

УДК 159.923

СМЫСЛОЖИЗНЕННЫЕ ЗАДАЧИ И СОСТОЯНИЯ В РАЗВИТИИ ЛИЧНОСТИ КАК СУБЪЕКТА ЖИЗНИ¹

К.В. Карпинский^а

^а Гродненский государственный университет имени Янки Купалы, 230023, Республика Беларусь, Гродно, ул. Ожешко, 22

Представлено теоретическое обоснование новых для психологии личности и психологии субъекта понятий «смысложизненные задачи», «смысложизненные переживания», «смысложизненные состояния». Раскрыты место и роль перечисленных феноменов в развитии и функционировании личности как субъекта жизни. Предложены общая психологическая характеристика и классификация смысложизненных состояний, которые проанализированы в функции механизма обратной связи в контуре саморегуляции, обеспечивающем процессы поиска, сохранения и практической реализации личностью индивидуального смысла жизни. Выявлены закономерности взаимосвязи смысложизненных состояний с принятием–непринятием личностью смысложизненных задач, а также с успехом–неуспехом их решения в ее индивидуальной жизнедеятельности.

Ключевые слова: смысл жизни; субъект жизни; смысложизненные задачи; осмысленность жизни; смысложизненный кризис; смысложизненные состояния; благополучное состояние; конфликтное состояние; стагнативное состояние; кризисное состояние.

Развитие личности как процесс преодоления противоречий и решения задач

Личностное развитие составляет особое измерение общего психического развития человека. В этом измерении такие факторы, как наследственность и среда, играют важную, но все же не ведущую и далеко не решающую роль. Главным фактором личностного развития является *собственная активность человека, направленная на разрешение противоречий, трудностей и проблем, с которыми он сталкивается в процессе собственной жизни*. Прогресс этого развития выражается в приобретении человеком психических свойств и способностей, которые позволяют ему совладать с противоречиями, трудностями и задачами возрастающей сложности. Иными словами, нормальное личностное развитие представляет собой процесс *субъектогенеза* – путь превращения человека в автономного субъекта, способного самостоятельно создавать и решать самые разнообразные противоречия и задачи на основе саморегуляции и самодетерминации [1, 2].

¹ Исследование выполнено при поддержке Белорусского республиканского фонда фундаментальных исследований, проект Г016Р-048.

Личностное развитие человека *многолинейно и полисубъектно*. С самого рождения человек вовлекается во многие и очень разные сферы жизненных отношений, и чем шире круг этих отношений с каждым возрастным этапом, тем сильнее ветвится процесс его личностного развития. Реальная личность всегда развивается как множественный субъект, или полисубъект. В каждой частной сфере своей жизни человек сталкивается с локальными противоречиями, особенными трудностями и специфическими задачами, решение которых движет его субъектно-личностным развитием. Например, решая задачи выбора, овладения, выполнения определенного вида трудовой деятельности, он превращается в субъекта профессии и карьеры; решая задачи выбора брачного партнера, создания семьи, обзаведения домашним хозяйством, рождения и воспитания детей, он проявляется и формируется как субъект семейной жизни и родительства и т.д. По сути, для каждой возрастной стадии и для каждой сферы жизненных отношений могут быть выделены собственные задачи личностного развития.

Интегральным и сквозным направлением личностного развития выступает становление человека субъектом жизни. С определенного возраста все остальные линии личностного развития оказываются как бы вложенными в эту магистральную линию субъектогенеза. Однако *развитие субъекта жизни не сводится к сумме развитий частных, локальных видов субъектности*. Дело в том, что личности как субъекту жизни соответствует своя специфическая система субъект-объектных отношений. Это отношения между человеком и его индивидуальной жизнью как целостным объектом, протяженным во времени и пространстве. Из этих отношений вытекают *специфические противоречия и задачи, которые выходят за пределы задач развития личности как субъекта отдельных видов деятельности и локальных сфер жизни*.

Противоречия и задачи развития личности как субъекта жизни

В современной психологии существует несколько подходов к определению субъекта жизни, но все они сходятся в положении о том, что *быть субъектом – значит проблематизировать свою жизнь и озадачиваться ею*. Это особый способ отношения к жизни, когда жизнь воспринимается и проживается не как данность, а как проблема и задача, которая требует решения. *Исходными данными* к этой задаче служат, во-первых, объективные условия и обстоятельства жизни, жизнь как таковая в ее текущем состоянии, во-вторых, субъективный замысел жизни – идеальный образ желаемой и должной жизни, который расходится с наличной жизненной действительностью. *Основное требование* данной задачи сводится к организации и преобразованию реальной жизни в соответствии с жизненным замыслом. Построение жизни именно как *личной жизни*, подчиненной *личностному смыслу*, как *индивидуального жизненного пути*, соответствующего *индивидуальному замыслу*, – это и есть *генеральная задача*, или *сверхзадача* личности как субъекта жизни. Поэтому быть субъектом –

значит быть противопоставленным собственной жизни в особом субъект-объектном отношении, относиться к ней как объекту управления и преобразования, проблематизировать жизнь, постоянно превращать ее из данности в задачу и активно пытаться ее решить.

Противоположностью субъектного существования и отношения к жизни является бессубъектность. Этот способ не предполагает проблематизации и озадаченности жизнью. У человека нет никакого субъективного замысла относительно собственной жизни в целом, поэтому она принимается как данность, а не как объект регуляции. Жизнь отпускается на самотек и разворачивается сама собой по естественным законам, а человек дрейфует в этом «потоке» обстоятельств.

Представленная задача принадлежит к типу задач *с нечетко заданными условиями и конечными требованиями*. Первое условие данной задачи – это сама жизнь в ее наличном состоянии и во всем многообразии обстоятельств. Нечеткость данному условию придает динамичность и текучесть жизни, выраженная в непрерывном изменении ее условий. Это так называемая *объектная неопределенность*. Второе исходное условие задачи – жизненный замысел личности. Он выражает ее субъективные притязания к жизни, основанные на потребностях, мотивах и ценностях. В случае с нормальной личностью всегда имеет место непостоянство этих притязаний, что обусловлено множественностью их источников, т.е. полимотивацией. Реальный человек хочет от жизни *то* одно, *то* другое, *то* третье, или *и* одно, *и* другое, *и* третье сразу. В возрастные периоды, когда жизненный замысел только-только начинает формироваться (как правило, в позднем подростковом / раннем юношеском возрасте), его неопределенность и непоследовательность выпячиваются особенно рельефно. Получается, что и второе базовое условие задачи для субъекта жизни задано с недостаточной четкостью. Это так называемая *смысловая неопределенность*. Объектная и смысловая неопределенность исходных условий задачи совместно порождают *прагматическую неопределенность*, которая относится уже к ее конечному требованию. Это – нечеткость путей, способов и средств практического преобразования жизни на основе замысла субъекта.

Как субъект может совладать с нечеткостью базовых условий своей общей задачи? Самый естественный и распространенный способ выражается в том, чтобы *дробить и расчленять ее на ряд производных, частных задач, решение которых помогает придать нечетко заданным условиям и требованиям хоть какую-то определенность*. Успех решения генеральной задачи в этом случае полностью зависит от успешности и последовательности решения этих подчиненных задач. Говоря более строгим языком, *задача с нечетко заданными условиями и требованиями – это такая, в условиях которой уже содержатся противоречия, предварительное преодоление которых выступает необходимой предпосылкой для общего решения*. И каждое условие такой задачи в силу внутренней противоречивости представляет собой самостоятельную задачу для субъекта жизни.

Какие же противоречия и задачи встают перед личностью в процессе ее становления субъектом жизни?

В рамках развиваемой концепции мы называем их *смысложизненными противоречиями и смысложизненными задачами личности*. Это особый класс противоречий и задач, специфичный для развития личности именно в качестве субъекта жизни. Чтобы устроить свою жизнь в соответствии с личностным смыслом и состояться в качестве ее субъекта, личность должна разрешить в индивидуальном развитии следующие противоречия: во-первых, *найти и обрести этот смысл на фоне объективной неопределенности и многозначности жизни*; во-вторых, *удержать и сберечь найденный смысл жизни вопреки изменчивости жизненных обстоятельств*; в-третьих, *довести обретенный и сохраненный смысл жизни до практической реализации, несмотря на неподатливость и сопротивление жизненных обстоятельств*. Эти противоречия дают начало трем *смысложизненным задачам*: *смыслопоисковой*, которая является *задачей самоопределения личности как субъекта жизни*; *смыслосберегающей*, которая выступает *задачей самосохранения личности как субъекта жизни*; *смыслореализующей*, которая совпадает с *задачей самореализации личности как субъекта жизни* [3].

Эти частные задачи образуют последовательные этапы, звенья в процессе решения генеральной задачи субъекта жизни. Решение каждой частной задачи способствует преодолению противоречия, заложенного в одном из исходных условий общей задачи.

Так, благодаря решению смыслопоисковой задачи личность добивается четкости и определенности жизненного замысла. Найденный и обретенный ею смысл жизни становится центральным побуждением и притязанием к жизни, конкретизирующим субъективный образ желаемой и должной жизни. С формированием смысла жизни как иерархически высшего мотива отступает проблема конкуренции и борьбы мотивов, которая ранее выступала узловой причиной нечеткости жизненного замысла личности.

