложившимися в современной психологии концептуальными подходами к пониманию кризиса смысла жизни (параграф 1.1), освещает разные аспекты этого кризиса в личностном развитии человека (параграф 1.2). Эта часть работы направлена на теоретическое описание и обоснование конструкта, без чего любая психодиагностика была бы «фантомной». Глава 2 содержит анализ методических стратегий, используемых в области планирования, организации и проведения эмпирических исследований смысла жизни и родственных ему феноменов. Эта часть работы опосредует методический выбор исследователя, занимающегося проблемой смысла жизни, раскрывает достоинства и недостатки личностных опросников по сравнению с другими методами получения эмпирических данных. В главе 3 изложена психометрическая технология конструирования и апробации опросника «Смысложизненный кризис». Эта часть работы представляет собой практическое руководство по применению метода в исследовательских и диагностических целях.

ГЛАВА 1

СМЫСЛОЖИЗНЕННЫЙ КРИЗИС В РАЗВИТИИ ЛИЧНОСТИ: ТЕОРЕТИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ КОНСТРУКТА

1.1 Концептуальные подходы к изучению смысложизненного кризиса в современной психологии

Систематизация психологических воззрений на кризис смысла жизни – нелегкая задача, поскольку данная проблема является сравнительно «молодой» и весьма далекой от всестороннего осмысления и разрешения. Об этом объективно свидетельствует тот факт, что в современной психологии имплицитные подходы к пониманию смысложизненного кризиса количественно «перевешивают» эксплицитные подходы. Другими словами, существует намного больше теорий и концепций, которые можно интерпретировать как имеющие отношение к кризису смысла жизни, чем тех, которые напрямую занимаются данной проблемой. Решение задачи осложняется еще и тем, что понятия смысла жизни и бессмысленности входят в тезаурус быденного языка и используются некоторыми исследователями в житейском, «размытом» значении. В этой ситуации психологической науке еще предстоит большая теоретическая работа по экспликации исходного понятия о смысложизненном кризисе и отделению его от донаучных и околонуучных знаний. В дальнейшем обзоре внимание будет сосредоточено лишь на тех подходах, теориях, концепциях и конкретных исследованиях, которые делают смысложизненный кризис предметом специального анализа, хотя и могут обозначать данный психический феномен разными «именами». В них понятие о смысложизненном кризисе выступает как объясняемое и объяснительное, а не просто как номинальное или вспомогательное.

Прежде чем перейти непосредственно к разбору и систематизации психологических подходов к кризису смысла жизни, необходимо построить их логическую классификацию (приложение А). Для начала следует отметить, что феномен смысложизненного кризиса анализируется в двух аспектах: общепсихологическом и возрастно-психологическом. Это дает основание для различения двух подходов – персонологического и возрастного, которые сходятся в объекте, но расходятся по предмету, методам, задачам и категориальному аппарату исследования.

При персонологическом подходе проблема смысложизненного кризиса включается в более широкий контекст какой-либо психологической теории личности, которая предусматривает наличие ценностно-смыслового уровня в психологической структуре личности (психодинамической, экзистенциальной, гуманистической, системно-деятельностной, психобиографической). Такая теория, как правило, постулирует ведущую роль смысла жизни в организации психической жизни личности и в регуляции ее поведения, деятельности, жизнедеятельности в целом. В качестве основного предмета анализа берется психическая феноменология, механизмы и закономерности формирования, структурирования, функционирования смысла жизни, а также его деформации и распада. В таком контексте 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 универсально- (всеобщего) характера и жестко установленных временных рамок, и невротический кризис, влекущий за собой личностные нарушения.

Все концепции, разрабатывающие персонологические аспекты проблемы, можно условно разделить на три методолого-теоретических направления: экзистенциальное, гуманистическое и субъектно-деятельностное. Первые два направления являются достоянием зарубежной психологии, третье – «детищем» отечественной (советской и постсоветской) психологической мысли. К экзистенциальному направлению в этой группировке относятся следующие: концепция ноогенного невроза В.Франкла, концепция экзистенциального невроза С.Мадди, концепция кризиса бессмысленности И.Ялома, а также инспирированные философией и психологией экзистенциализма концепции польских психологов – концепция фрустрации потребности в смысле жизни К.Обуховского и концепция ноэтического невроза К.Попельского. К гуманистическому направлению можно причислить концепцию метапатологий А.Маслоу и концепцию ценностного кризиса, которая имеет коллективное авторство и фрагментарно представлена в работах Ш.Бюлер, Г.Олпорта, А.Маслоу, К.Роджерса, Х.Херманса и некоторых других гуманистически-ориентированных психологов. Наконец, субъектно-деятельностное направление охватывает концепцию жизненного кризиса Ф.Е.Василюка, концепцию биографических кризисов личности А.А.Кроника и Р.А.Ахмерова, концепцию смыслоутраты М.Ш.Магомед-Эминова и концепцию адекватности (оп-

тимальности) смысла жизни В.Э.Чудновского, которые преимущественно основываются на методологических принципах советской психологии – культурно-историческом, деятельностном, биографическом, субъектном и смысловом. К этому необходимо добавить, что предпосылки понимания кризиса бессмысленности в современной персонологии сложились в психодинамических концепциях личности А.Адлера и К.Юнга, ввиду чего их также целесообразно приобщить к персонологическому подходу.

В возрастной подход обособляются те концепции смысложизненного кризиса, которые относятся не к общей психологии и персонологии, а к возрастной психологии и психологии развития и, соответственно, исследуют его в русле онтогенетической динамики личности. Подобные концепции являются составной частью более широких теорий возрастного психического развития, в которых смысложизненный кризис обычно отождествляется с кризисом середины жизни, или среднего возраста. В этой связи он трактуется как нормативный кризис, четко локализованный во времени жизненного цикла и обязательный для прогрессивного развития личности. Возрастной подход объемлет концепции четырех методолого-теоретических направлений: психодинамического, гуманистического, психосоциального, или комплексного, и антропологического. К психодинамическому направлению принадлежат концепции К.Юнга, Э.Эриксона, Дж.Вейланта, Э.Жака и Р.Гоулда; к гуманистическому – концепция Ш.Бюлер; к психосоциальному (комплексному) – Д.Левинсона, Г.Шихи и Б.Ливерхуда; к антропологическому – В.И.Слободчикова.

Можно выделить, как минимум, три существенных различия между общепсихологическим (персонологическим) и возрастнопсихологическим (возрастным) подходами в теоретической интерпретации кризиса смысла жизни.

Первое различие касается объяснения причин и условий, порождающих кризис. В рамках персонологического подхода кризисогенной является такая жизненная ситуация, т.е. совокупность объективных и субъективных условий, которая блокирует поиск или продуктивную реализацию смысла жизни. Тем самым роль причины, запускающей смысложизненный кризис, отводится ситуационным факторам, но при этом, конечно, оговаривается и вклад внутренних условий, преломляющих и «апперцептирующих» воздействие жизненных событий. Под этими условиями обычно подразумевают индивидуально-психологические свойства личности, отвечающие за исполнительскую (инструментально-стилевую) регуля-

цию процесса реализации смысла жизни, либо свойства собственно смысла жизни как психического феномена – содержательные, формально-динамические, энергетические, структурные, функциональные. Эти условия подготавливают «внутреннюю почву» для реагирования 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» [101, с.5]. Онтогенетическая динамика и возрастные особенности личности рассматриваются лишь как фон, на котором разыгрывается драматический по своим психологическим последствиям кризис, или не учитываются вообще. Основной акцент сдвигается именно на индивидуальные, а не возрастные свойства личности и смысла жизни, и задача сводится к изучению той неповторимой и уникальной «конstellации» внешних и внутренних факторов, которая создала кризис.

В рамках 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 – переломный момент в переходе смысла жизни в новое качество. Причем смысложизненный кризис характеризуется авторами исключительно как кризис взрослости, который вызревает изнутри и «генерируется» собственной активностью зрелой личности, направленной на рефлексию и переоценку жизненных ценностей. Как отмечает К.В.Поливанова, кризисы зрелого возраста имеют отличия от детских возрастных кризисов, «главное из них состоит в том, что они преимущественно происходят во внутреннем плане личности» [101, с.178]. При этом, разумеется, исследователи признают влияние целого комплекса дополнительных факторов (биологических, социально-культурных, уникально-биографических, индивидуально-психологических), которые насла-

иваются на возрастную динамику смысла жизни и могут как отягощать, так и облегчать течение кризиса. Сам по себе кризис смысла жизни – это обязательный этап, без прохождения которого невозможно прогрессивное стабильное развитие и достижение подлинной личностной зрелости.

Итак, с точки зрения детерминации смысложизненный кризис трактуется как экзогенный в персонологическом и как эндогенный – в возрастном подходе.

Второе существенное различие персонологического и возрастного подходов в понимании смысложизненного кризиса связано с категорией нормативности. В контексте персонологического подхода кризис смысла жизни расценивается как ненормативное событие жизненного пути личности. Ненормативность в данном случае 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 и еще труднее к нему психологически подготовиться. В контексте возрастного подхода кризис смысла жизни предстает как нормативное событие, которое происходит в личностном развитии практически каждого человека в четко фиксированном возрастном периоде и имеет универсальное, т.е. общее для всех, психическое 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 возрастнотипический кризис.

Наконец, третье значимое расхождение персонологического и возрастного подходов прослеживается по вопросу о «нормальности-патологичности» кризиса смысла жизни. С позиций персонологического подхода смысложизненный кризис – это кратко- или долговременное психотравмирующее состояние, которое приводит к дезадаптации и деформации личности. В этой связи ему приписывают исключительно деструктивное, патогенное влияние на психическое здоровье человека, а в некоторых концепциях и вовсе считают самостоятельной нозологической единицей. С позиций возрастного подхода кризис смысла жизни раскрывается как естественное явление человеческого развития, не выходящее за границы нормы, и, более того, совершенно необходимое для нормального лич-

ностного роста. Отсутствие или несвоевременность кризиса, напротив, может интерпретироваться как признак искажения или задержки развития личности. В целом же кризису атрибутируют конструктивную 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 смысло-жизненный кризис – это явление из области психопатологии, то в возрастном подходе – это феномен нормального развития.

Используя перечисленные признаки, можно вывести предварительные и весьма приблизительные определения кризиса смысла жизни с точки зрения каждого из выделенных подходов. В русле персонологических исследований смысло-жизненный кризис определяется как системный кризис личностного бытия, возникающий по причине несформированности либо рассогласования смысла жизни с объективными условиями и индивидуальными возможностями его реализации, носящий ненормативный характер, дезорганизирующий нормальную жизнедеятельность и невротизирующий личность. В русле возрастного подхода кризис смысла жизни получает следующее определение: нормативный кризис психического развития человека в период взрослости, абсолютно неизбежный и необходимый для достижения более высокого уровня личностной зрелости, наступающий по причине переосмысления личностью ведущих жизненных ценностей, которые устойчиво осуществлялись в прошлом, но оказались исчерпанными к настоящему и бесперспективными для будущего.

Обобщением и синтезом этих подходов в настоящее время занимаются психология жизненного пути личности и кризисная психология, которые по источникам своего формирования являются интегративными, синтетическими отраслями науки.

Из всех живых существ, населяющих нашу планету, человек единственный способен не просто существовать, но и самоосуществляться – превращать свою жизнь в предмет целенаправленного познания и преобразования, совершенствовать и изменять ее по своему личному замыслу. Психические феномены, механизмы и закономерности, управляющие процессом созидания человеком собственной жизни, составляют предмет психологии жизненного пути личности [39; 53]. Эта молодая отрасль современной психо-

логической науки специализируется на изучении особых личностных структур – «психобиографических образований», которые опосредуют процессы построения жизненного пути и обуславливают специфически человеческую способность – способность быть субъектом жизни, т.е. властелином и творцом собственной судьбы.

В системе психобиографических структур личности центральное место занимает смысл жизни, который, будучи по своей природе мотивационно-смысловым образованием, побуждает, направляет и смыслообразует процесс строительства личностью индивидуального жизненного пути. Если по отношению к реальной жизнедеятельности субъекта смысл жизни выполняет функции побудительной регуляции, то в отношении индивидуального сознания и всех входящих в его состав психобиографических образований – жизненных целей, планов, программ, перспектив и т.д. – системообразующую, интегрирующую и координирующую функции. Важность смысла жизни для формирования и функционирования личности как субъекта жизни трудно переоценить, равно как невозможно недооценить деформирующее и демобилизующее влияние такого явления, как «смысложизненный кризис», «кризис смысла жизни» или «кризис бессмысленности». Этот психологический кризис можно уподобить «распаду духовного центра» (Е.Н.Трубецкой), который несет за собой опасность для целостности всей личности.

Проблема смысложизненного кризиса имеет особую актуальность для современного белорусского общества, пребывающего в поиске мировоззренческих оснований устойчивого инновационного развития [18; 91]. Философами и социологами давно замечено, что духовные кризисы человека учащаются в переходные периоды исторического развития, что объясняется разными макросоциальными, цивилизационными и даже планетарными факторами. Такие объяснения необходимы, но совершенно недостаточны для понимания изнутри ситуации человека, терпящего на себе отсутствие или крушение того смысла, который должен придавать его существованию стабильность и оправданность.

Субъектный подход, являющийся «осевым» методологическим принципом психологии жизненного пути личности, позволяет глубже проникнуть в собственно психологические причины смысложизненного кризиса, «захлестнувшего» постсоветское общество. В советский период проблема смысла в жизни индивида решалась директивно и централизованно – путем индоктринации ценностей и идей, которые были санкционированы государственной идеологией. Для обретения смысла жизни от индивида требовалась сле-

пая вера, исключавшая свободный, ответственный и индивидуализированный выбор жизненных ценностей. В советской философии прижился миф о том, что смысложизненные размышления – это удел профессиональных философов, а среднестатистический обыватель не должен «философствовать» на подобные темы. В психиатрической доктрине и практике той поры склонность к рассуждениям о смысле жизни получила название «философской или метафизической интоксикации», что квалифицировалось как нарушение поведения по типу ситуационно-личностной реакции. В этом была доля правды, поскольку именно убогость мышления и серость личности позволяли влиться в систему, адаптироваться в ней, а свойство субъектности, в том числе и при решении проблемы смысла жизни, мешало человеку выполнять функцию мелкого «винтика» и послушного «инструмента», дезадаптировало его. В целом у личности искусственно вырабатывалась особая внутренняя позиция – «выученная бессубъектность», которая распространялась на многие сферы ее жизнедеятельности, в том числе и на сферу смысложизненных исканий [40]. В настоящее время положение вещей радикально изменилось, поскольку современное белорусское государство и общество делают ставку уже не на человека-предмета, а на человека-субъекта, т.е. автономную самодетерминированную личность, способную к реконструкции смыслового опыта культуры и порождению социальных инноваций. В условиях «ценностного плюрализма» от личности требуется умение совершать самодетерминированный выбор между альтернативными источниками смысла. Многие люди, личностно сформировавшиеся в советский период, до сих пор не смогли перестроиться с позиции «выученной бессубъектности» на позицию субъекта жизни, активно определяющего ее смысл для себя. Этим напрямую обусловлен эпидемиологический «взрыв» кризисов бессмысленности в современных постсоветских обществах. Обращаясь к феноменологии смысложизненного кризиса, психолог в первую очередь должен выявить его внутренние причины и условия, которые связаны с психологической деформацией личности как субъекта жизни, а не только с неблагоприятными социальными факторами. Психология жизненного пути призвана дать ключ к пониманию и конструктивному преодолению смысложизненного кризиса самим человеком, который как единственный субъект собственной жизни не может ждать и надеяться, что острота этой проблемы будет сглажена за него обществом.

Проблема кризиса смысла жизни лежит в плоскости интересов еще одного нового исследовательского направления – кризис-

ной психологии, которая ориентирована на изучение психики и поведения человека в критических ситуациях [95; 97]. Кризисная психология теоретически структурирует массив знаний об экстремальных событиях в жизни человека и общества, накопленный в психологической науке, выделяя и сравнивая разные виды кризисов. У каждого исторического времени свои психологические кризисы и неврозы, которые в полной мере отражают «дух» этого времени. Особой «отметкой» современного периода в жизни человечества является небывалое ускорение темпов приращения и обновления социальной информации – того опыта, который вырабатывают, аккумулируют, сберегают люди в процессе жизнедеятельности с тем, чтобы самим приспособиться к окружающему миру и поделиться этим полезным опытом с последующими поколениями. В содержании социально-культурного опыта весьма условно можно расчленить познавательные и ценностно-смысловые компоненты, которые выступают продуктами процессов познания и осмысления человеком мира, в процессе онтогенетического усвоения ложатся в основу его сознания и личности, отвечают за организацию операционально-технической и мотивационно-смысловой сторон человеческой жизнедеятельности соответственно [50; 52]. Познавательный опыт человечества, представленный совокупным объемом знаний об объективных свойствах и взаимосвязях окружающего мира, максимально динамичен и изменчив, поскольку люди неустанно добывают новые знания, которые фальсифицируют старые и переворачивают картину мира. Ценностно-смысловой опыт человечества, представленный совокупным объемом ценностей и смыслов, в которых отражены не объективные свойства и связи мира как таковые, а их связь с потребностями человека, напротив, достаточно стабилен и неподатлив к изменениям. Эти виды опыта обнаруживают принципиально сходные особенности и на уровне индивидуальной психики, где познавательный опыт конституирует человеческое сознание, а смысловой опыт – человеческую личность: динамичное и изменчивое сознание дополняется консервативной и устойчивой личностью.

Специфическая особенность жизни современного человека и общества в том, что не только познавательный, но ценностно-смысловой опыт изменяется «галолирующими» темпами. По свидетельству ряда философов, социологов и культурологов, из-за невиданной доселе скорости переосмысления мира для современного человека в смысловом содержании культуры не остается ничего такого, что могло бы длительно представлять ценность, а о «вечных»,

«незыблемых» ценностях следует забыть навсегда. На этом фоне возникает онтологическое противоречие между устойчивостью личности (системы ценностно-смысловых структур и процессов в человеческой психике) и подвижностью аксиосферы (системы ценностно-смысловых структур и процессов в человеческом обществе и культуре). В психологическом измерении это противоречие проявляется в форме разнообразных личностных кризисов и расстройств, в основе которых скрывается рассогласование ценностно-смысловых структур личности и наличных условий ее бытия. Жизнь ставит человека перед необходимостью постоянно менять не только собственное сознание с имманентно присущей ему картиной мира, но и собственную личность с заложенным в ней смыслом жизни. В этой связи многие психологи заговорили о необходимости пересмотра научной парадигмы в изучении личности: от психологии статичного человека в неподвижном мире к психологии «изменяющегося человека в изменяющемся мире» [68; 102]. Но трагедия заключается в том, что меняющаяся от ситуации к ситуации, от случая к случаю личность перестает быть личностью в подлинно психологическом смысле этого слова, которое символизирует и всегда символизировало преемственность поведения, определенность внутренней позиции, верность человека самому себе, способность приподняться над мчащимся «потокм жизни» и предательски непостоянным окружением, сохранив свою идентичность и «лицо».

Таким образом, с позиций кризисной психологии смысложизненная проблема современного человека носит перманентный характер, поскольку под натиском стремительного ритма жизни он вынужден постоянно переопределять и пересматривать смысл своего бытия. И ни биологический опыт, переданный путем генетического наследования, ни культурный опыт предшествующих поколений, транслируемый по механизму социального наследования, не даруют ему готовых решений данной проблемы.

В рамках кризисной психологии следует особо отметить еще две особенности смысложизненного кризиса как события жизненного пути личности.

Во-первых, этот кризис развивается на основе объективных жизненных противоречий, которые достаточно долгое время оставались неразрешенными или неразрешимыми личностью. Он является «кумуляцией» этих противоречий: резко вторгается в жизнь человека и прерывает ее литическое течение, поскольку делает объективно невозможным продолжение прежнего способа ее осу-

ществления. В этой связи смысложизненные кризисы в человеческом существовании – это особые события – «узловые моменты и поворотные этапы жизненного пути, когда с принятием того или иного решения на более или менее длительный период определяется жизненный путь человека» [106, с.248].

Во-вторых, кризис не только «ломает» прежнюю структуру индивидуальной жизнедеятельности, но и внутренне трансформирует саму личность, т.е. обладает свойством «персоногенности» [56; 57]. Влияние объективных противоречий и кризисов жизни на личность опосредовано ее субъективными переживаниями, в которых современная психология видит не просто «отблеск» внешних событий в сознании субъекта, а напряженную внутреннюю работу по устранению смыслового рассогласования личности и ее бытия, обеспечивающую в конечном итоге переосмысление жизни. В таком переживании, как считает С.Л.Рубинштейн, «на передний план выступает не само по себе предметное содержание того, что в нем отражается, познается, а его значение в ходе моей жизни... 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 жизни данной личности и сыграло в нем какую-то роль» [105, с. 14]. Поэтому кризис смысла жизни – это такое событие жизненного пути, которое возбуждает персоногенные переживания, связанные с глубокой и интенсивной переработкой ценностно-смыслового опыта личности.

В этой связи кризис смысла жизни должен рассматриваться в диалектике объективных взаимоотношений между личностью и обстоятельствами ее жизненного пути, а не как чисто субъективное состояние, выпадающее из объективного плана жизни. Иначе говоря, своим активным вмешательством в ход жизни личность производит противоречия, выливающиеся в смысложизненные кризисы ее развития, а способность разрешать эти противоречия и кризисы делает личность в еще большей мере субъектом собственной жизни.

Итак, малоизученная на сегодняшний день проблема смысложизненного кризиса, длительное время не имевшая отраслевой принадлежности, в современной науке приобретает актуальность, теоретическую и практическую значимость и занимает достойное место в проблемном поле психологии жизненного пути личности и кризисной психологии. Несмотря на обилие подходов, на сегодняшний день психологии известно очень немного о специфике субъективного переживания человеком смысложизненного кризиса, ме-

ханизмах и закономерностях его возникновения, течения и преодоления, о его последствиях для психического здоровья и личностного благополучия. В силу данного обстоятельства на передний план выдвигается задача теоретико-эмпирического изучения смысложизненного кризиса и конструирования новых методов его психологической диагностики, профилактики, коррекции.

1.2 Общая психологическая характеристика смысложизненного кризиса

В качестве адекватной теоретической основы для изучения кризисов развития взрослого человека может использоваться психология жизненного пути личности, которая в настоящее время завоевывает статус самостоятельной отрасли. Её предмет как раз и составляют психические феномены, механизмы и закономерности построения личностью индивидуальной жизни, ввиду чего она может быть также названа психологией личности как субъекта жизни. Центральной задачей данной оформляющейся отрасли является раскрытие того, каким образом личность превращает свою жизнь в индивидуальный жизненный путь и сама перевоплощается из «продукта» биографии в её творца. Для этого требуется специальное исследование особых психобиографических образований, содействующих личности в овладении и управлении ходом индивидуальной жизни. Психобиографические образования – жизненные цели, планы, программы, временная перспектива, субъективная картина жизни и другие – конституируют целостную систему психической регуляции жизненного пути личности, функциональным «ядром» которой служит смысл жизни. Поиск и реализация смысла жизни соответственно выступают и как основные задачи, и как наиболее общие предпосылки для утверждения личности в качестве субъекта жизни [47].

С этих теоретических позиций наиболее серьезным кризисом становления зрелой личности видится смысложизненный кризис (кризис смысла жизни, или кризис бессмысленности). В рамках психологии жизненного пути он концептуализируется не как один из частных кризисов, а как системный кризис, разваливающий систему психической регуляции жизненного пути, блокирующий становление личности субъектом жизни, подрывающий её психическое здоровье. Углубленное исследование подразумевает выявление широты распространения (эпидемиологии), причинной обусловленности (этиологии), феноменологии (симптоматики) и патогенети-

ческого воздействия смысложизненного кризиса на психическое здоровье личности.

Эпидемиология смысложизненного кризиса. Специальные эпидемиологические срезы, направленные на определение широты распространения кризиса смысла жизни, не проводились, поэтому о частоте встречаемости данного явления можно судить лишь по косвенным данным. Если верить философам, социологам, литераторам, то синдром смыслоутраты присущ современному обществу в целом, причем здесь лидируют высокоразвитые страны Западной Европы и Америка, а в последнее время их догоняют государства Восточной Европы, СНГ, Азии и Африки. Столь обширный размах кризиса бессмысленности в современном мире часто объясняется макросоциальными и даже цивилизационными факторами, среди которых упоминаются: дефицит подлинных смысложизненных ценностей, направляющих человеческую жизнь (Э.Дюркгейм); избыток и быстротечность социальных перемен, информационные и ценностные перегрузки человека (А.Тоффлер); чрезмерное культурное разнообразие, атрофия социальных связей и неограниченная индивидуализация людей, ведущие к подрыву смысложизненных ценностей общества – «социального капитала» (Ф.Фукуяма); столкновение между ценностями различных цивилизаций (С.Хантингтон); вытеснение истинных смысложизненных ценностей «суррогатными» псевдоценностями тоталитарных идеологий (Э.Фромм); отчуждение современного человека от родовой человеческой сущности (М.Мамардашвили) и т.д.

По сообщениям исследователей и клиницистов, преимущественно экзистенциально-гуманистической ориентации, смысложизненный кризис достигает от 20 до 80 % не только среди пациентов психиатрических лечебниц, но и в популяции психически нормальных лиц. Эти цифры не вызывают доверия по двум нижеследующим причинам. Во-первых, исследователи, получающие и приводящие эти данные, очень редко ссылаются на метод сбора информации, в то время как он чаще всего представляет собой свободный опрос. В тех случаях, когда исследование проходит не в импровизированной, а в строгой форме (тестирование репрезентативной выборки психометрически проверенным инструментом), статистика смысложизненного кризиса едва дотягивает до 20 % как у пациентов, так и среди психически здоровых лиц [см., например, 144]. Во-вторых, до сих пор не выработано единое представление о симптоматической картине кризиса бессмысленности, позволяющее проводить его идентификацию и дифференциальную диагнос-

тику. Показателен факт, что бессмысленность как самостоятельный клинический синдром не входит в официальные систематики психических расстройств (МКБ и DSM). Следовательно, исследователи и психотерапевты достаточно свободны в интерпретации проявлений смысложизненного кризиса и нередко за эти проявления выдают признаки других пограничных состояний. Необходимо, таким образом, признать, что диапазон распространения смысложизненного кризиса достоверно неизвестен, и эта проблема заслуживает особого внимания.

Для выяснения масштабов распространения данного кризиса немаловажно разобраться с тем, является он нормативным или ненормативным.

С одной стороны, имеются все основания охарактеризовать обсуждаемый кризис как ненормативный, т.е. жестко не зависящий от возраста, поскольку у разных людей он наступает на разных стадиях возрастного развития, у одних не возникает вообще, у других – рецидивирует, третьих – преследует большую часть жизни. Ненормативный характер кризиса объясняется еще и тем, что он зачастую инициируется жизненными событиями, порядок совершения которых случаен и непредсказуем.

С другой стороны, генезис и динамика кризиса смысла жизни подчиняются некоторым универсальным закономерностям, что свидетельствует об относительности его понимания как ненормативного. Так, его самые первые проявления никогда не обнаруживаются ранее подростничества, что обусловлено возрастнопсихологическими закономерностями формирования смысла жизни как особого личностного новообразования. Ввиду данных закономерностей из периодов, подверженных кризису бессмысленности, следует исключить детские возраста (хотя в некоторых теориях смысла жизни, в частности, в концепции А.Адлера, утверждается, что и в детстве возможна манифестация данного кризиса [135]). Небезосновательно высказывается точка зрения, согласно которой все нормативные кризисы, начиная с юношеского возраста, считаются смысложизненными. В каждом из них много особенного, но все они объединены общей чертой – объективной необходимостью рефлексии, переосмысления и преобразования личностью своего жизненного пути, без чего невозможно её дальнейшее развитие. Поэтому любой кризис молодого, зрелого, позднего возраста должен обязательно сопровождаться интенсивными измерениями смысла жизни – личностного образования, которое регламентирует общую направленность жизненного пути.

Смысложизненный кризис, таким образом, может быть индуцирован как универсальными (нормативными) закономерностями возрастного психического развития, объективной логикой развертывания человеческой жизни, так и уникальными (ненормативными) событиями и поступками личности.

Этиология смысложизненного кризиса. В решении вопроса об этиологии смысложизненного кризиса четко дифференцируются два подхода: событийный (центрированный на событии) и субъектный (центрированный на личности). В рамках событийного подхода кризис выводится из объективных обстоятельств, которые преграждают жизненный путь личности как путь реализации смысла жизни. Такая ситуация, в которой личность сталкивается с объективной невозможностью осуществления смысла жизни и продолжения избранного жизненного пути, собственно и расценивается как генерирующая смысложизненный кризис. Причем эта ситуация по своим объективным параметрам может быть и относительно, и абсолютно неразрешимой, в зависимости от чего, вслед за Ф.Е.Василюком, целесообразно говорить о двух типах кризиса. «Кризис первого рода может серьезно затруднять и осложнять реализацию жизненного замысла, однако при нем все еще сохраняется возможность восстановления прерванного кризисом хода жизни. Это испытание, из которого человек может выйти сохранившим в существенном свой жизненный замысел и удостоверившим свою самоидентичность. Ситуация второго рода, собственно кризис, делает реализацию жизненного замысла невозможной. Результат переживания этой невозможности – метаморфоза личности, перерождение ее, принятие нового замысла жизни, новых ценностей, новой жизненной стратегии, нового образа – Я» [29, с.47].

Таким образом, в рамках событийного подхода кризис бессмысленности раскрывается как реактивное состояние, острая реакция личности на определенное жизненное событие. Этиологическая роль такого события заключается в том, что оно объективно обесмысливает жизнь, отнимая у личности шансы на реализацию принятого ею смысла.

В контексте субъектного подхода ведущая роль в инициировании кризиса усматривается за личностью, поскольку именно она выступает субъектом определения и практического воплощения смысла жизни. В философской и психологической литературе последовательно проводится мысль о том, что смысл жизни является неотъемлемым условием нормального, полноценного существования личности. При этом явно или неявно предполагается, что главное – это наличие смысла

в жизни, независимо от того, каков этот смысл по своим содержательным, формально-динамическим и структурным параметрам. Однако в реальности не всякий смысл жизни может обеспечить прогрессивное поступательное развитие личности и поддерживать высокий уровень психического здоровья и субъективного благополучия. В этой связи встает вопрос о критериях адекватного и неадекватного, конструктивного и деструктивного смысла жизни [122; 124; 125], о признаках оптимальных и неоптимальных жизненных программ [11] и стратегий [2]. Очевидно, что неоптимальный в содержательном, структурном, функциональном плане смысл жизни повышает риск возникновения психологических кризисов личности.

В исследовании Р.А.Ахмерова с позиций субъектного подхода предложена типология биографических кризисов личности, в рамках которой подразделяются кризисы бесперспективности, нереализованности и опустошенности [11]. Смыслжизненный кризис нередко отождествляется с состоянием субъективной бесперспективности. Тем самым подразумевается, что он возникает исключительно по причине отсутствия или укорочения смысловой перспективы в жизни. Данная точка зрения является большим упрощением, так как в действительности бессмысленность может принимать форму не только кризиса бесперспективности, но и протекать по типу кризисов опустошенности и нереализованности. Так, кризис опустошенности как вариант смыслжизненного кризиса можно констатировать при полнейшей реализованности, исчерпанности ведущих жизненных ценностей личности, кризис нереализованности – в случае осуществления личностью неадекватного смысла жизни и разочарования в пройденном пути. Кроме того, возможны комбинации этих «чистых» типов смыслжизненного кризиса, например, бесперспективность зачастую аккомпанирует опустошенности.

