

# Карпинский К.В. Ценностные конфликты и смысложизненный кризис в развитии личности



English version: [Karpinskii K.V. Value conflicts and crisis of the meaning of life in personality development](#)  
Гродненский государственный университет им. Янки Купалы, Гродно, Беларусь

[Сведения об авторе](#)

[Литература](#)

[Ссылка для цитирования](#)

Рассматриваются психические механизмы и закономерности ненормативного кризиса, вызванного конфликтом в системе смысложизненных ценностей личности. Выделяются различные виды смысложизненного кризиса в развитии личности, и в частности кризис неоптимального смысла жизни. На эмпирическом материале доказывается гипотеза о том, что конфликтный смысл жизни, будучи частной разновидностью неоптимального смысла жизни, обуславливает переживание личностью кризиса. Установлено, что взаимосвязь между конфликтным смыслом жизни и кризисным состоянием существенно опосредуется продуктивностью самореализации личности.

**Ключевые слова:** личность, смысл жизни, смысложизненный кризис, неоптимальный смысл жизни, конфликтный смысл жизни, удовлетворенность жизнью

Одним из ненормативных кризисов развития личности в периоды юности, взрослости и старости является смысложизненный кризис. С самых общих позиций его можно определить как дрящееся состояние личностного развития, порождаемое неразрешимыми или неразрешенными противоречиями в поиске и практической реализации смысла индивидуальной жизни [Карпинский, 2009]. В научной литературе этот кризис обозначается разными терминами: «экзистенциальный невроз», «фрустрация потребности в смысле жизни», «метапатология», «кризис ноодинамики», «ценностный кризис» и т.д. Несмотря на существенные терминологические различия, достигнут консенсус в понимании механизмов и закономерностей возникновения смысложизненного кризиса в развитии личности. Большинство исследователей рассматривает его либо как кризис бессмысленности, который наступает из-за отсутствия смысла в жизни и невозможности его отыскать, либо как кризис смыслоутраты, который порождается потерей смысла жизни в критической ситуации и невозможностью его восстановить. В любом случае главным этиологическим фактором считается дефицит ценностей, которые организовывали, структурировали и наполняли бы индивидуальную жизнь смыслом, только в кризисе бессмысленности это первичный дефицит, а в кризисе смыслоутраты – вторичный дефицит, которому предшествовало относительное смысложизненное благополучие.

Следует отметить, что данный взгляд на происхождение кризиса основывается на теоретических представлениях о смысле жизни, которые не вполне соответствуют реальности и не всегда критически рефлексированы исследователями. Во многих работах по данной проблеме неявно подразумевается или открыто постулируется следующее: а) наличие смысла в жизни является безусловным благом для личности и залогом ее прогрессивного развития, продуктивности, благополучия, адаптации и здоровья; б) отсутствие или разрушение смысла жизни неизбежно оборачивается для личности психологическими проблемами; в) при этом совсем не важно, каков этот смысл по своим содержательным и формальным (структурным, функциональным, темпоральным, энергетическим) свойствам.

На протяжении ряда лет нами проводится цикл теоретико-эмпирических исследований, направленных на раскрытие закономерностей протекания личностных кризисов, спровоцированных принятием и

попытками осуществления смысла жизни с дизрегуляторными, дисфункциональными свойствами. Полученные результаты свидетельствуют, что в действительности далеко не всякий смысл жизни служит фактором восходящего развития, жизненной продуктивности и устойчивого благополучия личности, а при определенных условиях смысл жизни вообще превращается из блага, отвечающего насущной человеческой потребности, в бремя, которое мешает гармоничному развитию и нормальной жизнедеятельности личности. Выявлены различные виды функционально неоптимального смысла жизни – нереалистический [Карпинский, 2011с], дезинтегрированный [Карпинский, 2011b], бездуховный [Карпинский, 2011a], конфликтный [Карпинский, 2010a] смысл жизни, каждый из которых отягощает развитие личности специфическими противоречиями и обладает высокой кризисогенностью.

Обобщение и систематизация результатов этого цикла исследований позволяет говорить о существовании особой разновидности смысложизненного кризиса. Это – кризис неоптимального смысла жизни, который развивается на почве противоречия между стремлением личности реализовать смысл жизни и невозможностью сделать это на должном уровне продуктивности в силу его дисфункционального характера. По сравнению с упомянутыми выше кризисами бессмысленности и смыслоутраты кризис неоптимального смысла жизни еще очень слабо изучен психологической наукой. Между тем, как показывает специальный анализ, в современных социокультурных условиях именно он является весьма распространенной, если не преобладающей формой смысложизненного кризиса [Карпинский, 2010b].

В современности смыслопоисковую активность личности осложняет скорее не дефицит или упадок, а избыточность и фрагментация социально-культурных ценностей, которые могут служить источниками смысла индивидуальной жизни. Современные общества по большей части являются обществами ценностного плюрализма, что предполагает множественность ценностей, их беспрепятственную циркуляцию между культурами и субкультурами, а также свободу смысложизненного выбора личности. Еще в середине прошлого столетия личность находилась в ситуации поиска ускользающего или обесценивающегося смысла, что порождало волну кризисов бессмысленности и смыслоутраты, а в нынешних условиях многочисленные смыслы конкурируют за возможность овладеть ее сознанием и подчинить себе течение ее жизни.

Содержательная разнородность избираемых личностью смыслообразующих ценностей зачастую становится предпосылкой формирования особой разновидности неоптимального смысла жизни, которая может быть названа «конфликтный смысл жизни». Цель настоящего исследования – проанализировать на теоретическом и эмпирическом уровне роль конфликтного смысла жизни в детерминации смысложизненного кризиса в развитии личности.

## **Конфликтный смысл жизни как разновидность неоптимального смысла жизни**

С общепсихологических позиций конфликтный смысл может быть определен как смысл объекта действительности или человеческого действия, проистекающий от двух и более мотивов, синхронная реализация которых существенно затруднена или практически невозможна. Эти смыслообразующие мотивы, как правило, являются разнонаправленными, в силу чего приближение к одному из них приводит к удалению от остальных актуальных для личности мотивов. Переживание личностью конфликтного смысла манифестирует о наличии у нее противоречивых, несовместимых мотивов. В их свете осмысливаемый объект или действие представляет собой условие, способствующее достижению одного и препятствующее достижению другого мотива одновременно [Столин, 1983].

Конфликтность может быть присуща смысловому отношению личности к собственной жизни в целом. В связи с тем, что смысл жизни конкретной личности в большинстве случаев представлен не одной ценностью, а некоторой их совокупностью, индивидуальная жизнь оказывается полиосмысленной. Смысложизненные ценности личности далеко не всегда гармонизированы по своему содержанию и структурированы таким образом, чтобы осуществление одной из них не ущемляло и не ограничивало возможности реализации других. Каждая личностная ценность

выступает не просто как дискретный источник смысла жизни, но также как ценность-стимул или ценность-помеха по отношению к другим значимым для личности источникам смысла жизни. С увеличением количества ценностей, из которых личность черпает смысл своей жизни, возрастает содержательная неоднородность этого смысла и вероятность того, что отдельные ценности будут конфликтовать и бороться между собой за право быть воплощенными в жизнь. В целом конфликтность-согласованность может рассматриваться в качестве индивидуального параметра, полезного для описания строения и функционирования смысла жизни как системного личностного образования.

