

## СМЫСЛОВЫЕ ДЕТЕРМИНАНТЫ ВРЕМЕННОЙ ПЕРСПЕКТИВЫ ЛИЧНОСТИ

Работа выполнена при финансовой поддержке РФФИ (грант № 12-06-90710-моб\_ст).

Ставится вопрос о взаимосвязи и взаимовлиянии параметров осмысленности жизни, временной перспективы, психологического благополучия личности. Выявляется роль осмысленности жизни в формировании личностью представлений о фаталистичности, предопределенности настоящего, в ее отношении к прошлому опыту, в выстраивании стратегий будущего. Определены особенности взаимосвязи параметров осмысленности жизни и временной перспективы личности при разных уровнях осмысленности жизни. Показано, что высокие показатели осмысленности жизни могут быть результатом использования личностью различных стратегий выстраивания временной перспективы и гармонизации отношений в системе «субъект – среда».

**Ключевые слова:** осмысленность жизни; временная перспектива личности; психологическое благополучие.

В числе индивидуально-психологических факторов, определяющих характер временной перспективы личности, осмысленность жизни в целом и отдельных отрезков временного континуума представляется одним из наиболее весомых и определяющих. Смысловая центрированность личности на том или ином временном отрезке с неизбежностью накладывает отпечаток на специфику восприятия ею всех элементов своего жизненного пути и своего Я в различных временных плоскостях. Синхронизация временных локусов смысла определяет сбалансированность временной перспективы личности. Вместе с тем характер взаимосвязи смысловых состояний и специфики временной перспективы личности представляется сложным, нелинейным и требующим отдельного изучения.

Нами была предпринята попытка установления взаимосвязи параметров осмысленности жизни (шкалы методики СЖО в адаптации Д.А. Леонтьева [1]) и компонентов временной перспективы в теоретическом осмыслении Ф. Зимбардо (шкалы методики временной перспективы личности Ф. Зимбардо в адаптации А. Сырцовой, Е.Т. Соколовой, О.В. Митиной [2]) на выборке респондентов периода ранней и средней зрелости.

На первом этапе посредством кластерного анализа выборка общим объемом 103 человека – респонденты в

возрасте от 30 до 40 лет, преимущественно женского пола, проживающие в г. Петропавловске-Камчатском (указание региональной принадлежности респондентов может оказаться важным ввиду специфичности климато-географических и социально-экономических условий региона; к примеру Камчатский край официально отнесен к категории регионов Крайнего Севера и приравненных к ним), оказалась разделенной на три выраженных класса на основании внутритипового сходства.

Анализ средних показателей по шкалам обеих методик дал основания считать, что критерием формирования полученных в результате кластеризации групп является степень осмысленности жизни респондентов: все три группы статистически достоверно различаются по всем шкалам методики СЖО (и, как следствие, по интегральной шкале общей осмысленности жизни) (табл. 1). По объему группы оказались далеко не равноценными: группа респондентов с высокими показателями по всем шкалам насчитывала 52 человека, с самыми низкими – всего 17, со «средними» – 31 человек (один респондент из общей выборки не вошел ни в один кластер, и его показатели были исключены из дальнейшего рассмотрения). Сам по себе факт преобладания в общей выборке лиц с высокими показателями по методике СЖО мы считаем заслуживающим внимания и в дальнейшем обратимся к его обсуждению.

Таблица 1

Параметры осмысленности жизни в группах, сформированных в результате кластеризации общего массива данных

Параметр	Группа 1 (n = 17)	Группа 2 (n = 31)	Группа 3 (n = 52)	t
Цели	25,6	32,8	38,1	$t_{1,2} = 5,37^*$ ; $t_{1,3} = 10,88^*$ ; $t_{2,3} = 5,49^*$
Процесс	20,88	27,8	34,96	$t_{1,2} = 3,79^*$ ; $t_{1,3} = 8,07^*$ ; $t_{2,3} = 7,79^*$
Результат	17,7	25,67	29,78	$t_{1,2} = 5,67^*$ ; $t_{1,3} = 8,80^*$ ; $t_{2,3} = 5,31^*$
Локус-контроля – Я	14,58	20,7	23,78	$t_{1,2} = 6,17^*$ ; $t_{1,3} = 10,13^*$ ; $t_{2,3} = 4,3^*$
Локус-контроля – Жизнь	20,4	27,48	34,2	$t_{1,2} = 6,25^*$ ; $t_{1,3} = 11,38^*$ ; $t_{2,3} = 7,35^*$
Общая осмысленность жизни	73,58	99,35	118,2	$t_{1,2} = 10,35^*$ ; $t_{1,3} = 16,44^*$ ; $t_{2,3} = 11,22^*$

\*  $p \leq 0,01$ .