Таким образом, в рамках субъектного подхода кризис смысла жизни концептуализируется как состояние, обусловленное неадекватным смыслом жизни и неоптимальной стратегией его практической реализации. Ответственность за кризис атрибутируется личности как активному субъекту, осуществляющему выбор смысла жизни, его корригирование и воплощение с учетом динамики жизненных обстоятельств и собственных возможностей. При учете различных субъективных причин оказывается, что кризис смысла жизни – это общее понятие, охватывающее многообразные по своей этиологии кризисы развития зрелой личности, в том числе кризисы бесперспективности, опустошенности, нереализованности и всевозможные их сочетания.

Необходимо признать, что в отрыве друг от друга названные подходы являются чистыми абстракциями, потому что в возникновении смысложизненного кризиса реально участвуют как внешние детерминанты, связанные с объективными жизненными обстоятельствами, так и внутренние детерминанты, производные от личности как субъекта жизни. В каждом конкретном случае изменяется лишь удельный вес внешней и внутренней причинности в развитии кризиса, но одновременное присутствие событийной и субъектной детерминации остается неизменным фактом. С этой точки зрения разумным является не противопоставление внешних и внутренних причин, событийного и субъектного подхода, а разграничение двух этиологических форм кризиса в зависимости от превалирования объективных либо субъективных детерминант – экзогенной и эндогенной.

При экзогенном происхождении кризиса решающую роль играет объективно непреодолимая жизненная ситуация, которая обозначается разными терминами: «экстремальная», «стрессогенная», «критическая», «смыслоутратная» и т.д. Данная этиологическая форма кризиса зачастую наступает даже при полной адекватности и гармоничности смысла жизни как психического образования. При эндогенном происхождении кризиса доминируют субъективные причины, связанные с неоптимальным содержанием, строением или функционированием смысла жизни как элемента смысловой сферы личности. Данная этиологическая форма кризиса часто назревает, несмотря даже на объективно благоприятное стечение жизненных обстоятельств.

Итак, с точки зрения этиологии психологический кризис смысла жизни – это кризис личностного развития, порождаемый: а) отсутствием смысла жизни на почве неспособности личности его определить; б) обесцениванием, переоценкой смысла, ранее освещавшего и направлявшего жизнь; в) утратой смысла жизни в критической жизненной ситуации; г) исчерпанием смысла жизни в процессе реализации; д) дисгармоничностью смысла жизни по содержательным, структурным, функциональным и динамическим параметрам; е) неоптимальной стратегией практической реализации смысла жизни. С учетом этих множественных причин целесообразно дифференцировать понятия «смысложизненный кризис» и «кризис бессмысленности», которые обычно используются как синонимы. Смысложизненный кризис (кризис смысла жизни) – это наиболее общее понятие, обозначающее психологические проблемы личности, связанные с поиском и реализацией смысла жизни.

Кризис бессмысленности – это наименование одной из разновидностей смысложизненного кризиса, происходящей от полного отсутствия смысла в жизни или, говоря словами С.Мадди, от «всеобъемлющей неудачи поиска смысла жизни» [177]. Помимо данной частной разновидности, наличествуют и другие виды смысложизненного кризиса, обусловленные не столько отсутствием смысла, сколько его ломкой, распадом, дисгармонией, задержкой в реализации.

Феноменология смысложизненного кризиса. Сложной исследовательской задачей является установление феноменологии смысложизненного кризиса, т.е. комплекса тех негативных психических проявлений, которые сигнализируют о факте наличия-отсутствия и об интенсивности его протекания. Наиболее полное феноменологическое описание данного кризиса встречается в художественной литературе, сочинениях автобиографического жанра, например, в «Исповеди» Л.Н.Толстого, а также в работах экзистенциально направленных психотерапевтов. Анализ данных источников позволяет выделить и упорядочить характерные субъективные и поведенческие признаки кризиса смысла жизни. Эти признаки по обыкновению описываются «на языке» психологических проблем и затруднений, которые личность испытывает в сферах: а) смысловой регуляции и смыслообразования индивидуального жизненного пути (понимания, переживания и реализации смысла жизни); б) осознанной произвольной саморегуляции жизненного пути; в) психологического отношения к смерти; г) переживания психологического времени и психологического возраста; д) психологического отношения к прошлому, настоящему и будущему; е) жизневосприятия и построения субъективной картины жизненного пути; ж) переживания общей удовлетворенности либо неудовлетворенности жизнью; з) субъективного контроля жизни. Существенные изменения в период кризиса претерпевает также самосознание личности.

Самыми типичными и частыми проявлениями кризиса смысла жизни являются дисфункции психической регуляции жизненного пути личности. Причем эти функциональные нарушения затрагивают как смысловую регуляцию жизненного пути, так и осознанную психобиографическую саморегуляцию, которые образуют единую систему [41].

Психологические затруднения в сфере смысловой регуляции и смыслообразования жизненного пути являются первичными, поскольку кризис поражает смысл жизни – структурный и функцио-

нальный «стержень» смысловой сферы личности. Они проявляются в следующем: угасание потребности в смысле жизни и снижение активности, связанной с его поиском; отсутствие единой смысловой направленности и падение мотивации жизнедеятельности; обесценивание либо коренная переоценка прежних источников смысла жизни; дезинтеграция понимания, переживания и реализации смысла жизни (когнитивного, аффективного и конативного компонентов смысла жизни); чувство нереализованности или опустошенности, истощенности в жизни; проблемы с упорядочением (структурированием и иерархизацией) источников смысла жизни; содержательные противоречия в системе источников смысла жизни (конфликтный жизненный смысл); отрицательные переживания по поводу непродуктивности индивидуального жизненного пути; трудности в осмыслении жизненных обстоятельств и принятии биографически важных решений на основе системы смысложизненных ценностей.

Кризис угнетает систему осознанной саморегуляции жизненного пути, в отношении которой смысл жизни в норме выполняет системообразующую, интегрирующую и модулирующую функции. Чувство бесцельности и бесперспективности жизни, дезориентация в том, что значимо, а что незначимо в ней, отсутствие плановости, стихийность и хаотичность в поведении, утрата чувства контроля над жизнью, диффузия критериев и потеря адекватности оценивания, снижение критичности по отношению к жизненным достижениям, индивидуальному стилю жизни, принятие неадекватных жизненных решений – все это симптомы разлада регуляторных процессов полагания жизненных целей, планирования, программирования и прогнозирования жизненного пути, моделирования значимых жизненных условий, оценивания и контроля результатов жизнедеятельности, корректирования линии жизни.

Таким образом, с точки зрения феноменологии смысложизненный кризис – это субъективно трудный процесс интенсивных изменений личности, сопровождающихся отрицательными переживаниями по поводу непродуктивности индивидуального жизненного пути.

Патогенетическое влияние смысложизненного кризиса. Вопрос о патогенетическом влиянии смысложизненного кризиса на личность и ее адаптивные ресурсы чрезвычайно сложен и запутан. Прежде всего кризису смысла жизни незаслуженно приписывается исключительно демобилизующее и аномализирующее влияние на личность. Утверждается, что в отличие от нормативных

кризисов, необходимых для прогрессивного поступательного развития личности на протяжении жизненного пути, данный кризис относится к явлениям психотравматического либо невротического характера, разрушающим личность и её психическое здоровье. Это не вполне соответствует действительности, поскольку процессы переосмысления жизненных позиций и ценностей сопутствуют возрастной эволюции практически любой зрелой личности и, наоборот, свидетельствуют о её нормальности и о нормативности хода её психического развития. Актуализация вопроса о смысле жизни является показателем личностного роста, доказательством перерастания личностью старого образа жизни и перехода на новую ступень развития. Как пишет С.Л.Рубинштейн, «постоянная в ходе жизни переоценка ценностей является закономерным результатом диалектики жизни человека, изменения, перестройки его взаимоотношения с миром, прежде всего с другими людьми, с обществом» [108, с.370]. Ему вторит В.Франкл: «Душевные страдания и кризисы взрослого, уже сложившегося человека, бьющегося в поисках содержания собственной жизни, не имеют ничего общего с патологией» [119, с.160]. Поэтому смыслжизненный кризис нельзя рассматривать односторонне – как аномальное явление личностного развития или предвестник деградации личности.

Корректнее различать два варианта разрешения кризиса смысла жизни: конструктивный и деструктивный. При конструктивном варианте наблюдается перестройка смысловой сферы личности, переориентация на новые жизненные цели, ревизия и коррекция жизненной позиции, что подготавливает изменения в реальной жизнедеятельности. Конструктивные пути преодоления кризиса всегда ведут к повышению уровня осмысленности и увеличению продуктивности жизненного пути личности. При деструктивном варианте кризис приобретает затяжной характер, превращается в источник психологической деформации и дезадаптации личности. Не всякий, а именно застарелый (хронический), непродуктивно преодолеваемый либо не до конца разрешенный смыслжизненный кризис обладает мощным патогенетическим воздействием на личность.

Нередко не делают различия между кризисом смысла жизни и его болезненными последствиями в виде различных личностных расстройств, что является серьезной ошибкой. Ведь любой кризис сам по себе выступает как естественный момент развития, переходное состояние, которое может вести к интеграции и оздоровлению личности, равно как и к нарушению личностного здоровья и поведения. В силу данного обстоятельства кризис смысла жизни

не может квалифицироваться как патологическое состояние. Здесь уместно обратиться к воззрениям В. Франкла и его последователей, которые разводят две стадии в генезисе синдрома бессмысленности: экзистенциальный вакуум или, как иногда говорят, экзистенциальную фрустрацию и экзистенциальный невроз. Первая стадия характеризуется возникновением и нарастанием субъективных переживаний бессмысленности; она соотносится с состоянием смыслового кризиса. Вторая стадия отличается выраженной клинической симптоматикой и представляется болезненной кульминацией неразрешенного или неразрешимого кризиса. Экзистенциальный вакуум не всегда и не обязательно влечет за собой личностное расстройство. Зачастую кризис активизирует смысловожизненный поиск, стимулирует своеобразное «просветление» личности – отказ от неадекватного смысла жизни, осознание ранее скрытых от сознания источников смысла, иерархическую перестановку смысловожизненных ценностей и т.д. Эти трансформации смысловой сферы и индивидуального сознания, как правило, resultируют в повышении общего уровня осмысленности жизни [74; 96; 103].

Таким образом, психологический кризис смысла жизни – это переходное состояние в личностном развитии, которое может нести патогенный потенциал лишь в случае выбора личностью непродуктивных стратегий совладания с ним.

Сложилась широкая палитра мнений, порой контрастных, относительно связи кризиса смысла жизни с психопатологией [подробно см. 43]. Всю совокупность мнений по данному вопросу можно свести к нескольким концептуальным позициям. Согласно первой из них смысл и бессмысленность жизни – это клинически индифферентные и иррелевантные явления, которые не имеют ни саногенного, ни патогенного значения. Данная позиция опровергается результатами многочисленных эмпирических исследований, доказывающих, что осмысленность жизни является коррелятом психической нормы, а бессмысленность – «эквивалентом» (К.Юнг) психопатологии. Итоги подобных исследований резюмирует И.Ялом, который пишет: «Отсутствие ощущения смысла жизни способствует психопатологии грубо линейным образом: чем меньше ощущение смысла, чем больше тяжесть психопатологии» [133, с.515]. Посему на сегодняшний день преобладает позиция, согласно которой запущенный кризис смысла жизни рассматривается как мощный фактор личностных нарушений, т.е. как клинически релевантный феномен. Эта позиция не является однородной и в свою очередь распадается на две точки зрения.

Первая из них гласит, что смысложизненный кризис порождает особую нозологическую форму личностного расстройства, отдельный клинический синдром, известный под разными именами: «экзистенциальный невроз», «ноогенный невроз», «ноэтический невроз», «невроз бессмысленности», «синдром смыслоутраты», «экзистенциальная болезнь». Эту точку зрения разделяют В.Франкл и его идейные последователи (J.Fabry, E.Lukas, K.Popielski), а также иные психологи и психотерапевты преимущественно экзистенциально-гуманистической ориентации (J.Bugental, S.Kratochvil, A.Maslow, R.May, S.Maddi, I.Yalom, K.Obuchowski). Во всех случаях речь идет о личностной аномалии в «экзистенциальном модусе бытия», патогенез которой обусловлен хронической фрустрацией потребности в смысле жизни. По поводу этой клинической формы К.Юнг писал: «Отсутствие смысла играет критическую роль в этиологии невроза. В конечном счете невроз следует понимать как страдание души, не находящей своего смысла ... Около трети моих случаев – это страдание не от какого-то клинически определяемого невроза, а от бессмысленности и бесцельности собственной жизни» [цит. по: 133, с.471].

Вслед за В.Франклом, различают две стадии синдрома бессмысленности – экзистенциальный вакуум или экзистенциальная фрустрация и собственно экзистенциальный невроз. На первой стадии конструируют патогенные факторы типа отсутствия, утраты, обесценения смысла жизни, что продуцирует клиническую феноменологию на второй стадии. Наиболее тщательное описание этой феноменологии предлагает С.Мадди, который различает три основные симптоматические формы экзистенциального невроза: нигилизм, вегетативность и крусадерство. Все клинические формы экзистенциального невроза в той или иной мере пронизаны «убеждением в том, что жизнь бессмысленна и зла, апатией и неизбежной, сумбурной активностью» [177, с.313].

По подсчетам разных исследователей, доля пациентов, страдающих экзистенциальным неврозом, колеблется в пределах от 14 до 75 % и в среднем достигает 30 – 40 % от общего количества клинических случаев. Даже с учетом такой неутешительной статистики, данная точка зрения остается во многом гипотетической, на что, в частности, указывает отсутствие «экзистенциального невроза» в современных таксономиях психических расстройств. Несмотря на то, что рассматриваемая позиция не является общепризнанной, все же собраны некоторые эмпирические доказательства в подтверждение дискретности экзистенциального невроза. Основываясь на

данных, полученных с помощью PIL (Purpose-in-Life Test), Дж.Крамбо отмечает, что экзистенциальный невроз «не походит ни на один из конвенциональных (общепринятых) психиатрических синдромов за исключением, разве что, депрессии» [144, с.79]. Этот вывод оспаривается другими исследователями, которые на основе эмпирического и клинического материала отождествляют признаки экзистенциального невроза с симптоматикой прочих психических расстройств и тем самым растворяют экзистенциальную психопатологию в общей психопатологии личности (S.Baum, R.Boxley, W.Phillips). На это представители логотерапии отвечают, что экзистенциальный невроз может ассоциироваться с любой клинической формой личностного расстройства и чаще всего маскируется под алкоголизм, депрессию и прочие симптоматические картины. В этой дискуссии до сих пор не хватает ясности и убедительных аргументов.

Вторая точка зрения гласит, что не существует специфического невроза бессмысленности, но пониженное ощущение смысла жизни является критическим фактором аномального личностного развития – невротического, патохарактерологического, посттравматического (реактивного), девиантного (по делинквентному, аддиктивному и суицидальному типу), а также аффективных и психосоматических расстройств. В подтверждение данной точки зрения накоплен большой массив фактического материала, который тем не менее не дает ответа на вопрос: «Чем все-таки является бессмысленность – порождающей причиной или частным симптомом-следствием – по отношению к разнообразным нарушениям личностного развития и поведения?». Эта проблема радикально поляризует позиции исследователей: с одной стороны, «бессмысленность рассматривается как симптом какого-то более значимого базисного состояния» [133, с.502], а с другой стороны, «едва ли оправдано считать экзистенциальный вакуум просто «еще одним симптомом» невроза» [119, с.312].

Таким образом, в настоящее время вопрос о патогенетическом значении кризиса смысла жизни остается открытым и остро проблемным. Абсолютно ясно лишь то, что высокий уровень осмысленности жизни коррелирует с психической нормой, хорошей адаптацией и субъективным благополучием, в то время как низкий уровень осмысленности жизни сопутствует дезадаптации и расстройствам личности.

ГЛАВА 2

МЕТОДИЧЕСКИЕ ПОДХОДЫ К ЭМПИРИЧЕСКОМУ ИЗУЧЕНИЮ СМЫСЛА ЖИЗНИ В СОВРЕМЕННОЙ ПСИХОЛОГИИ

В настоящее время наблюдается усиление интереса психологов к проблеме смысла жизни, которая длительное время была «монополизирована» философскими науками и теологией. Психологизация проблемы смысла жизни, как и любой проблемы, привносимой в психологию из смежных наук, должна подчиняться особой логике. Эта логика требует, чтобы выделение предмета предшествовало созданию метода исследования, теоретический анализ проблемы предварял ее эмпирическое изучение, а общепсихологическое обсуждение опережало развитие отраслевых аспектов проблемы. История психологии назидательно учит, что нарушение этой логики, как правило, запутывает проблему и отбрасывает науку назад на пути ее разрешения. К сожалению, в современных психологических исследованиях смысла жизни распространены негативные тенденции, ведущие к деметодологизации науки: разработка методов изучения смысла жизни без прояснения психологической природы данного феномена; «коллекционирование» эмпирических фактов без их теоретического обоснования; увлечение отраслевыми аспектами смысла жизни (возрастным, дифференциальным, гендерным, клиническим и другими) без проработки фундаментальных общепсихологических вопросов.

В наших предыдущих работах проведено разграничение философских и психологических аспектов смысложизненной проблематики, очерчен предмет собственно психологического анализа смысла жизни, реконструировано многообразие форм, в которых смысл жизни существует в социальной, культурной и субъективной реальности [47; 50; 52]. Целью настоящей главы являются обобщение и систематизация методических подходов к эмпирическому изучению смысла жизни. Методическим подходом в данном случае называется совокупность способов и средств, определяющих общую стратегию планирования, подготовки и реализации эмпирического исследования смысла жизни, а также общие правила анализа и интерпретации фактических данных. В такой трактовке методический подход превосходит метод сбора эмпирического материала, и вмещает в себя некоторое множество этих методов, а также методических приемов и конкретных методик.

Смысл жизни функционирует как структура долгосрочной и транситуативной регуляции, и его регулирующее влияние, оказываемое на поведение и деятельность личности, прослеживается на больших отрезках биографического времени. Смысл жизни интегрирует смысловые структуры высокой степени обобщенности, устойчивости, которые редко напрямую детерминируют конкретные поступки в конкретных жизненных ситуациях. Они регулируют повседневную жизнедеятельность опосредованно, воплощаясь в психических структурах и процессах, которые обеспечивают ситуативную и оперативную регуляцию. Как правило, между смыслом жизни и отдельными поступками личности обнаруживается большое количество «промежуточных» структур и процессов, которые, собственно, и образуют разветвленный механизм психической регуляции жизненного пути личности. Отсюда вытекает ряд важных для методики эмпирического исследования следствий. С одной стороны, смысл жизни в редких случаях непосредственно объективируется в поведении, а следовательно, по поступкам личности в конкретной ситуации можно судить лишь о «концевых звеньях» механизма смысложизненной регуляции. С другой стороны, объективированные в поступках регуляторные структуры и процессы – это «производные» смысла жизни, доступные эмпирической регистрации.

В норме смысл жизни пронизывает большинство, если не все психобиографические структуры сознания и личности. Это проявляется в том, что по своему предметному содержанию они четко «вписываются» в интенциональную направленность, которая задана смыслом жизни. Смысловой компонент особенно выражен в таких психобиографических структурах, как жизненные цели, планы и программы, жизненная перспектива, субъективная картина жизненного пути личности, смысловые критерии принятия биографически важных решений и оценивания жизненных достижений, жизненные притязания, общая удовлетворенность жизнью, психологический возраст личности, жизненные эталоны и идеалы и многих других. Вне связи со смыслом жизни – функциональным центром психической регуляции жизненного пути – все прочие психобиографические структуры не обладают регулирующей силой.

Данное положение приобретает особую методическую значимость, поскольку намечает возможность эмпирического изучения смысла жизни через раскрытие смыслового компонента в разнообразных психобиографических структурах сознания и личности. Анализ литературы и опыт собственных исследований позволяют выделить ряд эмпирических индикаторов, по которым можно су-

дить о качественных и количественных характеристиках смысла жизни:

1. Субъективные представления о смысле жизни (понимание личностью смысла собственной жизни).

2. Объективная интенциональная направленность жизненного пути, т.е. совокупность объектов и явлений, на которые устойчиво устремлена жизнедеятельность личности (жизненный путь как «продукт» жизнедеятельности личности).

3. Временные параметры индивидуальной жизнедеятельности: количество времени, которое личность реально посвящает и которое хотела бы посвятить основным видам активности и сферам жизни (реальное и желаемое распределение времени жизни).

4. Субъективные предпочтения и индивидуальная иерархия личностных ценностей как источников смысла жизни.

5. Содержание, временная последовательность и соподчинение по личностной значимости системы жизненных целей и задач.

6. Субъективные критерии принятия жизненно важных решений, совершения жизненного выбора.

7. Субъективные критерии оценивания жизненных достижений.

8. Субъективные переживания по поводу продуктивности-непродуктивности жизненного пути.

9. Эталонные представления о желаемом и должном жизненном пути (субъективные эталоны жизни и жизненные идеалы).

10. Формальные характеристики биографических образов, т.е. пространственно-временная организация субъективных репрезентаций жизненного пути в индивидуальном сознании.

11. Личностный смысл (в эмоциональной и вербализованной формах; положительный, отрицательный и конфликтный по модальности) событий индивидуального жизненного пути.

12. Событийное содержание субъективной картины жизненного пути личности, избирательное восприятие жизненных событий как значимых и незначимых, переоценка значимости жизненных событий, субъективные критерии классификации жизненных событий.

13. Слоисто-уровневая структура субъективной картины жизненного пути личности; «композиция» и «миграция» событий по слоям субъективной картины жизни.

14. Насыщенность субъективной картины жизненного пути межсобытийными связями, структурированность, плотность, направленность и прочие характеристики системы межсобытийных связей.

15. Субъективная временная ориентация личности, которая предопределена локализацией источников смысла жизни на «оси» психологического времени.

16. Субъективные особенности осознания и осмысления (переживания) хронологического времени жизни.

17. Структура, динамика, искажения и трансформации психологического времени личности в биографическом масштабе.

18. Психологический возраст личности, его изменения в связи с конкретными событиями жизненного пути, степень согласованности с хронологическим (паспортным) возрастом.

19. Совокупность внешних и внутренних преград, которые, по субъективному представлению, препятствуют реализации смысла жизни.

Таким образом, эмпирические индикаторы смысла жизни множественны, и это значительно расширяет выбор объекта исследования, репертуар исследовательских техник и инструментов. Смысл жизни как предмет, увлекающий психолога, не только не страдает, но и выигрывает от разнообразия методических подходов и объектов исследования. Всегда есть возможность изучать смысл жизни опосредованно, т.е. через проявление смыслового компонента психобиографических структур сознания и личности, которые как бы «светят отраженным светом» главного смыслообразующего мотива жизни. При опосредованном пути познания выводы о психологических свойствах смысла жизни выносятся на основе анализа качественных и количественных характеристик этих психобиографических структур, которые и выступают в роли непосредственного объекта исследования. В то же время следует помнить, что «исследования такого рода становятся исследованиями смысловой реальности только в том случае, если при рассмотрении независимых и опосредующих переменных учитывается их онтологический аспект, то есть место в структуре жизненных отношений» [62, с.302].

Обобщая практику эмпирических исследований смысла жизни в современной психологии, можно выделить семь методических подходов: экспериментальный, психометрический, проективный, психосемантический, феноменологический, нарративный и биографический. Их можно сравнить между собой по ряду критериев, характеризующих процедуру сбора, обработки и интерпретации фактического материала о смысле жизни. Эти критерии представляют собой бинарные оппозиции, которые сложились в методологии психологического исследования в ходе противоборства естественнонаучной и гуманитарной парадигм. К настоящему времени их историчес-

кий спор не завершен и предельно обостряется при изучении специфически человеческих феноменов, как то: межличностные отношения, одиночество, психологическое отношение к смерти, «Я»-концепция, смысл жизни и т.д. Эти феномены выступают своего рода «камнем преткновения» для естественнонаучной методологии, потому что демаскируют ее неадекватность природе субъектно-личностных структур и образований в человеческой психике.

Первый бинарный признак, по которому дифференцируются методические подходы к эмпирическому изучению смысла жизни, – это «объективность – субъективность». Этот признак указывает на то, какой аспект смысла жизни – феноменологический, личностный или деятельностный – подлежит исследованию и, соответственно, из каких источников исследователь извлекает информацию. Феноменологический аспект, т.е. непосредственно-эмоциональные переживания смысла жизни и субъективные представления о нем, целесообразно изучать в опоре на субъективный источник информации, в качестве которого фигурирует сам испытуемый. В данном случае психолог черпает информацию из рефлексивных самоотчетов, являющихся продуктом интроспекции и личного опыта испытуемого. Субъективный подход можно также назвать экспериентальным, эксплуатирующим личный опыт (experience) испытуемого в качестве источника информации. Личностный аспект – скрытые от сознания, интегрированные в структуре личности смысловые образования и процессы, и деятельностный аспект смысла жизни – механизмы и закономерности смысловой регуляции жизненного пути – надлежит изучать в опоре на объективные источники информации. Объективный подход принципиально отвергает интроспекцию как способ познания смысла жизни, а личный (рефлексивный и эмоциональный) опыт испытуемого дискредитирует как источник психологической информации. Исследователь специально заботится об объективизации процедуры и элиминации всяких субъективных влияний на получаемые данные. С точки зрения объективности образцовым методом является эксперимент, поэтому объективный подход также может быть назван экспериментальным.

Методические подходы к эмпирическому изучению смысла жизни далее можно разделить по признаку «объясняющий (каузальный) – понимающий (интенциональный)» в зависимости от того, какая цель преследуется психологом – объяснить или понять смысл жизни. Объяснить какое-либо явление – значит воссоздать систему детерминационных связей, в которую оно вплетено; указать, какие явления порождают его в качестве причин, а какие явления порож-

дены им в качестве следствий. Научно-психологическое объяснение смысла жизни востребует ответы на причинные вопросы и строится в каузальных понятиях. В процессе объяснения смысл жизни проецируется в научную картину мира и психической реальности, встраивается в цепь причинно-следственных отношений всех известных науке психических и непсихических явлений. Напротив, понять какое-либо явление – значит уяснить его смысл в том контексте, в котором оно предстает в индивидуальной жизни. В результате понимания явление становится частью картины жизненного мира, локализуется в системе жизненных отношений конкретного испытуемого. Картина жизненного мира, в отличие от научной картины мира, является предельно персонифицированной, индивидуализированной, пристрастной. В соответствии с этим исследователь задается интенциональным вопросом – «ради чего?» – и выстраивает свою концепцию в телеологических понятиях.

Следующий бинарный признак, по которому разграничиваются методические подходы к эмпирическому изучению смысла жизни, – это «номотетичность – идеографичность». Конечной целью номотетического подхода являются всеобщие законы или по меньшей мере групповые закономерности, присущие формированию, структурированию, функционированию смысла жизни. Индивидуально-психологические особенности, характеризующие смысл жизни отдельного испытуемого, рассматриваются не как самоценность, а как средство для обнаружения типологических особенностей, свойственных всем людям. Другими словами, номотетический подход нивелирует, «стирает» уникальное и индивидуальное ради выявления универсального и типичного в смысле жизни. По-иному мыслит и действует исследователь, придерживающийся идеографического подхода в изучении смысла жизни. Его первичной целью выступают неповторимо-своеобразные особенности, присущие содержанию, генезису, динамике смысла жизни конкретного испытуемого. При обработке и интерпретации данных исследования совершенно недопустимы генерализация, схематизация, типологизация и другие приемы, жертвующие индивидуальностью ради типичности.

С описанным выше признаком перекликается другой критерий для различения методических подходов к эмпирическому изучению смысла жизни в психологии, а именно «количественный – качественный». При количественном подходе эмпирические данные исследования подвергаются квантификации (количественному учету и упорядочиванию) и самым разнообразным процедурам математико-статистической обработки. Наличие статистических

вычислений – непреложный атрибут научности, а правильность расчетов – решающий фактор достоверности результатов исследования. Любая статистика строится на множестве случаев и наблюдений, в связи с чем полноценное исследование должно охватить репрезентативную, многочисленную выборку испытуемых. Исследование испытуемых, как правило, реализуется в групповой форме. Полученные в таком исследовании индивидуальные данные не интересуют исследователя и не расшифровываются им; они «усредняются» в ходе математической обработки и приобретают смысл только в соединении с данными всей остальной выборки. Высшим достижением количественного подхода считается формализация найденных психических законов, т.е. перевод их с языка научных терминов на язык математических формул и символов. В качественном подходе распространен строжайший запрет на применение математических методов и моделей, поскольку важна не квантификация, а квалификация явления. Это значит, что исследователь озабочен не измерением «количества» психического явления, а оценкой его «качества», т.е. тех признаков, в которых выражается сущность данного явления и по которым оно существенно отличается от всех остальных психических явлений. Здесь важнее вскрыть качественно разную природу двух психических явлений (например, смысла жизни и жизненной цели), нежели количественную меру выраженности этих явлений у разных испытуемых. По данной причине комплектование объемных выборок в исследовании не является императивным требованием; исследователь вполне может обойтись исследованием единичных случаев, главное, чтобы эти люди были носителями изучаемой феноменологии. В силу той же причины методы, относящиеся к качественному подходу, всегда являются индивидуальными по форме проведения. Высшим достижением качественного исследования признается предельно полное и структурированное описание феномена на языке внутренних переживаний испытуемого.

Очередной признак, по которому расходятся методические подходы к эмпирическому изучению смысла жизни, – это «монологичность – диалогичность». При монологическом подходе общение исследователя с испытуемым носит деловой, а их взаимодействие – формально-ролевой характер. В принципе оно является односторонним и ограничивается тем, что исследователь с максимально возможной долей безразличия инструктирует испытуемого, а испытуемый имеет право лишь на уточнение инструкции. Все прочие взаимодействия должны отсекаются, в особенности если они

переходят границы статусного, обезличенного общения. Исследование с позиций монологического подхода может быть и заочным, когда испытуемый взаимодействует исключительно с инструментом исследования (тестом, прибором и др.), но не с исследователем. Предполагается, что эмоциональная ангажированность исследователя, заинтересованность в личности испытуемого приводят к погрешностям результатов исследования. Для обеспечения валидности процедуры исследователь обязан выдержать анонимность и коммуникативную дистанцию: чем меньше он контактирует с испытуемым, тем выше «чистота» исследования. Он может умышленно пользоваться приемами «встречной откровенности», которые демонстрируют «искреннюю» готовность к открытому, доверительному общению, но, по сути, рассчитаны на обман испытуемого. Диалогический подход, напротив, подразумевает персонификацию отношений с испытуемым, самораскрытие и подлинную, а не наигранную, откровенность исследователя. Его первоочередная задача – завязать доверительное общение, эмоционально сблизиться и идентифицироваться с испытуемым, вчувствоваться и вжиться в его внутренний мир, преодолеть статусно-ролевые барьеры и «казенный» стиль взаимодействия. Глубокий, живой диалог исследователя и испытуемого – условие валидности всей исследовательской процедуры. В этой связи и испытуемому предоставляется право инициировать общение, сокращать межличностную дистанцию с исследователем, обсуждать инструкцию и вообще любые аспекты проводимого исследования. Естественно, что такое исследование не может быть заочным, ведь в нем важную роль играют не только внешние средства, но и личность исследователя как «внутреннее средство» исследования. В целом же признак «монологичность – диалогичность» характеризует меру личностной включенности исследователя и испытуемого в непосредственное общение, развертывающееся по ходу исследования.