За счет решения смыслосберегающей задачи преодолевается противоречие, порождаемое непрерывной изменчивостью жизненных обстоятельств и заложенное во втором исходном условии общей задачи. Сохраняя найденный смысл вопреки изменениям жизни, личность обеспечивает психологическую возможность его реализации вне зависимости от текущей ситуации и ее сиюминутной конъюнктуры.

Наконец, практическое осуществление смысла жизни отвечает главному требованию общей задачи и как бы венчает процесс ее решения личностью. Самая суть смыслореализующей задачи заключается в преобразовании жизненной действительности по мерке личностного смысла и в последующем поддержании ее в таком смыслообразном состоянии.

Таким образом, посредством решения отдельных смысложизненных задач личность устраняет нечеткость условий и достигает успеха в своей главной задаче. В сущности, решение данных задач результирует в ответах на два ключевых вопроса: «Ради чего, зачем жить?» и «Как жить?». И эти «ответы» представляют собой не только и не столько теоретические или

практические знания, сколько интегральные психические новообразования, как то *индивидуальный смысл жизни и жизненная стратегия личности*. В целом можно утверждать, что *развитие и функционирование личности как субъекта жизни и есть процесс решения смысловых задач*.

Отличительные признаки смысловых задач

Этот класс задач личностного развития характеризуется рядом общих особенностей.

1. *Нормативность смысловых задач*. Во многих современных обществах и культурах (в особенности принадлежащих к западноевропейской, восточноевропейской, североамериканской цивилизациям) эти задачи нормативно актуализируются в определенном возрасте, как правило, совпадающем с эмансипацией, обособлением индивида от общественных институтов социализации. Обычно это происходит на границе юности и взрослости вместе с окончанием подготовки индивида к самостоятельной жизни. Смысловые задачи заложены в социальной ситуации данного возраста как объективные требования к человеку – требования овладения собственной жизнью. Овладение в данном случае подразумевает способность управлять и распоряжаться жизнью на правах самостоятельного субъекта на основе саморегуляции, и основным «функциональным органом» такой саморегуляции служит смысл жизни. Отсюда проистекает объективная, почти что императивная необходимость найти, сохранить и реализовать индивидуальный смысл жизни. Нормативность объясняется тем, что не сам человек по своему субъективному усмотрению, а объективная логика его жизни в определенном обществе в конкретную историческую эпоху ставит перед ним смысловые задачи.

Наряду с исторически сложившейся социальной макросредой на актуализацию смысловых задач воздействует и микросреда, которая способна существенно модулировать и трансформировать ситуацию развития конкретной личности. В силу микросредовой детерминации смысловые задачи могут актуализироваться позже или раньше нормативного срока, а могут не возникнуть вообще. Например, если родители продолжают принимать жизненно важные, судьбоносные решения за своего уже взрослого по годам ребенка, то создаются все предпосылки для задержки его личностного развития как субъекта жизни. Такая задержка обусловлена тем, что личность своевременно не столкнулась со смысловыми задачами в своем развитии.

2. *Всевозрастной характер смысловых задач*. Начиная с поздней юности на всем протяжении взрослости и старости и вплоть до самой смерти смысловые задачи сохраняют свою актуальность для личностного развития человека. Как бы ни менялась ситуация развития в каждом из названных возрастных периодов, она остается единой и неизменной с точки зрения самостоятельности человека в строительстве индивидуальной жизни и личной ответственности за нее. Неизменность социальной

ситуации развития по данному сущностному признаку придает смысло-жизненным задачам непрерывный и пролонгированный характер.

3. *Сукцессивность смысложизненных задач.* Решение данных задач представляет собой сукцессию – процесс, в котором каждая последующая задача актуализируется и имеет шансы быть решенной только при условии успешного решения предшествующих задач. Чтобы возникла задача сохранения смысла, он сначала должен быть найден, а чтобы практическая реализация смысла была оправданной, он должен быть не только найден, но и сохранен.

4. *Метасистемность смысложизненных задач.* Такие задачи являются своего рода *метазадачами* в соотнесении с другими классами задач личностного развития (профессиональными, семейными и т.д.). Это значит, что они решаются *попутно* с решением этих задач посредством соответствующих видов деятельности. У человека нет отдельной смысложизненной деятельности, строго специализированной на поиске, сохранении и осуществлении смысла жизни. Субъектная активность, направленная на решение смысложизненных задач, пронизывает те виды деятельности, которыми в повседневности занимается человек, и образует их особое психологическое измерение (в некоторых подходах и теориях его определяют как «ноэтическое»; см., напр.: [4–6]). Есть замечательное выражение Л.Н. Толстого: «*Люди только делают вид, что они воюют, торгуют и строят, главное, что они делают всю жизнь, решают нравственные проблемы*». Перефразируя, можно сказать, что чем бы ни занимался человек, на самом деле он решает свои смысложизненные задачи: трудясь и строя карьеру, создавая семью, рожая и воспитывая детей, организуя свой досуг и делая множество иных частных дел, он не перестает искать, сберегать и реализовывать смысл жизни.

Саморегуляция в контексте решения смысложизненных задач

В процессе решения смысложизненных задач личность как субъект жизни не только проявляется, но и формируется. У нее вырабатываются психические новообразования, которые, с одной стороны, опосредствуют, а с другой стороны, результируют поиск, сохранение и практическую реализацию смысла жизни. Эти образования объединяются в целостную систему саморегуляции, наличие которой превращает личность в субъекта жизни. Без специального контура саморегуляции решение главной задачи субъекта жизни – а это построение индивидуального жизненного пути – было бы невозможным практически.

Как верно отмечают некоторые исследователи, любая саморегуляция в контексте функционирования и развития субъекта выполняет три основные функции: *функцию самоопределения, функцию самосохранения и функцию самореализации* [7, 8]. Эти функции весьма определенно соответствуют каждой из трех смысложизненных задач: решение смыслопоисковой задачи обеспечивается процессами, структурами и механизмами само-

регуляции, специализированными на функции самоопределения субъекта. В этой связи смыслопоисковая задача может быть также обозначена как *задача самоопределения субъекта жизни*. Когда смысл жизни найден, он становится структурным ядром и функциональным центром системы саморегуляции, присущей субъекту жизни. Решение всех задач, следующих за начальной смыслопоисковой задачей, опирается на уже сложившийся у личности смысл жизни.

Смыслосберегающая задача решается уже при посредстве самого смысла жизни, на основе которого у личности формируется целая подсистема саморегуляции. Она выполняет функцию сохранения, стабилизации смысла жизни на фоне давления изменчивых обстоятельств и включает в себя так называемые «смыслоориентированные копинги» и «смыслоцентрированные» психологические защиты [9, 10]. В этой связи смыслосберегающая задача есть *задача самосохранения личности как субъекта жизни*.

В процессе решения смыслореализующей задачи формируются психические свойства, структуры и способности личности, которые обеспечивают возможность воплощения смысла в реальной жизни. К ним относятся, например, жизненные цели, планы, программы, субъективные критерии жизненного успеха–неуспеха и другие образования, слагающие осознанную саморегуляцию жизненного пути в целом (или «осознанную психобиографическую саморегуляцию») [11]. Помимо этой чисто психической системы возникает особая системная организация жизнедеятельности личности, в которой для каждого конкретного вида деятельности отведены свое место, время и своя роль в практической реализации смысла жизни. Такой индивидуальный способ упорядочивания доступных видов деятельности, выработанный личностью в интересах осуществления смысла своей жизни, обозначается термином «*жизненная стратегия*» [12, 13]. Все эти новообразования и приобретения служат *самореализации личности как субъекта жизни*.

Таким образом, саморегуляция на уровне субъекта жизни представляет собой сложную многозвенную систему, включающую множество компонентов и функционально подразделенную на несколько подсистем. Мы не можем сейчас подробнее рассматривать состав и строение этого высшего контура саморегуляции, так как тема статьи обязывает заострить внимание на одном из его важнейших структурно-функциональных звеньев, а именно на звене *обратной связи*, без которой не обходится никакая саморегуляция.

Переживания осмысленности жизни и смысложизненного кризиса как формы позитивной и негативной обратной связи

Система саморегуляции, свойственная личности как субъекту жизни, обслуживает решение смысложизненных задач. По этой причине обратная связь в данной системе сигнализирует в первую очередь об успехе–неуспехе этого динамичного и внутренне противоречивого процесса. Другими словами, она оповещает о том, как личность продвигается и насколько

она преуспевает в поиске, сохранении и практической реализации индивидуального смысла жизни. И поскольку развитие субъекта жизни совершается именно в ходе решения смысловых задач, постольку обратная связь несет информацию о том, насколько личность прогрессирует в своем развитии, каковы достигнутый уровень и актуальный статус ее развития как субъекта жизни.

Важный вопрос состоит в том, какие психические явления участвуют в обеспечении обратной связи на рассматриваемом уровне саморегуляции. Вполне очевидно, что обратная связь в рамках саморегуляции личности как субъекта жизни является *многоуровневой и многоканальной*, следовательно, осуществляется с помощью самых *разнородных* психических явлений. Весомый вклад в этот механизм вносит, к примеру, *биографическая рефлексия* – мыслительный анализ, направленный на сознательное сличение желаемого и достигнутого в жизни [14]. Вместе с тем биографическая рефлексия – это довольно сложная форма обратной связи, которая опосредована сложными мыслительными процессами и требует достаточно высокого уровня общего интеллектуального развития. Кроме того, она не защищена от сознательной фальсификации или бессознательного искажения со стороны самого субъекта, который, как правило, кровно заинтересован в жизненном успехе. Именно поэтому биографическая рефлексия – не всегда доступный и не самый достоверный канал обратной связи в системе саморегуляции личности как субъекта жизни.