Смысложизненный конфликт представляет собой специфическую разновидность внутриличностного конфликта. Обычно личность испытывает его в форме негативных эмоций, сигнализирующих о субъективной трудности реализации жизненно важных ценностей, а также производных от них целей, планов, решений и т.д. При этом она ощущает наличие внутреннего барьера, парализующего или затормаживающего активные действия, либо чувствует амбивалентность в отношении реализуемого поведения и его последствий. Гораздо реже смысложизненный конфликт разыгрывается на «арене» сознания в виде открытого противоборства двух и более ценностей, осознается в виде жизненной дилеммы.

Осознание самих ценностей, снабжающих индивидуальную жизнь смыслом, представляет нелегкую задачу, а рефлексия объективных отношений между ними, в том числе конфликта, требует от личности еще больших усилий. Эта рефлексия может протекать в абстрактном плане, когда личность мысленно поднимается над собственной жизнью и размышляет о том, что жизненно важно для нее и как известные ценности соотносятся между собой. В отличие от таких отвлеченных раздумий более плодотворна рефлексия, которая раскрывает не мыслимые – еще только воображаемые, намечаемые связи ценностей, а их действительные отношения, опосредованные уже состоявшимся выбором или совершенным поступком личности. Эта разновидность рефлексии «заземлена» на конкретные жизненные ситуации, которые заставляют предпочесть одну ценность в ущерб реализации других и тем самым инициируют смысложизненные конфликты. До их наступления потенциально конфликтные ценности могут непротиворечиво сосуществовать в структуре индивидуального смысла жизни. Осознание смысложизненного конфликта проходит легче, когда оно не предваряет возможную борьбу ценностей, а как бы подытоживает уже случившееся их столкновение.

Личность переживает конфликтность смысла своей жизни в тех ситуациях, в которых осуществление одной из ее предельных ценностей мешает достижению других. Если бы она располагала неиссякаемыми, безграничными ресурсами (временными, энергетическими, материальными и т.д.), то могла бы одновременно придерживаться в жизни самых разнообразных ценностей и при этом была бы застрахована от смысложизненных конфликтов. Но тогда и смысл жизни потерял бы свое специфическое предназначение, состоящее в том, чтобы устойчиво придавать жизнедеятельности избирательную интенциональную направленность. Так, если бы человеческая жизнь длилась бесконечно долго, то вопрос о ее смысле попросту бы отпал, поскольку личность получила бы возможность опробовать все привлекательные для нее ценности; смогла бы прожить не одну, а много жизней, последовательно осуществляя те ценности, которые не удается совмещать и реализовывать параллельно. Смысл жизни сохраняет свою регуляторную функцию до тех пор, пока ресурсы для его прагматической реализации не даны в избытке и личность вынуждена выбирать, как ими распорядиться и куда их «инвестировать». В силу той же ограниченности ресурсов, и прежде всего временной продолжительности жизни, смысл, который включает две и более ценности, всегда создает потенциальную угрозу внутреннего конфликта.

Смысложизненные конфликты – это естественная и значимая часть жизненного опыта личности. Они отличаются высокой степенью индивидуализации, поскольку производны от взаимодействия уникального смысла жизни с неповторимыми биографическими обстоятельствами. Но наряду с уникальными конфликтами, характеризующими опыт жизнедеятельности отдельной личности, существуют типичные варианты конфликтного смысла жизни, которые кристаллизуют совокупный опыт жизнедеятельности людей разных эпох, обществ и культур. В их основе лежат универсальные ценностные оппозиции, складывающиеся в результате накопления и генерализации опыта многочисленных человеческих судеб. Это плохо сочетающиеся либо противоположные по смысловому содержанию ценности, которые в случае их одновременного принятия и попыток привести в исполнение становятся источником внутренних коллизий и дезинтеграции личности.

Наличие ценностных оппозиций продиктовано объективной, надындивидуальной логикой человеческой жизни, которая как бы противопоставляет друг другу определенные ценности и противится их одномоментной реализации.

Таким образом, психологическое исследование конфликтного смысла жизни может иметь номотетическую и идиографическую направленность. В первом случае оно должно выявлять «универсалии» конфликтного смысла жизни, обусловленные принятием личностью таких ценностей, которые, как показывает всеобщий опыт, находятся в содержательной оппозиции друг к другу. Во втором случае оно призвано раскрывать смысложизненные конфликты, свойственные отдельной личности и отражающие такие особенности ее индивидуальной жизни, которые не позволяют непротиворечиво совместить в принципе совместимые ценности. В этой связи целесообразно различать два основных вида конфликтного смысла жизни: «В одном случае конфликтующие тенденции внутренне противоположны, то есть противоречат друг другу по содержанию, в другом – они несовместимы не принципиально, а лишь по условиям места и времени» [Василюк, 1984, с. 43].

В одном из предшествующих поисковых исследований нами было установлено, что содержательная согласованность-конфликтность смысложизненных ценностей выступает индивидуально-психологическим параметром, который характеризует смысл жизни как динамическую смысловую систему в структуре личности и выступает основанием выраженных межличностных различий. Было показано, что внутренняя конфликтность смысла жизни проявляется двояко: в виде амбивалентного отношения личности к отдельным ценностям, избранным в качестве источников смысла в жизни (внутриценностный конфликт), и в виде противоборства, соперничества нескольких смысложизненных ценностей (межценностный конфликт). Результаты исследования убедительно продемонстрировали, что внутренняя конфликтность системы смысложизненных ценностей служит предпосылкой для возникновения личностного кризиса. На этом основании внутренняя конфликтность была квалифицирована как свойство неоптимального смысла жизни, дестабилизирующего процесс развития личности [Карпинский, 2010a].

При всей своей научной новизне результаты упомянутого исследования имеют ограниченные объяснительные возможности, поскольку не раскрывают психологический механизм возникновения кризиса. Данное обстоятельство побудило нас к проведению дополнительного исследования, нацеленного на выявление механизма порождения и эскалации кризиса в условиях конфликтности смысла индивидуальной жизни. Гипотетически намечая этот механизм, следует учитывать, что смысложизненный кризис в развитии личности отличается высоким полиморфизмом, то есть вариативностью закономерностей возникновения, течения и исхода. Понятие смысложизненного кризиса охватывает достаточно широкий круг кризисных явлений, развивающихся на основе противоречий в системе отношений личности с собственной жизнью как целым. Разным психологическим видам смысложизненного кризиса соответствуют разные типы бытийных противоречий («невозможностей»), с которыми сталкивается личность в своей жизнедеятельности. Для кризиса бессмысленности – это невозможность обрести смысл жизни, когда личность в нем объективно нуждается. Для кризиса смыслоутраты – это невозможность воссоздать потерянный или разрушенный смысл жизни, без которого личность не может продолжать свое существование. Для кризиса неоптимального смысла жизни – это невозможность продуктивно воплотить смысл в жизнь, притом что личность притязает на его успешную реализацию и прикладывает для этого необходимые усилия.