Наконец, еще одним параметром для размежевания методических подходов к эмпирическому изучению смысла жизни служит «директивность – недирективность». В директивном (объектном) подходе единственным субъектом познавательной деятельности выступает исследователь, а испытуемому отводится роль объекта познания, который должен пассивно подчиняться инструкциям. Субъектность (инициативная, нерегламентированная исследователем активность) испытуемого рассматривается как фактор, угрожающий валидности исследования. В целях ее нейтрализации исследователь может пускать в ход специальные приемы, рассчитанные на «ослепление», «усыпление бдительности» испытуемого. Вследствие этих

манипуляций субъектом поведения испытуемого в ситуации обследования становится исследователь, который мотивирует, планирует, оценивает, контролирует, корректирует, – в общем, полностью регулирует поведение испытуемого. Прямой противоположностью является недирективный (субъектный) подход, в котором исследователь и испытуемый фигурируют как со-субъекты совместной исследовательской деятельности, а значит, активность испытуемого приветствуется и специально стимулируется. Испытуемый на равных с исследователем выполняет исследовательские операции, что превращает их в самоисследование, и даже привлекается в качестве эксперта для оценки полноты, точности и достоверности выводов. Неважным оказывается то исследование, в которое испытуемый не был вовлечен с должной степенью субъектной активности.

Описание методических подходов в пространстве выделенных критериев дано в таблице 1. Следует подчеркнуть, что поляризация методических подходов по вышеуказанным признакам является весьма условной. Границы между полюсами размываются, и исследователи смысла жизни все активнее практикуют комбинированные методы, сочетающие элементы количественного и качественного, экспериментального и экспириентального, идеографического и номотетического подходов [150; 169; 186].

Таблица 1 – Характеристика методических подходов к эмпирическому изучению смысла жизни

| Методические подходы | Объективный – субъективный | Каузальный – интенциональный | Номотетический – идеографический | Количественный – качественный | Монологический – диалогический | Директивный – недирективный |
|----------------------|----------------------------|------------------------------|----------------------------------|-------------------------------|--------------------------------|-----------------------------|
| Экспериментальный | объективный | каузальный | номотетический | количественный | монологический | директивный |
| Психометрический | объективный | каузальный | номотетический | количественный | монологический | директивный |
| Психосемантический | субъективный | интенциональный | номотетический | количественный | монологический | недирективный |
| Проективный | субъективный | интенциональный | идеографический | смешанный | монологический | недирективный |
| Феноменологический | субъективный | интенциональный | идеографический | качественный | диалогический | недирективный |
| Нарративный | субъективный | интенциональный | идеографический | качественный | диалогический | недирективный |
| Биографический | смешанный | смешанный | смешанный | смешанный | смешанный | смешанный |

Далее будут проанализированы специфические особенности каждого из выделенных подходов.

Экспериментальный подход к эмпирическому изучению смысла жизни.

Длительное время в отечественной психологии звучали сомнения в возможности изучения высших уровней психики человека посредством эксперимента. Впервые эти сомнения были опровергнуты циклом работ Л.И.Божович и ее учеников, в которых собственно экспериментальным путем были установлены объективные закономерности аффективных переживаний, нравственных чувств, волевой регуляции и других явлений личностно-смыслового уровня [16; 17]. В дальнейшем вместе с консолидацией смыслового подхода в психологии была доказана принципиальная возможность, обрисована общая схема и частные методические приемы экспериментального изучения смысловых образований личности [9; 10; 62; 84; 113]. Были спланированы и успешно осуществлены конкретные экспериментальные исследования смысловых механизмов мышления [114; 115], волевой регуляции [132], перцептивной деятельности [109] и т.д. Ради справедливости следует отметить, что этими экспериментами охватывались смысловые структуры низшего уровня, составляющие «периферию» личности и непосредственно включенные в регуляцию процессов деятельности и психического отражения (личностные смыслы, смысловые установки). Относительная легкость экспериментальной регистрации объясняется присущими им психологическими свойствами – ситуативностью, подвижностью и другими.

В конце 1980-х – начале 1990-х годов сомнения актуализировались и зазвучали с новой силой, но уже из уст тех психологов, которые ранее отстаивали возможность экспериментального изучения смысловой сферы личности. Пришло понимание того, что смысловая сфера личности не ограничивается лежащими на поверхности, предельно изменчивыми и уловимыми при помощи экспериментальной процедуры смысловыми структурами. Были концептуализированы и другие составляющие смысловой сферы – мотивы, смысловые конструкторы, смысловые диспозиции, личностные ценности, которые характеризуются внеситуативностью, обобщенностью, относительной эмансипированностью от внешних влияний [20; 21; 63; 94; 123]. Эти смысловые структуры, образующие «ядро», а не «периферию», «глубину», а не «поверхность» личности, регулируют деятельность и психические процессы опосредованно, а именно через образование смысловых структур нижнего уровня. В

силу своих свойств они ускользают от экспериментального изучения. В частности, они нечувствительны к варьирующим условиям эксперимента и практически не трансформируются под влиянием экспериментального воздействия; они непосредственно не объективируются в поведении, что затрудняет их регистрацию и измерение; любые суждения о них могут быть сделаны только на основе косвенных доказательств, в силу чего в эксперименте они прочно удерживают статус «гипотетических конструкторов». Многие исследователи, причем не только теоретики смыслового похода, но и методологи экспериментальной психологии, полагают, что смысловые структуры личности конституируют высший уровень в системной организации человеческой психики и отличаются такими особенностями, как уникальность, спонтанная активность, целостность. Ввиду названных особенностей попытки изучения этих структур по всем канонам экспериментального метода изначально обречены [34, с.280 – 284]. Обзор работ, в частности, свидетельствует, что экспериментальный метод катастрофически невалиден применительно к личностным ценностям [111].

Этот неутешительный вывод касается и экспериментального подхода к изучению смысла жизни в психологии. Смысл жизни является системой уникальных по своему содержанию, обобщенных и относительно неизменных в масштабе жизни смысловых структур, занимающих центральное, иерархически высшее место в смысловой сфере личности и слабо зависящих от динамики конкретных жизненных обстоятельств. Модель экспериментального исследования смысла жизни должна была бы выглядеть следующим образом: изменять условия жизни и отслеживать производные изменения в содержательных и формальных (структурных, временных, энергетических, динамических, функциональных) параметрах смысла жизни, либо экспериментально модифицировать смысл жизни по любому из вышеуказанных параметров и наблюдать за последующими изменениями в содержании и динамике реального жизненного пути. Во всех случаях смысл жизни брался бы в качестве промежуточной переменной, или «переменной-модератора», обеспечивающей психорегулятивную связь между условиями жизни и реальной жизнедеятельностью испытуемого. Эта лабораторная схема разбивается о реальность, которая не предусматривает возможности манипулировать условиями и обстоятельствами жизни испытуемого, модифицировать по плану эксперимента смысл его жизни, контролировать и изолировать влияние внешних факторов, непредсказуемых и разнообразных, как сама человеческая

жизнь. Для экспериментального изучения смысла жизни необходимо поставить опыт над жизнью в целом в континууме биографического времени, а не над отдельными действиями, видами деятельности испытуемого в границах экспериментальной ситуации. Такой эксперимент потребовал бы вмешательства в образ и направленность всей жизни испытуемого, что нереально с технологической и весьма сомнительно с этической точки зрения. В психологической науке подобных прецедентов просто нет, хотя в художественной литературе и кинематографе обыгрывается идея экспериментирования с человеческой жизнью и ее смыслом.

В зарубежной психологии возможность экспериментального изучения смысла жизни вообще не дискутируется по причине очевидного несоответствия метода предмету. В немалой степени это обусловлено и тем, что проблема смысла жизни выдвинулась из гуманистической и экзистенциальной психологии, в которых принципиально отвергается экспериментальный подход к исследованию человека и всех сугубо человеческих феноменов. До сих пор в зарубежной психологии встречаются апологеты экспериментального подхода, которые придерживаются радикальной позиции, гласящей, что явление, не поддающееся строго экспериментальному изучению, вообще должно быть выброшено из сферы научных интересов. В некоторых случаях подобное мнение распространяют и на проблему смысла жизни. К счастью, современная психология далека от этой позиции и осознает себя в широком смысле эмпирической, а не узко экспериментальной наукой. В этой связи, помимо экспериментального подхода, зарубежные психологи широко практикуют неэкспериментальные подходы к эмпирическому изучению смысла жизни.

Испытывая острый дефицит знаний о каузальных взаимосвязях смысла жизни, объективных условий жизни и реальной жизнедеятельности, психологи надеются компенсировать пробелы данными лонгитюдных исследований. При этом нередко исходят из ошибочного представления о том, что лонгитюд способен заменить собой естественный эксперимент, и пытаются преподнести результаты известных лонгитюдов в терминах детерминационных, причинно-следственных связей. Так, к примеру, лонгитюдные исследования «пионеров» психобиографического направления Ш.Бюлер [142] и Х.Томэ [205] часто интерпретируются как относящиеся к смыслу жизни, что не совсем соответствует действительности. Но даже в этих исследованиях не были получены вразумительные ответы на вопрос о детерминации смысла жизни историческими, социокультурными и уникально-биографическими условиями.

Психометрический подход к эмпирическому изучению смысла жизни.

В основу данного подхода положена процедура психологического измерения, в ходе которой исследователь выявляет выраженность всевозможных свойств смысла жизни. В качестве измерительных средств чаще всего используются психологические тесты, относящиеся к группе личностных опросников-самоотчетов (self-report questionnaire). В качестве главного источника диагностической информации здесь эксплуатируется самосознание испытуемого, с большей или меньшей степенью адекватности отражающее уровень осмысленности жизни, а также содержание, динамику практической реализации, побудительную силу и другие характеристики смысла жизни.

В современной зарубежной психологии все множество конкретных методик, представляющих психометрический подход, можно подразделить на два типа. Опросники первого типа нацелены на диагностику интенсивности переживания личностью осмысленности либо бессмысленности жизни безотносительно к содержанию индивидуального смысла жизни: PIL (Purpose in Life Test) [146; 147], SONG (Seeking of Noetic Goals) [145], LRI (Life Regard Index) [138; 149], LAP (Life Attitude Profile) [197; 199], MILD (Meaning in Life Depth Instrument) [157], SOC (Sense of Coherence Scale) [136], TND (Test Noodynamiki) [189], SMS (Spiritual meaning scale) [179], LPQ (Life Purpose Questionnaire) [163], PMI (Personal Meaning Index) [200], STS (Self-Transcendence Scale) [195]. Этот тип опросников крайне формализован и подразумевает объективизацию, стандартизацию, нормализацию диагностических процедур. Опросники второго типа ориентированы на содержание смысла жизни, но безразличны к уровню общей осмысленности-бессмысленности жизни: SOMP (Sources of Meaning Profile) [200], SLM (Sources of Life Meaning) [192], PMP (Personal Meaning Profile) [208]. Они в точности копируют методические приемы психологического исследования ценностей: свободный выбор, ранжирование, попарное сравнение, субъективное шкалирование, атрибуцию ценностных категорий определенным объектам.

Вариативность в теоретическом понимании смысла жизни рождает разнообразие измерительных инструментов, каждый из которых нюансирует теоретические воззрения разработчика. Один из ведущих зарубежных специалистов в области психометрических исследований смысла жизни Г.Рикер классифицирует все наличествующие опросники на три вида: опросники общего уровня ос-

мысленности жизни, проблемно-ориентированные и контекстуально-ориентированные опросники. Опросники общего уровня осмысленности жизни отражают содержание, устойчивость и обобщенность экзистенциальных представлений личности о своей жизни как осмысленной или бессмысленной, целенаправленной или хаотичной. Проблемно-ориентированные опросники направлены на измерение относительного вклада различных видов деятельности и сфер жизни в общую осмысленность жизни. Они позволяют идентифицировать наиболее важные источники, из которых личность черпает смысл жизни (например, хобби, карьера, семья, межличностные отношения). Контекстуально-ориентированные опросники служат для измерения уровня осмысленности жизни испытуемого в контексте отдельных жизненных ситуаций, как, например, ситуация угрожающего жизни соматического заболевания (СПИД, рак, инфаркт миокарда, инсульт). Создано большое количество опросников, диагностирующих особенности смыслообразования в условиях экстремального или «пикового» жизненного опыта [196].

В современной отечественной психологии «арсенал» специализированных тестовых методик намного скромнее. Он ограничивается двумя адаптированными версиями англоязычного теста PPL: первая, не совсем удачная адаптация произведена К.Муздыбаевым [82; 83]; вторая попытка предпринята Д.А.Леонтьевым [65; 66], в результате чего появился многомерный тест смысложизненных ориентаций (СЖО), весьма далекий от своего англоязычного аналога. Оригинальные методы диагностики, базирующиеся на столь же оригинальных теоретических концепциях смысла жизни, в отечественной психологии пока еще не созданы. По-видимому, перспектива развития психометрического подхода как в отечественной, так и в зарубежной психологии заключается в конструировании опросников, которые предназначались бы для одновременного изучения содержательных и формальных (структурных, функциональных, энергетических, темпоральных, динамических) свойств смысла жизни.

Вообще некоторые исследователи скептически относятся к практике тестирования таких сложных психических феноменов, каким является смысл жизни. Эта позиция мотивирована тем, что тест как метод психологического исследования принадлежит к естественнонаучной методологии и, как ранее отмечалось, подразумевает объективизацию, стандартизацию, нормализацию измерительных процедур. Между тем, чем более высокий уровень психических структур и механизмов исследуется в рамках естественнонаучной парадигмы, тем ниже достоверность, надежность и вос-

производимость результатов. Высшие уровни в организации психики человека являются субъектно-личностными, и их адекватное познание достигается только при условии субъективизации и индивидуализации диагностической процедуры. Примерно теми же соображениями руководствуется Д.А. Леонтьев, когда подчеркивает, что «психометрический подход имеет ограниченные возможности и не может претендовать на раскрытие истинной природы и структуры таких феноменов, как смысл жизни, мировоззрение, самореализация и т.п.» [66, с. 150].

Хотя психометрический подход навлекает на себя лавину критики, даже его рьяные противники в конечном итоге вынуждены признать, что на сегодняшний день он совершенно незаменим как в научно-исследовательской, так и в практической деятельности по критериям простоты, оперативности и объективности получаемой информации. С этим подходом связаны самые большие ожидания и самые серьезные предостережения в сфере эмпирических исследований смысла жизни. Опасность, которую несет в себе психометрический подход, заключается в том, что при изучении смысла жизни вдумчивый теоретический анализ все чаще подменяется бездумным тестированием. В современной психологии отсутствует связанная теоретическая концепция смысла жизни, но это не останавливает исследователей в разработке методик его диагностики. По результатам тестирования строится эмпирическая математическая модель (чаще всего факторная структура), которая выдается за теоретическую концепцию смысла жизни. Тест в данном случае служит не для проверки, опровержения или подтверждения теоретических представлений, а для прикрытия их отсутствия или для уклонения от углубленного теоретического обдумывания. Однако тестирование любого психического явления не должно опережать его теоретическое освоение: конструирование и применение диагностического инструмента правомерно лишь тогда, когда его предвосхищает содержательное осмысление предмета диагностики.

В качестве яркого примера тестологического подхода в разработке проблемы смысла жизни можно привести исследование, в котором внутренняя согласованность теоретических концепций смысла жизни испытывалась путем факторизации личностных опросников, созданных авторами этих концепций. Результаты статистического анализа показали, что все опросники значимо нагружают один фактор, вследствие чего был сделан вывод о том, что теоретические концепции вовсе не противоречат одна другой [198]. Очевидно, что это как раз тот случай, когда исследователь разрешает

тестам «решать» серьезные теоретические проблемы, а кропотливая мысленная работа заменяется статистическими процедурами.

Таким образом, в современных исследованиях смысла жизни применение психометрического подхода чревато «тестологизмом» – антиметодологической установкой, при которой теоретический анализ сложных явлений вытесняется тестированием, нагромождением фактов, построением при помощи статистических методов эмпирических математических моделей. Однако никакие эмпирические методы, факты, модели не восполнят дефицит и несостоятельность теоретических взглядов и убеждений. Ни одна эмпирическая математическая модель никогда не воспроизведет логику теоретического анализа и не заменит собой полноценную теоретическую концепцию. Поэтому тестирование в том удаленном от теории виде, в каком оно нередко практикуется сейчас, является одним из путей «деметодологизации» психологической теории смысла жизни.

Проективный подход к эмпирическому изучению смысла жизни.

Проективный подход охватывает такие методы, которые базируются на психологическом механизме проекции, т.е. осознанном или бессознательном перенесении субъектом собственных мыслей и чувств, состояний и свойств, в том числе и смыслового отношения к собственной жизни, на другие объекты. Обязательное требование к стимульному материалу для проективной психодиагностики – неоднозначность, дающая субъекту возможность «наслаивать» на этот материал свою субъективную реальность. Согласно классическим представлениям, берущим начало в работах З.Фрейда, в реакциях испытуемого на неопределенный тестовый стимул в обход защитных механизмов «выплескиваются» подавленные импульсы, влечения и иные бессознательные аспекты внутреннего мира. Такое обоснование не вполне приемлемо для проективной диагностики смысловых структур и процессов, поскольку в смысловом подходе принята отличная от психоанализа модель соотношения личности, сознания и бессознательного. Оригинальная концептуализация механизмов и закономерностей проективной диагностики смысловых структур личности предложена Е.Т.Соколовой совместно с В.В.Столиным [112] и Д.А.Леонтьевым [64]. Так, по мнению последнего, проективная техника основывается на процессах воображения, которые, равно как и процессы реального поведения, регулируются смысловыми структурами личности. Продукция воображения всегда несет на себе отпечаток личностного смысла, по которому можно «разгадать» глубоко скрытые смыслообразующие структуры личности и предсказать ее реальное поведение [64, с.38 – 43].

Исследователи явно недооценивают возможности проективного подхода к эмпирическому изучению смысла жизни. На сегодняшний день нет ни одного проективного метода, предназначенного строго для диагностики смысла жизни. В лучшем случае используются бесхитростные ассоциативные и аддитивные методы. Первые представлены техникой свободных ассоциаций на слово-стимул «смысл жизни», в результате чего исследователь очерчивает «семантическое поле» понятия в индивидуальном сознании, ничего не говорящее о самом смысле жизни как смысловой структуре личности. Вторые – методом завершения неоконченных предложений типа «Смысл моей жизни состоит в...», который на практике не более информативен, чем «лобовые» вопросы анкет и тестов о смысле жизни.

С нашей точки зрения, при условии правильного подбора стимульного материала, весьма многообещающими для эмпирических исследований смысла жизни могут оказаться методики конститутивного, интерпретативного, экспрессивного и импрессионного типов.

Проективные методы конститутивного типа предполагают предъявление испытуемому аморфного биографического материала и свободы в структурировании этого материала. Проективная продукция в определенной степени изоморфна субъективной картине жизненного пути испытуемого. А если учесть, что эта картина нагружена ценностно-смысловым содержанием и конструируется под влиянием смысла жизни, то по проективной продукции можно «прочитать» содержательные, структурные, темпоральные свойства смысла жизни. Стимульный материал, на который легко проецируется смысл жизни, может быть представлен событиями жизни испытуемого либо вымышленного персонажа. Задача испытуемого заключается в связывании этого биографического материала в целостный «смысловой паттерн», из которого можно уяснить общую смысловую направленность его жизни. Функция исследователя – уловить общий принцип и смысловое основание связи событий в рассказе или сочинении испытуемого. Исследователь, таким образом, движется от проективной продукции к субъективной картине жизненного пути, а от нее – к смысловым структурам личности, детерминирующим отбор и упорядочивание событий в субъективной биографии испытуемого.

Наиболее известным методом, моделирующим процессы структурирования субъективной картины жизни, является каузометрический психобиографический анализ, или каузометрия [32; 59; 60; 175]. Суть метода заключается в анализе системы причинно-

следственных и целе-средственных отношений значимых событий жизненного пути испытуемого. Существенным изъяном каузометрии является то, что каузальные и целевые межсобытийные связи лежат в «бытийном слое» субъективной картины жизни, а для того чтобы раскрыть смысл жизни необходимо углубиться в ее «смысловой слой», реконструировать не бытийные связи типа «событие – событие», а смысловые связи типа «жизненная ценность – событие – событие». Реконструкция смысловых межсобытийных связей в субъективной картине жизни помогает понять субъектную, а не объективную логику организации жизни, смысловую, а не каузальную и целевую детерминацию жизненного пути.

В проективных методах интерпретативного типа от испытуемого требуется истолкование многозначной ситуации с участием какого-либо персонажа. Ожидается, что испытуемый подставит себя на место персонажа и среагирует на ситуацию в соответствии с ее личностным смыслом. При изучении смысла жизни в качестве стимульного материала следовало бы брать не изображение или словесное описание частной ситуации, а рассказ о продолжительном периоде жизни. Испытуемый должен дополнять рассказ: что предшествовало этому периоду, что последует за ним, какими ценностями руководствуется в жизни главный «герой» рассказа, каковы его жизненные намерения и притязания и т.п. В качестве пристрастной интерпретации объективных фактов можно рассматривать и изложение испытуемым собственной биографии. Неслучайно в современной зарубежной психологии практикуют методы проективного анализа смысла жизни по автобиографическим документам и рассказам испытуемого об истории собственной жизни, где в качестве элементарной диагностической единицы принимается смысл отдельного события биографии или межсобытийная связь. Эти методы в той или иной степени воспроизводят технику анализа ранних воспоминаний, разработанную А.Адлером еще в начале 30-х годов XX века для проникновения в смысл жизни и жизненный стиль пациента [135]. В рамках индивидуальной психологии ранним воспоминаниям приписывают функцию установки: они программируют смысл и стиль жизни личности на будущее, закладывают общую схему апперцепции событий жизни и осмысления жизненного опыта. В настоящее время адлеровский метод анализа ранних воспоминаний возрождается в новых формах и часто вне связи с положениями индивидуальной психологии [36; 110].

Экспрессивные методы в рамках проективного подхода к смыслу жизни предполагают анализ продуктов изобразительной деятель-

ности испытуемых. Чаще всего в исследованиях, посвященных проблеме жизненного пути личности, испытуемых просят нарисовать линию своей жизни и запечатлеть на ней «переломные» события, «вехи» крупных периодов. Тем самым объективируется субъективная периодизация жизненного пути личности, которая определена скорее динамикой реализации смысла жизни, нежели возрастными изменениями. Следует подчеркнуть, что в данном случае рисунок выполняет функцию графического средства, упрощающего передачу той информации, которую испытуемый мог бы донести и в текстуальной форме. В таком варианте рисунок жизненной линии – это метод невербального самоотчета, но никак не проективный метод. Данный метод имеет шансы стать проективным при условии, если исследователь будет интерпретировать формальные параметры рисунка – размер, цвет, местоположение и другие, вычерпывая из них то, в чем сам испытуемый не отдает себе отчета.

В зарубежной психологии различные вариации данного метода обозначают термином «life-line interview method». Как правило, испытуемого просят не только начертить линию своей жизни, маркировать и датировать на ней наиболее важные события прошлого, настоящего и будущего, но и составить рассказ о собственной жизни. Метод жизненной линии преимущественно используют когнитивные психологи для изучения феноменологии, механизмов и закономерностей автобиографической памяти и, к сожалению, очень редко – персонологи для проективного анализа смысла жизни и прочих личностных (не когнитивных) структур, «отпечатывающихся» в рисунке и рассказе испытуемого [86; 88].

К классу экспрессивных методов можно отнести методику глубинной диагностики психических репрезентаций жизненного пути личности, разработанную Т.Н.Березиной. В отличие от рисуночных методов испытуемый должен «изобразить» свою жизненную линию не на бумаге, а в плане представления и воображения в виде психических образов значимых жизненных событий. Диагностическое значение придается как раз не содержанию, а формальным параметрам этих образов, которые, по мнению автора методики, зависят от личностного смысла соответствующих событий [1; 13; 14].

Импрессивные методы проективной диагностики подразумевают выбор испытуемым наиболее желательного стимула из серии предложенных. Здесь в качестве релевантного стимульного материала могут быть предложены описания ситуаций принятия жизненно важных решений, или биографического выбора, без априорно установленных критериев и альтернатив. Такие «непредрешен-

ные» ситуации актуализируют смысл жизни. Его удастся распознать по субъективно предпочитаемым альтернативам, а также по субъективным критериям, которые испытуемый приводит в обоснование этих альтернатив. Не будучи специализированными инструментами проективной диагностики смысла жизни, некоторые методы успешно культивируют этот прием, например, методика изучения биографического выбора личности [58], методика биографических дилемм [190]. Испытуемому могут быть предложены описания типичных для данного общества вариантов, образцов жизненного пути или культурных сценариев жизни, с инструкцией выбрать те, которые ему подходят в наибольшей и наименьшей мере. За каждым из культурных образцов жизненного пути стоят конкретные смысложизненные ценности, поэтому положительные и отрицательные биографические идентификации испытуемого будут выдавать содержание смысла его жизни. В эмпирических исследованиях смысла жизни неплохо себя зарекомендовала цветоассоциативная техника. Имеется опыт модификации цветового теста отношений для изучения неосознанных предпочтений различных ценностей, являющихся, по мнению самого испытуемого, источниками жизненного смысла [46], а также опыт применения цветовой диагностики для выявления эмоционального смысла значимых событий в субъективной картине жизненного пути [59].

В целом если рассмотреть проективный подход через призму выделенных общих критериев, то его следует признать субъективным, интенциональным, идеографическим, больше качественным, нежели количественным, монологическим, недирективным.

Психосемантический подход к эмпирическому изучению смысла жизни.

В наиболее широком значении психосемантика – это область современной психологии, изучающая генезис, структуру и функционирование индивидуальной системы значений, опосредующей протекание познавательных, эмоциональных, смысловых и других процессов в психике субъекта. В более узком значении психосемантика – это совокупность эмпирических методов, которые направлены на моделирование категориальной структуры и раскрытие субъективного содержания базовых значений индивидуального сознания. В результате применения психосемантического метода строится субъективное семантическое пространство, которое рассматривается как операциональный аналог (модель) системы значений индивидуального или группового сознания. В современной отечественной психологии данный подход представлен в двух вариан-

тах: экспериментальная психосемантика [98; 99; 100; 131] и психология субъективной семантики [7; 8].

Несмотря на солидную методическую оснащенность психосемантического подхода, в нем не решен ряд капитальных теоретических проблем. Психосемантический подход создавался и развивался как метод анализа системы значений сознания, а не смысловой сферы личности, поэтому правомерность его использования для эмпирического анализа смысла жизни и смысловых структур личности вообще требует специальной аргументации. При обсуждении возможностей и ограничений данного подхода в изучении смысла жизни в первую очередь «всплывает» проблема соотношения понятий «смысловая структура личности» из смыслового подхода, «коннотативное значение» из экспериментальной психосемантики и «смысл», «субъективная семантика» из психологии субъективной семантики. Фактически это вопрос о том, влияют ли личностно-смысловые образования на генезис, строение и функционирование системы значений, и если да, то можно ли судить о смысловой сфере личности и, в частности, о смысле жизни по содержательным и структурно-функциональным особенностям категориальной структуры индивидуального сознания.

Предметом методов экспериментальной психосемантики выступают коннотативные значения – «значения, в которых отражение и отношение слиты, значения, личностные смыслы которых и чувственная ткань которых содержатся в нерасчлененном единстве» [100, с.79]. Эти методы позволяют измерять «не значение как знание об объекте, а коннотативное значение, связанное с личностными смыслами, социальными установками, стереотипами и другими эмоционально насыщенными, слабо структурированными и малоосознаваемыми формами обобщения» [100, с.55]. Поскольку «коннотативные значения» в экспериментальной семантике составляют эмоциональную сторону восприятия и осознания объекта, их можно сопоставить с «эмоциональными или невербализованными смыслами», по В.К.Вилюнасу [31], которые на «языке» эмоциональных феноменов сигнализируют субъекту о личностной значимости объекта. Основоположник психологии субъективной семантики Е.Ю.Артемяева определяет смысл как «след взаимодействия с объектом, явлением, ситуацией в виде отношения к ним» [7, с.11]. Она специально предупреждает о несовпадении «семантического смысла» с «личностным смыслом» в трактовке А.Н.Леонтьева [61]. Смысл объекта – это превращенная форма или след деятельности с объектом в индивидуальном сознании, а система таких смыслов,

порожденная в истории индивидуальной деятельности, – это субъективная семантика [7, с.29]. Поскольку в «смыслах» и «субъективных семантиках» объекта по Ю.А.Артемьевой фиксируются свойства объекта, существенные с точки зрения индивидуальной деятельности субъекта, их можно соотнести с «операциональными смыслами» по О.К.Тихомирову [114] и с «предметными значениями» по В.П.Зинченко и С.Д.Смирнову [35], отражающими свойства и функции объекта, которые он приобретает в контексте индивидуальной деятельности в конкретной ситуации.

Таким образом, коннотативные значения и субъективные семантики являются формами представленности смысловых структур личности в индивидуальном сознании. Это своего рода «проекции» глубинных личностно-смысловых образований на категориальное содержание и структуру индивидуальной картины мира. Можно утверждать, что коннотативные значения и субъективные семантики составляют «лежащую на поверхности сознания» феноменологию личностных смыслов. Отсюда логически напрашивается вывод о том, что психосемантические методы позволяют реконструировать категориальную структуру индивидуального сознания, опосредующую переживание субъектом жизни и понимание ее смысла. Индивидуализированная, субъективная система значений и категорий, которыми испытуемый пользуется для оценки собственной жизни и описания внутренних переживаний по ее поводу, является диагностическим индикатором смысловых структур личности в феноменологическом аспекте.

К сожалению, возможности психосемантического подхода в современных исследованиях смысла жизни практически не задействованы. В этой связи поделимся личным опытом разработки и использования психосемантических методов в целях эмпирического анализа смысла жизни. Материалом, используемым в психосемантике для воссоздания феноменологического комплекса переживаний смысла жизни и кризиса бессмысленности, могут служить оценочные прилагательные, которые характеризуют те или иные аспекты жизни. Этот вербальный материал целиком заимствуется из обыденного языка и, по сути, представляет собой тот «алфавит», на базе которого осуществляется осознание жизни как осмысленной либо бессмысленной, вербализация эмоциональных переживаний по поводу жизни, трансформация эмоционального смысла жизни в его рациональное понимание. Сообразно с этим методы психосемантического исследования смысла жизни могут конструироваться в опоре на тезаурус прилагательных обыденного языка,

обозначающих свойства и характеристики процесса жизни. Важно подчеркнуть, что такие прилагательные, слагающие категориальную структуру обыденного сознания, являются не только средствами осознания и рефлексии, но и средствами осмысления и оценивания жизни. Другими словами, они служат не только для констатации объективных свойств и характеристик индивидуального жизненного пути, но также для формирования и выражения пристрастного смыслового отношения к нему. Именно на этом построена авторская методика «Психобиографический семантический дифференциал», предназначенная для изучения психической феноменологии осмысленной и бессмысленной жизни.

Смысл жизни в рамках психосемантического подхода можно также исследовать посредством выявления категориальных структур индивидуального сознания, опосредующих восприятие отдельных жизненных событий или поступков, имеющих биографическую значимость и судьбоносный характер. Список таких событий или поступков может быть типовым, а может формироваться самим испытуемым по ходу исследования. Испытуемый оценивает по пятибалльной шкале меру связанности каждого события или поступка с определенными ценностями, перечень которых задается экспериментатором. Такая методика относится к категории репертуарных решеток с заданными конструктами, в роли которых выступают ценности-источники смысла жизни. Еще одна из апробированных нами возможностей психосемантического изучения смысла жизни – это прямое шкалирование испытуемым ряда утверждений, выражающих различные мнения о содержании смысла жизни. Испытуемый должен указывать степень своего согласия с каждым из утверждений. Приписывая различные ценности жизненным событиям, выражая согласие-несогласие с суждениями о смысле жизни, он обнаруживает собственное понимание смысла жизни.