На следующем этапе сопоставлялись средние показатели по шкалам методики Ф. Зимбардо у респондентов в трех полученных группах (табл. 2). Наиболее отчетливыми видятся закономерности, выявленные при анализе показателей по параметру «настоящее». С одной стороны, полученные группы не различаются по выраженности параметра «гедонистическое настоящее» (гипотетически данный факт можно объяснить

нормативным стремлением любой личности к достижению определенного уровня «комфорта» в плане реализации как дефицитарных, так и бытийных ценностей). С другой стороны, параметр «фаталистическое настоящее», напротив, оказался единственным из пяти шкал методики, на основании которого можно говорить о статистически достоверных различиях во всех трех группах.

Таблица 2

Сопоставление групп с разным уровнем осмысленности жизни по параметру «фаталистическое настоящее»

Параметр	Группа 1	Группа 2	Группа 3	t
Фаталистическое настоящее	3,4	2,97	2,5	$t_{1,2} = 2,7^*$ ; $t_{1,3} = 6,24^*$ ; $t_{2,3} = 3,37^*$

\*  $p \leq 0,01$ .

Группы с низким и высоким уровнем осмысленности жизни различаются по параметрам «будущее» ( $t_{1,3} = 3,7^{**}$ ) и «негативное прошлое» ( $t_{1,3} = 4,6^{**}$ ). Интересно, что группа 2 занимает неординарное положение по отношению к группам 1 и 3: по показателям негативного прошлого группа 2 оказывается более приближенной к группе 1, а по наличию позитивных установок на будущее – к группе 3 (табл. 3). Результаты сравнительного анализа данных, полученных по шкале «позитивное прошлое», оказались наи-

менее ожидаемыми: респонденты с высоким и низким уровнем осмысленности жизни демонстрируют одинаковую степень ориентации на позитивные воспоминания прошлого, в равной степени опираются на положительный прошлый опыт. Вместе с тем группа со средней выраженностью всех шкал методики смысло-жизненных ориентаций по данному параметру оказалась значимо отличающейся от группы лиц с высокой степенью осмысленности всех компонентов временного континуума.

Таблица 3

Параметры «прошлое» и «будущее» в группах с разным уровнем осмысленности жизни

Параметр	Группа 1	Группа 2	Группа 3	t
Будущее	3,25	3,66	3,86	$t_{1,2} = 2,2^*$ ; $t_{1,3} = 3,7^*$ ; $t_{2,3} = 1,67$
Негативное прошлое	3,21	2,9	2,5	$t_{1,2} = 1,9$ ; $t_{1,3} = 4,6^*$ ; $t_{2,3} = 2,67^*$
Позитивное прошлое	3,7	3,39	3,9	$t_{1,2} = 1,45$ ; $t_{1,3} = 1,09$ ; $t_{2,3} = 3,56^*$

\*  $p \leq 0,01$ .

можно предположить, что различия в характере осмысленности прошлого, насыщенности настоящего и смысловой простроенности будущего определяют специфику временной перспективы личности.

Выдвигая гипотезы о возможных вариантах взаимосвязи показателей осмысленности жизни и параметров временной перспективы и основываясь на результатах проведенных ранее исследований, мы приходим к выводу об априорно сложном и нелинейном характере данной взаимосвязи прежде всего ввиду того, что респонденты с высокими показателями осмысленности жизни не могут, вероятно, рассматриваться как некоторая однородная выборка. Одна из довольно явных тенденций современной психологической науки ориентирует на дифференциацию «благополучных» по тем или иным основаниям групп (преодолевая расхожий тезис о том, что «все счастливые... счастливы одинаково») и стимулирует поиск в условной группе «все люди с высокими показателями осмысленности жизни» отдельных подгрупп, сформированных на основании установленного каким-либо способом внутритипического сходства. Одним из аргументов в пользу данной стратегии для нас стало количественное преобладание в выборке лиц с высокими показателями осмысленности жизни.