Неоптимальный, в том числе конфликтный, смысл жизни отягощает жизнедеятельность противоречиями особого рода. Их специфика заключается в том, что смысл присутствует в жизни и требует своей реализации, но, обладая выраженными дисрегуляторными, дисфункциональными свойствами, он создает по ходу жизнедеятельности такие затруднения, которые препятствуют его продуктивному воплощению. Кризис в данном случае возникает по причине рассогласования между стремлением личности реализовать смысл жизни и невозможностью сделать это с надлежащей продуктивностью.

Объединяющий признак всех неоптимальных смыслов жизни состоит в том, что эти смыслы либо труднореализуемы, либо абсолютно нереализуемы в жизнедеятельности личности. Отсюда не следует, что оптимальный смысл жизни – это легко осуществимый смысл, не создающий противоречий, трудностей или не требующий их преодоления, разрешения. Оптимальный смысл

жизни и является таковым лишь постольку, поскольку попытки его реализации порождают в жизнедеятельности личности противоречия оптимального уровня сложности. Такие противоречия являются принципиально разрешимыми за счет сил самой личности как субъекта жизни и создают здоровую дозу эмоционального и функционального напряжения, которая, по меткому выражению В.Франкла, «является неотъемлемым атрибутом человечности и необходима для душевного благополучия» [Франкл, 1990, с. 66].

Сказанное логически подводит к теоретической дифференциации оптимального и неоптимального смысла жизни. Психологически оптимален не тот смысл, которому гарантирована автоматическая и беспроблемная реализация в жизнедеятельности личности, а тот, который в принципе является реализуемым при условии приложения личностью напряженных, систематических и продолжительных усилий. Неоптимальным с психологической точки зрения может считаться такой смысл, который чрезмерно легок в плане практического осуществления и не предполагает длительной мобилизации и концентрации усилий личности, либо избыточно сложен и не поддается продуктивной реализации даже при условии полной самоотдачи со стороны личности.

Таким образом, попытки реализации неоптимального смысла жизни влекут за собой кризис при условии, что этот смысл создает в повседневной жизнедеятельности личности трудноразрешимые или неразрешимые противоречия и резко снижает ее продуктивность. В этой связи все кризисы неоптимального (конфликтного, нереалистического, дезинтегрированного и т.д.) смысла жизни могут интерпретироваться как самореализационные кризисы личности. В этом они сходны с биографическими кризисами, изучаемыми в рамках каузометрического подхода. Биографический кризис здесь трактуется как «феномен внутреннего мира человека, который проявляется в различных формах переживания человеком непродуктивности своего жизненного пути» [Ахмеров, 1994, с. 2]. При этом и сами авторы данного подхода отмечают, что «биографические кризисы, проявляясь в переживании непродуктивности своей жизни (в прошлом, настоящем, будущем), по сути, являются смысложизненными кризисами личности» [Ахмеров, 2004, с. 62]. Именно уровень жизненной продуктивности представляет то важное условие, которое определяет психологическую судьбу личности, принявшей для себя неоптимальный смысл жизни.

## **Удовлетворенность жизнью как форма субъективного переживания продуктивности жизнедеятельности**

Обычно под продуктивностью жизнедеятельности понимается некоторая совокупность жизненных достижений, успехов, свершений личности. В научно-психологическом исследовании она может фигурировать как переменная, которая измеряется на основе объективных и субъективных показателей. С точки зрения надежности измерений предпочтительны объективные показатели, но психологией и другими социально-гуманитарными науками, изучающими личность в качестве субъекта собственной жизни, «до сих пор не выработаны достаточно строгие критерии, на основе которых стало бы реальным интегративное измерение продуктивности человеческой жизни в целом и ее отдельных этапов» [Головаха, 1985, с. 256–257]. Однако для психологического анализа не меньшую ценность представляют субъективные показатели продуктивности, которые формируются в результате самооценки личностью индивидуальной жизнедеятельности по внутренним критериям успеха-неуспеха. В сущности, они являются формами субъективного переживания личностью собственной жизни как успешной либо неуспешной, продуктивной либо непродуктивной, реализованной либо нереализованной. Эти переживания разворачиваются в самосознании личности, в связи с чем эмпирическое изучение уровня жизненной продуктивности может опираться на методы формализованного и свободного самоотчета.

Предложены различные субъективные показатели для анализа продуктивности индивидуальной жизнедеятельности. В отечественной психологии популярностью пользуется каузометрический психобиографический подход, в рамках которого продуктивность оценивается по степени насыщенности субъективной картины жизненного пути значимыми событиями прошлого, настоящего

и будущего [Ахмеров, Кроник, 2004]. В зарубежной психологии широкое признание получила концепция удовлетворенности жизнью, разработанная Э.Динером и его коллегами в русле исследований субъективного благополучия личности. В данной концепции удовлетворенность жизнью рассматривается как когнитивный компонент субъективного благополучия, не смешивающийся с аффективными компонентами – максимумом эмоционально-позитивных состояний и минимумом эмоционально-негативных состояний. Удовлетворенность определяется как оценка реальной жизни через призму субъективных стандартов «хорошей жизни», которые конструируются самостоятельно или усваиваются в готовом виде из социального окружения. Общий уровень удовлетворенности в каждый конкретный момент времени свидетельствует о степени расхождения между жизненной реальностью и личными эталонами «хорошей жизни» [Diener, 1984; Diener et al., 1999].

Анализ соотношений смысла жизни с компонентами субъективного благополучия личности образует одну из магистральных линий в современной экзистенциальной и позитивной психологии. В ряде зарубежных и отечественных исследований зафиксирована прямая корреляционная связь между уровнем осмысленности и удовлетворенности жизнью, что интерпретируется как свидетельство необходимости смысла для субъективного благополучия личности. Смысл жизни при этом рассматривается двояко: одни исследователи видят в нем самостоятельный феномен, выступающий внешним условием, экзогенной детерминантой субъективного благополучия, другие авторы вводят его в структуру психологического благополучия личности в качестве одного из компонентов. В целом же данная корреляция истолковывается как фактическое подтверждение идеи В.Франкла о первичности стремления к смыслу и производности от него позитивных феноменов человеческого бытия – счастья, удовлетворенности, самоактуализации [Франкл, 1990].

Следует отметить, что аналогичная идея высказывалась русскими экзистенциально мыслящими философами и психологами, например С.Л.Рубинштейном: «Превращение производного результата в прямую непосредственную цель действия и жизни, превращение жизни в погоню за удовольствием, отвращающую человека от решения его жизненных задач, – это не жизнь, а ее извращение, приводящее к неизбежному ее опустошению. Напротив, чем меньше мы гонимся за счастьем, чем больше мы заняты делом своей жизни, тем больше положительного удовлетворения, счастья мы находим» [Рубинштейн, 1973, с. 369]. Смысл жизни, таким образом, рассматривается в качестве важного условия, способствующего достижению приемлемого уровня личностной удовлетворенности жизнью.

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

Учет оценочной функции помогает разобраться, почему осмысленность и удовлетворенность являются тесно сопряженными и в то же время относительно независимыми явлениями. Ведь осмысленная жизнь не всегда бывает удовлетворяющей, а удовлетворительная жизнь не обязательно предполагает наличие смысла. Дело в том, что наличие смысла в жизни – это веское и необходимое, но само по себе не достаточное основание для субъективной удовлетворенности жизнью. Осмысленная жизнь становится удовлетворительной и счастливой лишь при условии продуктивного осуществления личностью ее смысла. Если же личность не способна продуктивно реализовать имеющийся смысл, он превращается из фактора удовлетворения в источник несчастья и страданий.