В заключение следует охарактеризовать психосемантический подход с точки зрения тех критериев, которые были введены выше для обобщенного описания методических подходов к эмпирическому изучению смысла жизни. Ориентация на анализ смысла жизни в феноменологической плоскости и на испытуемого как носителя информации позволяет отнести психосемантику к группе субъективных подходов. В.Ф.Петренко подчеркивает, что «в психосемантике каждому человеку ставится в соответствие пространство смыслов, некий микрокосм, образованный облаком их позиций, и, прочитывая эту «нотную» запись личностных смыслов другого человека, исследователь дешифрует, реконструирует сознание респон-

дента» [99, с.20]. По параметру «каузальность – интенциональность» психосемантический подход является интенциональным, т.к. располагает возможностями описания «смысловых полей», объединяющих разного рода события, поступки, суждения на основе близости их личностных смыслов в сознании и в структуре жизненного мира испытуемого. В этой связи В.Ф.Петренко замечает, что «психосемантический подход реализует парадигму «субъектного» подхода к пониманию другого. Содержательная интерпретация выделяемых структур необходимо требует увидеть мир «глазами испытуемого», почувствовать его способы осмысления мира» [100, с.99]. По параметру «номотетичность – идеографичность» психосемантический подход явно тяготеет к полюсу «номотетичность», потому что растворяет индивидуальные особенности переживания личностью смысла жизни в групповых инвариантах. Технология обработки данных в психосемантическом подходе «отчасти нивелирует «привкус» личностного смысла, выделяя аспекты, инвариантные для всей группы испытуемых» [100, с.49]. По параметру «количественный – качественный» психосемантика является ярким образцом количественного подхода, базирующегося на мощных методах статистики. По признаку «монологичность – диалогичность» психосемантический подход относится к монологическим, поскольку в нем не столь важен контакт испытуемого с исследователем, сколько со стимульным материалом и методом. Наконец, психосемантику можно считать недирективным подходом ввиду того, что испытуемому предоставляется полная свобода в проявлении своей активности и высказывании своего мнения, а иногда и в организации исследовательской процедуры.

Феноменологический подход к эмпирическому изучению смысла жизни.

Предметом феноменологического подхода являются субъективные переживания человека по поводу смысла жизни и связанных с ним феноменов: осмысленности и бессмысленности жизни, смысловых ценностей, ситуаций смыслообретения и смыслоутраты, а также иных значимых по своему смыслу для личности объектов и явлений жизненного мира. Любое феноменологическое исследование нацелено на ясное, точное и систематичное описание смысловых переживаний, раскрытие их структуры и специфики по сравнению с другими феноменами. Сообразно с этим источником эмпирической информации в феноменологическом подходе оказываются интроспективные самоотчеты испытуемого (устные или письменные), описывающие содержание, динамику, модальность, интен-

сивность его внутренних переживаний по поводу своей жизни и ее смысла. Продуцирование таких самоотчетов требует от испытуемого глубокого осознания тех или иных аспектов индивидуального жизненного пути и внутреннего мира, а от исследователя – обеспечения условий, стимулирующих эту рефлексивную работу. Наиболее распространенными методами сбора эмпирического материала при этом служат открытая, неструктурированная беседа, разворачивающаяся в условиях доверительных, паритетных отношений между исследователем и испытуемым (феноменологическое интервью), либо свободное письменное эссе на заданную тему. Протоколы бесед и тексты эссе в дальнейшем анализируются исследователем, причем способы вычленения смысла варьируют от интуитивного инсайта исследователя до формализованного контент-анализа.

Эмпирическое изучение смысла жизни в психологии и психотерапии, собственно говоря, и начиналось с применения феноменологического подхода, конкретным воплощением которого служила клиническая беседа [26; 118; 133]. В настоящее время количество эмпирических исследований смысла жизни, опирающихся на феноменологические методы, стремительно растет. Феноменологический подход позволяет вскрыть либо содержание (источники), либо временную локализацию смысла жизни, т.е. высвечивает исключительно феноменологическую плоскость. Освещение личного и жизнедеятельностного аспектов смысла в рамках феноменологического подхода недопустимо, поскольку он уводит исследователя от «чистого опыта» и апеллирует к недоказуемым «гипотетическим конструктам». С точки зрения ортодоксальной феноменологической традиции такие понятия, как «смысловые структуры», «мотивы», «механизмы смысловой регуляции» и другие, вообще являются научными мистификациями. Исследователь должен отречься от априорных теоретических допущений и гипотез относительно смысла жизни и не выходить за границы описания того очевидного эмпирического опыта, которым с ним поделился испытуемый. При интерпретации результатов феноменологического исследования он должен воздерживаться от натягивания «плоти» эмпирических фактов на «скелет» теоретических понятий и гипотез, не пытается втиснуть переживания испытуемого в терминологический аппарат какой-либо теории. Конечные результаты исследования могут быть верифицированы эмпирическим, житейским опытом испытуемого, но не содержанием научной теории.

Внутри феноменологического подхода к эмпирическому изучению смысла жизни подразделяются несколько направлений, каж-

дое из которых отличается своими философско-теоретическими корнями и процедурными моментами. Большая часть феноменологических исследований смысла жизни выполнена в рамках двух направлений: эмпирической феноменологии [161; 162] и феноменологической эвристики [185]. Между техниками феноменологического анализа в этих двух направлениях нет непроходимой пропасти и, что еще существеннее, они едины в своих базовых методических установках, которые можно обобщить следующим образом:

- постановка таких вопросов в исследовании, которые живо интересуют и задевают самого исследователя;
- стремление к анализу повседневных переживаний, не поддающихся количественным исчислениям;
- концентрация на целостном переживании, а не на отдельных его частях;
- поиск сущности и смысла переживаний вместо попыток его объяснения внешними или внутренними причинами;
- использование интроспективных самоописаний в качестве основного источника получения психологических данных;
- беспредпосылочная оценка полученных данных вне контекста каких-либо теоретических гипотез, конструкторов и допущений;
- употребление естественного языка в противовес искусственной терминологии и абстрактно-символическим описаниям [116; 117; 174; 188].

В целом, если оценивать феноменологический подход к эмпирическому изучению смысла жизни сквозь призму введенных выше параметров, то он оказывается субъективным, интенциональным, идеографическим, качественным, диалогическим, недирективным.

Нарративный подход к эмпирическому изучению смысла жизни.

Нарративный подход является бурно развивающимся ответвлением качественной методологии дискурс-анализа, ориентированной на исследование языка и текстов, используемых людьми для интерпретации себя, мира, собственной жизни [22; 191]. Первоначально нарративный подход зародился как техника практической работы в психотерапии, но со временем снижал уважение академических психологов-исследователей уже в статусе метода сбора эмпирического материала. Эмпирической единицей нарративного анализа смысла жизни является «биографический нарратив» (biographical narrative), а основным исследовательским методом – биографическое интервью (life story interview). Именно поэтому за нарративным подходом закрепилось и другое название – «life story approach» [137; 143; 194].

Биографический нарратив – это повествование личностью истории своей жизни, построенное по принципу художественного текста и, следовательно, организующее жизненный материал посредством выделения начала (завязки), середины (кульминации), конца (развязки), доминирующих, сквозных тем, действующих лиц (персонажей). Проще говоря, это рассказ, сообщение о личной биографии, в который личность оформляет индивидуальное понимание смысла собственной жизни. По своей основной функции нарратив есть способ упорядочивания смыслового опыта личности, механизм «кристаллизации» смысла жизни. С помощью нарратива личность придает биографическому опыту форму и смысл. В этой связи нарративный метод призван «экстрагировать» смысл из рассказа личности о своем жизненном пути. Ведь фабула нарратива, т.е. состав и порядок наступления событий в человеческой жизни, задана объективно, а вот сюжет, т.е. субъективная композиция этой фактуры, во многом предрешен смыслом, который личность вкладывает в свое повествование. С целью демонстрации возможностей нарративного анализа в эмпирическом изучении смысла жизни можно сослаться на часто цитируемое исследование С.Кауфмана, посвященное проблеме источников смысла жизни в позднем возрасте [173]. С методической точки зрения нарративным следует признать и известное исследование немецкого психолога Х.Томэ, который для сбора данных о ценностно-смысловых «темах» и «техниках бытия» личности разработал методiku полуструктурированного интервью [5; 6; 205]. За последние годы количество эмпирических исследований смысла жизни, базирующихся на нарративной методологии, значительно приросло [139; 184].

В современной западной психологии биографический нарратив из исследовательского метода постепенно перерастает в методический и даже теоретический подход к описанию личности и ее жизненного пути. В соответствии с данным подходом люди строят свою судьбу по определенным жизненным схемам (life schemes) и жизненным сценариям (life scripts), которые они заимствуют из культуры. Образцы жизненного пути облекаются в культуру в дискурсивную форму – сюжета, нарратива, повествования, чем обусловлена уместность нарративного анализа в исследованиях истории и смысла жизни личности [140; 206; 207]. Нарративный метод исследования смысла жизни получает теоретическое подспорье также в ряде ультрасовременных влиятельных теорий личности, например, в триархической (трехуровневой) модели личности Д.МакАдамса [180 – 183] и в концепции диалогического «Я» Х.Херманса [164 –

170]. Все нарративные теории сближает метафора личности как рассказчика, повествователя уникальной истории собственной жизни и «архитектора» ее смысла. Способность рассказывать истории есть главный способ, каким людям удается структурировать и осмыслить окружающий мир и собственную жизнь. Каждая личность для себя и других рассказывает историю о том, кто она есть и как она стала тем, кем является. С этой метафорой отчасти созвучно и понимание личности в отечественной психологии: «Личность – это человек, постоянно повествующий самому себе о своих взаимоотношениях с целым миром и во внутренней полемике с подразумеваемыми собеседниками утверждающий, защищающий, осуждающий, изменяющей, совершенствующий себя» [4, с.4].

Так, Д.МакАдамс – один из авторитетных персонологов современности – выделяет в психологической структуре личности три уровня. Первый уровень образуют «личностные черты» (traits), которые являются устойчивыми, генерализованными диспозициями, регулирующими поведение человека в широком круге жизненных ситуаций. Второй уровень конституируют «личностные стремления» (personal concerns), которые включают цели, мотивы, притязания и прочие «целемотивационные» структуры. Третий уровень составляет «жизненная история» (life story) – субъективная интерпретация индивидуальной биографии, которая конструируется самой личностью ради придания своей жизни конкретного смысла. При движении от первого к третьему уровню индивидуализация личности нарастает, чем продиктована возможность применения монологических, номотетических методов для исследования личностных черт и необходимость в диалогических, идеографических методах анализа жизненных историй. Эти идеи резонируют с теорией голландского исследователя Х.Херманса, который представляет личность в форме внутреннего диалога и даже «полилога», направленного на осмысление жизненного опыта. Смысл жизни в рамках данной концепции рассматривается не как «окаменевшая», «застывшая» структура личности, а как текучий процесс оценивания и переоценки фактов личной жизни. Формой экспрессии и коммуникации смысла жизни является «личностный нарратив» (self-narrative) [164]. В качестве практического приложения к теории диалогического «Я» создана оригинальная методика изучения смысла жизни – методика самоконфронтации, которая основана на экстерииоризации диалога между смысловыми позициями, сосуществующими в пределах одной личности. Она может быть адресована как исследователям, так и психотерапевтам, поскольку фасилитирует процессы преодоления внутрилич-

ностных смысловых конфликтов [165; 166]. В последнее время начинают появляться теории, интегрирующие представления о личности как статичной системе психических структур и динамичном нарративном процессе конструирования смысла жизни [172].

Нарративный подход к эмпирическому анализу смысла жизни можно оценить как субъективный, интенциональный, идеографический, качественный, диалогический, недирективный.

Биографический подход к эмпирическому изучению смысла жизни.

Обзор практики применения биографического подхода в области эмпирических исследований смысла жизни следует начать с рассмотрения статуса данного подхода в современной психологии вообще. На сегодняшний день отношение психологов к биографическому методу весьма противоречиво, что связано с нерешенностью ряда серьезных вопросов. Главный из них – это вопрос о том, чем все-таки является жизненный путь личности (биография, жизнеописание, история жизни личности): предметом или объективным фактом в психологическом исследовании. Если жизненный путь фигурирует в качестве конечного и самодостаточного предмета, то это снимает всяческие претензии и нарекания исследователей по поводу биографического метода, поскольку он отлично справляется с задачами сбора и упорядочивания биографической информации. Если же жизненный путь является психологическим фактом, в котором объективируются психобиографические структуры личности, собственно, и составляющие предмет психологической науки, то биографический метод пока не удовлетворяет всем требованиям объективного метода в психологии. Иначе говоря, в современной психологии очень мало процедур и техник анализа жизненного пути личности, позволяющих восстанавливать по объективным фактам биографии целостный психологический облик, тип личности и отдельные его образующие, в том числе и смысл жизни.

С нашей точки зрения, индивидуальный жизненный путь, представленный в виде хронологической последовательности фактов личной биографии, служит объектом биографического метода, а в качестве предмета выступают психические феномены, механизмы и закономерности, регулирующие процесс построения личностью жизненного пути [39; 49]. Следовательно, биографический подход – это совокупность способов и средств организации и проведения психологических исследований смысла жизни и других психобиографических структур личности, непременно предполагающих сбор, анализ и интерпретацию сведений о жизненном пути как объек-

тивном результате жизнедеятельности личности. Биографический подход в таком понимании весьма близок к праксиметрическому (архивному) методу – анализу психологии субъекта по содержательным и формальным свойствам продуктов его деятельности. Жизненный путь можно истолковывать как грандиозный и трудоемкий продукт особой личностной активности – жизнедеятельности, в котором материализуются психические особенности субъекта жизни. Вполне закономерно, что некоторые исследователи классифицируют биографический метод как разновидность архивного метода или, если говорить языком отечественной психологии, праксиметрии, анализа продуктов деятельности [см., например, 34].

Основная цель биографического подхода в психологии – это воссоздание субъективного и субъектного аспектов жизненного пути конкретной личности. Субъективный аспект предполагает реконструкцию по источникам биографической информации субъективных образов, в которых отражаются объективные пространственно-временные и смысловые связи событий ее жизненного пути. Субъектный аспект акцентирует не столько отражательную, сколько регуляторную функцию психобиографических структур личности и субъективных репрезентаций сознания в контексте реальной жизнедеятельности. Если в субъективном аспекте личность предстает как созерцатель своего жизненного пути, то в субъектном аспекте она фигурирует уже как создатель собственной биографии. Смысл жизни, изучаемый на основе биографического подхода, также раскрывается с двух сторон: во-первых, как субъективная репрезентация, форма психического отражения, субъективно превращенная форма системы объективных жизненных отношений, связывающих личность с отдельными событиями и жизнью в целом; во-вторых, как особая регуляторная инстанция, подчиняющая жизнедеятельность личности устойчивой системе жизненных отношений в противовес ситуативным стимулам и сиюминутным влечениям.

Таким образом, биографическое исследование в психологии может быть нацелено на феноменологический и регуляторный (субстратный) аспекты смысла жизни. В первом случае в качестве предмета исследования берутся смысловые связи в субъективной картине жизненного пути личности, смысловое строение и содержание субъективных образов биографии в ее индивидуальном сознании. Во втором случае фокус исследования смещается на регуляторные эффекты, которые смысл жизни производит в познавательной деятельности, направленной на формирование адекватных представлений личности о собственной биографии, и в практической

деятельности, направленной на перестройку жизненного пути. Здесь также прослеживается детерминация смыслом жизни системы процессов осознанной саморегуляции жизненного пути личности, в которую входят полагание жизненных целей и задач, моделирование значимых жизненных условий, планирование, программирование и прогнозирование жизненного пути, оценивание и контроль результатов жизнедеятельности, принятие биографически важных решений, корректирование жизненного пути.

При этом для полноты психологического анализа всегда необходим выход в онтологический план, в котором смысл жизни существует в форме объективно сложившейся общей смысловой направленности жизненного пути личности либо в форме объективно существующих жизненных отношений между личностью и ее жизнью, определяемых местом целой жизни и отдельных жизненных событий в контексте реальной жизнедеятельности [52]. Например, если мы изучаем субъективное переживание личностью жизненных ситуаций или событий, то при всем сходстве методических процедур это исследование может быть обращено либо на эмоциональную сферу, либо на смысл жизни и смысловую регуляцию жизнедеятельности. В первом случае нам достаточно выяснить содержание, модальность, интенсивность и длительность эмоциональных реакций, а во втором случае – обязательно требуется расшифровка места события или ситуации в структуре целостного жизненного пути, выявление его роли в процессе практической реализации смысла жизни. В этом случае эмоциональная реакция личности на событие рассматривается не как конечный предмет исследования, а как промежуточный индикатор, который «высвечивает» отношение личности к событию в преломлении через смысл всей ее жизни, сигнализирует о вкладе события в процесс осуществления жизненного замысла личности. Здесь уместно процитировать С.Л.Рубинштейна, призывающего к обязательному учету онтологического измерения человеческой жизни в психологическом исследовании: «Анализ человеческого поведения предполагает раскрытие подтекста поведения того, что человек «имел в виду» своим поступком. Всегда существуют те или иные отношения, которые этот поступок реализуют. Такая интерпретация поведения аналогична интерпретации речи, поскольку происходит расшифровка смысла и значения поведения. В этом отношении можно говорить о «семантике» поведения. ... При этой расшифровке должен быть определен смысл самого поступка через то, как он входит в общий «замысел», в план жизни человека. ... Этот «психоанализ» раскры-

вает свойства и значение вещей и явлений в жизни человека, их смысл для него, осуществляет расшифровку их значений, но значений, взятых не самих по себе, а по отношению к человеку, ко всему объективному процессу его жизни» [108, с.366 – 367].

Биографический анализ в психологии, таким образом, в качестве единиц может использовать разнообразные фрагменты человеческой жизни (события, ситуации, периоды, спутников жизни, биографически значимых других и т.д.), но анализом смысла жизни он становится только при условии, что исследователь локализует место и роль этих единиц в континууме жизнедеятельности – деятельности, направленной на максимально полное воплощение личностью смысла своей жизни. В то же время в современной науке не так уж много методов биографического анализа, рассчитанных на реконструкцию смысла жизни по фактуре индивидуальной биографии личности [160; 205; 209]. В клинической практике аналогом биографирования служит анамнез, который зарекомендовал себя как достаточно продуктивный метод изучения искажений смысловых образований личности под влиянием хронического заблуждения, в том числе распада и «уплощения» смысла жизни [19].

В завершение дадим целостную характеристику биографического подхода к изучению смысла жизни в преломлении через выделенные критерии. Особенность состоит в том, что его невозможно однозначно классифицировать ни по одному из них. Это предопределено интегративным статусом биографического подхода, который вбирает множество конкретных методов сбора эмпирических данных – опросные, архивные, тестовые и т.д. На этом основании можно рассматривать биографический метод не только как способ получения данных, но наряду с этим как организационный метод, предписывающий порядок планирования, организации и проведения исследований жизненного пути личности, определяющий последовательность включения в исследование конкретных методов сбора материала [49; 70 – 72; 79; 80]. Можно поставить данный вопрос и по-другому: если биографический метод – это всего лишь метод сбора биографических фактов (а не организационный метод), то чем качественно отличается, например, биографическая беседа, биографический опросник, контент-анализ биографических документов от «небиографической» беседы, опросника, контент-анализа? С методической, процедурной, технологической точек зрения – практически ничем. Становится ли личностный опросник, интервью или анкета биографическим методом только потому, что их вопросы сфокусированы на фактах биографии? Разумеется, нет. В свете вышесказанного

биографический подход представляется не только эмпирическим, но и организационным методом, который сочетает множество конкретных методов и методик генерирования эмпирических данных. Его можно охарактеризовать как «квазилонгитюд», поскольку по сравнению с настоящим лонгитюдом динамика жизненного пути и генетические связи в развитии личности здесь прослеживаются не в развернутом, диахроническом виде, а в свернутом, синхроническом виде. Воссоздаваемая при помощи биографического метода психологическая организация личности при этом «выступает как сложная иерархически-уровневая система, которая на каждом этапе жизненного пути человека представляет собой преобразованную, превращенную форму истории своего развития» [4, с.8].

Биографический анализ в психологии опирается и на субъективные, и на объективные источники информации, в связи с чем обнажает и феноменологическую, и личностно-субстратную, и регуляторную плоскость смысла жизни. Биографический подход одинаково приемлем для эмпирического изучения всех аспектов смысла жизни, поскольку сочетает практически все классы методов сбора эмпирических данных, оперирует и субъективными, и объективными источниками информации. Поэтому по критерию «объективность – субъективность» биографический подход следует признать смешанным. Смешанным этот подход является и по критерию «каузальность – интенциональность», поскольку предоставляет возможность как каузального объяснения, так и интенционального понимания смысла жизни и жизненного пути личности. Биографический подход традиционно рассматривается как идеографический, т.е. сосредоточивающийся на выявлении закономерностей чьей-то индивидуальной жизни, которые нельзя экстраполировать на жизнь других людей [89; 90; 202; 203]. В отечественной психологии подобных взглядов придерживался В.Н.Мясищев, который называл биографический метод «родом монографического исследования личности». Однако из истории психологического изучения жизненного пути можно почерпнуть множество примеров, когда биографический подход использовался в номотетической форме для установления групповых или всеобщих закономерностей развертывания человеческой жизни в конкретных социальных, культурных, исторических условиях. Наиболее показательны исследования жизненных ценностей и общих фаз их определения и реализации личностью, выполненные в 30-е годы прошлого века Ш.Бюлер [73; 142]. На этом основании некоторые специалисты справедливо заключают, что биографический метод является смешанным и открывает

возможности изучения и идеографии, и номотетики [71]. Биографический подход занимает промежуточное положение и по критерию «количественный – качественный». В ряде классификаций методов современной психологии биографистику относят к методам качественного анализа, требующим от исследователя «вживания» в биографию исследуемого, «схватывая» смысла и общего направления его жизни [116; 204], что не совсем верно. Хотя биографический метод в западной психологии и социологии когда-то вышел из «понимающей», «описательной», «идеографической» парадигмы, к настоящему времени он развился и обособился в самостоятельный подход со своими собственными методическими принципами и методами: организационными, сбора эмпирической информации, обработки, интерпретации и представления результатов. В отечественной психологии, качественное направление никогда официально не существовало и, более того, подвергалось резкой критике и обструкции, в силу чего биографический метод изначально оформился как достаточно самобытный методический подход, в котором помимо качественного анализа активно практикуются методы количественной обработки биографических данных. В этой связи мы склонны рассматривать биографистику как смешанный качественно-количественный подход. По параметрам «монологичность – диалогичность», «директивность – не директивность» биографический подход также занимает пограничное положение и относится к смешанным стратегиям эмпирического исследования смысла жизни.

Таким образом, смысл жизни как сложное и многомерное психическое явление допускает разнообразные стратегии и тактики эмпирического изучения. Выбор методических подходов сохраняется только тогда, когда исследователь видит в смысле жизни сложную психическую реальность, имеющую многоаспектные проявления в сознании, личности и психической регуляции реальной жизнедеятельности. Если исследователь редуцирует смысл жизни к одному из аспектов – феноменологическому, личностному или деятельностному, то одновременно сужаются и методические возможности его изучения. Действуя в логике разных методических подходов, исследователи могут легко прийти к одинаковым выводам при изучении одного и того же испытуемого или выборки испытуемых. Например, содержание смысла жизни конкретного испытуемого можно раскрыть через изучение феноменологического аспекта средствами качественно-феноменологического подхода или через изучение деятельностного аспекта при помощи биографического подхода. В первом случае исследователь будет апеллировать к

испытуемому с вопросами о «значимых переживаниях» и выявлять те объекты и явления его жизненного мира, которые, по мнению самого испытуемого, их порождают. Во втором случае исследователь может не задать испытуемому ни одного вопроса, но провести хронометраж его повседневных дел и занятий с целью определения тех, которые «пожирают» большую часть «временного бюджета» жизни. Вполне может оказаться, что именно те дела и занятия, на которые испытуемый затрачивает львиную долю времени, совпадают с теми объектами и явлениями, в которые он вкладывает смысл своей жизни и с которыми у него ассоциированы смысловые переживания. При прочих равных обстоятельствах применение двух и более методических подходов в одном эмпирическом исследовании повышает достоверность конечных результатов. Стремление к синтезу различных подходов порождает комбинированный качественно-количественный подход к эмпирическому изучению смысла жизни, при котором недостатки одних методических подходов уравниваются достоинствами других. В целом актуализация вопроса о методе знаменует наступление нового этапа в развитии психологической теории смысла жизни; этапа, на котором смысл жизни из предмета отвлеченного философствования и теоретизирования превращается в психологическую переменную, доступную эмпирическому познанию и преобразованию.

* * *

Ниже читатель познакомится с методикой диагностики смысло-жизненного кризиса в развитии личности. Эта методика является личностным опросником и воплощает психометрический подход к эмпирическому изучению смысла жизни. Обычно в исследованиях личности и смысла ее жизни не скупятся на критику тестовых методов. Но психологическая теория смысла жизни, как бы вопреки этой критике, обязана своим пусть небольшим, но содержанием, своими пусть скромными, но достижениями и открытиями, именно психометрическому подходу. В этой ситуации уничтожительная критика психометрического подхода в области эмпирических исследований смысла жизни больше напоминает самобичевание, чем конструктивную полемику. Несмотря на ограничения, которые налагает метод психологических измерений на подлинную природу высших личностных образований, в том числе и смысла жизни, разработка и применение личностного опросника «Смысло-жизненный кризис» намечает перспективу для развития психологической теории и практики.

ПСИХОМЕТРИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА И АПРОБАЦИЯ ОПРОСНИКА «СМЫСЛОЖИЗНЕННЫЙ КРИЗИС»

3.1 Операционализация теоретических представлений о смысложизненном кризисе в развитии личности

Общая стратегия конструирования опросника носила дедуктивный характер. Это значит, что в его основу были положены теоретические представления, а не эмпирически выявленная структура смысложизненного кризиса. Напомним, что с точки зрения этиологии *смысложизненный кризис* – это кризис личностного развития в юношеском, зрелом и последующих возрастах, провоцируемый:

- 1) отсутствием смысла жизни на почве неспособности личности его определить;
- 2) обесцениванием, переоценкой смысла, ранее освещавшего и направлявшего жизнь;
- 3) утратой смысла жизни в критической ситуации;
- 4) исчерпанием смысла жизни в процессе реализации;
- 5) дисгармоничностью смысла жизни по содержательным, структурным, функциональным и динамическим параметрам;
- 6) неэффективной стратегией практической реализации смысла жизни.

С точки зрения феноменологии *смысложизненный кризис* – это процесс интенсивных и субъективно тягостных переживаний личности, которые окрашены глобальной неудовлетворенностью жизнью и обусловлены трудностями в определении и осуществлении смысла жизни, в постановке жизненных целей, в построении жизненных прогнозов, планов и программ, в формировании целостной субъективной картины индивидуального жизненного пути, в принятии жизненно важных решений, в оценивании результатов самореализации и субъективном контроле жизни, в выработке адекватного отношения к прошлому, настоящему и будущему, а также к факту собственной смертности.

В феноменологической картине смысложизненного кризиса можно условно расчленить комплекс «ядерных» и «периферических» проявлений. К первым относятся проявления, детерминированные трудностями в смыслообразовании и смысловой регуляции жизненного пути, а ко вторым – все остальные проявления, производные от дисфункции системы смысловой регуляции и выливаю-

щиеся в проблемы с осознанной саморегуляцией жизненного пути, конструированием субъективной картины жизни, переживанием психологического времени и возраста и т.д. Вышеупомянутое определение смысложизненного кризиса является расширенным, поскольку, помимо трудностей в поиске и практической реализации смысла жизни, осмыслении жизненного пути и смысловой регуляции жизнедеятельности, охватывает ряд сопряженных проявлений. Несмотря на то, что эти проявления постулируются в литературе как симптомы кризиса смысла жизни, необходимы специальные эмпирические исследования, доказывающие их тесную взаимосвязь с дисфункциями смысловой регуляции жизненного пути при кризисе смысла жизни. По этой причине мы не рискнули до проведения углубленных исследований, направленных на реконструкцию соотношений между «ядерными» и «периферическими» проявлениями, включать последние в методику диагностики смысложизненного кризиса.

При разработке методики мы основывались на более конкретном определении: *смысложизненный кризис* – это смысловой кризис в развитии личности, блокирующий прежде всего смысловую регуляцию и процессы смыслообразования индивидуального жизненного пути и выражающийся:

1) во фрустрации потребности в смысле жизни и снижении активности, связанной с его поиском;

2) в отсутствии единой смысловой направленности жизненного пути и падении мотивации жизнедеятельности;

3) в обесценивании либо коренной переоценке прежних ценностей – источников смысла жизни;

4) в дезинтеграции понимания, переживания и реализации смысла жизни (когнитивного, аффективного и конативного компонентов смысла жизни);

5) в ощущении нереализованности или опустошенности, истерпанности в жизни;

6) в проблемах с упорядочением (структурированием и иерархизацией) ценностей – источников смысла жизни;

7) в содержательных противоречиях в системе ценностей – источников смысла жизни (конфликтный жизненный смысл);

8) в негативных переживаниях по поводу непродуктивности индивидуального жизненного пути;

9) в субъективных затруднениях с осмыслением жизненных обстоятельств, событий и принятием биографически важных решений на основе системы смысложизненных ценностей;

10) в сужении смысла жизни и снижении общего уровня осмысленности жизни.

Подобная трактовка смысложизненного кризиса перекликается с понятием «ценностный кризис», которое распространено в основном в зарубежной психологической литературе [89; 90; 77; 78; 171; 187]. По мнению исследователей, оперирующих данным термином, ценностный кризис – это состояние дезориентации субъекта в системе объективно существующих, разделяемых в обществе и культуре ценностей, которое обнаруживается в невозможности соподчинения этих ценностей по значимости для себя, в расплывчатости, нестабильности и конфликтности ценностных представлений, в чувстве нереализованности ценностей в жизни. Ценностный кризис создает внутриличностные проблемы и конфликты, связанные с оценкой событий собственной жизни, постановкой целей и задач, выбором путей их воплощения, принятием важных решений и ответственности за свою судьбу. Все эти признаки пересекаются с проявлениями смысложизненного кризиса, описанными в настоящей работе, и недвусмысленно указывают, что кризис смысла жизни – это разновидность ценностно-смыслового кризиса, связанная с дезинтеграцией, дестабилизацией, дезорганизацией либо с элементарной несформированностью у личности иерархии смысложизненных ценностей, которые функционируют как ведущие инстанции смысловой регуляции и источники смыслообразования жизненного пути. Такая теоретическая интерпретация и была операционализирована в опроснике «Смысложизненный кризис», психометрическая технология создания и апробации которого представлены ниже.

3.2 Конструирование исследовательской версии опросника «Смысложизненный кризис»

Процедура разработки опросника предусматривала оценку комплекса психометрических параметров:

- 1) содержательной, критериальной и конструктивной валидности;
- 2) дискриминативности пунктов опросника;
- 3) консистентной, ретестовой надежности, а также надежности по методу расщепления [4; 141].

Все математические расчеты, упоминаемые ниже, были автоматизированы при помощи компьютерного программного пакета для статистического анализа данных «Статистика 6.0».

На начальном этапе создания опросника задачей первостепенной важности явилось обеспечение его *содержательной валидности*, под которой понимается репрезентативность содержания заданий теста в отношении измеряемой области психических явлений. Это предполагает формулировку избыточного количества пунктов и экспертный отбор наиболее репрезентативных по отношению к предмету диагностики.