В литературе встречаются указания на то, что данное распределение показателей по методике СЖО повторяется на различных выборках. Так, результаты, полученные на объемной студенческой выборке ( $n = 776$ ) А.В. Серым, А.В. Юпитовым [3], свидетельствуют о правосторонней асимметрии показателей осмысленности жизни и подтверждают полученные нами данные.

Можно предположить, что сам по себе высокий показатель осмысленности жизни может быть как результатом последовательной и сознательной работы личности в процессе гармонизации отношений с миром и установлении самоидентичности на всех отрезках временного континуума, так и своеобразной защитной реакцией сознания на особые условия и ситуации, в которых личность оказывается в момент настоящего времени.

Так, например, в проведенном нами исследовании осмысленности жизни и временной перспективы респондентов с разными сроками судимости (*опрошены две выборки – осужденные к лишению свободы на большой срок наказания, от 8 до 17,6 лет, и осужден-*

*ные к лишению свободы на малый срок наказания, от 2,6 до 8 лет*) был выявлен парадоксальный, на первый взгляд, факт: общий показатель осмысленности жизни у респондентов, осужденных на большой срок, оказался значимо выше. Мы полагаем, что осмысленность жизни в данном случае выступает для респондентов с большим сроком заключения чем-то вроде механизма совладания с объективно сложившейся ситуацией невозможности предпринять какие-либо действия в отношении протравивания собственного будущего (и отсутствие такой возможности в обозримом – ближайшем – будущем).

Респонденты, осужденные на малый срок, руководствуются, по всей видимости, принципом «я подумаю об этом завтра», откладывают мысли о конкретных путях и способах протравивания жизненных перспектив на относительно короткий срок, ожидают освобождения, чтобы «начать жить после». Представляется очевидным, что подобный алгоритм не эффективен для респондентов, осужденных на большой срок заключения. Наполнение событиями и смыслами будущего, как и анализ прошлого, его позитивная реконструкция, являются своего рода способами маркировки жизненного пути, придания ему реалистичности и предметности. Осмысление своего жизненного пути, протравивание ментальных схем реализации замыслов – возможно, единственный механизм заполнения смыслового вакуума респондентами, которые в обозримом будущем лишены реальной возможности предпринимать какие-либо реальные действия по достижению своих целей.

Эмпирические данные по методике Ф. Зимбардо отражают схожую тенденцию. Респонденты, осужденные на большой срок заключения, демонстрируют большую нацеленность в будущее, более высокую степень осмысления предстоящих событий жизни (дополнительные данные были получены при помощи метода мотивационных индукторов Ж. Нюттена). «Маркировка» будущего событиями позволяет построить цепочку целей, которые в той или иной мере могут являться для личности неким ментальным способом поддерживать связь с реальным миром.

Подтверждение выявленным эмпирическим фактам находим у Ю.В. Славинской, Б.Г. Бовин [4], изучающих временную перспективу заключенных, отбываю-

сих пожизненный срок заключения (2011 г.). Выборку составили 80 осужденных в возрасте от 28 до 64 лет, приговоренных к пожизненному лишению свободы в колонии особого режима и на момент исследования отбывших от 10 до 22 лет заключения. Данные о наличии у заключенных выраженных позитивных установок в отношении будущего (позитивная ориентация на будущее), низком уровне оценки фаталистичности настоящего, высоких показателях по шкале «позитивное прошлое» авторы объясняют тем, что заключенные ориентированы на условно-досрочное освобождение по истечении 25 лет заключения (такая возможность при соблюдении ряда условий предусмотрена УК РФ). На наш взгляд, сам по себе факт, что заключенные допускают вероятность освобождения (в случае пожизненно-го заключения термин «досрочно» представляется в определенной степени избыточным), не первичен и с большой долей условности может быть распространен на всех заключенных. В первую же очередь специфику временных ориентаций и показатели осмысленности жизни определяет именно стремление находящегося в особых условиях (в условиях жесткой определенности настоящего и призрачности будущего) человека позитивно реконструировать прошлое, наполнить «спасительными смыслами» настоящее и будущее, обеспечивая себе «психологическую опору, позволяющую защититься от неподвижного времени и его опасностей для психического и физического здоровья».

Таким образом, «объективно положительная» картина показателей смысложизненных ориентаций заключенных является скорее компенсаторной. Е.В. Не-

красова подчеркивает, что деформация жизненного пространства всегда сопровождается изменением субъективного восприятия времени [5], которое может выражаться в его (времени) «замедлении», «субстрении», «остановке», а в отдельных случаях – во «вневременности бытия», потере чувства реальности, проживании «псевдожизни», построении «псевдобудущего».