Неоптимальный смысл жизни, собственно, и представляет тот случай, когда осмысленность жизни служит предпосылкой не для чувства глубокого удовлетворения и устойчивого ощущения счастья, а для дискомфортных, травматических переживаний. В данной ситуации наличие смысла в жизни оказывается скорее не благом, а психологическим грузом для личности. Неоптимальный смысл жизни обременяет жизнедеятельность такими противоречиями, которые сковывают и тормозят самореализацию личности и, следовательно, лишают ее возможности насладиться жизненным успехом, почувствовать удовлетворенность жизнью и собой.

Таким образом, субъективные переживания удовлетворенности или неудовлетворенности жизнью отражают динамику практической реализации личностью смысла собственной жизни. Степень удовлетворенности определяется тем, насколько успешно личность продвигается в осуществлении смысла собственной жизни и производных от него жизненных целей, планов, программ. Различные виды неоптимального смысла жизни негативно сказываются на темпах и продуктивности этого продвижения, вследствие чего падает уровень удовлетворенности жизнью и возникает угроза смысложизненного кризиса.

## Гипотезы

На основании изложенных выше концептуальных представлений были сформулированы исследовательские гипотезы. Общая гипотеза заключалась в предположении о том, что *конфликтный смысл жизни, будучи неоптимальным по своим функциональным (регуляторным) свойствам, обуславливает снижение продуктивности индивидуальной жизнедеятельности и тем самым провоцирует переживание личностью смысложизненного кризиса.*

Это предположение конкретизировалось в частных гипотезах исследования:

1. Существует прямая связь между уровнем конфликтности смысла жизни и интенсивностью переживания личностью смысложизненного кризиса.
2. Существует обратная связь между уровнем конфликтности смысла жизни и удовлетворенностью личности собственной жизнью (как субъективным коррелятом реальной жизненной продуктивности).
3. Существует обратная взаимосвязь интенсивности переживания смысложизненного кризиса и удовлетворенности личности собственной жизнью (как субъективного коррелята реальной жизненной продуктивности).
4. Конфликтность смысла жизни является детерминантой переживания личностью смысложизненного кризиса.
5. Зависимость интенсивности переживания кризиса от уровня конфликтности смысла жизни опосредована степенью субъективной удовлетворенности жизнью, отражающей реальную продуктивность жизнедеятельности личности.

Доказанность перечисленных гипотез в конечном итоге позволит утверждать, что *внутренняя конфликтность является психологическим признаком неоптимального смысла жизни.*

## Методы

### Выборка

Выборка эмпирического исследования, направленного на проверку выдвинутых гипотез, комплектовалась методом случайного отбора из работников государственного медицинского учреждения и частного торгово-производственного предприятия г. Гродно. Оператором отбора служила таблица случайных чисел, заимствованная из литературного источника [Brzezinski, 1996], а базой отбора – списки работников, предоставленные кадровыми службами организаций-нанимателей. Всего было опрошено 106 человек, но по причине небрежного заполнения анкетных и тестовых бланков данные нескольких испытуемых были элиминированы из последующего анализа. В своем окончательном составе выборка оказалась сбалансированной по половому признаку (52 женщины, 48 мужчин), дифференцированной по возрасту (от 22 до 60 лет при среднем возрасте 34 года),

гетерогенной по социально-демографическим характеристикам испытуемых – семейному положению, родительскому статусу, уровню полученного образования и отношению к религии.

## Методики

Сбор эмпирического материала производился с помощью следующих методик.

1. Опросник смысложизненного кризиса – стандартизированный личностный тест, предназначенный для диагностики уровня выраженности у испытуемого кризисной феноменологии, которая обусловлена противоречиями в поиске и практической реализации смысла индивидуальной жизни [Карпинский, 2008]. Следует акцентировать внимание, что понятие «смысложизненный кризис» данная методика операционализирует в виде континуальной, а не дихотомической переменной. Это означает, что балл, набранный испытуемым, интерпретируется не столько как индикатор наличия или отсутствия кризиса, сколько как мера интенсивности, глубины, генерализации и частоты возникновения специфических субъективных переживаний, вызванных объективными затруднениями с определением и осуществлением смысла в жизни. При этом предполагается, что данные затруднения и сигнализирующие о них переживания носят естественный характер, то есть их с определенного возраста в большей или меньшей степени испытывает каждый нормально развивающийся человек.

Низкий балл по опроснику свидетельствует о том, что испытуемый редко сталкивается с трудностями и противоречиями в осмыслении собственной жизни, но в то же время не должен трактоваться как показатель высокого уровня осмысленности жизни. Высокий балл указывает, что смысложизненные противоречия приобретают неестественную остроту, застойность, глубину и травматичность, характерную именно для кризисного состояния. Уверенно констатировать наличие смысложизненного кризиса можно при условии, что индивидуальный показатель испытуемого попадает в область высоких нормативных значений, полученных на выборке стандартизации.

Разумеется, в исследовательских целях континуальная по своей природе переменная «смысложизненный кризис» может подвергаться искусственной дихотомизации («есть кризис – нет кризиса»), например, путем выделения крайних (бескризисной и кризисной) групп. В обследованной выборке среднее значение показателя смысложизненного кризиса равняется 100,22 балла при стандартном отклонении 19 баллов, минимальном значении 61 балл и максимальном значении 157 баллов.

2. Шкала удовлетворенности жизнью Э.Динера – стандартизированный личностный опросник, предназначенный для диагностики общего уровня субъективной удовлетворенности испытуемого собственной жизнью [Diener et al., 1985]. Распределение результатов тестирования в выборочной совокупности характеризуется следующими параметрами:  $M = 23,37$  балла,  $SD = 8,46$  балла,  $min = 5$  баллов,  $max = 35$  баллов.

3. Опросник «Источники смысла жизни» – комбинированная проективно-психометрическая методика, которая позволяет определить содержательные и структурно-функциональные особенности смысла жизни испытуемого. В настоящем исследовании использовалась версия методики, которая специально модифицировалась для измерения показателей согласованности-конфликтности индивидуального смысла жизни [Карпинский, 2010а]. К таковым относятся: а) индекс конфликтности, отражающий выраженность системного конфликта между смысложизненными ценностями испытуемого ( $M = 0,87$ ,  $SD = 0,57$ ,  $min = 0$ ,  $max = 2$ ); б) индекс амбивалентности, отражающий выраженность парциальных конфликтов в системе смысложизненных ценностей испытуемого ( $M = 0,93$ ,  $SD = 0,91$ ,  $min = 0$ ,  $max = 3,75$ ); в) индекс согласованности, отражающий общий уровень инструментальности смысложизненных ценностей испытуемого ( $M = 0,96$ ,  $SD = 0,39$ ,  $min = 0$ ,  $max = 1,92$ ).