Непосредственной, а потому гораздо более доступной и достоверной формой обратной связи в любых контурах саморегуляции является *субъективное переживание* [15]. В рефлексивном плане сам человек может себя рационально убедить, что в жизни все идет хорошо, даже если он терпит полное фиаско, но субъективное переживание не поддается произвольной подделке и фальсификации. А в случаях, когда на развернутые раздумья над собственной жизнью нет времени и других возможностей, субъективные переживания оказываются едва ли не единственной доступной формой обратной связи.

Личность как субъект жизни характеризуется особыми *переживаниями*. Их специфика в том, что это всегда *переживания в адрес индивидуальной жизни в целом*, а не по поводу отдельных жизненных обстоятельств или конкретных событий и ситуаций. Спектр переживаний личности как субъекта жизни широк, однако в психологии лучше всего изучены *переживания удовлетворенности–неудовлетворенности жизнью, осмысленности жизни и смысловозжизненного кризиса*. Этим феноменам посвящено большое количество теоретических и эмпирических исследований, но общий изъян этих работ в том, что они ориентированы преимущественно на описание их феноменологии (субъективной и поведенческой картины), а также на выявление их предпосылок и последствий. Такой ракурс анализа, ограничивающийся проявлениями, коррелятами и предикторами данных переживаний, можно назвать *феноменальным подходом*. Он достаточно глубоко и полно высвечивает их уникальное психологическое содержание как фено-

менов человеческого опыта, но не раскрывает их функций в контексте регуляции человеческой активности и развития. В этой связи в дополнение к *феноменальному* необходим *функциональный анализ*, который призван выявить *регулирующие функции* этих феноменов в контексте жизнедеятельности и развития личности как субъекта жизни [3, 16].

По нашему мнению, *переживания осмысленности жизни и смысложизненного кризиса зарождаются и функционируют в контуре саморегуляции, обслуживающем процесс решения смысложизненных задач*. В данном контексте они выполняют *сигнально-оценочную функцию*, т.е. обеспечивают *обратную связь о том, насколько успешно решение этих задач и насколько прогрессивно развитие личности как субъекта жизни*. В целом для личности они являются субъективными сигналами о том, продуктивно ли она ищет, поддерживает и осуществляет смысл в собственной жизни.

Общеизвестно, что в зависимости от направленности обратная связь может быть *положительной и отрицательной*. Первая сигнализирует об успехе, вторая – о неуспехе регулируемых процессов и форм активности. С этой точки зрения субъективное переживание осмысленности жизни является *положительной обратной связью*. Оно извещает, что смысл найден, сохранен и продуктивно реализуется, т.е. смысложизненные задачи своевременно и продуктивно решаются личностью. Одновременно с этим переживание осмысленности говорит о том, что личность состоятельна и динамично развивается как субъект жизни. Переживание смысложизненного кризиса, напротив, является *отрицательной обратной связью*. Смысложизненный кризис возникает из-за непродуктивного решения или нерешения смысложизненных задач. Его переживание свидетельствует, что в развитии личности как субъекта жизни назрели неразрешимые противоречия и трудности, которые его тормозят и осложняют.

Из исследований самых разных форм саморегуляции известна общая закономерность, согласно которой отрицательная обратная связь должна быть более дифференцированной и разнообразной, чем положительная. В этом есть несомненная регуляторная целесообразность с учетом мобилизующего влияния отрицательной обратной связи на активность субъекта и корректирующего (оптимизирующего) влияния на качество самой саморегуляции в ситуации неуспеха. «Ключевой момент механизмов саморегуляции – отрицательная обратная связь, т.е. сигналы об отклонении действительного от желаемого, что помогает нам не принимать желаемое за действительное. Положительная обратная связь – это отождествление желаемого и действительного, сигнал о том, что все в порядке, ничего не надо менять, можно продолжать в том же духе. По сравнению с реакцией на успех реакция на неудачу, на отклонение от цели обнаруживает гораздо больший диапазон и имеет гораздо больше последствий» [17. С. 27].

Данная закономерность полностью справедлива и для саморегуляции личности как субъекта жизни. Конкретно это выражается в том, что переживание осмысленности жизни является *единой и недифференцированной формой положительной обратной связи* – по существу, общей ответной

реакцией на успешное решение любой смысложизненной задачи. Что касается смысложизненного кризиса как отрицательной обратной связи, то ему присущи полиморфизм и разнообразие видов. Предложена классификация видов смысложизненного кризиса в зависимости от того, какая задача в развитии личности как субъекта жизни оказывается нерешенной. Если не решена смыслопоисковая задача, то возникает *кризис бессмысленности*; если не решена смылосберегающая задача – *кризис смыслоутраты*; если же отсутствует своевременное и продуктивное решение смыслореализующей задачи – назревает *кризис нереализованности смысла жизни*. Перечисленные виды смысложизненного кризиса различаются между собой не только по своей феноменологии, но, что более существенно, по характеру воздействия на дальнейшую (послекризисную) активность человека, связанную с осмыслением и практическим преобразованием собственной жизни. Это свидетельствует о том, что разные виды кризисных переживаний дифференцированно выполняют функцию обратной связи в контуре саморегуляции целостной жизнедеятельности и развития личности в качестве субъекта жизни [18].

Смысложизненные состояния личности как интегральная форма обратной связи

Другая известная закономерность обратной связи в различных контурах саморегуляции выражается в том, что позитивная и негативная обратная связь может быть совмещенной, сочетанной, в результате чего создается амбивалентность, двойственность переживаний, возникают сложные переплетения, комплексы, «сплавы» позитивных и негативных чувств [19, 20].

Данная закономерность обратной связи не получила должной конкретизации в психологических исследованиях осмысленности жизни и смысложизненного кризиса. Этому мешает стереотипный, очень инертный взгляд на соотношение осмысленности жизни и смысложизненного кризиса, который сводится к следующим представлениям: 1) осмысленность жизни и смысложизненный кризис – противоположные полюсы единого континуума переживаний; 2) осмысленность жизни и смысложизненный кризис – несовместимые переживания: можно переживать либо одно, либо другое; 3) низкая осмысленность жизни сочетается только с сильно выраженным смысложизненным кризисом, а высокая осмысленность – исключительно с отсутствием кризиса, и наоборот. Тем самым переживания осмысленности жизни и смысложизненного кризиса необоснованно смыкаются в общую дихотомию, тогда как в действительности они образуют два относительно независимых и качественно своеобразных униполярных измерения смысложизненного опыта личности, т.е. опыта решения ею смысложизненных задач (подробнее об этом см.: [3]).

При рассмотрении осмысленности жизни и смысложизненного кризиса в контексте саморегуляции появляются дополнительные основания, чтобы проблематизировать устоявшиеся воззрения на их соотношение. Так, если

эти переживания функционируют как разномодальные сигналы обратной связи, то в силу уже упоминавшейся раздельности (разноканальности) позитивной и негативной обратной связи следует признать возможность их совмещения и смешивания в опыте субъекта. Кроме того, смысложизненные задачи личности множественны (точнее говоря – тройственны), и в каждый момент времени личность неодинаково хорошо справляется с их решением. Успешному решению одних задач нередко сопутствует неуспех в решении других, что обуславливает синхронизацию и вариативные комбинации переживаний осмысленности жизни и смысложизненного кризиса. Весьма показательны в этом отношении переживания испытуемых, стремящихся к реализации функционально неоптимальных видов смысла жизни (конфликтного, дезинтегрированного, нереалистического, экстринсивного и некоторых других) либо избравших неоптимальную стратегию практической реализации вполне оптимального смысла жизни. Парадоксальность их состояния проявляется в том, что они страдают от смысложизненного кризиса вопреки сформированности и сохранности смысла в своей жизни. В данном случае внутренне противоречивая композиция переживаний порождается нерешенностью задачи реализации смысла на фоне сравнительно успешного решения смыслопоисковой и смылосберегающей задач [3].

Признание возможности синхронного переживания осмысленности жизни и смысложизненного кризиса открывает путь для изучения интегральных, комплексных, синтетических форм опыта личности как субъекта жизни. Если такие психические феномены, как осмысленность жизни и смысложизненный кризис, объединять термином *«смысложизненные переживания»*, то по отношению к их сложным комплексам и сочетаниям, по нашему мнению, наиболее применим термин *«смысложизненные состояния»*. Данный термин еще не вошел в систематический научный оборот, тем не менее он представляется весьма уместным с учетом двух обстоятельств: во-первых, терминологических традиций, складывающихся в области психологических исследований по смысложизненной проблематике, во-вторых, общепсихологической трактовки сущности психических состояний как класса психических явлений.