В контексте размышлений о возможностях дифференциации выборки с высокими показателями осмысленности жизни мы подвергли группу 3 (респонденты с более высокими показателями по всем шкалам методики СЖО) кластерному анализу и получили вполне обоснованное (четко выраженные кластеры) разделение выборки на две группы (29 и 20 человек соответственно, несколько респондентов не попали ни в один из кластеров). Сравнение средних показателей двух полученных групп по методике временной перспективы Ф. Зимбардо не дало значимых различий ни по одной из шкал. Таким образом, можно говорить о том, что основанием для объединения респондентов в кластеры и на этот раз стали показатели осмысленности различных компонентов временного континуума. Группы значимо различаются по интегральному показателю общей осмысленности жизни, однако ни насыщенность настоящего (шкала «процесс»), ни удовлетворенность прошлым («результат») на этот раз не оказались решающими основаниями для дифференциации. Различия между двумя вновь образовавшимися группами показали шкалы «цели», «локус контроля – Я» и «локус контроля – Жизнь» (т.е. параметры планирования будущего в сочетании с интернальностью / экстернальностью; табл. 4).

Таблица 4

Параметры осмысленности жизни в группах, полученных в результате кластеризации выборки с высокими показателями по шкалам методики СЖО

Параметр	Группа 3.1 (n = 29)	Группа 3.2 (n = 20)	t
Цели	36,8	39,85	$t_{\text{эмп}} = 3,08^*$
Процесс	34,17	35,85	$t_{\text{эмп}} = 1,45$
Результат	28,8	30,9	$t_{\text{эмп}} = 1,86$
Лocus контроля – Я	22,69	25,05	$t_{\text{эмп}} = 2,56^*$
Лocus контроля – Жизнь	32,7	36,1	$t_{\text{эмп}} = 2,06^*$
Общая осмысленность жизни	114,4	122,9	$t_{\text{эмп}} = 2,56^*$

\*  $p \leq 0,01$ .

Полученная эмпирическая картина позволяет на уровне гипотезы говорить о наличии некоей «движущей силы» – цели в жизни, которая в сочетании с представлениями человека о подконтрольности событий жизни и уверенности в собственных возможностях быть хозяином своей жизни, ее активным и преобразующим участником дает личности определенную стратегию построения будущего. Вместе с тем остается не вполне ясным, почему данное сочетание на уровне количественных показателей не оказывает влияния на параметры временной перспективы личности, не становится «рычагом» повышения позитивных установок на будущее или не является основанием более позитивной реконструкции прошлого.

Отсутствие значимых различий по шкалам методики временной перспективы привело нас к мысли о необходимости выявления структуры взаимосвязи параметров временной перспективы личности и смысложизненных ориентаций посредством факторного анализа. Процедура факторизации данных (матрица, содержащая все шкалы методики смысложизненных ориентаций и мето-

дики временной перспективы личности Ф. Зимбардо) была проведена отдельно в группах с высокими, низкими и средними показателями осмысленности, а также в каждой из двух подгрупп, полученных при дальнейшем делении группы с позитивным осмыслением прошлого, эмоциональной насыщенностью настоящего, наличием целей в будущем (группа 3).

Остановимся лишь на тех результатах факторизации, которые показали нам наиболее интересными (все полученные факторные структуры представлены в табл. 5, 6). В группе с низкими показателями осмысленности прошлого, настоящего и будущего мы получили четырехфакторную структуру с имеющим наибольший вес первым фактором, включающим следующие переменные: «осмысленность жизни» (+), «результат» (+), «процесс» (+), «негативное прошлое» (-). Второй фактор объединил переменные «гедонистическое настоящее» (+) и «будущее» (-). Данное сочетание описывается авторами адаптированной версии методики Ф. Зимбардо как нормативное, традиционное. В третьем факторе шкала «це-

ли» (+) оказалась обратно связанной с параметром «локус контроля – Жизнь»; вероятно, представители группы строят планы на будущее, в значительной степени исходя из «подвластности контролю» жизни как таковой. Наконец, четвертый фактор объединил переменные «фаталистическое настоящее» (+), «позитивное прошлое» (+) и

«локус контроля – Я». Отметим, что объединение двух первых переменных фактора (параметры методики временной перспективы) – не самая типичная картина, являющаяся, по всей видимости, отличительной тенденцией представителей группы с низкими параметрами осмысленности жизни.