Кроме того, посредством данной методики определялся уровень общей осмысленности жизни (как производный от количества ценностей, принятых личностью в качестве источников смысла в жизни, и личностной значимости этих ценностей в текущий период жизнедеятельности). Соответствующий показатель вычислялся путем суммирования оценок личностной значимости всех ценностей,

названных испытуемым в качестве источников смысла собственной жизни. Получается, что уровень осмысленности жизни возрастает пропорционально увеличению числа смысложизненных ценностей и усилению их значимости для испытуемого в актуальный момент времени.

Такой способ операционализации переменной «осмысленность жизни» является хорошей альтернативой «лобовым» вопросам стандартизированных тестов и применяется в ряде современных психодиагностических методик – SOMP (Sources of Meaning Profile) [Prager, 1996], PMP (Personal Meaning Profile) [Wong, 1998], SLM (Sources of Life Meaning Scale) [Prager, Savaya и др., 2000], SoMe (Sources of Meaning and Meaningfulness Questionnaire) [Schnell, Becker, 2006], SMiLE (Schedule for Meaning in Life Evaluation) [Steifel, Krenz, 2008] и др. Выборочное распределение показателя общей осмысленности жизни отличается следующими параметрами:  $M = 45,26$ ,  $SD = 14,36$ ,  $min = 6$ ,  $max = 91$ .

## Методы анализа данных

Выбор методов статистической обработки данных был продиктован типом исследовательских гипотез: первая, вторая и третья гипотезы относятся к классу корреляторных и оценивались посредством корреляционного анализа (по Спирмену); четвертая гипотеза принадлежит к классу детерминистских и проверялась при помощи иерархического регрессионного анализа; пятая гипотеза носит медиаторный характер и верифицировалась на основе методов статистического анализа медиации. Для обработки данных использовались пакеты статистических программ SPSS 15.0 и Statistica 6.0.

## Результаты и обсуждение

Результаты корреляционного анализа, представленные в табл. 1, во многом повторяют результаты предшествующего поискового исследования [Карпинский, 2010а].

Как и предполагалось, тяжесть кризисного состояния оказалась прямо пропорциональной выраженности парциальных ( $r = 0,21$ ,  $p = 0,035$ ) и системных ( $r = 0,33$ ,  $p = 0,000$ ) конфликтов в системе смысложизненных ценностей личности и обратно пропорциональной уровню инструментальности, комплементарности этих ценностей в контексте практической реализации ( $r = -0,21$ ,  $p = 0,035$ ). Установлены отрицательные корреляционные связи между силой протекания смысложизненного кризиса и общим уровнем осмысленности жизни ( $r = -0,35$ ,  $p = 0,0003$ ), а также субъективной удовлетворенностью жизнью ( $r = -0,43$ ,  $p = 0,000008$ ).

В свою очередь удовлетворенность жизнью значимо коррелирует с показателями внутренней конфликтности смысла жизни: она имеет тенденцию снижаться по мере усиления внутриценностных ( $r = -0,20$ ,  $p = 0,046$ ) и межценностных ( $r = -0,34$ ,  $p = 0,000$ ) конфликтов. Вполне предсказуемой оказалась картина корреляционных зависимостей между показателями внутренней конфликтности-согласованности индивидуального смысла жизни. Выявлена прямая взаимосвязь между индексами амбивалентности и конфликтности ( $r = 0,39$ ,  $p = 0,000$ ), каждый из которых находится в обратной зависимости со значением индекса инструментальности ( $r = -0,18$ ,  $p = 0,07$  и  $r = -0,22$ ,  $p = 0,027$ ).

### Таблица 1

Результаты корреляционного анализа

Переменные	СЖК	ОЖ	УЖ	ИИ	ИА
Смысложизненный кризис (СЖК)					
Осмысленность жизни (ОЖ)	-0,35***				
Удовлетворенность жизнью (УЖ)	-0,43***	0,30**			
Индекс инструментальности (ИИ)	-0,21*	-0,03	-0,04		
Индекс амбивалентности (ИА)	0,21*	0,01	-0,20*	-0,18	
Индекс конфликтности (ИК)	0,33***	0,05	-0,34***	-0,22*	0,39***

*Примечания.* Уровень значимости: \* –  $p \leq 0,05$ , \*\* –  $p \leq 0,01$ , \*\*\* –  $p \leq 0,001$ .

В целом результаты корреляционного анализа свидетельствуют в пользу первых трех частных гипотез и позволяют констатировать, что внутренняя конфликтность индивидуального смысла жизни сопряжена с выраженной кризисной феноменологией и пониженной удовлетворенностью личности собственной жизнью. В свете теоретических представлений о кризисе неоптимального смысла жизни как самореализационном кризисе вполне закономерной выглядит взаимосвязь острого кризисного состояния и неудовлетворенности личности собственной жизнью.

Дальнейший статистический анализ был нацелен на определение направленности и механизма связи между основными психологическими переменными. Использовался метод множественной иерархической регрессии, назначение которого сводится к оценке изменений объема объяснимой дисперсии зависимой переменной при ступенчатом введении в регрессионную модель независимых переменных [Cohen, Cohen, 1983].

В нашем случае последовательно строились три регрессионные модели, в которых смысложизненный кризис инвариантно выступал в качестве зависимой переменной, а набор независимых переменных варьировался. В первой контрольной модели в качестве предикторов фигурировали половозрастные и социально-демографические характеристики испытуемого; во второй контрольной модели к статусным переменным приобщались две собственно психологические переменные – уровень осмысленности жизни и удовлетворенности жизнью; в основной модели перечень предикторов расширялся за счет показателей согласованности-конфликтности индивидуального смысла жизни.

Общая логика анализа заключалась в движении от модели с менее релевантными предикторами к модели с более релевантными предикторами по отношению к кризису смысла жизни. Прирост объема объяснимой дисперсии, обусловленный добавлением в регрессионную модель новых предикторов, оценивался с помощью инкрементного F-теста. Результаты иерархического регрессионного анализа представлены в табл. 2.

**Таблица 2**

Результаты иерархического регрессионного анализа

Предикторы	$\beta$	t	p	Статистики модели
<b>Контрольная модель со статусными переменными</b>				
Пол	-0,175	-1,64	0,103	R = 0,246
Возраст	0,128	0,88	0,38	R <sup>2</sup> = 0,061
Уровень образования	-0,15	-1,39	0,17	F(6, 93) = 0,99
Семейное положение	0,25	1,31	0,19	p = 0,43
Родительский статус	-0,27	-1,20	0,23	
Отношение к религии	-0,08	-0,76	0,45	
<b>Контрольная модель со статусными и психологическими переменными</b>				
Пол	-0,133	-1,41	0,16	R = 0,54
Возраст	0,001	0,009	0,99	R <sup>2</sup> = 0,292
Уровень образования	-0,13	-1,34	0,18	F(8, 91) = 4,68
Семейное положение	0,33	1,96	0,06	p = 0,000
Родительский статус	-0,21	-1,16	0,24	
Отношение к религии	-0,023	-0,23	0,81	
Осмысленность жизни	-0,252	-2,66	0,009	
Удовлетворенность жизнью	-0,366	-3,79	0,000	
Инкрементный F-тест	$\Delta R^2 = 0,231$ , F(2, 91) = 14,84, p = 0,000			
<b>Основная модель</b>				
Пол	-0,073	-0,80	0,42	R = 0,634
Возраст	-0,038	-0,30	0,76	R <sup>2</sup> = 0,402
Уровень образования	-0,10	-1,13	0,26	F(11, 88) = 5,36
				p = 0,000

Семейное положение	0,20	1,21	0,22
Родительский статус	-0,014	-0,079	0,93
Отношение к религии	-0,012	-0,12	0,89
Осмысленность жизни	-0,283	-3,17	0,002
Удовлетворенность жизнью	-0,321	-3,37	0,001
Индекс инструментальности	-0,005	-0,047	0,96
Индекс амбивалентности	0,217	2,47	0,015
Индекс конфликтности	0,287	2,94	0,004
Инкрементный F-тест	$\Delta R^2 = 0,11$ , $F(3, 88) = 5,38$ , $p = 0,002$		

*Примечания.*  $\beta$  – стандартизированный регрессионный коэффициент;  $t$  – критерий Стьюдента;  $p$  – уровень статистической значимости.