Если обратиться к терминологическим традициям, то впервые термин «состояние» применительно к анализу смысложизненной реальности в психике человека был использован в работах А.В. Серого. Данный автор оперирует термином «актуальное смысловое состояние», понимая под последним особый вид психического состояния, характеризующий синхронизированное либо, напротив, десинхронизированное переживание человеком осмысленности личного прошлого, настоящего и будущего. Примечательно, что для диагностики актуального смыслового состояния был модифицирован тест смысложизненных ориентаций – наиболее распространенный русскоязычный инструмент для изучения смысла жизни [21, 22]. В зарубежной психологии термин «смысловое состояние» (meaning state) встречается в работах австрийского психолога Т. Шнель. С его помощью

обозначается устойчивое сочетание переживаний осмысленности жизни и смыслового кризиса [23]. Следует отметить, что данный автор, а вслед за ним и другие исследователи [24], в качестве синонима параллельно употребляют термин «тип смысла жизни» (meaning type), который, на наш взгляд, совершенно не передает сути обозначаемого феномена. Диагностическим инструментом, предназначенным для определения «смыслового состояния», или «типа смысла жизни», испытуемого в цитированных выше исследованиях послужил опросник «Источники смысла жизни» (SoMe) Т. Шнелъ. Вследствие русскоязычной адаптации данной методики [25] и проведения с ее помощью первых эмпирических исследований в России был введен термин «паттерны осмысленности» [26], обозначающий различные варианты соотношения осмысленности и кризиса смысла. Данный термин также не может быть признан удачным по двум соображениям: во-первых, он носит технический, а не теоретический характер, поскольку не вписывает феномен ни в один из известных классов психических явлений (процессы, свойства, состояния); во-вторых, он внутренне противоречив, потому что обозначаемый им феномен включает в свою структуру переживание не только осмысленности, но и бессмысленности жизни (смысложизненного кризиса). В свете сказанного из числа предложенных альтернатив наиболее метким и обоснованным представляется термин «*смысложизненное состояние*» [3, 18].

Правомерность термина «смысложизненное состояние» также обоснована общепринятыми представлениями о природе и сущности психического состояния как такового. С общепсихологической точки зрения в отношении дискретных, элементарных переживаний, презентированных в определенный момент времени в феноменальном поле сознания, психическое состояние выполняет *интегрирующую функцию*. В силу данной функции психическое состояние всегда выступает как *динамический синтез, комплекс, «сплав»* актуальных переживаний [27, 28]. В этой связи интегральные, более сложные (по сравнению со смысложизненными переживаниями) формы опыта личности как субъекта жизни целесообразно называть *смысложизненными состояниями*.

Ввиду присущей им интегрирующей функции психические состояния *целостно отражают текущее состояние субъект-объектного взаимодействия в определенном модусе жизненных отношений*. На уровне существования и развития субъекта жизни психические состояния приобретают качественные (содержательные и формальные) особенности, которые объясняются тем, что они отражают текущее состояние и динамику особой категории жизненных отношений личности. Это – *смысложизненные отношения*, выраженные в субъект-объектном взаимодействии личности с собственной жизнью как целым. С учетом большого временного размаха и пространственного масштаба, в котором совершается такое взаимодействие, специфичные для субъекта жизни психические состояния приобретают особо устойчивый и пролонгированный характер. По данному параметру их можно охарактеризовать как *долговременные, или перманентные*

психические состояния, которые, как правило, делятся недели, месяцы и даже годы. Длительность смысловых состояний сопоставима с протяженностью дискретных этапов индивидуальной жизнедеятельности и отдельных стадий развития личности как субъекта жизни. Н.Р. Салихова справедливо указывает, что перманентные психические состояния связаны с процессами формирования и функционирования наиболее обобщенных смысловых структур личности, лежащих в основе самых общих, глобальных контуров психической регуляции: «Воплощение в жизнь обобщенных смысловых образований должно презентироваться и проявляться в сознании в таких же устойчивых, пролонгированных во времени характеристиках психического, организующих общий фон и настрой всей психики» [15. С. 125].

Как подчеркивалось выше, онтологический контекст для возникновения, течения и исчезновения смысловых состояний объективно задан смысловыми отношениями как особой категорией жизненных (субъект-объектных) отношений и специфическим модусом жизненного мира личности. Необходимо также учитывать, что каждая качественно своеобразная разновидность жизненных отношений осуществляется посредством определенного вида или нескольких видов человеческой деятельности. В этой связи актуализация и дезактуализация психических состояний неразрывно связаны с процессом развертывания определенной деятельности. В психологической науке данная закономерность фиксируется *принципом деятельности опосредованности*, акцентирующим тот факт, что вне контекста деятельностного взаимодействия с миром психические состояния немыслимы вообще [29, 30].

Смысловые состояния в этом плане не являются исключением и также включены в динамику протекания особой интегральной формы деятельности, свойственной личности как субъекту жизни. В рамках разрабатываемой нами концепции данная форма деятельности обозначается понятием «*жизнедеятельность*». В конкретно-психологической трактовке, отвлеченной от биологических и социологических интерпретаций, жизнедеятельность выступает особой формой произвольной активности, побуждаемой смыслом жизни и направленной на преобразование наличных жизненных обстоятельств сообразно данному смыслу. Собственным мотивом, конституирующим жизнедеятельность, является смысл жизни; ее предметом выступает индивидуальная жизнь во всем множестве конкретных условий и обстоятельств; ее объективным результатом служит жизненный путь – то, что личности удалось выстроить из «строительного материала» своей жизни по «проекту» индивидуального смысла жизни. Принципиальная особенность жизнедеятельности состоит в том, что она является не унитарной деятельностью, а полидеятельностным образованием, т.е. специфической формой организации различных видов деятельности (внутренней и внешней, познавательной и практической), которыми личности удалось овладеть в ходе своего развития. Соединяясь в составе жизнедеятельности, дискретные виды деятельности помимо собственных мотивов, целей и задач подчиняются необходимости решения смысловых состояний

задач, а тем самым становятся причастными к поиску, поддержанию и реализации смысла жизни – одним словом, к решению смысложизненных задач [31]. В этой связи смысложизненные состояния личности всегда опосредованы жизнедеятельностью и отражают наличный уровень ее продуктивности, измеряемый в конечном итоге обретенностью, сохранностью и воплощенностью личностного смысла в реалиях жизни. Жизнедеятельность задает специфический деятельностный контекст, в котором смысложизненные состояния формируются и функционируют, т.е. осуществляют свои отражательные и регулирующие функции.

Рассматриваемую категорию психических состояний также можно определять как *состояния развития личности*. Это продиктовано двумя причинами: во-первых, они создают устойчивый психический фон, на котором протекает развитие субъекта жизни; во-вторых, они сигнализируют о достигнутом личностью статусе развития в качестве субъекта жизни, т.е. являются субъективными индикаторами ее развитости, недоразвитости или неразвитости в данном функциональном качестве.

Таким образом, *смысложизненные состояния* – это особый класс перманентных (длительных) психических состояний, которые отражают текущую ситуацию субъект-объектного взаимодействия личности с собственной жизнью как целостностью, а конкретно определяются прогрессом личности в решении смысложизненных задач – поиске, сохранении и практической реализации смысла жизни. Смысложизненные состояния сигнализируют о продуктивности индивидуальной жизнедеятельности и динамике развития личности в качестве субъекта жизни. В этой функции они являются интегральной формой обратной связи в системе саморегуляции, обслуживающей процессы решения личностью смысложизненных задач.

Смысложизненные состояния и динамические тенденции жизнедеятельности личности

Смысложизненные переживания и состояния органично включены в контур саморегуляции индивидуальной жизнедеятельности, в ходе которой личность преодолевает смысложизненные противоречия, решает смысложизненные задачи и в конечном итоге развивается в качестве субъекта жизни. В ее распоряжении нет другого способа порождения и разрешения смысложизненных противоречий и задач, кроме познавательно-практической деятельности, реально осуществляющей субъект-объектное отношение к индивидуальной жизни. Это значит, что оптимальное развитие личности как субъекта жизни, предполагающее стабильность, динамичность, прогрессивность и восходящий характер, требует от нее оптимальной организации и реализации индивидуальной жизнедеятельности. Важнейшим фактором при этом становится *умение личности совмещать и уравнивать в своей жизнедеятельности две противоположные тенденции*.

Первая тенденция – редукция и нейтрализация, устранение и сглаживание существующих смысложизненных противоречий, что в плоскости реаль-

ной жизнедеятельности достигается за счет решений и действий, подчиненных *принципу смыслообразности*. В таких решениях и действиях личность руководствуется сложившимся у нее смыслом жизни и стремится поддерживать наличные жизненные обстоятельства в смыслообразном состоянии. Ради этого она, во-первых, противодействует тем изменениям, которые противоречат смыслу жизни; во-вторых, преобразует жизненные обстоятельства, которые исходно отклоняются от смысла жизни в сторону их большей смыслообразности. Практическое преобразование жизненной действительности в соответствии с содержанием и структурой смысла жизни – основной, но не единственный путь разрешения смысложизненных противоречий в жизнедеятельности личности. Личности не всегда удается ломать собственную логику обстоятельств и действовать наперекор закономерному течению жизни, а значит, для сохранения смыслообразности ей приходится также изменять наличный смысл жизни, приспособляя его к неподатливым жизненным обстоятельствам. Этот путь предполагает уже не только интенсивную практическую жизнедеятельность, но и напряженную внутреннюю работу, направленную на рефлексивную переоценку наличного смысла, переосмысление жизни. Однако каким бы путем ни шла личность, вся ее активность в рамках первой тенденции направлена на сообразование смысла жизни и жизненной действительности. Добиваясь высокой степени приближения и соответствия между смыслом жизни и реалиями жизни, личность минимизирует и разрешает смысложизненные противоречия. Поступательное продвижение в рамках первой тенденции обеспечивает для личности: в субъективном плане – чувство осмысленности и удовлетворенности жизнью, а в объективном плане – высокие темпы, прогрессию и устойчивость (по крайней мере, бескризисность) развития.