На основе описанных в психологической и художественной литературе признаков смысложизненного кризиса были выделены его *операциональные индикаторы*, т.е. доступные эмпирической объективации, регистрации и квантификации специфические особенности внутренних переживаний и поведения человека, испытывающего данный кризис. Эти показатели, являющиеся феноменологическими и поведенческими проявлениями кризиса смысла жизни, легли в основу формулировок пунктов опросника. Суждения, образовавшие пункты опросника, по своему содержанию являются *поведенческими*, т.е. описывающими определенные особенности жизнедеятельности испытуемого, и *оценочными*, т.е. выражающие внутреннюю позицию испытуемого по отношению к различным аспектам его жизни. Все они формулировались без привлечения специальной терминологии на повседневном языке, дабы избежать смысловых барьеров в восприятии и понимании опросника 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 были привлечены 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 ознакомлены с теоретической концепцией смысложизненного кризиса, далее им были предъявлены 150 утверждений, затрагивающих различные аспекты и проявления смысложизненного кризиса, и поставлена задача оценить по пятибалльной системе степень соответствия каждого утверждения феноменологической и поведенческой картине кризиса смысла жизни. Оценки выставленные экспертами независимо друг от друга были в достаточной мере согласованными, о чем свидетельствует высокое положительное значение коэффициента их корреляции (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. Низкие баллы начислялись таким утверждениям, которые, по мнению экспертов, были: а) повторяющиеся или близкие по значению к другим пунктам опросника; б) сформулированы в слишком общей, абстрактной или трудной для понимания форме; в) не раскрывающие психологическую специфику смысложизненного кризиса по сравнению с другими кризисными явлениями в развитии зрелой личности и симптоматическими картинками пограничных личностных расстройств. В первоначальную версию опросника, таким образом, вошел 121 пункт.

Пункты имели вид утвердительного суждения, а от испытуемого в соответствии с инструкцией требовалось выразить степень своего согласия с каждым из них. Для этого предлагалось выбрать одну из четырех альтернатив ответа: «4 – абсолютно верно», «3 – пожалуй, верно», «2 – пожалуй, неверно», «1 – абсолютно неверно». Пункты опросника были сформулированы не только как прямые, но также и как обратные утверждения, и расставлены в случайном порядке. Это служило предотвращению установочного поведения испытуемых при заполнении опросника. Прямыми утверждениями считались такие пункты опросника, в которых содержится прямое указание на психологические симптомы кризиса бессмысленности жизни. Обратными утверждениями признавались такие пункты опросника, которые включают указание на психологические признаки высокого уровня общей осмысленности жизни. При подсчете индивидуального результата тестирования переход от номера ответа к количеству баллов осуществлялся с учетом вида утверждения: номер ответа на прямое утверждение соответствует количеству баллов; номер ответа на обратное утверждение переводится в балл на основе перевернутого соотношения.

Таким образом, в ключ для обработки диагностических данных было заложено правило: ответам, которые свидетельствовали о наличии у испытуемого психологических признаков смысложизненного кризиса, приписывались высокие баллы, а ответам, которые сигнализировали о высоком уровне осмысленности жизни, – низкие баллы. Сумма баллов, набранных испытуемым, говорит о выраженности у него психологических признаков смысложизненного кризиса. Чем выше эта сумма, тем глубже, интенсивнее и острее протекает кризис смысла жизни, тем, следовательно, ниже уровень общей осмысленности жизни.

Первоначальной версией опросника, включающей 121 утверждение, в 2003-2004 гг. были протестировано 198 человек – студентов 1 – 6 курсов дневной и заочной форм обучения факультетов психологии, педагогики, экономики и управления, физической культуры Гродненского государственного университета имени Янки Купалы в возрасте от 17 до 39 лет ($M = 22,8$, $SD = 4,1$), из которых 93 мужчины и 105 женщин.

Результаты пилотажного диагностического замера были использованы для определения дискриминативности пунктов опросника. Дискриминативность – это способность отдельных пунктов опросника дифференцировать испытуемых по уровню выраженности смысложизненного кризиса, т.е. локализовать их индивидуальные результаты в континууме от «максимального» до «минимального» уровня выраженности кризиса. Коэффициент дискриминации для каждого пункта рассчитывался путем корреляции балла, набранного по данному пункту, с суммарным баллом по опроснику в целом. Высокий положительный коэффициент свидетельствует о том, что пункт опросника эффективно дискриминирует испытуемых с высоким, средним, низким уровнем смысложизненного кризиса. Среднее значение коэффициента дискриминативности в «выборке» всех пунктов опросника достигло 0,41, при минимальном значении $-0,06$, максимальном 0,79 и стандартном отклонении 0,11. В основную редакцию опросника были отобраны 103 утверждения, имеющие удовлетворительную дискриминативность (не менее 0,19 на уровне статистической значимости $p < 0,05$). При определении необходимого и достаточного количества утверждений мы руководствовались тем, что кризис смысла жизни проявляется в достаточно обширной и разнообразной феноменологии, которая должна покрываться содержанием опросника. Уменьшение количества пунктов на данном этапе могло отрицательно повлиять на репрезентативность шкалы по отношению к диагностируемому конструкту. Все последующие психометрические процедуры производились на основе результатов, полученных с помощью данной версии опросника «Смысложизненный кризис» (Приложение Б).

Далее следовала проверка текущей критериальной валидности опросника по *объективному* и *субъективному* критериям. В качестве объективного критерия были использованы диагностические показатели теста смысложизненных ориентаций, разработанного Д.А.Леонтьевым и предназначенного для измерения общего уровня осмысленности жизни, его составляющих (осмысленности

прошлого, или результатов жизни; осмысленности настоящего, или процесса жизни; осмысленности будущего, или целей в жизни), а также уровня субъективного контроля «Я» и личной биографии. Автор опросника приводит убедительные аргументы, демонстрирующие соответствие психометрических свойств теста-критерия стандартным требованиям [65]. В качестве статистической технологии валидизации был избран корреляционный анализ. С учетом нормальности эмпирических распределений баллов по опроснику смысложизненного кризиса и тесту смысложизненных ориентаций, полученных в нашем исследовании, применялся параметрический метод произведения моментов Пирсона. Результаты корреляционного анализа приведены в таблице 2.

Таблица 2 – Результаты оценки текущей критериальной валидности опросника «Смысложизненный кризис» (103 пункта)

| Критерий валидизации | Значения коэффициентов корреляции с опросником смысложизненного кризиса |
|---------------------------|---|
| Цели в жизни | – 0,71* |
| Процесс жизни | – 0,60* |
| Результативность жизни | – 0,53* |
| Локус контроля – Я | – 0,56* |
| Локус контроля – жизнь | – 0,58* |
| Общая осмысленность жизни | – 0,72* |

* $p < 0,001$

Данные таблицы свидетельствуют о том, что сила смысложизненного кризиса, измеренная проверяемым опросником, статистически достоверно, сильно, отрицательно коррелирует со всеми субшкалами и общим показателем теста смысложизненных ориентаций. Все это говорит в пользу критериальной валидности опросника смысложизненного кризиса и, в частности, о том, что в результатах тестирования достаточно полно репрезентируется феноменология бессмысленности: отсутствие значимых

жизненных целей и интереса к процессу жизни, неудовлетворенность самореализацией, неверие в собственные силы и способность эффективно организовывать и контролировать ход жизненных событий.

В качестве субъективного критерия валидизации выступили интроспективные самоотчеты испытуемых об отсутствии-наличии у них кризиса смысла жизни, а также о глубине и силе переживания ими данного состояния. Для ознакомления с феноменологической картиной смысложизненного кризиса и его идентификации у себя испытуемым предъявлялось следующее описание: «Кризис смысла жизни – это тягостные переживания человека по поводу непродуктивно прожитой жизни, вызванные полным отсутствием в ней важных ценностей и целей, невозможностью их точно определить для себя либо глубоким разочарованием в тех ценностях и целях, которые ранее считались самыми главными в жизни». Испытуемого просили ответить, испытывает ли он подобное состояние в настоящее время и если испытывает, то оценить его тяжесть и глубину по четырехбалльной шкале (1 – слабо; 2 – умеренно; 3 – сильно; 4 – очень сильно). Если же испытуемый указывал, что не чувствует кризис совсем, то его ответ шкалировался исследователем как «0». Полученные таким способом субъективные оценки сопоставлялись с результатами обследования по опроснику смысложизненного кризиса по методу произведения моментов Пирсона, вследствие чего между ними была обнаружена сильная положительная корреляция на высоком уровне статистической значимости (0,69, $p < 0,001$). Этим удостоверяется текущая критериальная валидность исследовательской версии опросника «Смысложизненный кризис».

Оценка прогностической критериальной валидности также осуществлялась посредством сопоставления результатов обследования по опроснику смысложизненного кризиса с объективным и субъективным критерием. Единственным отличием процедуры было то, что испытуемые заполняли тест смысложизненных ориентаций и давали стандартизированный самоотчет спустя три недели с момента тестирования опросником смысложизненного кризиса. В этой процедуре участвовали 47 испытуемых – студентов юридического факультета Гродненского государственного университета имени Янки Купалы – в возрасте от 19 до 25 лет, из которых 20 мужчин и 27 женщин. Результаты корреляционного анализа представлены в таблице 3.

Таблица 3 – Результаты оценки прогностической критериальной валидности опросника «Смысложизненный кризис» (103 пункта)

| Критерий валидизации | Значения коэффициентов корреляции с опросником смысложизненного кризиса |
|---|---|
| Самооценка наличия-отсутствия и уровня выраженности кризиса | 0,59 * |
| Цели в жизни | – 0,60* |
| Процесс жизни | – 0,53* |
| Результативность жизни | – 0,54* |
| Локус контроля – Я | – 0,56* |
| Локус контроля – жизнь | – 0,59* |
| Общая осмысленность жизни | – 0,72* |

* $p < 0,001$

Как свидетельствуют результаты анализа, опросник смысложизненного кризиса обладает предсказательной валидностью в трехнедельном интервале, поскольку сделанный на его основании прогноз вполне соответствует реальному уровню общей осмысленности-бессмысленности и согласуется с аутоидентификацией внутреннего состояния испытуемых. Трудно судить о долгосрочной прогностической валидности опросника, поскольку вопрос о длительности смысложизненного кризиса в развитии личности остается малоизученным: некоторые авторы утверждают, что это мимолетное состояние, в которое взрослый человек «окунается» и из которого «выныривает» регулярно, другие – настаивают на том, что смысложизненный кризис – это длящееся, устойчивое состояние, которое может растянуться на месяцы и годы. До получения удовлетворительного ответа на данный вопрос проверка прогностической валидности опросника в более продолжительном временном интервале была бы преждевременной.

Помимо оценки прогностической валидности, выяснялось, можно ли по результатам диагностики опросником смысложизненного кризиса надежно предсказывать показатели теста смысложизненных ориентаций и самооценку уровня осмысленности-бесмыс-

ленности жизни. Для этого был использован простой регрессионный анализ, в котором показатель опросника «Смысложизненный кризис» фигурировал в качестве независимой переменной (предиктора), а показатели теста смысложизненных ориентаций и баллированный самоотчет – в качестве независимых переменных. В таблице 4 отражены регрессионные коэффициенты и их статистическая значимость по t – критерию Стьюдента для всех переменных, прогнозируемых на основе результатов опросника смысложизненного кризиса.

Таблица 4 – Результаты регрессионного анализа: опросник «Смысложизненный кризис» (103 пункта) как средство предсказания уровня осмысленности жизни и его составляющих

| Предсказываемая переменная | B | T | p |
|---|----------|---------|----------|
| Самооценка наличия-отсутствия и уровня выраженности кризиса | 0,585 | 4,84 | 0,000015 |
| Цели в жизни | – 0,5983 | – 7,57 | 0,000000 |
| Процесс жизни | – 0,5327 | – 6,38 | 0,000000 |
| Результативность жизни | – 0,546 | – 6,61 | 0,000000 |
| Локус контроля – Я | – 0,559 | – 6,84 | 0,000000 |
| Локус контроля – жизнь | – 0,591 | – 6,96 | 0,000000 |
| Общая осмысленность жизни | – 0,7153 | – 10,38 | 0,000000 |

Как следует из данных таблицы, по показателю опросника смысложизненного кризиса можно аппроксимировать все участвующие в анализе психологические переменные. Это подтверждает не только наличие тесной линейной связи между ними, но и прогностическую ценность опросника. Он позволяет делать прогнозы динамики кризиса смысла жизни и математическую экстраполяцию важных показателей субъективного переживания личностью осмысленности-бессмысленности своего бытия.

Конструктивная валидность – это один из основных типов валидности, который отражает степень представленности в результатах диагностики исследуемого психического конструкта, т.е. од-

народной качественно своеобразной области психических явлений. Конструктивная валидность характеризует, насколько точно и полно методика измеряет то, что она призвана измерять, в какой степени и с какой глубиной она раскрывает содержание и специфику конкретных психических явлений. Когда говорят о проверке конструктивной валидности, речь фактически идет о соотношении результатов тестирования с исходными теоретическими представлениями и дедуцированными из них следствиями. В качестве таких следствий могут выступать предположения о возрастной эволюции исследуемого психического явления, наличии или отсутствии связей с другими психическими явлениями. Поэтому на практике конструктивная валидность оценивается путем определения валидности по возрастной дифференциации, конвергентной и дискриминантной валидности.

Валидность по возрастной дифференциации – это составляющая конструктивной валидности, которая отражает возрастную динамику изменений исследуемого психического конструкта, в нашем случае смысложизненного кризиса. *Конвергентная валидность* – это составляющая конструктивной валидности, которая определяется конвергенцией, т.е. наличием прямых и обратных связей, смысложизненного кризиса с другими психическими явлениями. Противоположностью конвергентной выступает *дискриминантная валидность* – составляющая конструктивной валидности, которая определяется дивергенцией, т.е. отсутствием каких-либо связей смысложизненного кризиса с другими психическими явлениями.

Конвергентная валидность проверялась в ходе исследований, проводимых автором в 2004 – 2007 годах, путем коррелирования показателей опросника смысложизненного кризиса со шкалами нейротизма и психотизма опросника РЕН Г.Айзенка, шкалой личностной тревожности Ч.Спилбергера (в адаптации Ю.Л.Ханина), шкалой депрессии (в адаптации Т.И.Балашовой), методикой диагностики уровня субъективного ощущения одиночества Д.Рассела и М.Фергюсона, шкалой потребности в поисках ощущений М.Закермана, многофакторным личностным опросником FPI (форма «В» в модификации А.А.Крылова, Т.И.Ронгинской), шкалой удовлетворенности жизнью Э.Динера (в адаптации И.А.Джидарьян), методикой изучения психологического возраста личности А.А.Кроника и Е.И.Головахи, опросником социально-психологической адаптации К.Роджерса и Р.Даймонда (в адаптации А.К.Осницкого), шкалой диспозиционной надежды (в адаптации К.Муздыбаева), шкалами опросника «Осознанная психобиографическая саморегуляция» К.В.Карпинского и теста смысложизненных ориентаций Д.А.Леонтьева.

Таблица 5 – Результаты оценки конструктивной валидности опросника «Смыслжизненный кризис» (103 пункта) (корреляционным методом)

| Психологическая переменная | Объем выборки | r-Спирмена | ρ |
|---|---------------|------------|-------|
| 1 | 2 | 3 | 4 |
| Нейротизм (Г. Айзенк) | 77 | 0,37 | 0,001 |
| Психотизм (Г. Айзенк) | 77 | 0,16 | н.з. |
| Субъективное ощущение одиночества | 77 | 0,56 | 0,001 |
| Потребность в поиске ощущений | 77 | – 0,34 | 0,01 |
| Личностная тревожность (Ч. Спилбергер) | 110 | 0,57 | 0,001 |
| Депрессивность (Т.И. Балашова) | 110 | 0,42 | 0,001 |
| Диспозиционная надежда (К. Муздыбаев) | 77 | – 0,35 | 0,01 |
| Невротиичность (FPI) | 66 | 0,42 | 0,001 |
| Спонтанная агрессивность (FPI) | 66 | 0,38 | 0,001 |
| Депрессивность (FPI) | 66 | 0,32 | 0,005 |
| Раздражительность (FPI) | 66 | 0,20 | н.з. |
| Общительность (FPI) | 66 | – 0,39 | 0,002 |
| Уравновешенность (FPI) | 66 | – 0,30 | 0,01 |
| Реактивная агрессивность (FPI) | 66 | – 0,05 | н.з. |
| Застенчивость (FPI) | 66 | 0,28 | 0,02 |
| Открытость (FPI) | 66 | 0,06 | н.з. |
| Экстраверсия – интроверсия (FPI) | 66 | – 0,24 | 0,05 |
| Эмоциональная лабильность (FPI) | 66 | 0,46 | 0,001 |
| Маскулинизм – феминизм (FPI) | 66 | – 0,14 | н.з. |
| Удовлетворенность жизнью (Э.Динер) | 187 | – 0,63 | 0,001 |
| Адекватность психологического возраста личности (как модуль разности хронологического возраста и психологического возраста, измеренного по методике А.А.Кроника и Е.И.Головахи) | 94 | 0,26 | 0,01 |

Продолжение таблицы

| 1 | 2 | 3 | 4 |
|---|-----|--------|-------|
| Адаптивность (К.Роджерс, Р.Даймонд) | 50 | - 0,36 | 0,01 |
| Дезадаптивность (К.Роджерс, Р.Даймонд) | 50 | 0,33 | 0,05 |
| Принятие себя (К.Роджерс, Р.Даймонд) | 50 | - 0,33 | 0,05 |
| Непринятие себя (К.Роджерс, Р.Даймонд) | 50 | 0,22 | н.з. |
| Принятие других (К.Роджерс, Р.Даймонд) | 50 | - 0,24 | н.з. |
| Непринятие других (К.Роджерс, Р.Даймонд) | 50 | 0,40 | 0,01 |
| Эмоциональный комфорт (К.Роджерс, Р.Даймонд) | 50 | - 0,46 | 0,001 |
| Эмоциональный дискомфорт (К.Роджерс, Р.Даймонд) | 50 | 0,28 | 0,05 |
| Внутренний контроль (К.Роджерс, Р.Даймонд) | 50 | - 0,33 | 0,05 |
| Внешний контроль (К.Роджерс, Р.Даймонд) | 50 | 0,34 | 0,05 |
| Доминирование (К.Роджерс, Р.Даймонд) | 50 | - 0,03 | н.з. |
| Ведомость (К.Роджерс, Р.Даймонд) | 50 | 0,43 | 0,01 |
| Эскапизм (К.Роджерс, Р.Даймонд) | 50 | 0,11 | н.з. |
| Понимание смысла жизни (К.В.Карпинский) | 105 | - 0,71 | 0,001 |
| Полагание жизненных целей (К.В.Карпинский) | 105 | - 0,66 | 0,001 |
| Моделирование значимых условий жизнедеятельности (К.В.Карпинский) | 105 | - 0,53 | 0,001 |
| Прогнозирование жизненного пути (К.В.Карпинский) | 105 | - 0,40 | 0,001 |
| Планирование жизненного пути (К.В.Карпинский) | 105 | - 0,51 | 0,001 |
| Программирование жизненного пути (К.В.Карпинский) | 105 | - 0,47 | 0,001 |

Продолжение таблицы

| 1 | 2 | 3 | 4 |
|---|-----|--------|-------|
| Оценивание и контроль результатов жизнедеятельности (К.В.Карпинский) | 105 | - 0,60 | 0,001 |
| Принятие биографически важных решений (К.В.Карпинский) | 105 | - 0,54 | 0,001 |
| Корректирование жизненного пути (К.В.Карпинский) | 105 | - 0,51 | 0,001 |
| Общий уровень осознанной саморегуляции жизненного пути (К.В.Карпинский) | 105 | - 0,72 | 0,001 |
| Цели в жизни (Д.А.Леонтьев) | 319 | - 0,68 | 0,001 |
| Процесс жизни (Д.А.Леонтьев) | 319 | - 0,67 | 0,001 |
| Результат жизни (Д.А.Леонтьев) | 319 | - 0,59 | 0,001 |
| Локус контроля – Я (Д.А.Леонтьев) | 319 | - 0,70 | 0,001 |
| Локус контроля жизни (Д.А.Леонтьев) | 319 | - 0,61 | 0,001 |
| Общий уровень осмысленности жизни (Д.А.Леонтьев) | 319 | - 0,77 | 0,001 |

С одной стороны, данные таблицы демонстрируют, что психологическая переменная, измеряемая с помощью опросника, сильно отрицательно коррелирует с общим уровнем осмысленности жизни, осмысленностью прошлого, настоящего и будущего, функциональным уровнем всех без исключения процессов осознанной саморегуляции жизненного пути – пониманием смысла жизни, полаганием жизненных целей, моделированием значимых условий жизнедеятельности, прогнозированием, планированием и программированием жизненного пути, принятием биографически важных решений, оцениванием и контролем жизненных достижений, корректированием жизненного пути. Она взаимосвязана с низким уровнем субъективной удовлетворенности жизнью, ощущением безнадежности и бесперспективности, низкой самооценкой личности в качестве субъекта жизни, асинхронией психологического возраста личности и календарного возраста. Эти корреляции указывают на то, что измеряемая переменная имеет непосредственное отношение к дисфункциям смысловой регуляции и осознанной саморегу-

ляции жизненного пути личности. С другой стороны, переменная положительно коррелирует на статистически достоверном уровне с тревожностью, депрессивностью, субъективным ощущением одиночества, эмоциональной лабильностью, нейротизмом, непринятием себя, эмоциональным дискомфортом и другими проявлениями, сигнализирующими о невротизации личности. Кроме того, высокая выраженность данной переменной сопряжена с состоянием социально-психологической дезадаптации, а также некоторыми дезадаптивными свойствами личности – застенчивостью, ведомостью, замкнутостью, агрессивностью, неуравновешенностью и другими.

Таким образом, проведенный анализ позволяет очертить феноменологию той психологической переменной, для измерения которой создан опросник. Специфическим 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 проявлением данной переменной является состояние психической дезадаптации личности, пронизанное напряжением, тревогой, депрессией и граничащее с неврозом. В этой феноменологии без особого труда угадывается кризис смысла жизни в развитии личности, что говорит в пользу конструктивной валидности опросника.

Дополнительные доказательства конструктивной валидности были получены в сравнительных исследованиях «групп риска» по отношению к развитию кризиса смысла жизни. Литературные источники свидетельствуют, что при девиантном развитии личности по криминальному, аддиктивному, суицидальному типу уровень общей осмысленности жизни тотально снижен [28; 62]; уязвимую группу представляют безработные, у которых заблокирована возможность практической реализации многих смыслообразующих ценностей в жизни [92; 119]. Кроме того, имеются пока немногочисленные, но весьма убедительные сведения о психологическом неблагополучии постинфарктных больных и вообще хронических соматических больных, которое обусловлено трудностью сохранения надлежащего уровня осмысленности жизни в период реконвалесценции [23; 103]. С учетом указанных обстоятельств, опросник смысложизненного кризиса был опробован на выборках лиц, страдающих хронической алкогольной зависимостью и стоящих на диспансерном учете в ГОПНД г.Гродно (41 человек); преступников, осужденных за совершение тяжких и особо тяжких преступлений

и отбывающих наказание в виде лишения свободы в Тюремьме № 1 г.Гродно (56 человек); клинических пациентах, находящихся на стационарном лечении в связи с перенесенным инфарктом миокарда (30 человек); безработных граждан без определенного места жительства (35 человек). Конвергентная валидность опросника смысложизненного кризиса проверялась путем определения статической значимости различий между указанными выборками (основными группами) и выборкой работающих правопослушных лиц, не страдающих хроническим алкоголизмом и находящихся в соматической норме (контрольной группой). Объем контрольной группы 62 человека в возрасте от 24 лет до 51 года, в том числе 39 мужчин и 23 женщины. Результаты сравнительного анализа приведены в таблице 6.

Таблица 6 – Результаты оценки конструктивной валидности опросника «Смысложизненный кризис» (103 пункта) (методом межгрупповых сравнений)

| Основная группа | Численность группы | U – Манна – Уитни | ρ |
|--|--------------------|-------------------|--------|
| Хронические алкоголики (2-3 степень зависимости) | 41 | 448,0 | 0,005 |
| Заклученные | 56 | 1010,0 | 0,04 |
| Постинфарктные больные | 30 | 1521,5 | 0,003 |
| Безработные, не имеющие места жительства | 35 | 418,0 | 0,0001 |

Как явствует из таблицы, наблюдаются статистически значимые различия в интенсивности протекания смысложизненного кризиса у испытуемых всех основных групп по сравнению с испытуемыми контрольной группы. В группах хронических алкоголиков, находящихся в условиях тюремного заключения преступников, госпитализированных постинфарктных больных и безработных, не имеющих постоянного места жительства, можно констатировать большую силу и глубину смысложизненного кризиса. Таким образом, методика на эмпирическом уровне эффективно дискриминирует контингент лиц, который, согласно теоретическим предположениям и результатам предыдущих эмпирических исследований, составляет «группу риска» в отношении кризиса бессмысленности.

Валидность по возрастной дифференциации определялась посредством статистического анализа значимости различий в уровне выраженности смысложизненного кризиса между разными возрастными группами. По мнению ряда зарубежных и отечественных исследователей, нормативный кризис середины жизни является смысложизненным и детерминирован переоценкой ведущих ценностей первой половины жизни. Обобщение работ, посвященных кризису среднего возраста, позволяет утверждать, что он приходится на возрастной диапазон от 35 до 45 лет. В этой связи выборка испытуемых, на которой производилась апробация методики смысложизненного кризиса, была разбита на три возрастные группы: предкризисную (18 – 34 года), кризисную (35 – 45 лет) и посткризисную (46 и более лет). Необходимо подчеркнуть, что это возрастное деление является не периодизацией, а лишь способом упорядочивания эмпирического материала для целей статистического анализа.

Таблица 7 – Результаты оценки валидности по возрастной дифференциации опросника «Смысложизненный кризис» (103 пункта) (методом межгрупповых сравнений)

| Сравниваемые группы | U – Манна – Уитни | ρ |
|-------------------------------|-------------------|--------|
| Предкризисная * кризисная | 3165,5 | 0,004 |
| Кризисная * посткризисная | 3504,5 | 0,05 |
| Предкризисная * посткризисная | 3364,0 | 0,02 |

Результаты попарного сравнения групп показали (см. таблицу 7), что в возрастном диапазоне 35 – 45 лет, действительно, наблюдается существенное повышение интенсивности кризиса смысла жизни на фоне предшествующего и последующего возрастных периодов. Наиболее резко различия прослеживаются между предкризисной и кризисной группами, что может указывать на механизм возникновения кризиса середины жизни, а именно критическое переосмысление прежних источников смысла жизни. Различия кризисной и посткризисной групп более сглажены, но все-таки статистически существенны. Примечательно, что и между предкризисной и послекризисной группами обнаружены статистически значимые различия по силе переживания смысложизненного кризиса, причем более неблагоприятной и незащищенной выглядит старшая группа. Также выявлена значимая

положительная корреляция между показателями смысложизненного кризиса (в баллах опросника) и хронологическим возрастом испытуемых (в годах): ϕ Кендалла = 0,24, $p = 0,000012$. По-видимому, с возрастом увеличивается риск развития кризиса, а в случае наличия кризиса – интенсивность его протекания. Но эта восходящая возрастная динамика кризиса носит немонотонный характер: «всплеск» переживания бессмысленности выпадает на период, в котором локализуется кризис середины жизни, после чего наступает относительный спад, но острота чувства бессмысленности в этот период все равно сохраняется на достаточно высоком уровне. Полученные данные в целом соответствуют теоретическим представлениям о возрастной динамике психического развития личности и свидетельствуют о валидности опросника по возрастной дифференциации.

Оценка конструктивной валидности является развернутым во времени процессом и требует проведения серии психологических исследований, которые уточняют и углубляют представления о взаимосвязях исследуемого конструкта с другими психическими явлениями. Она производится по мере накопления разнообразной информации о возрастных, дифференциальных, патологических, гендерных, статусных и прочих различиях в исследуемом конструкте, по мере наращивания знаний о его влиянии на поведение и деятельность личности. Фактически конструктивная валидность методики верифицируется до тех пор, пока методику активно используют в качестве средства сбора эмпирического материала в научных исследованиях. Их результаты имеют двойственное значение: помимо решения собственных задач исследования, они служат перепроверке конструктивной валидности метода. В этой связи вопрос о конструктивной валидности опросника не является закрытым и может подниматься вновь и вновь по ходу систематизации результатов эмпирических исследований психической феноменологии, механизмов и закономерностей кризиса смысла жизни.

Проверка надежности производилась посредством трех методов, широко употребляемых в технологии конструирования личностных опросников: методом определения внутренней согласованности, методом повторного тестирования (ретестовая надежность) и методом расщепления опросника пополам. Результаты консистентного анализа свидетельствуют, что опросник имеет приемлемую внутреннюю согласованность. Коэффициент б-Кронбаха для всей шкалы достиг значения 0,9478. Расчет этого показателя отдельно для мужской и женской подвыборок подтверждает внутреннюю консистентность опросника (0,9421 – для женской подгруп-

пы; 0,9269 – для мужской подгруппы). Испытание тест-ретестовой надежности производилось в трехнедельном интервале на выборке из 54 человек (33 женщины, 21 мужчина). Выборка для повторного тестирования компоновалась случайным отбором из числа испытуемых, участвовавших в первичном опросе. Коэффициент произведения моментов Пирсона, выступивший мерой устойчивости диагностических показателей, указывает на хорошую тест-ретестовую надежность опросника ($r = 0,79$). Результаты проверки методом расщепления также позволяют судить о достаточной надежности опросника смысложизненного кризиса. Тест делился на две равноценные части: в первую часть были отобраны пункты 1 – 51, во вторую часть вошли пункты 52 – 103. Показатели внутренней консистентности первой и второй части опросника б-Кронбаха – 0,8247 и 0,8351 соответственно. Коэффициент надежности по формуле Спирмена – Брауна для всего опросника равен 0,9153, а по формуле Гуттмана – 0,9035.

Стандартная ошибка измерения (y_m) для исследовательской версии опросника смысложизненного кризиса, рассчитанная на основе стандартного отклонения (33,98) и коэффициента надежности Спирмена – Брауна (0,91), равняется 10,2 балла. В таблице 8 приведены доверительные интервалы для исследовательской версии опросника смысложизненного кризиса.

Таблица 8 – Доверительные интервалы для показателей опросника «Смысложизненный кризис» (103 пункта)

| Доверительный уровень | Множитель | Доверительный интервал в точных значениях |
|-----------------------|----------------------------|---|
| 68 % | $\pm 1 \times \sigma_m$ | $\pm 10,2$ |
| 85 % | $\pm 1,44 \times \sigma_m$ | $\pm 14,68$ |
| 90 % | $\pm 1,64 \times \sigma_m$ | $\pm 16,72$ |
| 95 % | $\pm 1,96 \times \sigma_m$ | $\pm 19,99$ |
| 99 % | $\pm 2,58 \times \sigma_m$ | $\pm 26,31$ |

На заключительном этапе конструирования исследовательской версии опросника проводилась его стандартизация. В теории конструирования психологических тестов различают два аспекта стандартизации: во-первых, унификацию – приведение к единому стандарту инструкции, заданий, бланка ответов, технологии тестирования, калькуляции и интерпретации результатов; во-вторых, нормализацию – расчет тестовых норм, чаще всего оформленных в виде

средних значений и стандартных отклонений, а также таблиц перекодирования «сырых» оценок в стандартную шкалу. Показатели стандартной шкалы выражают отличие индивидуального результата от среднего в единицах стандартного отклонения соответствующего распределения. Процедура нормализации опросника смысложизненного кризиса преследовала цель выработки тестовых норм, которые отображают выполнение теста в выборке стандартизации. С помощью этих норм возможно сличение первичных оценок («сырых» баллов) конкретного испытуемого с распределением оценок в нормативной выборке, чтобы узнать, какое место занимают результаты испытуемого в этом распределении. Тем самым нормы ориентируют психолога в распределении переменной в популяции, облегчают интраиндивидуальные и интериндивидуальные сравнения испытуемых по уровню выраженности кризиса смысла жизни, делают результаты опросника сопоставимыми с другими тестами, первичные баллы которых трансформируются в ту же стандартную шкалу.