Первой тестировалась контрольная модель со статусными переменными, которая оказалась в целом незначимой ( $F(6, 93) = 0,99$ ,  $p = 0,43$ ). Половозрастные и социально-демографические свойства испытуемых в комплексе детерминируют чуть более 6% дисперсии показателей смысложизненного кризиса. В этой связи вспоминается известное изречение В.Франкла о том, смысл в жизни может быть найден любым человеком независимо от пола, возраста, образования, материального благосостояния и прочих статусных особенностей. Очевидно, подверженность личности смысложизненному кризису тоже не зависит от этих формальных характеристик, которые сами по себе не предпосылают кризиса и не спасают от его наступления. Скорее им отведена роль фоновых условий, облегчающих или затрудняющих поиск и практическую реализацию смысла жизни, а при появлении непреодолимых или непреодоленных противоречий в смысложизненной активности личности – определяющих доступные социальные ресурсы для совладания с назревающим кризисом.

Во второй контрольной модели наряду с половозрастными и социально-демографическими характеристиками в расчет принимались две психологические переменные, отражающие результативность поиска и продуктивность реализации личностью смысла жизни. Такими переменными явились, во-первых, общий уровень осмысленности жизни, который служит субъективным индикатором наличия смысложизненных ценностей, а во-вторых, общий уровень удовлетворенности жизнью, который выступает субъективным эквивалентом продуктивности их осуществления в повседневной жизнедеятельности. За счет добавления этих переменных к числу предикторов кризиса объяснительные и прогностические свойства второй контрольной модели существенно улучшились в сопоставлении с первой моделью ( $F(2, 91) = 14,84$ ,  $p = 0,000$ ), что выразилось в значительном приросте объяснимой дисперсии ( $\Delta R^2 = 0,231$ ).

В составе данной модели наиболее весомыми предикторами смысложизненного кризиса оказались низкая осмысленность жизни ( $\beta = -0,252$ ) и неудовлетворенность жизнью ( $\beta = -0,366$ ). Полученные результаты перекликаются с теоретическими представлениями о детерминации смысложизненного кризиса в развитии личности и в какой-то мере обогащают и углубляют их. В большинстве концепций причины наступления кризиса сводятся к дефициту смыслообразующих ценностей, которые могли бы придавать индивидуальной жизни мотивационную привлекательность, эмоциональную насыщенность и сквозную интенциональную направленность.

Однако, как показывает вторая регрессионная модель, детерминация кризиса не ограничивается дефицитом ценностей-источников смысла жизни. Принципиальный факт, который упускается многими концепциями, состоит в том, что для смысложизненного благополучия важно не только объективное присутствие и субъективное принятие ценностей, из которых можно черпать смысл жизни, но и деятельная вовлеченность личности в их реализацию, подкрепленная реальными достижениями. Даже при наличии смыслообразующих ценностей в жизни недостаток успехов в их практической реализации нагнетает кризис. Вторая регрессионная модель не оставляет сомнений: предпосылкой и предвестником личностного кризиса выступает как невозможность отыскать какой-либо смысл в жизни, так и неспособность сколько-нибудь продуктивно воплотить найденный смысл в жизнь.

Дальнейший ход размышлений выводит на проблему, которая практически не затрагивается

существующими концепциями смысла жизни и смысложизненного кризиса (исключение составляют лишь некоторые концепции в отечественной и зарубежной психологии [Ахмеров, 1994; Чудновский, 2006; Эммонс, 2004]). Ее можно эксплицировать в виде вопроса о том, *в какой мере психологические свойства самого смысла жизни способствуют или препятствуют полноценному выполнению им регулирующих функций в индивидуальной жизнедеятельности, а в конечном итоге – его продуктивному осуществлению личностью*. Возможно ли, что одни свойства смысла жизни максимизируют продуктивность жизнедеятельности и благоприятствуют самореализации личности, а другие, наоборот, лимитируют эту продуктивность и преграждают пути к жизненному успеху?

На наш взгляд, смысложизненное благополучие личности невозможно в полной мере объяснить простым наличием смысла в жизни и успешностью его практической реализации, а наступление смысложизненного кризиса – отсутствием этих двух условий. Четвертая гипотеза настоящего исследования предполагает, что такое свойство индивидуального смысла жизни, как внутренняя конфликтность действует в качестве кризисного фактора даже на фоне более или менее приемлемого уровня осмысленности жизни и определенных успехов в самореализации личности.

С целью проверки данного предположения строилась основная регрессионная модель. В дополнение ко второй контрольной модели она включала три показателя внутренней конфликтности-согласованности смысла жизни – индексы амбивалентности, конфликтности и инструментальности. Основная модель оказалась статистически достоверной и весьма информативной в объяснении истоков смысложизненного кризиса в развитии личности ( $R = 0,634$ ,  $R^2 = 0,402$ ,  $F(11, 88) = 5,36$ ,  $p = 0,000$ ). Как и в двух предыдущих моделях, половозрастные и статусные характеристики не вносят значимого вклада в возникновение кризиса. Практически в неизменном виде воспроизвелась ранее установленная зависимость кризисного состояния от уровня осмысленности жизни ( $\beta = -0,283$ ) и субъективной удовлетворенности жизнью ( $\beta = -0,321$ ). Однако самым примечательным в основной модели является то, что амбивалентное отношение личности к отдельным смысложизненным ценностям ( $\beta = 0,217$ ) и тем более конфликт между различными ценностями-источниками смысла жизни ( $\beta = 0,287$ ) обладает собственным кризисогенным потенциалом. Вдобавок к основным детерминантам кризиса показатели внутренней конфликтности смысла жизни обеспечивают 11% объяснимой дисперсии, что может расцениваться как статистически значимая прибавка по инкрементному F-тесту ( $F(3, 88) = 5,38$ ,  $p = 0,002$ ). Уровень инструментальности, комплементарности смысложизненных ценностей личности не информативен для прогноза кризиса, что согласуется с результатами предшествующего исследования [Карпинский, 2010а].

Таким образом, отсутствие смысла в жизни и непродуктивность его реализации составляют необходимые, но не исчерпывающие детерминанты смысложизненного кризиса в развитии личности. Дифференциальные свойства смысла жизни, и в частности конфликтность образующих его ценностей, также играют существенную роль в провокации кризисного состояния.