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

Вторая тенденция – диаметрально противоположная первой – заключается в генерации и максимизации, создании и обострении смысложизненных противоречий. На уровне жизнедеятельности она реализуется посредством решений и действий, построенных *по принципу смыслонесообразности*. С их помощью личность так изменяет обстоятельства, чтобы увеличить разрыв, усилить рассогласование между смыслом и реалиями собственной жизни. Однако смысложизненные противоречия провоцируются и посред-

ством практической деятельности, которая регулярно совершает «ломку» достигнутого, устоявшегося в жизненных обстоятельствах, и при помощи внутренней рефлексивной активности, которая периодически производит более или менее существенное переосмысление жизни и ревизию ее смысла. В результате личность удерживает себя в ситуации, в которой смысл постоянно перерастает, опережает фактическое положение дел в ее жизни. Принятие решений и совершение поступков, идущих вразрез со смыслом жизни, – психологически нелегкий, а порой даже болезненный путь. Личность за это расплачивается субъективными переживаниями неудовлетворенности и бессмысленности жизни, которые в умеренных дозах мобилизуют ее жизнедеятельность и активизируют ее развитие. Эта тенденция в жизнедеятельности и в развитии личности как субъекта жизни очень точно «схвачена» В. Франклом: «Сохранение “инакости”, объективности объекта означает сохранение напряжения, устанавливаемого между объектом и субъектом. Это то же напряжение, что напряжение между “я есмь” и “я должен”, между реальностью и идеалом, между бытием и смыслом. *И чтобы сохранять это напряжение, нужно оградить смысл от совпадения с бытием*» [5. С. 285].

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

Эти две тенденции, характерные для жизнедеятельности и развития личности как субъекта жизни, находят прямое или косвенное описание в ряде психологических концепций. На общепсихологическом уровне анализа, применительно к любой без исключения сфере развития и деятельности субъекта, они выделены, например, в концепции В.А. Петровского – в виде противопоставления активности, подчиненной «постулату сообразности», и «надситуативной», «неадаптивной» активности, в концепции Д.А. Леонтьева – в виде разведения «логики смысловой необходимости» и «логики свободного выбора». В преломлении на развитие личности как субъекта

жизни во многом сходные тенденции обсуждаются, например, в концепции С. Мадди – в форме различения жизненных решений, ориентированных на неизменность прошлого или неизвестность будущего, в концепции К. Обуховского – в форме противопоставления гомеостатической адаптации и творческой адаптации («трансгрессии»). Среди редких исследований, нащупывающих эти тенденции на эмпирическом уровне анализа, следует упомянуть работу Н.Р. Салиховой, в которой они определяются и операционализируются как наиболее общие экзистенциальные установки – «барьерность» и «реализуемость», регулирующие процесс осуществления личностных ценностей [32].

Личность как субъект жизни, таким образом, функционирует и развивается в единстве противоположных тенденций, связанных с устранением одних и порождением других противоречий между смыслом и наличными обстоятельствами ее жизни.

Принципиально важным условием для нахождения и поддержания баланса между тенденциями смыслообразности и смыслонесообразности является гибкое и подвижное сочетание переживаний осмысленности жизни и смысложизненного кризиса как форм положительной и отрицательной обратной связи в саморегуляции жизнедеятельности личности. Положительная обратная связь, имеющая форму субъективного переживания осмысленности жизни, усиливает в жизнедеятельности личности тенденцию смылообразности и ослабляет тенденцию смыслонесообразности. Отрицательная обратная связь, облеченная в форму кризисного переживания, регулирует индивидуальную жизнедеятельность прямо противоположным образом: подкрепляет тенденцию смыслонесообразности и гасит тенденцию смыслообразности. По этой причине продуктивное решение смысложизненных задач и нормальное развитие личности как субъекта жизни обычно проходят «под аккомпанемент» переживаний как осмысленности жизни, так и смысложизненного кризиса, которые создают динамический баланс положительной и отрицательной обратной связи в контуре саморегуляции индивидуальной жизнедеятельности. Тотальное доминирование одного из этих переживаний (одной из форм обратной связи) является регуляторно неоптимальным и, как правило, негативно сказывается на личностном развитии. В таком случае в жизнедеятельности начинает безраздельно господствовать одна из двух возможных динамических тенденций – *тенденция смылообразности*, в силу которой личность стремится в максимальной степени подчинить свои действия наличествующему смыслу жизни, либо противоположная ей *тенденция смыслонесообразности*, в соответствии с которой личность стремится выйти в своих действиях за рамки имеющегося смысла жизни.

В свете сказанного становится очевидным, что смысложизненные кризисы – это неотъемлемый и даже необходимый атрибут нормального развития личности как субъекта жизни. Данная точка зрения противостоит очень распространенной в психологии тенденции патологизации смысложизненного кризиса – рассмотрению данного феномена как преморбидного

либо патогенного фактора в развитии личности или, более того, как самостоятельной формы личностной аномалии («экзистенциального невроза», «метапатологии» и т.п.) (подробнее см.: [18]). Несмотря на то, что по субъективной модальности кризисное переживание дискомфортно, болезненно или даже травматично, в функции отрицательной обратной связи оно объективно производит позитивный корректирующий и активизирующий эффект на развитие личности. В этой связи для обозначения кризисного развития личности как «роста через страдание» весьма уместными оказываются понятия, которые внутренне противоречивы, алогичны по своей семантике, например «позитивная дезинтеграция» К. Домбровского, поскольку они акцентируют положительные (объективно полезные) следствия отрицательной (субъективно болезненной) обратной связи. Любой личностный кризис, в том числе смысложизненный, становится переломным пунктом развития постольку, поскольку меняет позицию личности в отношении, во-первых, задач своего развития; во-вторых, путей, способов и средств их решения; в-третьих, достигнутых и (или) недостигнутых в процессе их решения результатов.

Проведенные исследования смысложизненного кризиса позволяют констатировать, что в функции отрицательной обратной связи он: 1) подталкивает к принятию и активному вовлечению в решение смысложизненных задач, если они не ставились, отторгались и не решались личностью в докризисный период; 2) стимулирует отказ от прежних способов и стратегий поиска, сохранения и практической реализации смысла жизни; 3) обеспечивает постоянную динамику самого смысла жизни через его содержательную переоценку и структурную перестройку. Смысложизненный кризис теряет свой развивающий эффект и превращается в действительный источник деформаций личности только при условии несвоевременного и непродуктивного совладания (несовладания) с ним – другими словами, при длительном и тотальном доминировании кризисных переживаний над переживаниями осмысленности жизни [3].

Наряду с преувеличением негативных (деструктивных) аспектов смысложизненного кризиса в психологической литературе явно переоцениваются позитивные (конструктивные) эффекты переживания осмысленности жизни (подробнее см.: [3]). Вышеизложенные закономерности обратной связи в контуре саморегуляции, присущем личности как субъекту жизни и релевантном целостной жизнедеятельности, высвечивает немаловажную, но при этом ограниченную роль переживания осмысленности жизни. В роли положительной обратной связи данное переживание оказывает стабилизирующее влияние на жизнедеятельность, так как подкрепляет и усиливает процессы сохранения и практической реализации ранее найденного личностью смысла жизни. Однако устойчивое и безраздельное доминирование переживания осмысленности рано или поздно приводит к застою индивидуальной жизнедеятельности и к стагнации личностного развития по причине мотивационного истощения этого смысла жизни. В такой ситуации для «расторможения» жизнедеятельности и ускорения развития

личности требуется пройти через переживание смысловжизненного кризиса, способствующего отбрасыванию старого и выработке нового смысла жизни. Необходимость и неизбежность смысловжизненных кризисов, которые назревают из-за полнейшей реализованности, истощенности, опустошенности прежнего смысла жизни, хорошо обоснованы в ряде теоретических подходов и эмпирических исследований [18].

Таким образом, для оптимального формирования и функционирования личности как субъекта жизни характерен определенный баланс переживаний осмысленности жизни и смысловжизненного кризиса, тогда как отставания, отклонения и прочие нарушения субъектогенеза зачастую сопряжены с их существенной диспропорцией и дисбалансом в опыте личности. «Выпадение» одной из форм обратной связи из контура саморегуляции индивидуальной жизнедеятельности предпосылает негативные последствия для становления и утверждения личности субъектом собственной жизни. В любой момент времени формой динамического баланса положительной и отрицательной обратной связи в саморегуляции процессов развития и функционирования личности как субъекта жизни служит смысловжизненное состояние. Оно представляет собой *целостный паттерн* механизма обратной связи, регулирующий текущее соотношение динамических тенденций смыслообразности и смыслонесообразности в жизнедеятельности личности. В этой связи встает задача теоретического и эмпирического упорядочивания различных видов смысловжизненного состояния как типичных паттернов саморегуляции на уровне субъекта жизни.

Виды и классификация смысловжизненных состояний личности

Научные знания о видах смысловжизненных состояний личности крайне скудны и представлены результатами всего лишь нескольких эмпирических исследований. Сложившаяся познавательная ситуация объясняется тем, что осмысленность жизни и смысловжизненный кризис длительное время ошибочно оценивались как противоположные полюсы единого биполярного континуума, а не как два отдельных измерения экзистенциального опыта личности. Этой теоретической идее соответствует некорректный способ эмпирического измерения, когда феномены осмысленности жизни и смысловжизненного кризиса диагностируются одной и той же шкалой (по принципу «низкая осмысленность = сильный смысловжизненный кризис», «слабый смысловжизненный кризис = высокая осмысленность»), а не отдельными субшкалами одного опросника или самостоятельными опросниками (подробно об этом см.: [33]).