Таблица 5

Структура взаимосвязи параметров временной перспективы и показателей осмысленности жизни в группах с разным уровнем осмысленности

Группа 1 (низкие показатели по шкалам СЖО) 81,8% суммарной дисперсии	Группа 2 (средние показатели по шкалам СЖО) 78% суммарной дисперсии	Группа 3 (высокие показатели по шкалам СЖО) 79,56% суммарной дисперсии
<b>ФАКТОР 1 (35%):</b> Результат (0,91). ОЖ (0,91). Процесс (0,87). Негативное прошлое (-0,83).	<b>ФАКТОР 1 (26,7%):</b> Процесс (0,88). Цели (-0,81)	<b>ФАКТОР 1 (41%):</b> ОЖ (0,96). Локус контроля – Я (0,88). Цели (0,86). Результат (0,79). Локус контроля – Жизнь (0,72). Процесс (0,64)
<b>ФАКТОР 2 (21%):</b> Гедонистическое настоящее (0,89). Будущее (-0,88)	<b>ФАКТОР 2 (17,2%):</b> ОЖ (0,88). Результат (0,75)	<b>ФАКТОР 2 (15%):</b> Негативное прошлое (0,86). Будущее (0,58)
<b>ФАКТОР 3 (14%):</b> Цели (0,91). Локус контроля – Жизнь (-0,87)	<b>ФАКТОР 3 (12,7%):</b> Негативное прошлое (0,89). Фаталистическое настоящее (0,79)	<b>ФАКТОР 3 (12%):</b> Позитивное прошлое (0,8). Фаталистическое настоящее (-0,65)
<b>ФАКТОР 4 (10%):</b> Локус контроля – Я (-0,84). Фаталистическое настоящее (0,68). Позитивное прошлое (0,49)	<b>ФАКТОР 4 (11,9%):</b> Локус контроля – Жизнь (0,74). Позитивное прошлое (0,68). Будущее (0,64)	<b>ФАКТОР 4 (6,9%):</b> Гедонистическое настоящее (0,92)
	<b>ФАКТОР 5 (9,4%):</b> Локус контроля – Я (0,86). Гедонистическое настоящее (0,55)	

Таблица 6

Структура взаимосвязи параметров временной перспективы и показателей осмысленности жизни в подгруппах с высоким уровнем осмысленности жизни

Группа 3 (высокие показатели по шкалам СЖО) (n = 52 человека) 79,56% суммарной дисперсии	Группа 3.1 (n = 20 человек) 79,5% суммарной дисперсии	Группа 3.2 (n = 29 человек) 79,69% суммарной дисперсии
<b>ФАКТОР 1 (41%):</b> ОЖ (0,96). Локус контроля – Я (0,88). Цели (0,86). Результат (0,79). Локус контроля – Жизнь (0,72). Процесс (0,64)	<b>ФАКТОР 1 (52,9%):</b> ОЖ (0,98). Локус контроля – Жизнь (0,92). Цели (0,92). Локус контроля – Я (0,91). Процесс (0,9). Результат (0,89)	<b>ФАКТОР 1 (25,15%):</b> Локус контроля – Жизнь (-0,86). Фаталистическое настоящее (0,74). Цели (0,68). Негативное прошлое (0,58)
<b>ФАКТОР 2 (15%):</b> Негативное прошлое (0,86). Будущее (0,58)	<b>ФАКТОР 2 (14,19%):</b> Будущее (0,83). Гедонистическое настоящее (-0,62)	<b>ФАКТОР 2 (18,35%):</b> Позитивное прошлое (0,74). Процесс (-0,72). Гедонистическое настоящее (0,68)
<b>ФАКТОР 3 (12%):</b> Позитивное прошлое (0,8). Фаталистическое настоящее (-0,65)	<b>ФАКТОР 3 (12,38%):</b> Позитивное прошлое (-0,81). Фаталистическое настоящее (0,68). Негативное прошлое (0,49)	<b>ФАКТОР 3 (15,4%):</b> Осмысленность жизни (0,9). Результат (0,71)
<b>ФАКТОР 4 (6,9%):</b> Гедонистическое настоящее (0,92)		<b>ФАКТОР 4 (11,27%):</b> Будущее (0,94)
		<b>ФАКТОР 5 (9,5%):</b> Локус контроля – Я (0,89)

Структура взаимосвязи параметров временной перспективы и показателей методики смысложизненных ориентаций в группе 3 (высокие показатели) оказалась принципиально иной. Так, первый из четырех полученных факторов сам по себе объясняет 41% суммарной дисперсии, т.е. по весу практически равен трем оставшимся факторам структуры. Еще более интересным для нас стал тот факт, что в первый фактор как переменные вошли все шкалы методики СЖО, включая общую осмысленность жизни. Второй фактор объединяет в себе переменные «негативное прошлое» (+) и «будущее» (+).