В целях стандартизации опросника комплектовалась репрезентативная выборка объемом 540 человек в возрасте от 17 лет до 71 года (средний возраст 39,2 года), включающая 177 мужчин и 333 женщины. Выборка была гетерогенной по уровню полученного испытуемыми образования, сферам занятости, должностному положению, уровню дохода, семейному положению и ряду других социальных факторов. В первую очередь рассчитывались средние значения и стандартные отклонения, которыми зачастую и ограничиваются при стандартизации исследовательской версии теста. В таблице 9 представлены средние значения и стандартные отклонения результатов диагностики мужской и женской подгрупп, выборки в целом. Обращает на себя внимание то обстоятельство, что в мужской подгруппе симптомы кризиса смысла жизни оказались более акцентированными по сравнению с женской подгруппой ($t = -2,95, p = 0,0033$).

Таблица 9 – Средние и стандартные отклонения по опроснику «Смысложизненный кризис» (103 пункта) в выборке стандартизации

| Пол | Среднее | Стандартное отклонение |
|------------------------------|---------|------------------------|
| Мужчины (N = 177) | 225,40 | 35,69 |
| Женщины (N = 333) | 218,73 | 32,66 |
| В целом по выборке (N = 540) | 221,29 | 33,98 |

Эмпирическое распределение результатов тестирования в выборке стандартизации не отклонялось на статистически значимом уровне от нормального распределения ($d = 0,0898$, $p > 0,2$). Когда эмпирическое распределение первичных оценок по опроснику приближается к нормальному распределению, стандартные показатели могут быть получены как линейным (Z -преобразованием), так и нелинейным преобразованием (нормализацией в узком смысле слова, т.е. принудительной подгонкой эмпирического к нормальному распределению). В нашем случае было избрано нелинейное преобразование, при котором стандартные показатели рассчитываются при помощи таблиц, показывающих процент испытуемых (наблюдений), приходящихся на участки, отстоящие от среднего нормальной кривой на определенное число единиц стандартного отклонения. Предпочтение было отдано стандартной шкале стенов, которая имеет по 5 делений (участков) в обе стороны от среднего и характеризуется заданными параметрами: среднее = 5,5, стандартное отклонение = 2,0. Шкала состоит из 10 единиц – стенов; единица равняется половине стандартного отклонения. Показатели 5 – 6 стенов считаются средними, 1 – 4 стенов – низкими, 7 – 10 стенов – высокими.

Переход к шкале стенов осуществлялся путем сортировки «сырых» баллов по возрастанию, определения накопленных частот для каждого «сырого» балла (CF), деления накопленных частот для каждого «сырого» балла на объем выборки ($N = 540$) и сопоставления полученного значения (накопленного процента) с табличным диапазоном значением для каждого стена [141].

Таблица 10 – Диапазоны значений CF/540 для отдельных стенов

| Стен | Диапазон значений: CF/540 | Стен | Диапазон значений: CF/540 |
|------|------------------------------|------|---------------------------|
| 10 | 0,978 – 1,000 | 5 | 0,309 – 0,500 |
| 9 | 0,934 – 0,977 | 4 | 0,160 – 0,308 |
| 8 | 0,842 – 0,933 | 3 | 0,068 – 0,159 |
| 7 | 0,693 – 0,841 | 2 | 0,024 – 0,067 |
| 6 | 0,501 – 0,692 | 1 | 0,000 – 0,023 |

Трансформация «сырых» баллов исследовательской версии опросника «Смысложизненный кризис» в стены осуществляется в соответствии с таблицей 11.

Таблица 11 – Диапазоны первичных показателей опросника «Смысложизненный кризис» (103 пункта) для отдельных стенов

| | | | | | | | | | | |
|-------------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|
| Сырые баллы | 103-150 | 151-167 | 168-183 | 184-202 | 203-221 | 222-243 | 244-259 | 260-267 | 268-274 | 275-412 |
| Стены | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |

3.3 Конструирование диагностической версии опросника «Смысложизненный кризис»

Разработчикам диагностических методик хорошо известна закономерность: с ростом количества заданий возрастает надежность теста. Опросники с множеством заданий, как правило, являются более репрезентативными по отношению к изучаемой психологической переменной и, следовательно, обладают лучшими измерительными возможностями. В этой связи для целей научных исследований, претендующих на получение точных и обоснованных результатов, более пригодными оказываются «полноформатные» версии психологических тестов. Редакцию опросника «Смысложизненный кризис», включающую 103 задания, можно рекомендовать именно в качестве *научно-исследовательской методики*, которая приспособлена для проведения поисковых, критических, уточняющих и воспроизводящих исследований в психологии.

Однако полные версии опросников не всегда удовлетворяют целям и условиям практической деятельности психологов, требованиям прикладной психодиагностики. Это объясняется тем, что они сложны для заполнения испытуемым, прежде всего из-за необходимости длительного сосредоточения внимания, и трудоемки в обработке результатов психодиагностом. Громоздкость не позволяет пользоваться ими в целях экспресс-диагностики в тех сферах деятельности, где от психолога ожидают оперативных решений. При

создании компактного психодиагностического варианта опросника разработчик непременно сталкивается с дилеммой: с одной стороны, удержание надежности теста на должном уровне требует максимизации количества заданий, а с другой стороны, необходима минимизация числа заданий для комфорта испытуемого и психодиагноста при работе с тестом. В этой ситуации разработчики тестов вынуждены идти на компромисс, а именно: жертвуя количеством заданий и тем самым репрезентативностью опросника, они существенно выигрывают в его практичности.

Сокращение исследовательской версии и превращение ее в диагностическую версию опросника процесс совсем не механический. Отбор пунктов в диагностическую версию опросника «Смысло-жизненный кризис» производился с учетом теоретического, методического и статистического критериев. В соответствии со статистическим критерием в диагностическую версию были отсеleetированы те пункты, которые обнаружили самую высокую дискриминативность в исследовательской версии методики. Они имели положительную корреляцию с суммарным баллом опросника не ниже 0,35 при уровне статистической значимости $p < 0,00001$. С точки зрения методического критерия мы стремились сбалансировать прямые и обратные задания в содержании опросника, что необходимо для противодействия «установке на согласие» – предрасположенности испытуемых давать утвердительные ответы на вопросы теста без вникания в их смысл. Сообразно с теоретическим критерием в диагностической версии опросника сохранялись задания, раскрывающие все аспекты и проявления кризиса смысла жизни: снижение общего уровня осмысленности жизни, падение мотивации поиска смысла жизни, конфликтный жизненный смысл, разрыв знакомого и реально действующего смысла жизни и т.д. В результате диагностический вариант опросника уменьшился по сравнению с исследовательской версией более чем в два раза и содержит 50 пунктов, из которых 32 – прямые, а 18 – обратные, скомпонованные в случайном порядке (Приложение В).

В такой редакции опросник смысложизненного кризиса был апробирован на выборке студентов 1-5 курсов психологического, математического, инженерно-физического и юридического факультетов Гродненского государственного университета имени Янки Купалы в возрасте от 17 до 23 лет (средний возраст по выборке 18,9) численностью 292 человека. Половозрастная структура выборки отражена в таблице 12.

Таблица 12 – Половозрастной состав выборки при разработке опросника «Смыслжизненный кризис» (50 пунктов)

| Возраст | Пол | | Количество |
|------------|---------|---------|------------|
| | Мужской | Женский | |
| 17 лет | 4 | 30 | 34 |
| 18 лет | 20 | 54 | 74 |
| 19 лет | 29 | 66 | 95 |
| 20 лет | 26 | 46 | 72 |
| 21 год | 4 | 3 | 7 |
| 22 года | 5 | 4 | 9 |
| 23 года | 1 | 0 | 1 |
| Количество | 89 | 203 | 292 |

Параметры распределений результатов диагностики по методике смысложизненного кризиса для всей выборки, мужской и женской подвыборок иллюстрирует таблица 13.

Таблица 13 – Эмпирические параметры распределений результатов диагностики по опроснику «Смыслжизненный кризис» (50 пунктов)

| | Среднее | Стандартное отклонение | Медиана | Мода | Минимальное значение | Максимальное значение |
|--------------------|---------|------------------------|---------|------|----------------------|-----------------------|
| Выборка в целом | 103,7 | 20,3 | 102,5 | 97 | 51 | 193 |
| Мужская подвыборка | 104,15 | 22,23 | 101 | 96 | 65 | 193 |
| Женская подвыборка | 103,5 | 19,4 | 103 | 97 | 51 | 154 |

Эмпирическое распределение результатов тестирования по сокращенной версии опросника «Смыслжизненный кризис» на статистически значимом уровне не отклоняется от нормального распределения (значение критерия Колмогорова – Смирнова $d = 0,0415$, $p > 0,2$). Аналогичный вывод можно сделать применитель-

но к распределениям в женской ($d = 0,0401$, $p > 0,2$) и мужской ($d = 0,0928$, $p > 0,2$) подвыборках. Различия средних значений для мужской и женской подгрупп статистически не существенны ($t = 0,26$, $df = 290$, $p = 0,79$). Это позволяет заключить, что интенсивность кризиса бессмысленности не зависит от пола.

В первую очередь определялась дискриминативность пунктов опросника, т.е. их согласованность с суммарным баллом по опроснику в целом. Коэффициент корреляции, который и служит показателем дискриминативности, варьировал в диапазоне 0,34 до 0,71 для различных пунктов при уровне статистической значимости $p < 0,000001$. Среднее значение показателя дискриминативности составило 0,42, что вполне удовлетворительно для методов опросного типа.

Также оценивалась дискриминативность всего опросника, т.е. его способность четко дифференцировать испытуемых с высокой и низкой выраженностью кризиса смысла жизни. С этой целью из выборки извлекались 10, 27 и 33-процентные контрастные группы испытуемых, численностью 58 (2 группы по 29 испытуемых), 158 (2 группы по 79 испытуемых) и 192 (2 группы по 96 испытуемых) человек соответственно. На основе t-критерия Стьюдента для независимых групп проверялись гипотезы о том, что средние баллы двух контрастных групп, набранные по опроснику смысложизненного кризиса, отличаются друг от друга. Опираясь на данные таблицы 14, можно прийти к выводу, что опросник хорошо дискриминирует испытуемых с высокой и низкой выраженностью кризиса смысла жизни.

Таблица 14 – Результаты сравнения контрастных групп по показателю опросника «Смысложизненный кризис» (50 пунктов)

| Контрастные группы | Средние баллы | T | df | P |
|----------------------|----------------|---------|-----|-------|
| 10-процентные группы | 70,65 / 140,68 | - 27,26 | 56 | 0,001 |
| 27-процентные группы | 79,81 / 128,94 | - 29,04 | 156 | 0,001 |
| 33-процентные группы | 82,12 / 126,32 | - 27,75 | 190 | 0,001 |

Оценка надежности осуществлялась при помощи методов определения внутренней согласованности (консистентности), ретестовой надежности и расщепления опросника пополам.

Консистентный анализ диагностической версии опросника показал, что пункты опросника обладают высокой внутренней согласованностью, чисто и единообразно измеряют выраженность проявлений кризиса смысла жизни. Коэффициент б-Кронбаха для всей шкалы – 0,9227. Расчет этого показателя отдельно для мужской и женской подвыборок также подтверждает внутреннюю консистентность опросника (0,9144 – для женской подгруппы; 0,9376 – для мужской подгруппы).

Определение тест-ретестовой надежности производилось путем сопоставления результатов, полученных в двух диагностических замерах с интервалом в четыре недели, на выборке из 100 человек (34 мужчины, 66 женщин). Выборка для вторичного замера комплектовалась методом случайного отбора из популяции испытуемых, принявших участие в первичном опросе. Коэффициент произведения моментов Пирсона, подсчитанный на результатах первичного и вторичного обследования, указывает на достаточную устойчивость диагностических показателей ($r = 0,83$). Можно сделать выводы, что, во-первых, сокращенная версия опросника смыслового кризиса является достаточно надежным методом, а, во-вторых, кризис смысла жизни является не кратковременным, а длительным психическим состоянием.

Применение метода расщепления (деления пополам) также позволяет охарактеризовать опросник смыслового кризиса как надежный диагностический инструмент. Тест разбивался на две сопоставимые части: в первую часть были отобраны пункты 1 – 25, во вторую часть вошли пункты 26 – 50. Показатели внутренней консистентности первой и второй части опросника б-Кронбаха – 0,8404 и 0,8745 соответственно. Коэффициент надежности по формуле Спирмена – Брауна для всего опросника равен 0,9041, а по формуле Гуттмана – 0,9013.

Стандартная ошибка измерения (y_m) для диагностической версии опросника смыслового кризиса, рассчитанная на основе стандартного отклонения (20,3) и коэффициента надежности Спирмена – Брауна (0,9), равняется 6,41 балла. Апробируемая методика обладает относительно небольшой погрешностью измерения (расхождением между измеренным и истинным результатом), поскольку стандартная ошибка равняется шести «сырым» баллам для итогового показателя опросника.

В таблице 15 приведены доверительные интервалы для сокращенной версии опросника смыслового кризиса.

Таблица 15 – Доверительные интервалы для показателей опросника «Смысложизненный кризис» (50 пунктов)

| Доверительный уровень | Множитель | Доверительный интервал в точных значениях |
|-----------------------|----------------------------|---|
| 68 % | $\pm 1 \times \sigma_m$ | $\pm 6,41$ |
| 85 % | $\pm 1,44 \times \sigma_m$ | $\pm 9,23$ |
| 90 % | $\pm 1,64 \times \sigma_m$ | $\pm 10,51$ |
| 95 % | $\pm 1,96 \times \sigma_m$ | $\pm 12,56$ |
| 99 % | $\pm 2,58 \times \sigma_m$ | $\pm 16,53$ |

Критериальная валидность диагностической версии опросника определялась путем расчета корреляций с исследовательской версией опросника «Смысложизненный кризис», субшкалами и общим показателем теста смысложизненных ориентаций, субъективными отчетами испытуемых о наличии-отсутствии у них кризиса смысла жизни, а также о глубине и силе переживания ими данного состояния. Также проверялось предположение о незначительном влиянии на ответы испытуемых фактора социальной желательности. С этой целью результаты тестирования по опроснику смысложизненного кризиса коррелировались с показателями методики Д.Марлоу и Д.Крауна, измеряющей силу мотивации социального одобрения.

Корреляция суммарного балла исследовательской и диагностической версии опросника «Смысложизненный кризис» достигла 0,98 ($p < 0,000001$), что указывает на их взаимозаменяемость. Корреляция диагностической версии методики с субъективным критерием – баллированными самоотчетами испытуемых – равняется 0,77, в то время как для исследовательской версии этот показатель оказался равен 0,82 при уровне статистической значимости $p < 0,0001$. Сильные, положительные и достоверные корреляции свидетельствует о том, что с ростом интенсивности и глубины переживаний кризиса смысла жизни увеличивается и общее количество баллов, набираемое респондентом по опроснику смысложизненного кризиса. Различия между величинами коэффициентов корреляции статистически не значимы ($p < 0,1014$), следовательно, укороченная форма не уступает полной форме опросника по своей диагностической ценности. Были выявлены сильные и средние по силе, отрицательные, достоверные корреляции диагностической версии опросника «Смысложизненный кризис» со всеми шестью показателями теста смысложизненных ориентаций: субшкалами «Цели в

жизни» (-0,74), «Процесс жизни» (-0,69), «Результативность жизни» (-0,61), «Локус контроля – Я» (-0,59), «Локус контроля – жизнь» (-0,65), а также общим уровнем осмысленности жизни (-0,80). Судя по данным корреляционного анализа, опросник смысложизненного кризиса и тест смысложизненных ориентаций диагностируют противоположные полюса одной и той же психологической переменной – уровня общей осмысленности жизни и его составляющих (осмысленности прошлого, настоящего и будущего). Тем не менее эти диагностические инструменты не являются взаимозаменяемыми, т.к. осмысленность жизни и смысложизненный кризис представляют собой качественно отличные по своей феноменологии состояния. Осмысленность жизни – это не просто отсутствие бессмысленности, а смысложизненный кризис – это не только низкий уровень осмысленности жизни. Поэтому для их диагностики нужны специализированные опросники, в содержании пунктов которых отражается особенная феноменология. В целом полученные данные удостоверяют критериальную валидность диагностической версии опросника «Смысложизненный кризис».

Обнаружена очень слабая, положительная, статистически недостоверная корреляционная зависимость между результатами тестирования по опроснику смысложизненного кризиса и шкалой, измеряющей выраженность мотивации социального одобрения (0,07). Это означает, что ответы испытуемых на задания опросника в очень малой степени искажаются эффектом социальной желательности и, скорее всего, описывают реальное положение дел. Возможно, корреляция со шкалой Д.Марлоу и Д.Крауна приближалась бы к нулю, если бы шкала ответов опросника смысложизненного кризиса включала категорию нейтральных, неопределенных ответов, позволяющих испытуемому уклониться от социально порицаемого ответа. Однако введение категории нейтральных ответов в нашей ситуации нецелесообразно, поскольку такие ответы неинформативны и снижают надежность опросника.

Конвергентная и дивергентная валидность диагностической версии опросника проверялась в ходе исследований, проведенных автором в 2005 – 2007 годах, путем коррелирования показателей опросника со шкалами методики исследования самоотношения С.Р.Панталева, многоуровневого личностного опросника «Адаптивность» (МЛО) А.Г.Маклакова и С.П.Чермянина, личностного опросника Р.Кеттелла 16-PF (форма С), пятифакторным личностным опросником 5PFQ в русскоязычной адаптации В.Е.Орла, А.А.Рукавишниковой, И.Г.Сенина, клиническими опросниками для

раннего выявления соматизированных психических нарушений С.Г.Сукиасяна и А.М.Минасяна, личностным семантическим дифференциалом. Данные, позволяющие оценить конструктивную валидность диагностической версии опросника, отражены в таблице 16.

Таблица 16 – Результаты оценки конструктивной валидности опросника «Смыслжизненный кризис» (50 пунктов) (корреляционным методом)

| Психологическая переменная | Объем выборки | г-Спирмена | ρ |
|---------------------------------------|---------------|------------|-------|
| 1 | 2 | 3 | 4 |
| Открытость (МИС) | 50 | 0,08 | Н.з. |
| Самоуверенность (МИС) | 50 | – 0,57 | 0,001 |
| Саморуководство (МИС) | 50 | – 0,40 | 0,003 |
| Отраженное самоотношение (МИС) | 50 | – 0,46 | 0,001 |
| Самоценность (МИС) | 50 | – 0,40 | 0,003 |
| Самопринятие (МИС) | 50 | – 0,41 | 0,002 |
| Самопривязанность (МИС) | 50 | – 0,36 | 0,008 |
| Внутренняя конфликтность (МИС) | 50 | 0,14 | Н.з. |
| Самообвинение (МИС) | 50 | 0,39 | 0,004 |
| Оценка (ЛД) | 50 | – 0,12 | Н.з. |
| Сила (ЛД) | 50 | – 0,18 | Н.з. |
| Активность (ЛД) | 50 | – 0,15 | Н.з. |
| Астения | 89 | 0,53 | 0,001 |
| Депрессия | 89 | 0,74 | 0,001 |
| Ипохондрия | 89 | 0,22 | 0,05 |
| Личностный адаптивный потенциал (МЛО) | 89 | 0,45 | 0,001 |
| Нервно-психическая устойчивость (МЛО) | 89 | 0,51 | 0,001 |
| Коммуникативные способности (МЛО) | 89 | 0,16 | Н.з. |
| Моральная нормативность (МЛО) | 89 | 0,29 | 0,01 |
| Экстраверсия – интроверсия (SPFQ) | 64 | – 0,23 | 0,05 |
| Привязанность – обособленность (SPFQ) | 64 | 0,04 | Н.з. |
| Самоконтроль – импульсивность (SPFQ) | 64 | – 0,63 | 0,001 |

Продолжение таблицы

| 1 | 2 | 3 | 4 |
|---|-----|--------|-------|
| Эмоциональная устойчивость – неустойчивость (5PFQ) | 64 | 0,57 | 0,001 |
| Экспрессивность – практичность (5PFQ) | 64 | – 0,10 | Н.з. |
| Замкнутость – общительность (фактор А 16PF-C) | 110 | – 0,04 | Н.з. |
| Интеллект (фактор В 16PF-C) | 110 | 0,09 | Н.з. |
| Эмоциональная неустойчивость – устойчивость (фактор С 16PF-C) | 110 | – 0,34 | 0,001 |
| Подчиненность – доминантность (фактор Е 16PF-C) | 110 | – 0,02 | Н.з. |
| Сдержанность – экспрессивность (фактор F 16PF-C) | 110 | 0,14 | Н.з. |
| Подверженность чувствам – нормативность (фактор G 16PF-C) | 110 | – 0,31 | 0,001 |
| Робость – смелость (фактор H 16PF-C) | 110 | 0,03 | Н.з. |
| Жесткость – чувствительность (фактор I 16PF-C) | 110 | – 0,26 | 0,01 |
| Доверчивость – подозрительность (фактор L 16PF-C) | 110 | 0,12 | Н.з. |
| Практичность – развитие воображение (фактор М 16PF-C) | 110 | 0,005 | Н.з. |
| Прямолинейность – дипломатичность (фактор N 16PF-C) | 110 | 0,10 | Н.з. |
| Уверенность в себе – тревожность (фактор О 16PF-C) | 110 | 0,42 | 0,001 |
| Консерватизм – радикализм (фактор Q ₁ 16PF-C) | 110 | 0,01 | Н.з. |
| Конформизм – неконформизм (фактор Q ₂ 16PF-C) | 110 | – 0,11 | Н.з. |
| Низкий самоконтроль – высокий самоконтроль (фактор Q ₃ 16PF-C) | 110 | – 0,53 | 0,001 |
| Расслабленность – напряженность (фактор Q ₄ 16PF-C) | 110 | 0,39 | 0,001 |
| Адекватность самооценки (фактор MD 16PF-C) | 110 | – 0,04 | Н.з. |

О конвергентной валидности диагностической версии опросника убедительно свидетельствуют статистически достоверные положительные корреляции с астенией, депрессией, ипохондрией,

самообвинением, тревожностью, эмоциональной неустойчивостью, напряженностью, ослабленным личностным адаптационным потенциалом. В то же время уровень смысложизненного кризиса, измеренный опросником, отрицательно коррелирует с высоким самоконтролем, самоуверенностью, саморуководством, самооценностью, самопринятием, самопривязанностью. Дивергентная валидность подтверждается отсутствием статистически значимых корреляций опросника с такими иррелевантными для смысложизненного кризиса признаками, как коммуникативные способности, консерватизм – радикализм, прямолинейность – дипломатичность, робость – смелость, подчиненность – доминантность, замкнутость – общительность, интеллект, привязанность – обособленность. Суммируя данные таблицы, можно утверждать, что сокращенная версия опросника «Смысложизненный кризис» диагностирует именно ту психологическую переменную, которая подпадает под описание кризиса смысла жизни в различных теоретических подходах.

На последнем этапе психометрической разработки была произведена нормализация диагностического варианта теста «Смысложизненный кризис», которая заключалась в трансформации сырых баллов в стандартную шкалу. В качестве стандартной шкалы была избрана шкала стенов (от англ. standard ten – стандартная десятка). Она характеризуется следующими статистическими параметрами: среднее = 5,5, стандартное отклонение = 2,0; складывается из 10 стандартных единиц (стенов), каждая из которых равняется 0,5 стандартного отклонения; значение в интервале 1 – 4 стенов трактуется как показатель низкой выраженности диагностируемой переменной; в интервале 5 – 6 стенов – как показатель ее умеренного уровня; в интервале 7 – 10 – как показатель высокого уровня выраженности переменной. Нормализация опросника смысложизненного кризиса проводилась на выборке объемом в 474 человека (196 мужчин и 278 женщин) в возрасте от 16 до 57 лет (средний возраст 21 год), репрезентативность которой обеспечивалась механизмом случайного отбора. В качестве оператора отбора использовался пронумерованный неранжированный список испытуемых, опрошенных по диагностическому варианту теста в период с 2003 г. по 2007 г. ($N = 803$ человека). Распределение результатов диагностики в выборке стандартизации носит нормальный характер ($d = 0,0323$, $p > 0,2$). Поскольку статистически значимые межполовые различия в проявлении смысложизненного кризиса не выявлены ($t = 0,0136$, $df = 472$, $p = 0,98$), то таблица стенов составлялась на материале всей выборки стандартизации без учета фактора пола.

Таблица 17 содержит результаты нормализации и служит для перевода «сырых» баллов в стандартные оценки - стены.

Таблица 17 – Диапазоны первичных показателей опросника «Смыслжизненный кризис» (50 пунктов) для отдельных стенов

| | | | | | | | | | | |
|-------------|-------|-------|-------|-------|--------|---------|---------|---------|---------|---------|
| Сырые баллы | 50-64 | 65-72 | 73-80 | 81-92 | 93-101 | 102-112 | 113-123 | 124-132 | 133-141 | 142-200 |
| Стены | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |

3.4 Порядок выполнения теста, обработки и интерпретации результатов

Методика предназначена для обследования психически здоровых (не страдающих болезненными психическими нарушениями, за исключением пограничных личностных расстройств) индивидов, как правило, от 15 лет независимо от уровня и профиля полученного ими образования. Испытуемому предъявляются стандартная инструкция, перечень вопросов и шаблонный бланк для регистрации ответов. Инструкция не лимитирует время обдумывания ответов, но не лишним будет напоминание о том, что желательно отвечать первым приходящим в голову ответом. В некоторых случаях исследователь (диагност) должен пояснять, что опросник не является пробой способностей, а нацелен на выявление индивидуального отношения испытуемого к собственной жизни, поэтому нет и быть не может принципиально «плохих» или «хороших» ответов. Это нейтрализует влияние эффекта социальной желательности на результаты обследования. Испытуемые должны заполнять опросник самостоятельно, не переговариваясь и не дискутируя содержание заданий и ответов между собой. Практика показывает, что на работу с исследовательской версией опросника (103 пункта) в среднем тратится 20 – 25 минут, а с диагностической версией (50 пунктов) – 10 – 12 минут. Благодаря четко составленной инструкции испытуемые могут работать с опросником как в присутствии исследователя (диагноста), так и заочно.

Опросник обнаруживает высокую *очевидную валидность* при работе с такими возрастными контингентами, как юноши, взрослые и пожилые люди. Это обусловлено тем, что содержание тестовых суждений «резонирует» с размышлениями и переживаниями взрослого человека по поводу собственной жизни. Практика применения опросника свидетельствует, что работа с ним пробуждает интерес взрослых испытуемых, желание разобраться в себе, настраивает на глубокую рефлекссию смысла и способа собственной жизни. Он пригоден и для обследования старших подростков (15 – 17 лет), которым также свойственно серьезное отношение к смысло-жизненной проблеме и озадаченность своим будущим. Это определяется тем, что данный возраст является сензитивным периодом для формирования смысла жизни и прочих психобиографических регуляторов в структуре личности, временем осознанного и активного поиска смысла жизни. Содержание опросника кажется вполне естественным с учетом возрастной специфики и соответствует главным задачам развития старшего подростка. В очень редких случаях испытуемые старшего подросткового возраста демонстрировали ироничное и враждебное отношение к ситуации обследования, за чем, скорее всего, скрывается либо защитная мотивация и глобальное предубеждение в отношении психологической диагностики, либо ретардация психического развития, дисгармония хронологического и психического возраста. При тестировании лиц старшего подросткового возраста рекомендуется более тщательно разъяснять цель методики, подробнее аргументировать важность вопросов жизненного и, в частности, смысложизненного самоопределения. Как уже ранее отмечалось, пункты опросника не нагружены научной терминологией, сформулированы без терминологических изощрений, что делает их доступными для осмысления любым психически полноценным индивидом.

Открытым остается вопрос о диапазоне применимости опросника в популяции психически нездоровых лиц. Разработчики зарубежных тестов смысла жизни, не задаваясь этим вопросом, использовали их в компаративных исследованиях на выборках нормальных лиц и пациентов психиатрических клиник, имеющих не только невротические, но и психотические расстройства. Мы убеждены, что методики, которые валидизированы и стандартизированы на популяции психически здоровых лиц, нельзя механически проецировать на выборку лиц с психическими нарушениями. Их следует использовать с осторожностью, каждый раз проверяя психометрическую адекватность методики, прежде чем извлечь из полу-

ченных результатов какие-либо научные выводы или поставить психологический диагноз. Наш собственный опыт показывает, что опросник смысложизненного кризиса может применяться в научных исследованиях и в клинической психодиагностике лиц с пограничными психическими аномалиями, которые шадят сферу интеллекта, а также с отклоняющимся личностным развитием по де-линквентному и аддиктивному типу (правонарушители, алкоголики, наркоманы).

Опросник смысложизненного кризиса может использоваться как в исследовательских, так и в диагностических целях: в первом случае при обработке достаточно получения «сырого» балла, а во втором – обязательна конвертация первичных тестовых оценок в стандартные баллы, что открывает возможность внутрииндивидуальных, межиндивидуальных и межгрупповых сравнений. При обработке результатов недействительными считаются такие пункты опросника, которые оставлены испытуемым без ответа или в которых отмечены два и более вариантов ответа. Если количество недействительных пунктов превысит 5 % от общего объема опросника (5 и более – для исследовательской версии, 3 и более – для диагностической версии), то результаты диагностики в целом нельзя признать достоверными.

Общее количество баллов, набранное как по исследовательской, так и по диагностической версии опросника «Смысложизненный кризис», характеризует общий функциональный уровень смысловой регуляции жизненного пути, а также уровень общей осмысленности жизни, включая осмысленность прошлого, настоящего и будущего. Чем выше этот показатель, тем сильнее, устойчивее и глубже человек переживает симптомы бессмысленности.

Высокие баллы по опроснику указывают на низкий уровень осмысленности и наличие специфических затруднений в смысловой регуляции и смыслообразовании жизненного пути. Такой человек воспринимает свою жизнь как скучную, неинтересную, непродуктивную, бесцельную, непоследовательную и недостаточно организованную. Потребность в смысле жизни у него не развита либо сильно фрустрирована; смыслопоисковая активность практически не выражена. Поиск и реализацию смысла жизни он считает бесполезным и даже вредным занятием, старается избегать мыслей о собственной жизни и ее смысле. В повседневной активности чаще руководствуется простыми потребностями, нежели идеалами. Интенсивно переживает внутреннюю опустошенность, истощенность, нереализованность в жизни. Преобладает субъективная

неудовлетворенность жизнью. Наблюдается падение мотивации жизнедеятельности: человек апатичен и безразличен к происходящему в жизни, у него отсутствует желание изменить жизнь в лучшую сторону и вообще взять ее течение под контроль. Уровень жизненных притязаний снижен; человек не стремится достичь в жизни чего-то значительного; сторонится дел, требующих длительной, напряженной работы и самопожертвования. Просматривается значительное рассогласование между осознанными представлениями о смысле жизни и реально действующим смыслом: человек реализует в жизни не те ценности, которые переживает как значимые на эмоциональном уровне. В этой связи многие повседневные дела и обязанности воспринимаются как совершенно бессмысленные, не представляющие никакой значимости; возникают трудности с разделением значимого и незначимого в жизни, выработкой внутренних критериев для принятия жизненно важных решений, оценением жизненных достижений. Представления о наиболее важных ценностях в жизни неустойчивы и внутренне конфликтны. Человек склонен обесценивать или радикально переоценивать те ценности, которые считал самыми главными в прошлом. Затрудняется с упорядочиванием ценностей – источников смысла жизни по значимости для себя. В целом считает жизнь зависящей от внешних обстоятельств, а не от собственных усилий.