В данной ситуации вполне закономерно, что первое эмпирическое исследование, преодолевающее дихотомию «осмысленность жизни – смысловжизненный кризис», было выполнено в ключе феноменологического (качественного), а не психометрического (тестового) подхода. Оно было проведено на голландской выборке численностью 122 человека. Самым интересным результатом данного исследования стало выделение «проме-

жуточных» состояний между осмысленностью и бессмысленностью жизни, когда человек не видит смысла в своей жизни и при этом парадоксальным образом не переживает бессмысленности («не-бессмысленность») либо ощущает присутствие смысла в жизни и при этом парадоксальным образом страдает от бессмысленности («смысловое совладание с кризисом»). К сожалению, формат методики сбора эмпирических данных не позволил авторам определить частотное распределение разных видов смысловых состояний в обследованной выборке [34].

Следующей значимой работой по обсуждаемой проблеме является исследование австрийского психолога Т. Шнеля, охватившее репрезентативную немецкую выборку объемом 603 человека. Она пользовалась авторским опросником SoMe («Источники смысла жизни»), который обеспечивает раздельную диагностику переживаний осмысленности жизни и смысловых кризисов. Путем рекомбинации этих двух показателей была построена четырехпольная классификация «типов смысла жизни»: 1) «осмысленность» (высокая осмысленность, слабый кризис) – 60,5% испытуемых; 2) «кризис смысла» (низкая осмысленность, сильный кризис) – 4% испытуемых; 3) «экзистенциальная индифферентность» (низкая осмысленность, слабый кризис) – 35% испытуемых; 4) «экзистенциальный конфликт» (высокая осмысленность, сильный кризис) – менее 1% испытуемых [23]. При адаптации методики SoMe на обширной бразильской выборке (3 034 человека) Б. Дамасио и С. Коллер выявили следующие частоты встречаемости «категорий смысла жизни» среди респондентов: «осмысленность» – 80,7%; «кризис смысла» – 5,7%; «экзистенциальная индифферентность» – 9,6%; «экзистенциальный конфликт» – 4% [24].

В исследовании Д.А. Леонтьева и соавт., проведенном с применением русскоязычной версии методики Т. Шнеля на выборке пациентов стационара кризисных состояний (148 человек), было эмпирически идентифицировано три вида смысловых состояний («паттерны осмысленности»): 1) «напряженный смысл» (высокая осмысленность в сочетании со средним кризисом смысла жизни) – 37,1% испытуемых; 2) «смыслотрата» (низкая осмысленность в сочетании с высоким кризисом смысла жизни) – 31,1%; 3) «стабильный смысл» (высокая осмысленность в сочетании с низким кризисом смысла жизни) – 31,8% испытуемых [26].

В нашем собственном исследовании, выполненном в 2015 г. на популяционной белорусской выборке (240 человек), осмысленность жизни измерялась шкалой «Цель в жизни» из опросника «Шкалы психологического благополучия К. Риффа», а смысловой кризис – одноименным авторским опросником [35]. Посредством статистических процедур кросстабуляции, кластерного и дискриминантного анализа выявлены четыре разновидности смысловых состояний: 1) благополучное (высокая осмысленность и слабый кризис) – 40,8%; 2) кризисное (низкая осмысленность и сильный кризис) – 30,8%; 3) конфликтное (высокая осмысленность и сильный кризис) – 10,8%; 4) стагнационное (низкая осмысленность и слабый кризис) – 17,6%.

Сопоставление терминологии и результатов исследований смысловых состояний личности представлено в таблице.

Сопоставление терминологии и результатов исследований смысловых состояний личности

Виды смысловых состояний	[Debats, Drost, Hansen, 1995]: «категории переживания смысла жизни»	[Schnell, 2010]: «типы смысла жизни»	[Damasio, Koller, 2015]: «категории смысла жизни»	[Леонтьев и др., 2017]: «паттерны осмысленности»	[Карпинский, 2017]: «виды смысловых состояний»
Высокая осмысленность и слабый кризис	Осмысленность	Осмысленность (60,5%)	Осмысленность (80,7%)	Стабильный смысл (31,8%)	Благополучное состояние (40,8%)
Низкая осмысленность и сильный кризис	Бессмысленность	Кризис смысла (4%)	Кризис смысла (5,7%)	Смыслоутрата (31,1%)	Кризисное состояние (30,8%)
Высокая осмысленность и сильный кризис	Смысловое совладание с кризисом	Экзистенциальный конфликт (> 1%)	Экзистенциальный конфликт (4%)	Напряженный смысл (37,1%)	Конфликтное состояние (10,8%)
Низкая осмысленность и слабый кризис	Небессмысленность	Экзистенциальное безразличие (35%)	Экзистенциальное безразличие (9,6%)	Не выявлено	Стагнативное состояние (17,6%)

Отличительная особенность нашего теоретического подхода и эмпирических исследований заключается в том, что смысловые переживания и состояния личности рассматриваются в качестве форм обратной связи в контуре саморегуляции процесса развития и функционирования личности как субъекта жизни. Сущность данного процесса выражается прежде всего в решении человеком смысловых задач – поиска, сохранения и практической реализации индивидуального смысла жизни. В этой связи в упомянутом выше исследовании преследовалась цель не только выделить феноменологически различные виды смысловых состояний, но и определить их функциональное значение в качестве «сигналов» обратной связи. Предполагалось, что смысловое состояние личности обусловлено степенью принятия–непринятия и уровнем успеха–неуспеха в решении смысловых задач. Данные о субъективном принятии и продуктивности решения этих задач черпались из двух источников: самоотчета испытуемого о необходимости и успешности поиска, сохранения и реализации смысла в его жизни; экспертных оценок испытуемого по критериям его вовлеченности и продуктивности в решении смысловых задач (получены от стороннего наблюдателя, как правило, человека из ближайшего окружения испытуемого). На основании кластерного анализа собранных данных была построена эмпирическая типология *внутренней позиции личности по отношению к смысловым задачам* как объек-

тивно существующему классу задач развития. Первый тип внутренней позиции личности (27,5%) характеризуется высокой необходимостью и средней успешностью; второй тип (25,8%) – высокой необходимостью и низкой успешностью; третий тип (17,5%) – низкой необходимостью и низкой успешностью; четвертый тип (29,2%) – высокой необходимостью и высокой успешностью решения смысложизненных задач.

«Наложение» классификации смысложизненных состояний и типологии внутренней позиции личности с помощью процедуры кросстабуляции и расчета коэффициента сопряженности (0,74 при $p < 0,000$) показал, что *каждая разновидность смысложизненного состояния является феноменологически специфическим и функционально специализированным сигналом обратной связи, отражающим определенное положение дел в поиске, сохранении и практической реализации индивидуального смысла жизни. Кризисное состояние с наибольшей вероятностью возникает в условиях высокой субъективной необходимости, но средней и преимущественно низкой продуктивности решения смысложизненных задач. Благополучное состояние чаще всего проистекает из ситуации, где высокой личностной приемлемости и активной вовлеченности в решение данных задач сопутствует средняя и преимущественно высокая успешность поиска, сохранения и практической реализации смысла жизни. К стагнативному состоянию наиболее предрасположены люди с двумя типами внутренней позиции. Чаще всего данное состояние развивается вследствие нигилистической позиции – внутреннего неприятия, отторжения смысложизненных задач и уклонения от их решения применительно к собственной жизни. В ряде случаев состояние стагнации возникает на фоне принятия, но неуспешного решения смысложизненных задач. Весьма вероятно, что этот тип внутренней позиции имеет тенденцию трансформироваться в нигилизм, и тогда отрицание необходимости смысложизненных задач выступает как защитная реакция личности на неудачные пробы определить, отстоять и осуществить смысл своей жизни. Конфликтное состояние с наибольшей вероятностью проявляется при высокой субъективной необходимости и неполной успешности (частичной неуспешности) решения смысложизненных задач. Как правило, это состояние присуще личности, обретшей смысл, но не воплотившей его с должной продуктивностью в реальной жизни с силу наличия определенных внешних помех или внутренних преград. Вопреки наличию и сохранности смысла (и закономерному ощущению осмысленности жизни), его нереализованность на практике нагнетает парадоксальное переживание смысложизненного кризиса. Данная разновидность кризиса квалифицируется как кризис нереализованности смысла жизни, а при условии, что затруднения самореализации личности вызваны функционально неоптимальными или дисфункциональными свойствами самого смысла жизни, – как кризис неоптимального смысла жизни [3].*

Интерпретация полученных результатов приводит к общему заключению, что *люди, пребывающие в разных смысложизненных состояниях, существенно различаются своей внутренней позицией по отношению к*

смысложизненным задачам, а также успешностью их решения в индивидуальной жизнедеятельности.

Заключение

Результаты проведенного исследования можно резюмировать следующими основными выводами:

1. Развитие и функционирование личности как субъекта жизни представляет собой процесс решения смысловых задач, которые составляют особый класс задач личностного развития человека в возрастные периоды юности, зрелости и старости.