Данный факт плохо согласуется с описанными при адаптации методики временной перспективы «нормативными», типичными сочетаниями шкал. Заметим, что обе переменные вошли в фактор с положительным знаком, что свидетельствует о прямом характере связи между переживанием отрицательного по модальности прошлого опыта и наличием позитивных оптимистических установок в отношении будущего. Возможно, интерпретационная схема данного фактора такова: «чем хуже мне было в прошлом, тем лучшего будущего я заслуживаю, и рано или поздно это случится». Два остав-

шихся фактора имеют довольно незначительные факторные веса и представляются малоопределяющими в полученной структуре (третий фактор – «позитивное прошлое» (+) и «фаталистическое настоящее» (–), четвертый фактор – «гедонистическое настоящее»).

Исходя из гипотезы о качественной неоднородности группы респондентов с высокими показателями по шкалам осмысленности, мы проанализировали факторные структуры и в группах, полученных посредством кластеризации исходной. Результаты свидетельствуют в пользу подтверждения нашей гипотезы. В одной из полученных групп (n = 20) факторная структура очень напоминает описанную структуру исходной группы 3: наиболее нагруженный (объясняет более 50% общей дисперсии) первый фактор включает все параметры методики СЖО, второй фактор объединяет «будущее» (+) и «гедонистическое настоящее» (–), третий – «позитивное прошлое» (–), «фаталистическое настоящее» (+) и «негативное прошлое» (+).

Результаты факторизации второй подгруппы (n = 29) дали совершенно иную структуру. Остановимся более подробно на ее описании. Следует отметить, что, в отличие от всех ранее описанных групп, факторная структура включает в себя пять факторов, объясняющих 80% суммарной дисперсии, причем их факторные веса распределены более или менее однородно. Первый фактор (25% дисперсии) объединил в себе две шкалы методики СЖО и две шкалы методики временной перспективы: «локус контроля – Жизнь» (–), «фаталистическое настоящее» (+), «цели» (+), «негативное прошлое» (+). Данный фактор может, на наш взгляд, иллюстрировать своеобразную компенсаторную стратегию целеполагания личности по следующей схеме: фаталистичность и неконтролируемость настоящего в сочетании с негативно окрашенным прошлым порождает у субъекта некую идеалистичную цель-мечту, формируя определенный перенос ожидаемых «лучших времен» в умозрительное будущее. Это хорошо согласуется с тем фактом, что шкалы «локус контроля – Я» и «будущее» выделились в отдельные самостоятельные независимые факторы (четвертый и пятый). Таким образом, надеясь на «красивое будущее», но руководствуясь (осознанно или неосознанно) негативным прошлым опытом, личность как бы остается непричастной к построению собственного будущего.

Во второй фактор вошли переменные «позитивное прошлое» (+), «процесс» (–), «гедонистическое настоящее» (+), т.е. параметры, характеризующие два из трех компонентов временного континуума – прошлое и настоящее, причем несколько противоречиво. «Осмысленность жизни» и «результат» оказались объединенными в третьем факторе.

Таким образом, полученные результаты позволяют выдвинуть гипотезу о том, что высокие показатели по шкалам методики СЖО сами по себе не являются гарантом действительно высокой осмысленности личности компонентов временного континуума, а могут свидетельствовать об «ощущении осмысленности», которое, в свою очередь, является продуктом более или менее сознательной работы личности по адаптации к ситуации настоящего.

В этом случае «смыслы», которыми человек насыщает свое настоящее, будущее (возможно, прошлое) выполняют вспомогательные функции, выступают для личности сво-

его рода «психической анестезией», помогая ей на определенном отрезке жизненного пути решать задачи установления самоидентичности и гармонизировать отношения в системах «субъект – среда», «я – другие» и т.п.