Напоследок необходимо еще раз подчеркнуть, что опросник смысложизненного кризиса предназначен для изучения негативных аспектов субъективных переживаний и поведения человека, имеющего проблемы с определением и практическим воплощением смысла жизни. Он является специализированным инструментом для анализа феноменологии кризиса бессмысленности, и поему низкий балл, набранный испытуемым по результатам опроса, не может интерпретироваться «от противного», т.е. как показатель высокого уровня осмысленности жизни. В данном случае можно с уверенностью сказать, что испытуемый не страдает от кризиса смысла жизни, но это еще совсем не значит, что его жизнь проникнута и озарена глубоким смыслом. Психологу, применяющему опросник в своей профессиональной деятельности, всегда следует помнить, что смысложизненный кризис – это не просто дефицит осмысленности жизни, а осмысленность – это не только отсутствие кризисных проявлений. За каждым из этих состояний скрывается качественно своеобразная картина внутренних переживаний человека по поводу своей жизни, выраженных в качественно своеобразном рисунке поведения, деятельности и жизнедеятельности в целом.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Итак, проблема смысложизненного кризиса в развитии личности заставляет психологию перешагнуть границы субъективного мира и выйти в жизненный мир человека, обратившись к анализу неотъемлемых факторов человеческого существования. В этой онтологической перспективе обнаруживается, что, в отличие от других существ, для человека жизнь представляет особую проблему, а специфические атрибуты человеческой психики – сознание и личность – служат «психологическими орудиями» для ее решения. В этом предназначение и всех психических новообразований, складывающихся по ходу жизни в индивидуальном сознании и в структуре личности – смысла жизни, субъективной картины жизненного пути и других, при наличии которых мы единственно и можем охарактеризовать человека как сознательную личность. Кардинальные различия сознания и личности у разных людей связаны с различными способами отношения к проблеме собственной жизни. Можно сказать, что человек лишь настолько и является сознательной личностью, насколько он проблематизирует собственную жизнь и справляется с решением этой проблемы. Здесь же следует искать истоки самых глубинных и специфических для человека психологических проблем и кризисов, в том числе и кризиса смысла жизни.

С предельно общих позиций можно утверждать, что возможны два принципиальных способа отношения человека к проблеме собственной жизни, которые обуславливают уровень развития его сознания и личности. Один способ – это отношение к своей жизни как к вялотекущему, самопроизвольному процессу с летальным исходом в конце. При таком отношении сознание атрофируется, а личность деградирует, как всякая функция, которая не используется и не упражняется. Этот общий процесс увядания проявляется множеством личностных кризисов и нарушений, в ряду которых стоит и смысложизненный кризис. Совершенно другой способ – это отношение к жизни как предмету осознания, осмысления и практического преобразования, при котором человек оказывается не объектом, а субъектом жизни. Проблему собственной жизни человек переформулирует в конкретную задачу, в процессе решения которой его развитие в качестве сознательной деятельной личности поднимается до высот и достигает оптимума. И хотя этот способ не обещает полной неуязвимости для психологичес-

ких кризисов и проблем, в нем все же заключена огромная привилегия человека, который способен отнестись к своей жизни как к особой задаче, которую нужно решить, причем в жестко лимитированные сроки. Порой сама жизнь, а не человек, ставит эту задачу, контролирует ход ее выполнения и отсчитывает отпущенное время.

Смысл жизни в этой задаче выступает как искомое, которое не только обеспечивает человека общим принципом построения индивидуальной жизни, но и снимает с него давление времени. Последнее особо важно, ведь часто временная ограниченность жизни делает саму задачу жизнестроительства бессмысленной и бесперспективной в глазах человека. Смысложизненный кризис в развитии личности – это психологическая плата за уклонение от данной задачи либо недобросовестное ее решение. Кризис возникает не потому, что смерть роковым образом разрушает любой найденный смысл, а оттого, что человек не пытался или не сумел найти смысл, который бы разрушил и «пережил» смерть. Даже когда отведенное на решение время близится к концу, задача не теряет своего значения и, по сути, сводится к отысканию такого смысла, ради которого стоит жить и не страшно умереть.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Абульханова, К.А. Время личности и время жизни / К.А.Абульханова, Т.Н.Березина. – СПб.: Алетейя, 2001. – 304 с.
2. Абульханова-Славская, К. А. Стратегия жизни / К.А. Абульханова-Славская. – М.: Мысль, 1991. – 299 с.
3. Анастаси, А. Психологическое тестирование / А.Анастаси, С.Урбина. – СПб: Питер, 2001. – 688 с.
4. 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.
5. Анцыферова, Л.И. Психология повседневности: жизненный мир личности и «техники» ее бытия / Л.И.Анцыферова // Психологический журнал. – 1993. – Т.13. – №2. – С. 3 – 16.
6. Анцыферова, Л.И. Жизненный путь ученого (к 80-летию Ханса Томэ) / Л.И.Анцыферова // Психологический журнал. – 1995. – Т.16. – №3. – С. 158 – 169.
7. Артемьева, Е.Ю. Основы психологии субъективной семантики / Е.Ю.Артемьева. – М.: Смысл, 1999. – 352 с.
8. Артемьева, Е.Ю. Психология субъективной семантики / Е.Ю.Артемьева. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1980. – 128 с.
9. Асмолов, А.Г. О некоторых перспективах исследования смысловых образований личности / А.Г.Асмолов, Б.С.Братусь, Б.В.Зейгарник // Вопросы психологии. – 1979. – №4. – С. 35 – 46.
10. Асмолов, А.Г., Принципы исследования смысловых образований личности / А.Г.Асмолов, Е.Е.Насиновская, Е.З.Бассина // Развитие эргономики в системе дизайнера: тезисы докладов Всесоюзной конференции. – Боржоми, 1979. – С. 219 – 224.
11. Ахмеров, Р.А. Биографические кризисы личности: автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01 / Р.А.Ахмеров; ИП РАН. – М., 1994. – 24 с.
12. Батаршев, А.В. Пятифакторный личностный опросник / А.В.Батаршев // Диагностика черт личности и акцентуаций: Практическое руководство. – М.: Психотерапия, 2006. – 288 с.
13. Березина, Т.Н. Исследование внутреннего мира человека методом анализа характеристик мысли и образа / Т.Н.Березина // Психологический журнал. – 1999. – Т.20. – №5. – С. 27 – 37.
14. Березина, Т.Н. Пространственно-временные характеристики мысленных образов и их связь с особенностями личности / Т.Н.Березина // Психологический журнал. – 1998. – Т.19. – №4. – С. 13 – 25.

15. Биографический метод в социологии: история, методология, практика. – М.: Институт социологии РАН, 1994. – 147 с.
16. Божович, Л.И. Избранные психологические труды / Л.И.Божович. – М.: Международная педагогическая академия, 1995. – 209 с.
17. Божович, Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте / Л.И.Божович. – М.: Просвещение, 1968. – 464 с.
18. Бородич, А.А. Аксиология социального действия / А.А.Бородич. – Гродно: ГрГУ, 2005. – 275 с.
19. Братусь, Б.С. Аномалии личности / Б.С.Братусь. – М.: Мысль, 1988. – 304 с.
20. Братусь, Б.С. К изучению смысловой сферы личности / Б.С.Братусь // Вестник Московского ун-та. – Сер.14. – Психология. – 1981. – №2. – С. 46 – 56.
21. Братусь, Б.С. К проблеме смысловых образований личности / Б.С.Братусь // Очерки по психологии аномального развития личности / ред. Б.В.Зейгарник. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1980. – С. 111 – 126.
22. Брокмейер, Й., Нарратив: проблемы и обещания одной альтернативной парадигмы / Й.Брокмейер, Р.Харре // Вопросы философии. – 2000. – №3. – С. 98 – 112.
23. Бурлачук, Л.Ф. Психология жизненных ситуаций / Л.Ф.Бурлачук, Е.Ю.Коржова. – М.: РПА, 1998. – 263 с.
24. Бурлачук, Л.Ф. Словарь-справочник по психологической диагностике / Л.Ф.Бурлачук, С.М.Морозов. – Киев: Наукова думка, 1989. – 200 с.
25. Бьюдженталь, Дж. Искусство психотерапевта / Дж.Бьюдженталь. – СПб: Питер, 2001. – 304 с.
26. Бьюдженталь, Дж. Наука быть живым: Диалоги между терапевтом и пациентами в гуманистической терапии / Дж.Бьюдженталь. – М.: Класс, 1998. – 336 с.
27. Вардомацкий, А.П. Аксиобиографическая методика / А.П.Вардомацкий // Социологические исследования. – 1991. – №7. – С. 80-84.
28. Васильева, Ю.А. Особенности смысловой сферы личности при нарушении социальной регуляции поведения / Ю.А.Васильева // Психологический журнал. – 1997. – №2. – Т.18. – С. 58 – 78.
29. Василюк, Ф.Е. Психология переживания (анализ преодоления критических ситуаций) / Ф.Е.Василюк. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1984. – 200 с.
30. Вилюнас, В.К. Психологические механизмы мотивации человека / В.К.Вилюнас. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1990. – 288 с.

31. Вилюнас, В.К. Психология эмоциональных явлений / В.К.Вилюнас. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1976. – 142 с.
32. Головаха, Е.И. Психологическое время личности / Е.И.Головаха, А.А.Кроник. – Киев: Наукова думка, 1984. – 208 с.
33. Джидарьян, И.А. Представление о счастье в российском менталитете / И.А.Джидарьян. – СПб: Алетейя, 2001. – 249 с.
34. Дружинин, В.Н. Экспериментальная психология / В.Н.Дружинин. – СПб: Питер, 2000. – 320 с.
35. Зинченко, В.П. Методологические вопросы психологии / В.П.Зинченко, С.Д.Смирнов. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1983. – 164 с.
36. Исполотова, Е.Н. Модифицированная техника анализа ранних воспоминаний личности / Е.Н.Исполотова, Т.П.Николаева // Вопросы психологии. – 1999. – №1. – С. 69 – 77.
37. Калмыкова, Е.С. Нарратив в психотерапии: рассказы пациентов о личной истории (часть 1) / Е.С.Калмыкова, Э.Мергенталер // Психологический журнал. – 1998. – Т.19. – №5. – С. 97 –103.
38. Калмыкова, Е.С. Нарратив в психотерапии: рассказы пациентов о личной истории (часть 2) / Е.С.Калмыкова, Э.Мергенталер // Психологический журнал. – 1998. – Т.19. – №6. – С. 112 – 118.
39. Карпинский, К.В. Жизненный путь личности как проблема психологии / К.В.Карпинский // Психология. – 2005. – №3. – С. 3 – 14.
40. Карпинский, К.В. Личность как субъект жизни с позиций смыслового подхода / К.В.Карпинский // Акмеология. – 2003. – №4. – С. 3 – 28.
41. Карпинский, К.В. Осознанная саморегуляция жизненного пути личности / К.В.Карпинский // Психологическая служба. – 2003. – №4 – С. 22 – 31.
42. Карпинский, К.В. Проблема смысла жизни в современной зарубежной психологии: теоретические подходы и эмпирические исследования / К.В.Карпинский // Психологическая служба. – 2004. – №3. – С. 110 – 115.
43. Карпинский, К.В. Проблема смысла жизни в современной зарубежной психологии: смысл жизни и психическое здоровье личности / К.В.Карпинский // Психологическая служба. – 2004. – №4. – С. 108 – 116.
44. Карпинский, К.В. Проблема смысла жизни в современной зарубежной психологии: источники смысла жизни и их возрастная динамика / К.В.Карпинский // Психологическая служба. – 2004. – №5. – С. 104 – 114.
45. Карпинский, К.В. Психологическая характеристика смыслового кризиса / К.В.Карпинский // Белорусский психологический журнал. – 2005. – №1. – С. 20 – 28.

46. Карпинский, К.В. Смысловые диспозиции правового сознания личности и методика их психологической диагностики / К.В.Карпинский // Психологическая служба. – 2004. – №1. – С. 73 – 83.

47. Карпинский, К.В. Человек как субъект жизни: монография / К.В.Карпинский. – Гродно: ГрГУ, 2002. – 280 с.

48. Карпинский, К.В. Этиологические формы смысложизненного кризиса / К.В.Карпинский // Актуальные вопросы психического здоровья: материалы международной научно-практической конференции. – Гродно: Изд-во ГТМУ, 2005. – С. 64 – 66.

49. Карпинский, К.В. Биографический метод в исследовании жизненного пути личности / К.В.Карпинский // Псіхалогія. – 2001. – №2(23). – С. 89 – 105.

50. Карпинский, К.В. Культурные смыслы жизни / К.В.Карпинский // Современные психологические технологии влияния на личность: сборник научных статей / под ред. С.Л.Богомаза. – Витебск: ВГУ им. П.М.Машерова, 2005. – С. 43 – 49.

51. Карпинский, К.В. Методологическое значение категории субъекта в современной психологии / К.В.Карпинский // Вестник ГрГУ. – 2006. – Серия 4. Психология – №1(42). – С. 68 – 74.

52. Карпинский, К.В. Многомерная онтология смысла жизни / К.В.Карпинский // Психологический журнал. – 2006. – №1. – С. 44 – 50.

53. Карпинский, К.В. Психология жизненного пути личности / К.В.Карпинский – Гродно: Изд-во ГрГУ, 2002. – 170 с.

54. Квале, С. Исследовательское интервью / С.Квале. – М.: Смысл, 2003. – 324 с.

55. Клинические опросники для раннего выявления соматизированных психических нарушений // Обзорение психиатрии и медицинской психологии им. В.М.Бехтерева. – 1994. – №2. – С. 73 – 76.

56. Коломинский, Я.Л. Персоногенность как форма личностного развития / Я.Л.Коломинский // Псіхалогія. – 2001. – №2 – С. 49 – 63.

57. Коломинский, Я.Л. Персоногенная ситуация как проблема социальной психологии развития / Я.Л.Коломинский // Актуальные педагогические проблемы социальной психологии развития: материалы международной научно-практической конференции: В 2 ч. – Мн.: БГПУ, 1998. – Ч.1. – С. 196 – 199.

58. Кравченко, Л.С. Жизненный выбор личности (психологический анализ): автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01 / Л.С.Кравченко; ИП РАН. – М., 1987. – 19 с.

59. Кроник, А.А. Субъективная картина жизненного пути как предмет психологического исследования, диагностики и коррекции:

дис.... д-ра психол. наук: 19.00.01 / А.А.Кроник; ИП РАН. – М., 1994. – 71 с.

60. Кроник, А.А. Каузометрия: методы самопознания, психодиагностики и психотерапии в психологии жизненного пути / А.А.Кроник, Р.А.Ахмеров. – М.: Смысл, 2003. – 284 с.

61. Леонтьев, А.Н. Деятельность. Сознание. Личность / А.Н.Леонтьев. – М.: Политиздат, 1975. – 304 с.

62. Леонтьев, Д.А. Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой реальности / Д.А.Леонтьев. – М.: Смысл, 1999. – 487 с.

63. 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.

64. Леонтьев, Д.А. Тематический апперцептивный тест / Д.А.Леонтьев. – М.: Смысл, 1998. – 247 с.

65. Леонтьев, Д.А. Тест смысложизненных ориентаций (СЖО) / Д.А.Леонтьев. – М.: Смысл, 2000. – 18 с.

66. Леонтьев, Д.А. Факторная структура теста смысложизненных ориентаций / Д.А.Леонтьев, М.О.Калашников, О.Э.Калашникова // Психологический журнал. – 1993. – Т.14. – №1. – С. 150 – 155.

67. Леонтьев, Д.А. Психодиагностические возможности методики предельных смыслов / Д.А.Леонтьев, М.А.Филатова // Вестник Московского университета. – Серия 14. – Психология. – 1999. – №2. – С. 53 – 68.

68. Леонтьев, Д.А. Симбиоз и адаптация или автономия и трансценденция: выбор личности в непредсказуемом мире / Д.А.Леонтьев // Личность в современном мире: от стратегии выживания к стратегии жизнотворчества / под ред. Е.И.Яцуты. – Кемерово: ИПК «Графика», 2002. – С. 3 – 34.

69. Логинова, Н.А. Биографический метод в свете идей Б.Г. Ананьева / Н.А.Логинова // Вопросы психологии. – 1986. – №5. – С. 105 – 112.

70. Логинова, Н.А. Жизненный путь человека как проблема психологии / Н.А.Логинова // Вопросы психологии. – 1985. – №1. – С. 103 – 109.

71. Логинова, Н.А. Психобиографический метод исследования и коррекции личности / Н.А.Логинова. – Алматы: Казак университет, 2001. – 172 с.

72. Логинова, Н.А. Развитие личности и ее жизненный путь / Н.А.Логинова // Принцип развития в психологии / под ред. Л.И.Анцыферовой. – М.: Наука, 1978. – С. 156 – 172.

73. Логинова, Н.А. Ш.Бюлер – представитель гуманистической психологии / Н.А.Логинова // Вопросы психологии. – 1980. – №1. – С. 154 – 158.

74. Магомед-Эминов, М.Ш. Трансформация личности / М.Ш.Магомед-Эминов. – М.: Психоаналитическая ассоциация, 1998. – 496 с.

75. Мадди, С.Р. Смыслообразование в процессе принятия решений / С.Р.Мадди // Психологический журнал. – 2005. – Т.26. – №6. – С. 87 – 101.

76. Маслоу, А. Дальние пределы человеческой психики / А.Маслоу. – М.: Евразия, 1997. – 430 с.

77. Маслоу, А. Новые рубежи человеческой природы / А.Маслоу. – М.: Смысл, 1999. – 424 с.

78. Маслоу, А. Психология бытия / А.Маслоу. – М.: Рефл-бук, К.: Ваклер, 1997. – 304 с.

79. Мошкова, Г.Ю. Биографический метод и проблема психологии личности ученого / Г.Ю.Мошкова // Вопросы психологии. – 1994. – №2. – С. 131 – 141.

80. Мошкова, Г.Ю. Психобиография – новое направление в изучении науки / Г.Ю.Мошкова, А.В.Юревич // ВИЕТ. – 1989. – №3. – С. 67 – 75.

81. Муздыбаев, К. Измерение надежды / К.Муздыбаев // Психологический журнал. – 1999. – Т.20. – №4. – С. 26 – 35.

82. Муздыбаев, К. Психология ответственности / К.Муздыбаев. – М.: Наука, 1983. – 240 с.

83. Муздыбаев, К. Удовлетворенность жизнью, ощущение счастья, переживание смысла собственного бытия / К.Муздыбаев // Рабочий класс СССР на рубеже 80-х годов. – М.: Политиздат, 1981. – С. 181 – 198.

84. Насиновская, Е.Е. Методы изучения мотивации личности: Опыт исследования личностно-смыслового аспекта мотивации / Е.Е.Насиновская. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1988. – 80 с.

85. Нуркова, В.В. Роль автобиографической памяти в структуре идентичности личности / В.В.Нуркова // Мир психологии. – 2004. – №2. – С. 77 – 87.

86. Нуркова, В.В. Свершенное продолжается: Психология автобиографической памяти личности / В.В.Нуркова. – М.: Изд-во МГУ, 2000. – 320 с.

87. Нуркова, В.В. Автобиографическая память в трудной жизненной ситуации / В.В.Нуркова, К.Н.Василевская // Вопросы психологии. – 2004. – №5. – С. 93 – 102.

- 88.** Нуркова, В.В. Автобиографическая память: «сгущения» в субъективной картине прошлого / В.В.Нуркова, О.В.Митина, Е.В.Янченко // Психологический журнал. – 2005. – Т.26. – №2. – С. 22 – 32.
- 89.** Олпорт, Г. Личность в психологии / Г.Олпорт. – СПб.: КСП+, М.: Ювента, 1998. – 345 с.
- 90.** Олпорт, Г. Становление личности: Избранные труды / Г.Олпорт. – М.: Смысл, 2002. – 462 с.
- 91.** Осипова, О.С. Методологическое обоснование социогенеза: классические подходы и инновации / О.С.Осипова. – Гомель: БелГУТ, 1997. – 433 с.
- 92.** Осницкий, А.К. Саморегуляция активности субъекта в ситуации потери работы / А.К.Осницкий, Т.С.Чуйкова // Вопросы психологии. – 1999. – №1. – С. 92 – 104.
- 93.** Пантилеев, С.Р. Методика исследования самоотношения / С.Р.Пантилеев. – М.: Смысл, 1993. – 32 с.
- 94.** Патяева, Е.Ю. Ситуативное развитие и уровни мотивации / Е.Ю.Патяева // Вестник Московского университета. – Серия 14. – Психология. – 1983. – №4. – С. 23 – 33.
- 95.** Пергаменщик, Л.А. Введение в психологию кризисов / Л.А.Пергаменщик // Психалогія. – 1997. – №7. – С. 3 – 17.
- 96.** Пергаменщик, Л.А. Смысл жизни и война: анализируя документы двух эпох / Л.А.Пергаменщик, А.В.Орлова // Психалогія. – 2003. – №3. – С. 89 – 104.
- 97.** Пергаменщик, Л.А. Кризисная психология / Л.А.Пергаменщик. – Мн.: Вышэйшая школа, 2004. – 239 с.
- 98.** Петренко, В.Ф. Введение в экспериментальную психосемантику: исследование форм репрезентации в индивидуальном сознании / В.Ф.Петренко. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1983. – 176 с.
- 99.** Петренко, В.Ф. Основы психосемантики / В.Ф.Петренко. – Смоленск: Изд-во Смоленского ун-та, 1997. – 396 с.
- 100.** Петренко, В.Ф. Психосемантика сознания / В.Ф.Петренко. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1988. – 208 с.
- 101.** Поливанова, К.Н. Психология возрастных кризисов / К.Н.Поливанова. – М.: Академия, 2000. – 184 с.
- 102.** Полонников, А.А. Кризис личностно-определенной формы бытия человека в современной социокультурной ситуации / А.А.Полонников // Адукацыя і выхаванне. – 1997. – №7. – С. 73 – 81.
- 103.** Попогребский, А.П. Влияние инфаркта миокарда на смысловую сферу человека / А.П.Попогребский // Психологический журнал. – 1998. – Т.19. – №5. – С. 113 – 118.

- 104.** Практикум по экспериментальной и прикладной психологии / под ред. А.А.Крылова. – Л.: Изд-во ЛГУ, 1990. – 272 с.
- 105.** Рубинштейн, С.Л. Основы общей психологии. В 2 т. / С.Л.Рубинштейн. – М.: Педагогика, 1989. – Т. 1. – 1989. – 488 с.
- 106.** Рубинштейн, С.Л. Основы общей психологии. В 2 т. / С.Л.Рубинштейн. – М.: Педагогика, 1989. – Т. 2. – 1989. – 328 с.
- 107.** Рубинштейн, С.Л. Принципы и пути развития психологии / С.Л.Рубинштейн. – М.: АН СССР, 1959. – 351 с.
- 108.** Рубинштейн, С.Л. Проблемы общей психологии / С.Л.Рубинштейн. – М.: Педагогика, 1973. – 424 с.
- 109.** Сафуанов, Ф.С. Эмоционально-смысловая регуляция восприятия у психопатических личностей истеро-возбудимого круга: автореф. дис. ... канд. психол. наук / Ф.С.Сафуанов. – М.: МГУ, 1986. – 22 с.
- 110.** Сидоренко, Е.В. Терапия и тренинг по Альфреду Адлеру / Е.В.Сидоренко. – СПб.: Речь, 2000. – 352 с.
- 111.** Смирнов, С.М. Анализ опыта разработки экспериментальных методов изучения ценностей / С.М.Смирнов // Психологический журнал. – 1996. – Т.17. – №1. – С. 157 – 168.
- 112.** Соколова, Е.Т. Проективные методы исследования личности / Е.Т.Соколова. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1980. – 176 с.
- 113.** Субботский, Е.В. Изучение у ребенка смысловых образований / Е.В.Субботский // Вестник Моск. ун-та. – Серия 14. – Психология. – 1977. – №1. – С. 62 – 72.
- 114.** Тихомиров, О.К. Психология мышления / О.К.Тихомиров. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1984. – 270 с.
- 115.** Тихомиров, О.К. Значение и смысл в процессе решения мыслительной задачи / О.К.Тихомиров, В.А.Терехов // Вопросы психологии. – 1969. – №4. – С. 66 – 84.
- 116.** Улановский, А.М. Феноменологический подход как качественная исследовательская методология: автореф. дис... канд. психол. наук: 19.00.01 / А.М.Улановский. – М.: МГУ, 2005. – 15 с.
- 117.** Улановский, А.М. Качественная методология и конструктивистская ориентация в психологии / А.М.Улановский // Вопросы психологии. – 2006 – №3 – С. 27 – 37.
- 118.** Франкл, В. Основы логотерапии. Психотерапия и религия / В.Франкл. – СПб: Речь, 2000. – 286 с.
- 119.** Франкл, В. Человек в поисках смысла / В.Франкл. – М.: Прогресс, 1990. – 368 с.

120. Хомик, В.С. Деформация субъективной картины жизненного пути при ранней алкоголизации: автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01 / В.С.Хомик; АПН СССР. – М., 1985. – 21 с.

121. Хомик, В.С. Отношение к времени жизни: психологические проблемы ранней алкоголизации и отклоняющегося поведения / В.С.Хомик, А.А.Кроник // Вопросы психологии. – 1988. – №1. – С. 98 – 106.

122. Чудновский, В.Э. К проблеме адекватности смысла жизни / В.Э.Чудновский // Мир психологии. – 1999. – №2. – С. 74 – 80.

123. Чудновский, В.Э. К проблеме соотношения «внешнего» и «внутреннего» в психологии / В.Э.Чудновский // Психологический журнал. – 1993. – Т.14. – №5. – С. 3 – 12.

124. Чудновский, В.Э. Проблема оптимального смысла жизни / В.Э.Чудновский // Смысл жизни и акме: 10 лет поиска. В 2 ч. / под ред. А.А.Бодалева, В.Э.Чудновского, Н.Л.Карповой. – Часть 1. – М.: Смысл, 2004. – С. 3 – 19.

125. Чудновский, В.Э. Психологические составляющие оптимального смысла жизни / В.Э.Чудновский // Вопросы психологии. – 2003. – №3. – С. 3 – 16.

126. Чудновский, В.Э. Смысл жизни и судьба / В.Э.Чудновский // ОНС. – 1998. – №1. – С. 175 – 183.

127. Чудновский, В.Э. Смысл жизни и судьба человека / В.Э.Чудновский // Психолого-педагогические и философские проблемы смысла жизни / под ред. А.А.Бодалева, В.Э.Чудновского. – М.: ПИ РАО, 1997. – С. 57 – 72.

128. Чудновский, В.Э. Смысл жизни и судьба / В.Э.Чудновский. – М.: Ось-89, 1998. – 236 с.

129. Чудновский, В.Э. Смысл жизни как психологическая реальность / В.Э.Чудновский // Психолого-педагогические и философские проблемы смысла жизни / под ред. А.А.Бодалева, В.Э.Чудновского. – М.: ПИ РАО, 1997. – С. 14 – 22.

130. Чудновский, В.Э. Смысл жизни: проблема относительной эмансипированности от внешнего и внутреннего / В.Э.Чудновский // Психологический журнал. – 1995. – Т.16. – №2. – С. 15 – 26.

131. Шмелев, А.Г. Введение в экспериментальную психосемантику: теоретико-методологические основания и психодиагностические возможности / А.Г.Шмелев. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1983. – 158 с.

132. Эйдман, Е.В. Развитие средств волевой регуляции деятельности / Е.В.Эйдман // Вестник Моск. ун-та. – Серия 14. – Психология. – 1986. – №4. – С. 3 – 8.

- 133.** Ялом, И. Экзистенциальная психотерапия / И.Ялом. – М.: Класс, 1998. – 576 с.
- 134.** Янчук, В.А. Методолого-психологические основания развития психологической науки в культурно-научной традиции пост-модернизма / В.А.Янчук // Белорусский психологический журнал. – 2004. – №1(1). – С. 4 – 13.
- 135.** Adler, A. *Sens zycia* / A.Adler. – Warszawa: PWN, 1986. – 276 s.
- 136.** Antonovsky, A. The structure and properties of the sense of coherence scale / A.Antonovsky // *Social Science and Medicine*. – 1993. – №36(6). – P. 725 – 301.
- 137.** Atkinson, R. *The Life Story Interview: Qualitative Research Methods* / R.Atkinson. – Sage Publications, 1998. – 104 p.
- 138.** Battista, J. The development of meaning in life / J.Battista, R.Almond // *Psychiatry*. – 1973. – №36. – P. 409 – 427.
- 139.** Baumeister, R.F. How stories make sense of personal experiences: Motives that shape autobiographical narratives / R.F.Baumeister, L.S.Newman // *Personality and Social Psychology Bulletin*. – 1994. – №20. – P. 676 – 690.
- 140.** Bluck, S. The life story schema / S.Bluck, T.Harbermas // *Motivation and Emotion*. – 2000. – V. 24. – P. 121 – 145.
- 141.** Brzezinski, J. *Metodologia badan psychologicznych* / J.Brzezinski. – Warszawa: PWN, 1996. – 680 s.
- 142.** Buhler, Ch. *Bieg zycia ludzkiego* / Ch.Buhler. – Warszawa: PWN, 1999. – 437 s.
- 143.** Clandinin, D.J. *Narrative inquiry and story in qualitative research* / D.J.Clandinin, F.M.Connelly. – San Francisco: Jossey-Bass, 2000. – 286 p.
- 144.** Crumbaugh, J.C. Cross-validation of purpose in life test based on Frankl's concepts / J.C.Crumbaugh // *Journal of Individual Psychology*. – 1968. – №24. – P. 74 – 81.
- 145.** 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*. – 1975. – №33. – P. 900 – 907.
- 146.** Crumbaugh, J.C. *Manual of Instructions for The Purpose in Life Test* / J.C.Crumbaugh, L.T.Maholick. – Munster, Indiana: Psychometric Affiliates, 1969.
- 147.** 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. – №20. – P. 200 – 207.

148. Debats, D.L. Sources of meaning: An investigation of significant commitments in life / D.L.Debats // *Journal of Humanistic Psychology*. – 1999. – V.39. – №4. – P. 28 – 58.

149. Debats, D.L. The Life Regard Index: Reliability and Validity / D.L.Debats // *Psychological Reports*. – 1990. – №67. – P. 27 – 34.

150. 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. – V. 86. – №3. – P. 359 – 376.

151. Demetrio Duccio Autobiografia: Terapeutyczny wymiar pisania o sobie / Demetrio Duccio. – Krakow: Impuls, 2000. – 170 s.

152. DeVogler, K. Depth of meaning in life: Explicit rating criteria / K.DeVogler, P.Ebersole // *Psychological Reports*. – 1985. – №56. – P. 303 – 310.

153. DeVogler, K. Young adolescents' meaning in life / K.DeVogler, P.Ebersole // *Psychological Reports*. – 1983. – №52. – P. 427 – 431.

154. DeVogler, K. Categorization of college students' meaning of life / K.DeVogler, P.Ebersole // *Psychological Reports*. – 1980. – №46. – P. 387 – 390.

155. Ebersole, P. Meaning in life categories of later life couples / P.Ebersole, S.DePaola // *Journal of Psychology*. – 1987. – №12. – P. 185 – 181.

156. Ebersole, P. Meaning in life depth in the active married elderly / P.Ebersole, S.DePaola // *Journal of Psychology*. – 1989. – №11. – P. 171 – 178.

157. Ebersole, P. Bias in meaning in life ratings / P.Ebersole, S.Kobayakawa // *Psychological reports*. – 1989. – №65. – P. 911 – 914.