2. В системе саморегуляции, присущей личности как субъекту жизни, переживания осмысленности жизни и смысловых кризисов выполняют функцию положительной и отрицательной обратной связи, оценивающей продуктивность решения смысловых задач. Устойчивые сочетания переживаний осмысленности жизни и смысловых кризисов формируют основные виды смысловых состояний личности: благополучное, кризисное, конфликтное и стагнативное. Доминирующее (перманентное) смысловое состояние сигнализирует о достигнутом уровне развития и текущем функциональном статусе личности в качестве субъекта жизни (субъектности, временной десубъектизации, бессубъектности).

3. Существенным фактором возникновения и поддержания типичного для личности смысловых состояний является ее внутренняя позиция в отношении смысловых задач и продуктивность их решения в контексте индивидуальной жизнедеятельности.

Литература

1. Карпинский К.В. Смысловые задачи и состояния личности // Психологические проблемы смысла жизни и акме : электронный сборник материалов XXII симпозиума / под ред. Г.А. Вайзер, Н.В. Кисельниковой, Т.А. Поповой. М. : Психологический институт РАО, 2017. С. 22–24. URL: <http://www.pirao.ru/images/labs/gporl/XXII-simposium.pdf>
2. Леонтьев Д.А. Личностное измерение человеческого развития // Вопросы психологии. 2013. № 3. С. 67–80.
3. Карпинский К.В. Неоптимальный смысл: психологические тупики жизненного пути личности. Гродно : ГрГУ, 2016. 539 с.
4. Залевский Г.В., Залевский В.Г., Кузьмина Ю.В. Антропологическая психология: биопсихосоционетическая модель развития личности и ее здоровья // Сибирский психологический журнал. 2009. № 33. С. 99–103.
5. Франкл В. Человек в поисках смысла. М. : Прогресс, 1990. 368 с.
6. Popielski K. Noetyczny wymiar osobowosci. Psychologiczna analiza poczucia sensu zycia. Lublin : KUL, 1994. 445 s.
7. Личностный потенциал: структура и диагностика / под ред. Д.А. Леонтьева. М. : Смысл, 2011. 680 с.
8. Carver C.S., M.F. Scheier M.F. On the self-regulation of behavior. New York : Cambridge University Press, 1998. 439 p.

9. Park C.L. Making sense of the meaning literature: An integrative review of meaning making and its effects on adjustment to stressful life events // *Psychological Bulletin*. 2010. V. 1, № 36. P. 257–301. DOI: 10.1037/a0018301
10. Wrosch C. Self-regulation of unattainable goals and pathways to quality of life // *Oxford handbook of stress, health, and coping* / ed. by S. Folkman. New York : Oxford University Press, 2010. P. 319–333. DOI:10.1093/oxfordhb/9780195375343.013.0016
11. Карпинский К.В. Осознанная саморегуляция жизненного пути личности // *Психологическая служба*. 2003. № 4. С. 22–31.
12. Абульханова К.А. Методологический принцип субъекта: исследование жизненного пути личности // *Психологический журнал*. 2014. Т. 35, № 2. С. 5–18.
13. Карпинский К.В. Стратегия жизни как структурная организация индивидуальной жизнедеятельности // *Психология жизненного пути личности: методологические, теоретические, методические и прикладные проблемы* / под ред. Н.А. Логиновой. Гродно: ГрГУ, 2012. С. 248–271.
14. Клементьева М.В. Биографическая рефлексия в контексте психологического анализа. Тула : ТулГУ, 2013. 156 с.
15. Салихова Н.Р. Психические состояния как механизм обратной связи в регуляции жизнедеятельности субъекта // *Психология психических состояний: актуальные теоретические и прикладные проблемы : материалы второй Всероссийской научной конференции. Казанский федеральный университет, 14–16 ноября 2013 г. : в 2 ч. Казань : Отечество, 2013. Ч. 1. С. 121–127.*
16. Чудновский В.Э. Смысл жизни: некоторые итоги исследования // *Психологический журнал*. 2015. Т. 36, № 1. С. 5–19.
17. Леонтьев Д.А. Саморегуляция, ресурсы и личностный потенциал // *Сибирский психологический журнал*. 2016. № 62. С. 18–38.
18. Карпинский К.В. Смыслжизненный кризис в развитии личности: Анализ концепций отечественной и зарубежной психологии. Гродно : ГрГУ, 2015. 319 с.
19. Конопкин О.А. Участие эмоций в осознанной регуляции целенаправленной активности человека // *Вопросы психологии*. 2006. № 3. С. 38–49.
20. Lazarus R.S. *Emotion and Adaptation*. New York : Oxford University Press, 1991. 576 p.
21. Серый А.В. Система личностных смыслов: структура, функции, динамика. Кемерово : Кузбассвузиздат, 2004. 272 с.
22. Серый А.В., Юпитов А.В. Применение теста смысложизненных ориентаций к диагностике актуальных смысловых состояний (новая концептуализация) // *Сибирская психология сегодня: сборник научных трудов. Кемерово, 2003. Вып. 2. С. 55–72.*
23. Schnell T. Existential Indifference: Another Quality of Meaning in Life // *Journal of Humanistic Psychology*. 2010. V. 50 (3). P. 351–373.
24. Damasio B.F., Koller S.H. Complex Experiences of Meaning in Life: Individual Differences Among Sociodemographic Variables, Sources of Meaning and Psychological Functioning // *Social Indicators Research*. 2015. V. 123 (1). P. 161–181.
25. Болотова А.В., Леонтьев Д.А. Русскоязычная адаптация опросника источников смысла жизни // 6-я Всеросс. науч.-практ. конф. по экзистенциальной психологии, 4–6 мая 2016 г. : материалы сообщений. М. : Смысл, 2016. С. 77–82.
26. Леонтьев Д.А., Тараненко О.А., Калашникова О.Э. Специфика осмысленности жизни у различных групп кризисных пациентов // *Мир психологии*. 2017. № 3. С. 190–201.
27. Куликов Л.В. Психология настроения. СПб. : Изд-во СПбГУ, 1997. 228 с.
28. Прохоров А.О. Интегрирующая функция психических состояний // *Психологический журнал*. 1994. Т. 15, № 3. С. 136–145.
29. Асмолов А.Г. Психология личности: культурно-историческое понимание развития человека. М. : Смысл, 2007. 528 с.

30. Прохоров А.О. Смысловая регуляция психических состояний. М. : Институт психологии РАН, 2009. 352 с.
31. Карпинский К.В. Жизнедеятельность как форма активности субъекта жизни // Методология и история психологии. 2010. Т. 5, № 1. С. 184–203.
32. Салихова Н.Р. Ценностно-смысловая организация жизненного пространства личности. Казань : Казан. ун-т, 2010. 452 с.
33. Карпинский К.В. и др. Новые методы субъектной психодиагностики. Гродно : ГрГУ, 2015. 174 с.
34. Debats D.L., Drost J., Hansen P. Experiences of meaning in life: A combined qualitative and quantitative approach // British Journal of Psychology. 1995. V. 86. P. 359–375. DOI: 10.1111/j.2044-8295.1995.tb02758.x
35. Карпинский К.В. Опросник смысложизненного кризиса. Гродно : ГрГУ, 2008. 126 с.

Поступила в редакцию 28.05.2018 г.; принята 13.02.2019 г.

Карпинский Константин Викторович – доктор психологических наук, доцент, заведующий кафедрой экспериментальной и прикладной психологии Гродненского государственного университета имени Янки Купалы.
E-mail: karpkostia@tut.by

For citation: Karpinskij KV. Meaning-oriented Tasks and Meaning-associated States in Personality Development. *Sibirskiy Psikhologicheskij Zhurnal – Siberian journal of psychology*. 2019; 71:79-106. doi: 10.17223/17267080/71/5. In Russian. English Summary

Meaning-oriented Tasks and Meaning-associated States in Personality Development

Konstantin V. Karpinskij^a

^a Yanka Kupala State University of Grodno, 22 Ozheshko Str., Grodno, 230023 Belarus

Abstract

The author proposes a theoretical model that explains the psychological phenomenology, mechanisms and regularities of the personality development as a subject of life. Proceeding from the general understanding of personality development, mediated by the person's own activity in resolving different types of contradictions and problems, one introduces the notion of a special class of developmental tasks, inherent in the development of the subject of life. This class is defined by the term «meaning-oriented tasks» and includes the search, preservation and practical realization of the individual meaning of life. The search of meaning is a self-determination task of a subject of life; meaning-saving is a self-preservation task of a subject of life; meaning-fulfilling corresponds to the self-realization task of a subject of life. Mental and practical activity aimed at the solution of meaning-oriented tasks is guided by a special system of self-regulation inherent in the personality as a subject of life. The feedback functions in this system carry out subjective experiences of the meaningfulness of life and the meaningful crisis, which respectively signal a successful and unsuccessful solution of meaning-oriented tasks, and thereby reveal the level and actual status of the development of the personality as a subject of life. Contrary to existing ideas about the meaningfulness and crisis of meaning as incompatible (mutually exclusive) forms of existential experience of personality, empirical observations show that these subjective experiences can be combined in different ways. To denote the integral form of the subjective experience connecting the meaningfulness

and crisis of meaning the concept of «meaning-associated states» is introduced. The generalization and systematization of empirical data obtained by the author and other researchers made it possible to distinguish four types of meaning-associated states: prosperous, conflict, stagnant and crisis. It is empirically established that each meaning-associated state is conditioned by personal acceptance or non-acceptance of meaning-oriented tasks, as well as by productivity of their solutions in individual development.