Возможно, что такая стратегия является для личности продуктивной в течение более или менее длительного периода жизни, однако есть вероятность, что некоторое «столкновение с реальностью» (выражающееся в том или иной субъективно значимом для личности событии) приведет к нарушению гомеостаза и рассинхронизации смысловых локусов временной перспективы.

Таким образом, полученные в исследовании результаты позволяют выдвигать гипотезу о существовании различных стратегий осмысления жизни на разных отрезках временного континуума.

Поиск механизмов и методов, позволяющих дифференцировать истинную высокую осмысленность жизни от «проблемной», представляется имеющей практическую значимость задачей, связанной с поисками различного рода стратегий психологической помощи в ситуациях биографических, смысловых кризисов личности, а также в ситуации кризиса идентичности и нарушении психологического благополучия.

Возможно, вопрос о соотношении параметров осмысленности жизни и компонентов временной перспективы имеет смысл рассматривать в совокупности с оценкой психологического благополучия личности. П.П. Фесенко в диссертационном исследовании [6] приводит убедительные данные о прямой связи параметров психологического благополучия и осмысленности жизни.

Наш исследовательский опыт свидетельствует о том, что данные по методике «Шкалы психологического благополучия» К. Рифф (в адаптации Т.Д. Шевеленковой, П.П. Фесенко), полученные на неспецифических (случайных) выборках, имеют тенденцию смещения в сторону высоких и «выше среднего» показателей. Это согласуется с тенденцией, свойственной методике СЖО, и в контексте получившего доказательство в диссертационном исследовании тезиса П.П. Фесенко о том, что «психологическое благополучие (равно как и осмысленность жизни) воспринимается большинством респондентов как социально и личностно одобряемое, обладающее субъективной желательностью состояние» [6. С. 23], приводит к мысли о широкой вариативности субъективного смыслового наполнения понятия «психологическое благополучие».

В рамках исследования, направленного на выявление взаимосвязи параметров психологического благополучия, осмысленности жизни и временной перспективы, мы (совместно с А.В. Мазуркевичем) предприняли попытку построения уравнения множественной регрессии благополучия личности в зависимости от различных психологических переменных.

Зависимой переменной регрессионного анализа полагалось суммарное благополучие как интегральная функция шкал методики К. Рифф («позитивное отношение с окружающими», «личностная автономия», «управление средой», «личностный рост», «цели в жизни», «самопринятие»).

Независимыми переменными выступили шкалы методики СЖО, Ф. Зимбардо и шкалы методики временных установок Ж. Нюттена.

Общая выборка (n = 153, репрезентативная по параметрам пол (76 мужчин, 77 женщин), возраст (52 человека в возрасте от 18 до 25 лет – юность; 61 человек в возрасте 25–35 лет – период ранней зрелости; 40 человек в возрасте 35–65 лет – период средней и поздней зрелости), образование (представлены респонденты со средним, незаконченным высшим, высшим образованием), семейный статус (официальные браки, неофициальные отношения, одинокий образ жизни), социальный статус (служащие, военные, учащиеся вузов, интеллигенция) была рассортирована на «условно благополучных» и «условно неблагополучных».

Критерием сортировки выступило превышение суммарного показателя благополучия каждого респондента над выборочным средним.

Таким образом, вся выборка поделилась на две группы.

Первая – «условно благополучные» – те, у кого суммарный показатель благополучия, аддитивно отражающий общее благополучие личности по всем фиксируемым в методике К. Рифф шкалам, превышает средневыворочное значение.

Вторая – «условно неблагополучные» – суммарный показатель не превышает средневыворочное.

Категорию «условно» мы используем для констатации относительности понятия «благополучие» и невозможности определить его в четких и однозначных дефинициях. Выборка оказалась преимущественно представлена респондентами со средним, выше среднего и высоким уровнем благополучия (респонденты с низким уровнем благополучия практически отсутствовали). Уравнения регрессии предполагалось получить для каждой из указанных групп, а также для объединенной выборки.

Важным и показательным представляется тот факт, что регрессионный анализ группы «условно благополучных» не дал четкого уравнения. Это, на наш взгляд, может свидетельствовать о статистической непредсказуемости благополучия, его специфичности и уникальности у большинства респондентов данной группы.