На заключительном этапе статистической обработки данных при помощи методов медиаторного анализа проверялась гипотеза о механизме порождения конфликтным смыслом жизни личностного кризиса. Следует напомнить, что все кризисы неоптимального смысла жизни – это самореализационные кризисы личности, которые развиваются на основе противоречия между стремлением осуществить смысл жизни и невозможностью это сделать с надлежащей продуктивностью из-за дисрегуляторных свойств последнего. Значит, опосредующим («передаточным») звеном влияния конфликтного смысла жизни на переживание кризиса выступает продуктивность индивидуальной жизнедеятельности. Структуру данного гипотетического механизма иллюстрирует рис. 1.



**Рис. 1.** Структурная медиаторная модель.

На сегодняшний день самым консервативным методом медиаторного анализа считается пошаговый каузальный анализ [Baron, Kenny, 1986]. Полученные на его основе результаты отвечают всем статистическим критериям значимого опосредующего эффекта (см. табл. 3). Во-первых, с ростом конфликтности смысла жизни падает продуктивность жизнедеятельности, что субъективно преломляется в низкой удовлетворенности жизнью (путевой коэффициент  $a = -2,9$ ,  $p \leq 0,05$ ). Во-вторых, с падением продуктивности жизнедеятельности и удовлетворенности жизнью усиливается кризисная симптоматика (путевой коэффициент  $b = -0,86$ ,  $p \leq 0,001$ ). В-третьих, при контроле переменной-медиатора «уровень продуктивности жизнедеятельности» влияние конфликтного смысла жизни на выраженность смысложизненного кризиса ослабевает, что проявляется в двукратном уменьшении коэффициента опосредованного влияния ( $c' = 5,39$ ,  $p \leq 0,01$ ) по сравнению с коэффициентом непосредственного влияния ( $c = 10,89$ ,  $p \leq 0,001$ ).

В совокупности эти наблюдения позволяют заключить, что зависимость глубины кризисного состояния от конфликтности смысла жизни опосредуется продуктивностью индивидуальной жизнедеятельности, то есть тем, насколько личности удастся осуществлять смысл в обыденной жизни. Использование более мощных параметрических (тест Собея) [Sobel, 1982] и непараметрических (бутстреп анализ) [Hayes, 2009] методов медиаторного анализа подтверждает обоснованность данного заключения (см. табл. 3).

### Таблица 3

Результаты медиаторного анализа

Пошаговый каузальный анализ			
a	b	c	c'
-2,9*	-0,86***	10,89***	5,39**
Статистики модели R = 0,50, R <sup>2</sup> = 0,252, F(2, 97) = 16,31, p < 0,00000			
Тест Собея			
a*b	SE	Z	p
2,50	1,36	1,84	0,06
Бутстреп анализ (на 5000 выборках)			
Boot a*b	SE	Нижний 95% CI	Верхний 95% CI
2,54	1,54	0,16	6,23

*Примечания.* В качестве показателей связи использованы нестандартизированные регрессионные коэффициенты (B). Уровень значимости: \* –  $p \leq 0,05$ , \*\* –  $p \leq 0,01$ , \*\*\* –  $p \leq 0,001$ .

Вместе с тем установленный опосредующий эффект является частичным, а это значит, что причины возникновения кризиса невозможно списать только на пониженную продуктивность реализации конфликтного смысла жизни. Несомненно, существуют и другие пути развития смысложизненного кризиса в ситуации интенсивных, долговременных конфликтов между предельными ценностями личности, но выявление этих путей – задача будущих исследований. Структурная модель,

обобщающая результаты медиаторного анализа, приведена на рис. 2.



**Рис. 2.** Итоговая медиаторная модель.

*Примечания.* В качестве показателей связи использованы стандартизированные регрессионные коэффициенты ( $\beta$ ). Уровень значимости: \* –  $p \leq 0,05$ , \*\* –  $p \leq 0,01$ , \*\*\* –  $p \leq 0,001$ .

## Заключение

Психологические концепции существенно различаются в зависимости от видения места и роли смысла жизни в развитии личности. До сих пор существуют концепции, в которых вопрос о влиянии данного психического феномена на процесс становления личности вообще не обсуждается. В своем большинстве они ограничивают детерминацию личностного развития внешними – биологическими и социальными – факторами, и трактуют личность как продукт констелляции процессов онтогенеза и социализации. Эти концепции объединяет «постулат бессубъектности» – отрицание либо недооценка значимости внутренних условий и активности самой личности в детерминации собственного развития. Личность для них всего лишь продукт предшествующих стадий, но никак не предпосылка последующих этапов индивидуального развития. На сегодняшний день такие концепции сошли с «авансены» психологической науки и обладают скорее исторической, чем теоретической и практической ценностью.

Концепции другой группы признают обусловленность индивидуального развития активностью и свойствами самой личности и все больше сосредотачиваются на механизмах и закономерностях самодетерминации этого развития. В то же время далеко не каждая из них уделяет должное внимание высшим уровням организации и интегральным структурам личности, к числу которых, безусловно, принадлежит и смысл жизни. Стремление к учету «вершинных» детерминант становления личности характерно преимущественно для концепций гуманистической, экзистенциальной и позитивной психологии. Идея смысла жизни как фактора, организующего и направляющего процесс личностного развития, заложена в ряде концепций советской психологии, а в настоящее время она плодотворно разрабатывается в концепциях российских психологов, опирающихся на субъектный подход.

Те зарубежные и отечественные концепции, которые отводят смыслу жизни важную, а порой и решающую роль в детерминации личностного развития, расходятся в воззрениях на механизмы этой детерминации. В основной массе они полагают наличие смысла в жизни необходимым и достаточным условием прогрессивного поступательного развития личности. Реже встречаются концепции, которые считают наличие смысла жизни необходимым, но не достаточным условием для устойчивого личностного роста; в качестве дополнительного условия они предусматривают возможность продуктивной реализации личностью этого смысла в повседневной жизнедеятельности. В меньшинстве пока находятся концепции, с точки зрения которых действенными факторами личностного развития являются не только наличие смысла и его продуктивная реализация в жизни, но

и отдельные психологические свойства этого смысла. На наш взгляд, именно такие концепции наиболее эвристичны и перспективны в психологических исследованиях смысла жизни и, в частности, в преодолении некоторых ложных представлений о природе и функциях данного феномена.

В собственных исследованиях мы придерживаемся мнения, что индивидуальный смысл жизни в силу свойственных ему содержательных и формальных особенностей может по-разному влиять на развитие личности, и в зависимости от этого должен оцениваться как оптимальный либо неоптимальный. Названия «оптимальный» и «неоптимальный» проистекают от слова «оптимум» (*от лат. optimum – наилучшее*), которое обозначает совокупность наиболее удачных, благоприятных для чего-либо условий. В соответствии с этим оптимальным может быть назван смысл жизни, который в силу своих содержательных и структурно-функциональных свойств фасилитирует личностный рост, создает наиболее благоприятствующие условия для развития личности. Напротив, неоптимальным является смысл жизни, который ухудшает основные качественно-количественные параметры личностного развития – направленность, динамику, стабильность, продуктивность, преемственность и т.д. Неоптимальный смысл жизни отягощает процесс развития сложными, драматическими противоречиями, которые не стимулируют и не ускоряют, а наоборот, ингибируют и замедляют его. Такие противоречия, не находя адекватного и своевременного разрешения, дестабилизируют индивидуальное развитие и выливаются в специфические личностные кризисы – кризисы неоптимального смысла жизни.