Keywords: meaning of life; subject of life; meaning-oriented tasks; meaningfulness; meaning of life crisis; meaning-associated states; prosperous state; conflict state; stagnant state; crisis state.

References

1. Karpinsky, K.V. (2017) Smyslozhiznennyye zadachi i sostoyaniya lichnosti [Life-purpose tasks and states of the individual]. In: Vayzer, G.A., Kiselnikova, N.V. & Popova, T.A. (eds) *Psikhologicheskie problemy smysla zhizni i akme* [Psychological Problems of the Meaning of Life and Acme]. Moscow: Psychological Institute of RAO. pp. 22–24. [Online] Available from: <http://www.pirao.ru/images/labs/gporl/XXII-simpozium.pdf>.
2. Leontiev, D.A. (2013) Lichnostnoe izmerenie chelovecheskogo razvitiya [Personal dimension of human development]. *Voprosy psikhologii*. 3. pp. 67–80.
3. Karpinsky, K.V. (2016) *Neoptimal'nyy smysl: psikhologicheskie tupiki zhiznennogo puti lichnosti* [Suboptimal meaning: psychological deadlocks of a person's life path]. Grodno: Grodno State University.
4. Zalevskij, G.V., Zalevskij, V.G. & Kuzmina Yu.V. (2009) Anthropological psychology: biopsychosocionoetical model of personality and his health. *Sibirskiy psikhologicheskij zhurnal – Siberian Journal of Psychology*. 33. pp. 99–103. (In Russian).
5. Frankl, V. (1990) *Chelovek v poiskakh smysla* [Man's Search for Meaning]. Translated from German. Moscow: Progress, 1990. 368 s.
6. Popielski, K. (1994) *Noeticzny wymiar osobowosci. Psychologiczna analiza poczucia sensu zycia* [Noetic dimension of personality. Psychological analysis of the sense of the meaning of life]. Lublin: KUL.
7. Leontiev, D.A. (ed.) (2011) *Lichnostnyy potentsial: struktura i diagnostika* [Personal potential: structure and diagnosis]. Moscow: Smysl.
8. Carver, C.S. & Scheier, M.F. (1998) *On the self-regulation of behavior*. New York: Cambridge University Press.
9. Park, C.L. (2010) Making sense of the meaning literature: An integrative review of meaning making and its effects on adjustment to stressful life events. *Psychological Bulletin*. 1(36). pp. 257–301. DOI: 10.1037/a0018301
10. Wrosch, C. (2010) Self-regulation of unattainable goals and pathways to quality of life. In: Folkman, S. (ed.) *Oxford Handbook of Stress, Health, and Coping*. New York: Oxford University Press. pp. 319–333. DOI:10.1093/oxfordhb/9780195375343.013.0016
11. Karpinsky, K.V. (2003) Osoznannaya samoregulyatsiya zhiznennogo puti lichnosti [Conscious self-regulation of the person's life path]. *Psikhologicheskaya sluzhba*. 4. pp. 22–31.
12. Abulkhanova, K.A. (2014) Metodologicheskii printsip sub"ekta: issledovanie zhiznennogo puti lichnosti [The methodological principle of the subject: the study of the person's life course]. *Psikhologicheskii zhurnal*. 35(2). pp. 5–18.
13. Karpinsky, K.V. (2012) Strategiya zhizni kak strukturnaya organizatsiya individual'noy zhiznedeyatel'nosti [Life strategy as a structural organization of individual life activity]. In: Loginova, N.A. (ed.) *Psikhologiya zhiznennogo puti lichnosti: metodologicheskie, teoreticheskie, metodicheskie i prikladnye problem* [Psychology of a person's life path: methodological, theoretical, methodical and applied problems]. Grodno: Grodno State University. pp. 248–271.

14. Klementieva, M.V. (2013) *Biograficheskaya refleksiya v kontekste psikhologicheskogo analiza* [Biographical reflection in the context of psychological analysis]. Tula: Tula State University.
15. Salikhova, N.R. (2013) Mental states as a feedback mechanism in the regulation of the subject's vital activity. *Psikhologiya psikhicheskikh sostoyaniy: aktual'nye teoreticheskie i prikladnye problemy* [Psychology of Mental States: Topical Theoretical and Applied Problems]. Proc. of the Second All-Russian Conference. Kazan. November 14–16, 2013. Kazan: Otechestvo. pp. 121–127. (In Russian).
16. Chudnovsky, V.E. (2015) Smysl zhizni: nekotorye itogi issledovaniya [The meaning of life: some results of the study]. *Psikhologicheskij zhurnal*. 36(1). pp. 5–19.
17. Leontiev, D.A. (2016) Autoregulation, Resources, and Personality Potential. *Sibirskiy psikhologicheskij zhurnal – Siberian Journal of Psychology*. 62. pp. 18–38. (In Russian). DOI: 10.17223/17267080/62/3
18. Karpinsky, K.V. (2015) *Smyslozhiznennyy krizis v razvitii lichnosti: Analiz kontseptsii otechestvennoy i zarubezhnoy psikhologii* [Life-purpose crisis in the development of personality: Analysis of the concepts of domestic and foreign psychology]. Grodno: Grodno State University.
19. Konopkin, O.A. (2006) Uchastie emotsiy v osoznannoy regulyatsii tselenapravlennoy aktivnosti cheloveka [Participation of emotions in the conscious regulation of the person's purposeful activity of a person]. *Voprosy psikhologii*. 3. pp. 38–49.
20. Lazarus, R.S. (1991) *Emotion and Adaptation*. New York: Oxford University Press.
21. Seryy, A.V. (2004) *Sistema lichnostnykh smyslov: struktura, funktsii, dinamika* [The system of personal meanings: structure, function, dynamics]. Kemerovo: Kuzbassvuzizdat.
22. Seryy, A.V. & Yupitov, A.V. (2003) Primenenie testa smyslozhiznennykh orientatsiy k diagnostike aktual'nykh smyslovykh sostoyaniy (novaya kontseptualizatsiya) [Application of the life-sense orientation test to the diagnosis of the current semantic states (new conceptualization)]. In: Yanitsky, M.S. (ed.) *Sibirskaya psikhologiya segodnya* [Siberian Psychology Today]. Vol. 2. Kemerovo: Kuzbassvuzizdat. pp. 55–72.
23. Schnell, T. (2010) Existential Indifference: Another Quality of Meaning in Life. *Journal of Humanistic Psychology*. 50(3). pp. 351–373. DOI: 10.1177/0022167809360259
24. Damasio, B.F. & Koller, S.H. (2015) Complex Experiences of Meaning in Life: Individual Differences Among Sociodemographic Variables, Sources of Meaning and Psychological Functioning. *Social Indicators Research*. 123(1). pp. 161–181. DOI: 10.1007/s11205-014-0726-3
25. Bolotova, A.V. & Leontiev, D.A. (2016) [Russian adaptation of the questionnaire on the sources of the meaning of life]. 6-ya Vseross. nauch.-prakt. konf. po ekzistentsial'noy psikhologii [The Sixth All-Russian Conference On Existential Psychology]. May 4–6, 2016. Moscow: Smysl. pp. 77–82. (In Russian).
26. Leontiev, D.A., Taranenko, O.A. & Kalashnikova, O.E. (2017) Specificity of the life meaningfulness in different groups of crisis patients. *Mir psikhologii – World of Psychology*. 3. pp. 190–201. (In Russian).
27. Kulikov, L.V. (1997) *Psikhologiya nastroyeniya* [Psychology of Mood]. St. Petersburg: St. Petersburg State University.
28. Prokhorov, A.O. (1994) Integriruyushchaya funktsiya psikhicheskikh sostoyaniy [Integrating function of mental states]. *Psikhologicheskij zhurnal*. 15(3). pp. 136–145.
29. Asmolov, A.G. (2007) *Psikhologiya lichnosti: kul'turno-istoricheskoe ponimanie razvitiya cheloveka* [Personality psychology: cultural and historical understanding of human development]. Moscow: Smysl.
30. Prokhorov, A.O. (2009) *Smyslovaya regulyatsiya psikhicheskikh sostoyaniy* [Semantic regulation of mental states]. Moscow: Institute of Psychology, RAS.
31. Karpinsky, K.V. (2010) Life activity as form of activity of subject of life. *Metodologiya i istoriya psikhologii – Metodologiya i istoriya psikhologii – Methodology and History of Psychology*. 5(1). pp. 184–203. (In Russian).

32. Salikhova, N.R. (2010) *Tsennochno-smyslovaya organizatsiya zhiznennogo prostranstva lichnosti* [The value-semantic organization of the living space of the personality]. Kazan: Kazan State University.
33. Karpinsky, K.V. et al. (2015) *Novye metody sub"ektnoy psikhodiagnostiki* [New methods of subject psychodiagnostics]. Grodno: Grodno State University.
34. Debats, D.L., Drost, J. & Hansen, P. (1995) Experiences of meaning in life: A combined qualitative and quantitative approach. *British Journal of Psychology*. 86. pp. 359–375. DOI: 10.1111/j.2044-8295.1995.tb02758.x
35. Karpinsky, K.V. (2008) *Oprosnik smyslozhiznennogo krizisa* [Questionnaire for the meaning of life crisis]. Grodno: Grodno State University.

Received 25.05.2018; Accepted 13.02.2019

Konstantin V. Karpinskij – Head of the Chair of Experimental and Applied Psychology, Yanka Kupala State University of Grodno, Sc.D., Associate Professor.
E-mail: karpkostia@tut.by