В результате регрессионного анализа данных, полученных в группе «условно неблагополучных», было составлено регрессионное уравнение суммарного благополучия личности, которое определялось по следующей формуле:

$$\begin{aligned} \text{БЛАГОПОЛУЧИЕ} = & 13,88 \text{ (гедонистическое настоящее)} + \\ & + 11,46 \text{ (будущее)} + 8,61 \text{ (позитивное прошлое)} + 3,7 \\ & \text{(ценность будущего)} + 3,61 \text{ (смысл жизни – результат)} – \\ & – 1,36 \text{ (жизнь как процесс)} – 2,041 \text{ (сложное будущее)} – \\ & – 2,2 \text{ (ценность настоящего)} – 22,25 \text{ (фаталистическое} \\ & \text{настоящее)} + 499,11. \end{aligned}$$

Коэффициент множественной детерминации уравнения равен 0,501, что свидетельствует о достаточной

статистической точности модели. Обращает на себя внимание тот факт, что переменные «жизнь как процесс» и «ценность настоящего» вопреки ожиданиям вошли в уравнение с отрицательным весом.

Регрессионный анализ всей выборки (без дифференциации по критерию «психологическое благополучие») дал следующее уравнение:

$$\begin{aligned} \text{БЛАГОПОЛУЧИЕ} = & 13,79 \text{ (позитивное прошлое)} + 12,65 \\ & \text{(будущее)} + 11,61 \text{ (гедонистическое настоящее)} + 3,63 \\ & \text{(контроль настоящего)} + 2,93 \text{ (ценность будущего)} + 0,99 \\ & \text{(осмысленность жизни)} – 1,93 \text{ (ценность настоящего)} – 2,06 \\ & \text{(жизнь как процесс)} – 16,54 \text{ (фаталистическое настоящее)} + \\ & + 441,23. \end{aligned}$$

Очевидно, что несмотря на различия отдельных параметров и их коэффициентов, тенденция сохраняется: переменная «жизнь как процесс» снова входит в уравнение с отрицательным весом, подталкивая нас к предположению, что чем выше переживание «процессуальности» жизни, чем больше стремление личности к полноценной эмоциональной вовлеченности в процесс настоящего, тем ниже ее ощущение психологического благополучия.

Мы пока не беремся окончательно интерпретировать данный факт, однако склонны усматривать в этом некоторое основание для выдвижения дальнейших гипотез о взаимосвязи параметров осмысленности жизни и временной перспективы личности в контексте ее психологического благополучия.

Обобщение представленных результатов позволяет сформулировать следующие **выводы**:

1. Показатели временной перспективы личности связаны с параметрами осмысленности жизни и психологического благополучия, но для обнаружения этих связей необходимы не только данные измеряемых значений (степени осмысленности), но и феноменологические данные – интенциональность и респонзивность осмысления человеком своей жизненной ситуации.

2. Уровень осмысленности жизни тесно связан с предельностью представлений личности о времени, с представлением о фаталистичности, предопределенности настоящего, это оказывает влияние на отношение личности к негативному прошлому опыту и формирует стратегию отношения к будущему.

3. Группа лиц с высокими показателями осмысленности жизни и психологического благополучия, выделенная на основании результатов исследования с помощью тестовых методик, может иметь сложную «внутреннюю» дифференциацию в зависимости от стратегии выстраивания личностью жизненной перспективы.

## ЛИТЕРАТУРА

1. Леонтьев Д.А. Тест смысловых ориентаций (СЖО). 2-е изд. М. : Смысл, 2006.
2. Сырцова А., Соколова, Е.Т., Митина, О.В. Адаптация опросника временной перспективы личности Ф. Зимбардо // Психологический журнал. 2008. № 3, т. 29. С. 101–109.
3. Серый А.В. Система личностных смыслов: структура, функции, динамика / науч. ред. М.С. Яницкий. Кемерово : Кузбассвузиздат, 2004. 272 с.
4. Славинская Ю.В., Бовин, Б.Г. Временная перспектива отбывающих пожизненное лишение свободы // Прикладная юридическая психология. 2011. № 4. С. 41–54.
5. Некрасова Е.В. Пространственно-временная организация жизненного мира человека : автореф. дис. ... канд. психол. наук. Барнаул, 2005.
6. Фесенко П.П. Осмысленность жизни и психологическое благополучие : автореф. дис. ... канд. психол. наук. М., 2005. 25 с.

Статья представлена научной редакцией «Психология и педагогика» 23 апреля 2012 г.