158. Elmore, T.M. Anomie, existential neurosis, and personality: relevance for counseling / T.M.Elmore, E.D.Chambers // *Proceedings of the 75th Annual Convention of the American Psychological Association*, 1976. – P. 341 – 342.

159. Fabry, J. Guideposts of meaning / J.Fabry. – Oakland, CA: Harbinger, 1988.

160. Fankanowski, M. Mozliwosci badania realizacji wartosci / M.Fankanowski // *Acta Universitatis Wratislaviensis № 1680: Prace Psychologiczne XXXVIII*. – Wroclaw, 1995. – S. 63 – 71.

161. Giorgi, A. Fenomenologia i badania psychologiczne / A.Giorgi. – Bialystok: Trans Humana, 2003. – 286 s.

162. Giorgi, A. Psychologia jako nauka empiryczna uprawiana z ludzkiej perspektywy: Podejscie fenomenologiczne / A.Giorgi. – Bialystok: Trans Humana, 2002. – 294 s.

163. Hablas, R. The Life Purpose Questionnaire: an alternative to the Purpose-in-Life Test for geriatric, neuropsychiatric patients / R.Hablas, R.Hutzell // *Analecta Frankliana* / S.A.Wawrytko (ed.). – Berkeley: Strawberry Hill, 1982. – P. 211 – 215.

164. Hermans, H.J.M. The meaning of life as an organized process / H.J.M.Hermans // *Psychotherapy*. – 1989. – №26. – P. 11 – 22.

165. Hermans, H.J.M., *Autonarracje: Tworzenie znaczen w psychoterapii* / H.J.M.Hermans, E.Hermans-Jansen. – Warszawa: PTP, 2000. – 370 s.

166. Hermans, H.J.M. *Self-narratives: The Construction of Meaning in Psychotherapy* / H.J.M.Hermans, E.Hermans-Jansen. – New York: Guilford Press, 1995. – 359 p.

167. Hermans, H.J.M. *The dialogical self: Meaning as movement* / H.J.M.Hermans, H.J.G.Kempen. – San Diego: Academic Press, 1993. – 195 p.

168. Hermans, H.J.M. *Self as an organized system of valuations: towards a dialogue with the person* / H.J.M.Hermans // *Journal of Counseling Psychology*. – 1987. – №34. – P. 10 – 19.

169. Hermans, H.J.M. *The integration of nomothetic and idiographic research methods in the study of personal meaning* / H.J.M.Hermans // *Journal of Personality*. – 1988. – №56. – P. 785 – 812.

170. Hermans, H.J.M. *The person as so-investigator in personality research* / H.J.M.Hermans, H.Bonarius // *European Journal of Personality*. – 1991. – №5. – P. 199 – 216.

171. 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.

172. Hooker, K. *New directions for research in personality and aging: A comprehensive model for linking levels, structures, and processes* / K.Hooker // *Journal of Research in Personality*. – 2002. – №36. – P. 318 – 334.

173. Kaufman, S.R. *The ageless self: Sources of meaning in late life* / S.R.Kaufman. – Madison: University of Wisconsin Press, 1986. – 214 p.

174. Kvale, S. *InterViews: Wprowadzenie do jakosciowego wywiadu badawczego* / S.Kvale. – Bialystok: Trans Humana, 2004. – 326 s.

- 175.** LifeLine и другие новые методы психологии жизненного пути / под ред. А.А.Кроника. – М.: Прогресс, 1993. – 230 с.
- 176.** Lukas, E. Living with meaning / E.Lukas. – New York: Grove Press, 1984. – 168 p.
- 177.** Maddi, S. The existential neurosis / S.Maddi // Journal of Abnormal Psychology. – 1967. – №72. – P. 311 – 325.
- 178.** 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.
- 179.** 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. – №37. – P. 845 – 860.
- 180.** McAdams, D.P The psychology of life stories / D.P.MacAdams // Review of General Psychology. – 2001. – №5. – P. 123 – 156.
- 181.** McAdams, D.P. Narrating the self in adulthood / D.P.MacAdams // Aging and biography: Exploration in adult development / J.Birren, G.Kenyon (eds.). – New York: Springer, 1996. – P. 131 – 142.
- 182.** McAdams, D.P. Stories we live by: Personal myths and the making of the self / D.P.MacAdams. – New York: Morrow, 1993. – 230 p.
- 183.** McAdams, D.P. What do we know when we know a person? / D.P.MacAdams // Journal of Personality. – 1995. – №63 (3). – P. 365 – 396.
- 184.** Moore, S.L. The Quest for Meaning in Aging / S.L.Moore, B.Metcalf, M.Schow // Geriatric Nursing. – 2006. – Vol.27. – №5. – P. 293 – 299.
- 185.** Moustakas, C. Fenomenologiczne metody badan / C.Moustakas. – Bialystok: Trans Humana, 2001. – 218 s.
- 186.** Oles, P. Proby integracji nomotetycznego i idiograficznego stylu badan w psychologii wartosci / P.Oles // Wyklady z psychologii w KUL: Tom 5. – Lublin: KUL, 1991. – s. 73 – 83.
- 187.** Oles, P. Wartosciowanie a osobowosc / P.Oles. – Lublin: KUL, 1989. – 201 s.
- 188.** Polkinghorne, D.E. Phenomenological research methods / D.E.Polkinghorne // Existential-Phenomenological Perspectives in Psychology: Exploring the breadth of human experience / R.S.Valle, S.Halling (eds.). – N.Y. – London: Plenum Press, 1989. – P. 41 – 60.
- 189.** Popielski, K. Noetyczny wymiar osobowosci. Psychologiczna analiza poczucia sensu zycia / K.Popielski. – Lublin: KUL, 1994. – 445 s.
- 190.** Popielski, K. (red.) Czlowiek – Wartosci – Sens: Studia z psychologii egzystencji. – Lublin: KUL, 1996. – 290 s.

191. Potter, J. Discourse and social psychology: Beyond attitudes and behavior / J.Potter, M.Wetherell. – L.: Sage. – 254 p.

192. 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.

193. 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.). – Thousand Oaks: Sage, 2000. – P. 123 – 136.

194. Randall, W. The stories we are: an essay on self-creation / W.Randall. – Toronto: University of Toronto Press, 1997. – 198 p.

195. Reed, P.G. Self-transcendence and mental health in the oldest-old adults / P.G.Reed // Nursing Research. – 1991. – №40. – P. 5 – 11.

196. Reker, G.T. Theoretical perspectives, 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 Publications, 2000. – P. 107 – 122.

197. Reker, G.T. Manual of the Life Attitude Profile – Revised / G.T.Reker. – Peterborough, ON: Student Psychologists Press, 1992.

198. Reker, G.T. Factor structure and invariance of personal meaning measures in cohort of younger and older adults / G.T.Reker, P.S.Fry // Personality and Individual Differences. – 2003. – №35. – P. 977 – 993.

199. Reker, G.T. The Life Attitude Profile (LAP): a multidimensional instrument for assessing attitudes towards life / G.T.Reker, E.J.Peacock // Canadian Journal of Aging. – 1981. – №3. – P. 23 – 32.

200. Reker, G.T. Aging as individual process: toward a theory of personal meaning / G.T.Reker, P.T.P.Wong // Emergent theories of aging / J.E.Birren, V.L.Bengston (eds.). – New York: Springer Publishing Company, 1988. – P. 214 – 246.

201. Ruffin, J.E. The anxiety of meaninglessness / J.E.Ruffin // Journal of Counseling and Development. – 1984. – №63. – P. 40 – 42.

202. Runyan, W.M. Historie zycia a psychobiografia / W.M.Runyan. – Warszawa: PWN, 1992. – 290 s.

203. Runyan, W.M. Life histories and psychobiography: Exploration in theory and method / W.M.Runyan. – New York: Oxford University Press, 1982. – 286 p.

204. Smith, L.S. Biographical Method / L.S. Smith // Handbook of Qualitative research / N.R.Denzin, Y.S.Lincoln (eds.). – London: Sage, 1994. – P. 286 – 305.

205. Thomae, H. Das Individuum und seine Welt / H.Thomae. – Zurich, 1988. – 189 s.

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

207. Widdershoven, G.A.M. The story of life: Hermeneutic perspectives on the relationship between narrative and life history / G.A.M.Widdershoven // The narrative study of lives / R.Josselson, A.Lieblich (eds.). – Newbury Park: Sage, 1993. – P. 1 – 20.

208. 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 / P.T.P.Wong, P.S.Fry (eds.). – Mahwah, NJ: Erlbaum, 1998. – P. 111 – 140.

209. Zurko, M. Badania systemu znaczen wewnetrznych metoda autobiograficzna / M.Zurko // Acta Universitatis Wratislaviensis № 1768: Prace Psychologiczne XLIV. – Wroclaw, 1995. – S. 53 – 62

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение А

Логическая классификация психологических концепций смысложизненного кризиса

| | Персонологический подход | Возрастной подход | |
|---|---|--|---|
| Психодинамиче- ское направление | <input type="checkbox"/> концепция К.Юнга; <input type="checkbox"/> концепция А.Адлера | <input type="checkbox"/> концепция К.Юнга; <input type="checkbox"/> концепция Э.Эриксона; <input type="checkbox"/> концепция Дж.Вейланта; <input type="checkbox"/> концепция Э.Жака; <input type="checkbox"/> концепция Р.Гоулда | Психодинамиче- ское направление |
| Гумани- стическое направ- ление | <input type="checkbox"/> концепция метапато- логий А.Маслоу; <input type="checkbox"/> концепция ценностно- го кризиса (Ш.Бюлер, Г.Олпорт, А.Маслоу, К.Роджерс, Х.Херманс) | <input type="checkbox"/> концепция Ш.Бюлер | Гумани- стическое направ- ление |
| Экзистенциальное направление | <input type="checkbox"/> концепция ноогенного невроза В.Франкла <input type="checkbox"/> концепция экзистенциаль- ного невроза С.Мадди <input type="checkbox"/> концепция кризиса бес- смысленности И.Ялома <input type="checkbox"/> концепция фрустрации потребности в смысле жизни К.Обуховского <input type="checkbox"/> концепция нозического невроза К.Попельского | <input type="checkbox"/> концепция Д.Левинсона; <input type="checkbox"/> концепция Г.Шихи; <input type="checkbox"/> концепция Б.Ливерхуда | Психосоциальное (комплексное) направление |
| Субъектно- деятельностное направление | <input type="checkbox"/> концепция жизненного кризиса Ф.Е.Василюка; <input type="checkbox"/> концепция биографи- ческих кризисов лич- ности А.А.Кроника и Р.А.Ахмерова; <input type="checkbox"/> концепция смыслоут- раты М.Ш.Магомед- Эминова; <input type="checkbox"/> концепция адекватности (оптимальности) смысла жизни В.Э.Чудновского. | <input type="checkbox"/> концепция В.И.Слобод- чикова | Антропологическое направление |

**Исследовательская версия опросника
«Смыслжизненный кризис»**

Инструкция: «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. При этом используйте следующую шкалу:

- 4 – абсолютно верно
- 3 – пожалуй, верно
- 2 – пожалуй, неверно
- 1 – абсолютно неверно

Свои оценки вписывайте в специальный бланк, напротив номера соответствующего утверждения. 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».

1. В моей жизни существует такое дело, которому я с радостью посвящаю самого себя и свое свободное время.
2. Не могу уяснить, в чем конкретно заключается смысл моей жизни.
3. Меня очень раздражают мои повседневные дела и заботы.
4. Я готов терпеливо преодолевать нелегкие преграды на пути к моим жизненным целям.
5. Жизнь видится мне бессмысленной и пустой.
6. У меня еще не выработан определенный жизненный идеал.
7. Воспринимаю свою жизнь как своеобразную миссию или задание, которое должно быть выполнено мной и только мной.
8. Вряд ли мои жизненные принципы и убеждения стоят того, чтобы вынести ради них тяжелые испытания.
9. Мне уже надоело преследовать когда-то поставленные цели.
10. За последний год мои жизненные ценности практически не изменились.
11. Чувствую, что я уже перерос и исчерпал те планы, которые когда-то для себя наметил.

12. Есть такие ценности, за которые я могу отдать свою жизнь, пожертвовать собой.

13. Я слабо осознаю, что действительно важно в моей жизни, а что совсем неважно.

14. Моя жизнь имеет глубокий смысл.

15. Свои повседневные дела и обязанности я выполняю с большим воодушевлением и интересом.

16. Не стремлюсь чего-то достичь в своей жизни.

17. Ценности, с которыми я связываю свою перспективу, практически не отличаются от тех ценностей, которые я осуществляю в настоящее время.

18. Извлечение сиюминутной выгоды для меня важнее, чем стремление к далеким жизненным целям.

19. Меня бы вполне устроила материально обеспеченная, но лишенная содержательного смысла жизнь.

20. В моей жизни мало вещей и занятий, к которым я равнодушен.

21. Мне не удастся воплотить свои жизненные цели и планы, и это является для меня проблемой.

22. Ловлю себя на том, что большую часть времени занимаюсь бессмысленными делами.

23. Реализую только те ценности в жизни, которые меня привлекают.

24. Я разочаровался в тех ценностях, которые когда-то считал самыми важными в моей жизни.

25. С моей точки зрения, поиск смысла жизни – это бесполезная затея.

26. Я четко осознаю, что такое жизненный успех и в чем конкретно он состоит.

27. Человеческая жизнь вряд ли имеет какой-либо смысл вообще.

28. Изю всех сил стараюсь приблизиться к своему жизненному идеалу.

29. Моя жизнь бесполезна, а может быть, даже вредна для окружающих.

30. В жизни руководствуюсь не столько практической пользой, сколько высокими ценностями и идеалами.

31. Реализую совсем не те ценности, которые составляют смысл моей жизни.

32. Чувствую в себе достаточно сил и энергии для реализации своих жизненных замыслов.

33. Легко отличаю значимое от незначимого в своей жизни.
34. Меня не покидает чувство, что я упустил или потерял в жизни что-то очень важное.
35. Ощущаю внутреннюю опустошенность.
36. В любой ситуации остаюсь верным своим жизненным идеалам.
37. Мои представления о смысле жизни часто меняются.
38. В тех ситуациях, где необходимо принять важное жизненное решение, я испытываю полную растерянность.
39. В жизни я преимущественно делаю то, что ожидают или требуют от меня другие люди.
40. Испытываю желание оставить что-то значимое после себя.
41. Ценности, ради которых живет большинство людей, с моей точки зрения, ничего не стоят.
42. Никогда по-настоящему глубоко не задумывался о смысле жизни.
43. Я бываю так увлечен перспективными целями, что забываю о текущих проблемах.
44. Мои поступки в своем большинстве не связаны с какой-либо жизненной целью и чаще всего носят случайный характер.
45. Я слишком озабочен своими проблемами, чтобы думать о смысле жизни.
46. Мои жизненные ценности за последнее время фактически не изменились.
47. Мне совсем не хочется жить ради тех ценностей, которые считаю смыслом своей жизни.
48. В преследовании жизненных целей я напорист и последователен.
49. Ценности, которые я ставлю превыше всего в своей жизни, не приносят мне удовлетворения.
50. Испытываю сильную потребность определить смысл своей жизни.
51. Жизнь в соответствии с когда-то сформулированными целями в моей ситуации невозможна.
52. Переживаю внутренние колебания, действительно ли мои жизненные ценности и цели столь важны.
53. Многие дела и обязанности, которые я вынужден выполнять, абсолютно мне безразличны.
54. Чаще всего поступаю в соответствии со своими жизненными принципами и убеждениями.

55. У меня очень противоречивые взгляды на жизнь и, в частности, на смысл жизни.

56. Меня не оставляет мысль, что я потерялся в жизни и нахожусь не на своем месте.

57. Мне кажется, я нашел свое жизненное призвание или, по крайней мере, близок к тому, чтобы его отыскать.

58. Я «разбрасываюсь» по жизни: загораюсь одним делом, но быстро остываю и окунаюсь с головой в другое.

59. Для меня не имеет особого значения, каким делом в жизни я занят и занят ли вообще.

60. Когда выйду на пенсию, займусь теми делами, о которых всегда мечтал, а не тем, что вынужден делать сейчас.

61. Часто задаю себе вопрос о том, ради чего я живу.

62. Потребность познать смысл своей жизни мне совершенно чужда.

63. Отлично понимаю, куда я в жизни двигаюсь и зачем.

64. Мне легко заставить себя упорно работать ради своих жизненных планов.

65. В моей жизни нет такого занятия, которое дарит человеку чувство удовлетворения и обычно называется «отдушиной».

66. Я живу в основном ради удовлетворения своих потребностей и получения всевозможных удовольствий.

67. Мои жизненные ценности совсем не противоречат друг другу.

68. Без труда отделяю, какие цели в моей жизни приоритетные, а какие – второстепенные.

69. Стараюсь поменьше думать о смысле жизни и обо всем, что с ним связано.

70. Для меня характерна активная жизненная позиция: я активно отстаиваю и защищаю то, что кажется мне важным и правильным.

71. Когда я планирую жизнь на несколько месяцев или лет вперед, предпочитаю делать это самостоятельно, без чьей-либо помощи.

72. Мне остро не хватает времени, чтобы заниматься теми делами, к которым «лежит душа».

73. В последнее время я существенно переоценил смысл своей жизни.

74. У меня всегда получается «выкроить» время для тех дел, в которых я вижу свою жизненную перспективу.

75. Все чаще замечаю, что мои действия являются хаотическими и сумбурными.

76. Часто переживаю внутренний конфликт между различными ценностями.

77. Я полон энергии и энтузиазма, когда дело доходит до практической реализации избранных мною ценностей.

78. Совершенно не сомневаюсь в значимости своих жизненных целей.

79. В силу тех или иных обстоятельств мне приходится поступать вопреки своим жизненным принципам и идеалам.

80. Думаю, что моя жизнь имеет ценность независимо от того, что я достиг к настоящему времени.

81. Для меня намного важнее простые потребности, чем духовные ценности.

82. И сегодня я предан тем ценностям, которые избрал для себя в прошлом.

83. Каждый день стараюсь посвятить тому, чтобы хоть немного приблизиться к своим жизненным целям.

84. Когда спрашиваю себя том, что важно в моей жизни, меня охватывают тревога и беспокойство.

85. В моей жизни отсутствуют такие ценности, которые я на самом деле высоко ценю.

86. Если задаю себе вопрос о смысле моей жизни, то, как правило, нахожу на него удовлетворительный ответ.

87. До сих пор не знаю, чего я хочу от жизни.

88. Мне незнакомы такие образцы жизни, которым я был бы готов следовать и подражать.

89. Обычно пытаюсь осмыслить события моей жизни, определить их внутренний смысл для себя.

90. Не знаю, почему я делаю то, что делаю в жизни.

91. У моей жизни нет единого и устойчивого направления, потому что я постоянно мечусь от одного занятия к другому.

92. Потребность понять свое предназначение играет важную роль в моей жизни.

93. В моей жизни много вещей, которые приносят мне чувство радости и счастья.

94. Есть такие идеи и убеждения, в которые я твердо верю и готов бороться за них всю свою жизнь.

95. Нисколько не сожалею о своем жизненном выборе.

96. В моей жизни происходит много важных, приятно волнующих событий.

97. Если бы меня спросили, что я ценю больше всего в своей жизни, я бы не смог дать однозначный ответ.

98. Вижу глубокий смысл в стремлении к идеалам.

99. Я убежден, что занимаюсь в жизни именно тем делом, которое приведет меня к успеху и даст возможность раскрыть внутренний потенциал.

100. За последние месяцы я несколько не продвинулся в осуществлении своих планов на жизнь.

101. У меня на будущее намечены важные события, ради свершения которых я много работаю уже сейчас.

102. Думаю, что моя жизнь более осмыслена, чем жизнь большинства людей.

103. Я не решаюсь проводить в жизнь свои ценности и идеалы, поскольку они кажутся мне неосуществимыми.

Дешифратор

| Прямые утверждения | Обратные утверждения |
|--|---|
| 2, 3, 5, 6, 8, 9, 11, 13, 16, 18, 19, 21, 22, 24, 25, 27, 29, 31, 34, 35, 37, 38, 39, 41, 42, 44, 45, 47, 49, 51, 52, 53, 55, 56, 58, 59, 60, 62, 65, 66, 69, 72, 73, 75, 76, 79, 81, 84, 85, 87, 88, 90, 91, 97, 100, 103 | 1, 4, 7, 10, 12, 14, 15, 17, 20, 23, 26, 28, 30, 32, 33, 36, 40, 43, 46, 48, 50, 54, 57, 61, 63, 64, 67, 68, 70, 71, 74, 77, 78, 80, 82, 83, 86, 89, 92, 93, 94, 95, 96, 98, 99, 101, 102 |

Сумма баллов, набранных испытуемым, свидетельствует о выраженности у него психологических признаков смысложизненного кризиса. Чем выше эта сумма, тем глубже, интенсивнее и острее переживается кризис смысла жизни. Для подсчета суммарного балла необходимо проделать следующую процедуру:

1) Ответам испытуемых на прямые утверждения опросника приписываются баллы на основе прямого соотношения номера ответа и количества баллов:

| | | | | |
|--------------|---|---|---|---|
| Номер ответа | 4 | 3 | 2 | 1 |
| Балл | 4 | 3 | 2 | 1 |

2) Ответам испытуемых на обратные утверждения опросника приписываются баллы на основе перевернутого соотношения номера ответа и количества баллов:

| | | | | |
|--------------|---|---|---|---|
| Номер ответа | 4 | 3 | 2 | 1 |
| Балл | 1 | 2 | 3 | 4 |

В бланке ответов затенены те поля, которые соответствуют прямым утверждениям (их не надо перекодировать, т.к. количество баллов равно номеру ответа).

Бланк для ответов

Фамилия, имя, отчество _____ Дата _____

| № | № | № | № | № | № | № |
|----|----|----|----|-----|-----|---|
| 1 | 21 | 41 | 61 | 81 | 101 | |
| 2 | 22 | 42 | 62 | 82 | 102 | |
| 3 | 23 | 43 | 63 | 83 | 103 | |
| 4 | 24 | 44 | 64 | 84 | | |
| 5 | 25 | 45 | 65 | 85 | | |
| 6 | 26 | 46 | 66 | 86 | | |
| 7 | 27 | 47 | 67 | 87 | | |
| 8 | 28 | 48 | 68 | 88 | | |
| 9 | 29 | 49 | 69 | 89 | | |
| 10 | 30 | 50 | 70 | 90 | | |
| 11 | 31 | 51 | 71 | 91 | | |
| 12 | 32 | 52 | 72 | 92 | | |
| 13 | 33 | 53 | 73 | 93 | | |
| 14 | 34 | 54 | 74 | 94 | | |
| 15 | 35 | 55 | 75 | 95 | | |
| 16 | 36 | 56 | 76 | 96 | | |
| 17 | 37 | 57 | 77 | 97 | | |
| 18 | 38 | 58 | 78 | 98 | | |
| 19 | 39 | 59 | 79 | 99 | | |
| 20 | 40 | 60 | 80 | 100 | | |

Диагностическая версия опросника «Смыслжизненный кризис» (50 пунктов)

Инструкция: «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. При этом используйте следующую шкалу:

- 4 – абсолютно верно
- 3 – пожалуй, верно
- 2 – пожалуй, неверно
- 1 – абсолютно неверно

Свои оценки вписывайте в специальный бланк, напротив номера соответствующего утверждения. 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».

1. Не могу уяснить, в чем конкретно заключается смысл моей жизни.
2. Жизнь видится мне бессмысленной и пустой.
3. Легко отличаю значимое от незначимого в своей жизни.
4. У меня еще не выработан определенный жизненный идеал.
5. Я слабо осознаю, что действительно важно в моей жизни, а что совсем неважно.
6. Моя жизнь имеет глубокий смысл.
7. Извлечение сиюминутной выгоды для меня важнее, чем стремление к далеким жизненным целям.
8. Из всех сил стараюсь приблизиться к своему жизненному идеалу.
9. Ловлю себя на том, что большую часть времени занимаюсь бессмысленными делами.
10. С моей точки зрения, поиск смысла жизни – это бесполезная затея.
11. Я четко осознаю, что такое жизненный успех и в чем конкретно он состоит.

12. Реализую совсем не те ценности, которые составляют смысл моей жизни.

13. Чувствую в себе достаточно сил и энергии для реализации своих жизненных замыслов.

14. Меня не покидает чувство, что я упустил или потерял в жизни что-то очень важное.

15. Ощущаю внутреннюю опустошенность.

16. Мои представления о смысле жизни часто меняются.

17. В тех ситуациях, где необходимо принять важное жизненное решение, я испытываю полную растерянность.

18. В жизни я преимущественно делаю то, что ожидают или требуют от меня другие люди.

19. Никогда по-настоящему глубоко не задумывался о смысле жизни.

20. Мои поступки в своем большинстве не связаны с какой-либо жизненной целью и чаще всего носят случайный характер.

21. Нисколько не сожалею о своем жизненном выборе.

22. Я слишком озабочен своими проблемами, чтобы думать о смысле жизни.

23. Мне кажется, я нашел свое жизненное призвание или, по крайней мере, близок к тому, чтобы его отыскать.

24. Жизнь в соответствии с когда-то сформулированными целями в моей ситуации невозможна.

25. Многие дела и обязанности, которые я вынужден ежедневно выполнять, абсолютно мне безразличны.

26. Отлично понимаю, куда я в жизни двигаюсь и зачем.

27. У меня очень противоречивые взгляды на жизнь и, в частности, на смысл жизни.

28. Меня не оставляет мысль, что я потерялся в жизни и нахожусь не на своем месте.

29. Я «разбрасываюсь» по жизни: загораюсь одним делом, но быстро остываю и окунаюсь с головой в другое.

30. Мои жизненные ценности совсем не противоречат друг другу.

31. Для меня не имеет особого значения, каким делом в жизни я занят и занят ли вообще.

32. Без труда отделяю, какие цели в моей жизни приоритетные, а какие – второстепенные.

33. Потребность познать смысл своей жизни мне совершенно чужда.

34. Мне легко заставить себя упорно работать ради своих жизненных планов.

35. Все чаще замечаю, что мои действия являются хаотическими и сумбурными.

36. Совершенно не сомневаюсь в значимости своих жизненных целей.

37. Каждый день стараюсь посвятить тому, чтобы хоть немного приблизиться к своим жизненным целям.

38. Когда спрашиваю себя о том, что важно в моей жизни, меня охватывают тревога и беспокойство.

39. Если задаю себе вопрос о смысле моей жизни, то, как правило, нахожу на него удовлетворительный ответ.

40. До сих пор не знаю, чего я хочу от жизни.

41. Мне незнакомы такие образцы, которым я был бы готов следовать всю жизнь.

42. Не знаю, почему я делаю то, что делаю в жизни.

43. Есть такие идеи и убеждения, в которые я твердо верю и готов бороться за них всю свою жизнь.

44. У моей жизни нет единого и устойчивого направления, потому что я постоянно мечусь от одного занятия к другому.

45. В моей жизни много вещей, которые приносят мне чувство радости и счастья.

46. Если бы меня спросили, что я ценю больше всего в своей жизни, я бы не смог дать однозначный ответ.

47. Я убежден, что занимаюсь в жизни именно тем делом, которое приведет меня к успеху и даст возможность раскрыть внутренний потенциал.

48. За последние месяцы я несколько не продвинулся в осуществлении своих жизненных планов.

49. У меня на будущее намечены важные события, ради свершения которых я много работаю уже сейчас.

50. Я не решаюсь проводить в жизнь свои ценности и идеалы, поскольку они кажутся мне неосуществимыми.

Дешифратор

| Прямые утверждения | Обратные утверждения |
|--|--|
| 1; 2; 4; 5; 7; 9; 10; 12; 14; 15; 16; 17; 18; 19; 20; 22; 24; 25; 27; 28; 29; 31; 33; 35; 38; 40; 41; 42; 44; 46; 48; 50 | 3; 6; 8; 11; 13; 21; 23; 26; 30; 32; 34; 36; 37; 39; 43; 45; 47; 49 |

Сумма баллов, набранных испытуемым, свидетельствует о выраженности у него психологических признаков смысложизнен-

ного кризиса. Чем выше эта сумма, тем глубже, интенсивнее и острее переживается кризис смысла жизни. Для подсчета суммарного балла необходимо проделать следующую процедуру:

1) Ответам испытуемых на прямые утверждения опросника приписываются баллы на основе прямого соотношения номера ответа и количества баллов:

| | | | | |
|---------------------|---|---|---|---|
| Номер ответа | 4 | 3 | 2 | 1 |
| Балл | 4 | 3 | 2 | 1 |

2) Ответам испытуемых на обратные утверждения опросника приписываются баллы на основе перевернутого соотношения номера ответа и количества баллов:

| | | | | |
|---------------------|---|---|---|---|
| Номер ответа | 4 | 3 | 2 | 1 |
| Балл | 1 | 2 | 3 | 4 |

В бланке ответов затенены те поля, которые соответствуют прямым утверждениям (их не надо перекодировать, т.к. количество баллов равно номеру ответа).

Бланк для ответов

Фамилия, имя, отчество _____ Дата _____

| | | | | |
|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|
| № | № | № | № | № |
| 1 | 11 | 21 | 31 | 41 |
| 2 | 12 | 22 | 32 | 42 |
| 3 | 13 | 23 | 33 | 43 |
| 4 | 14 | 24 | 34 | 44 |
| 5 | 15 | 25 | 35 | 45 |
| 6 | 16 | 26 | 36 | 46 |
| 7 | 17 | 27 | 37 | 47 |
| 8 | 18 | 28 | 38 | 48 |
| 9 | 19 | 29 | 39 | 49 |
| 10 | 20 | 30 | 40 | 50 |

ОГЛАВЛЕНИЕ

| | |
|--|-----|
| Введение..... | 3 |
| <i>Глава 1</i> Смысложизненный кризис в развитии личности: теоретическое обоснование конструкта..... | 4 |
| 1.1 Концептуальные подходы к изучению смысложизненного кризиса в современной психологии..... | 4 |
| 1.2 Общая психологическая характеристика смысложизненного кризиса..... | 15 |
| <i>Глава 2</i> Методические подходы к эмпирическому изучению смысла жизни в современной психологии..... | 27 |
| <i>Глава 3</i> Психометрическая разработка и апробация опросника «Смысложизненный кризис»..... | 62 |
| 3.1 Операционализация теоретических представлений о смысложизненном кризисе в развитии личности..... | 62 |
| 3.2 Конструирование исследовательской версии опросника «Смысложизненный кризис»..... | 64 |
| 3.3 Конструирование диагностической версии опросника «Смысложизненный кризис»..... | 83 |
| 3.4 Порядок выполнения теста, обработки и интерпретации результатов..... | 93 |
| Заключение..... | 97 |
| Список использованной литературы..... | 99 |
| Приложения..... | 114 |

Для заметок

Научное издание

Карпинский Константин Викторович

ОПРОСНИК СМЫСЛОЖИЗНЕННОГО КРИЗИСА

М о н о г р а ф и я

Редактор *Н.Н.Красницкая*
Компьютерная вёрстка: *М.И. Верстак*
Дизайн обложки: *О.В. Канчуга*

Сдано в набор 26.07.2007. Подписано в печать 04.01.2008.
Формат 60x84/16. Бумага офсетная.
Печать RISO. Гарнитура Таймс.
Усл. печ. л. 7,44. Уч.-изд. л. 8,23. Тираж 150 экз. Заказ .

Учреждение образования «Гродненский государственный
университет имени Янки Купалы».
ЛП № 02330/0133257 от 30.04.2004. Пер. Телеграфный, 15а, 230023, Гродно.

Отпечатано на технике издательского центра
Учреждения образования «Гродненский государственный
университет имени Янки Купалы».
ЛП № 02330/0056882 от 30.04.2004. Пер. Телеграфный, 15а, 230023, Гродно.