При изучении смысложизненных кризисов необходимо отталкиваться от познанных психологической наукой закономерностей развития личности в биографическом масштабе. Одной из фундаментальных закономерностей выступает опосредованность развития личности ее реальной жизнедеятельностью – особой формой произвольной активности, побуждаемой смыслом жизни и направленной на построение личностью индивидуального жизненного пути из обстоятельств собственной жизни. По существу, индивидуальная жизнедеятельность складывается из тех занятий и поступков личности, которые она совершает с намерением исполнить дело своей жизни и осуществить ее смысл. В контексте жизнедеятельности зарождаются и вызревают движущие противоречия развития личности, динамика и направленность жизнедеятельности задают темп и вектор этому развитию.

С различных позиций и в разное время к практически единообразному пониманию общей логики, которой подчиняется развитие личности в биографическом масштабе, пришли многие крупные психологи. В частности, С.Л.Рубинштейн отмечал: «Чтобы понять путь своего развития в его подлинно человеческой сущности, человек должен его рассматривать в определенном аспекте: чем я был? – что я сделал? – чем я стал? ... Линия, ведущая от того, чем был человек на одном этапе своей истории, к тому, чем он стал на следующем, проходит через то, что он сделал» [Рубинштейн, 1989, с. 246]. Этому весьма созвучен тезис В.Франкла: «В тот момент, когда я формирую свою судьбу, я как личность формирую характер, которым я обладаю. В результате формируется личность, которой я становлюсь. Что же это, однако, означает, как не то, что я не только поступаю в соответствии с тем, что я есть, но и становлюсь в соответствии с тем, как я поступаю» [Франкл, 1990, с. 114].

Таким образом, индивидуальная жизнедеятельность в комплексе своих содержательных и формальных параметров выступает ключевым условием развития личности. Влияние смысла жизни на личностное развитие опосредуется жизнедеятельностью, по отношению к которой смысл выполняет регулирующую функцию. Следовательно, оптимальность либо неоптимальность смысла жизни – это, прежде всего, его характеристика как психического регулятора жизнедеятельности личности. Содержательное наполнение, способ организации, пространственно-временной охват, общая продуктивность, логика развертывания – это далеко не полный перечень качественно-количественных параметров жизнедеятельности, которые обусловлены смыслом жизни и в свою очередь обуславливают процесс становления личности. Поэтому степень оптимальности смысла жизни выражается в том, насколько он благоприятствует развитию личности за счет определения основных параметров индивидуальной жизнедеятельности. Придавая жизнедеятельности определенную смысловую направленность, ту или иную форму организации, тот или иной уровень продуктивности, смысл жизни обеспечивает ускорение либо стагнацию развития личности, привносит в него прогрессивные либо регрессивные тенденции, сообщает ему восходящую либо нисходящую траекторию.

Кризисогенность неоптимального смысла жизни предопределена сниженным регуляторным потенциалом, в силу которого закономерно снижается и продуктивность индивидуальной жизнедеятельности. Стремясь практически реализовать неоптимальный смысл жизни, личность сталкивается с существенными затруднениями и противоречиями, которые не всегда носят преодолимый характер. Движущее противоречие личностных кризисов, порожденных неоптимальным смыслом жизни, как раз и заключается в резком ограничении возможностей или в абсолютной невозможности продуктивной самореализации в жизни. Подрывая продуктивность индивидуального жизненного пути, неоптимальный смысл жизни сначала лишает личность объективных оснований для переживания осмысленности и удовлетворенности жизнью, а затем ввергает ее в кризисное состояние. При этом динамика развития смысложизненного кризиса во многом зависит от того, насколько личность продуктивна в реализации неоптимального смысла жизни. Если степень неоптимальности (нереалистичности, конфликтности, неконгруэнтности, дезинтеграции и т.д.) смысла жизни невелика, продуктивность жизнедеятельности страдает незначительно, возникающие противоречия оказываются посильными и преодолимыми для личности, то кризис может и не наступить. Кризисом чревата ситуация, когда неоптимальность смысла жизни настолько высока, что порождаемые противоречия и затруднения становятся принципиально неразрешимыми и резко «обрушивают» продуктивность самореализации личности.

Отсюда следует, что иногда для благополучного, динамичного, стабильного развития от личности может потребоваться не обретение, а утрата смысла, не упорное преследование, а стоическое воздержание от его претворения в собственной жизни. На первый взгляд этот вывод кажется парадоксальным, поскольку идет вразрез с привычной абсолютизацией позитивных функций смысла жизни, которая особенно четко прослеживается в зарубежной позитивной психологии, но он весьма логичен и солидно обоснован фактами. Результаты настоящего исследования в очередной раз доказывают его правомерность. Они демонстрируют, что такое частное свойство, как внутренняя согласованность-конфликтность, существенно определяет меру оптимальности-неоптимальности смысла жизни и степень стабильности-кризисности развития личности. Согласованные по своему содержанию ценности-источники смысла жизни потенцируют смысловую регуляцию жизнедеятельности, поскольку их взаимодействие отличается высоким функциональным синергизмом. Осуществляя одну из этих ценностей, личность в то же самое время и теми же самыми действиями продвигает в жизнь и другие смыслоносущие ценности. Это увеличивает продуктивность самореализации и поддерживает чувства удовлетворенности и осмысленности жизни. Конфликтным смысложизненным ценностям присущ функциональный антагонизм, который действует как фактор дизрегуляции жизнедеятельности. Отдавая время и силы реализации одной из них, личность отнимает у себя возможность воплощения в жизнь других предельных ценностей. Это подрывает общую продуктивность жизненного пути и расшатывает чувства удовлетворенности и осмысленности жизни.

В завершение следует подчеркнуть, что смысложизненному кризису наряду с деструктивными и дезадаптивными тенденциями внутренне присущи реконструктивные и реадaptive тенденции. Каждая неудачная попытка реализации неоптимального смысла жизни запускает процессы содержательной переоценки и структурно-функциональной перестройки принятых личностью смысложизненных ценностей. Назначение этих процессов состоит в том, чтобы через дискредитацию и разрушение прежнего неоптимального смысла выстроить новый смысл, который был бы реализуемым с учетом жизненных обстоятельств и индивидуальных возможностей конкретной личности. Осуществимость на практике вновь выстроенного смысла является залогом восстановления личностью приемлемого уровня осмысленности жизни, а также субъективной удовлетворенности жизнью и самим собой. В этой связи кризис следует рассматривать как процесс реконструкции смысла индивидуальной жизни, который хоть и протекает в субъективно болезненной форме и сопряжен с временной дезадаптацией, но в конечном итоге ведет к нормализации и оптимизации личностного развития.

## [Литература](#)

*Ахмеров Р.А.* Биографические кризисы личности: автореф. дис. ... канд. психол. наук. М., 1994.

*Ахмеров Р.А.* Динамика продуктивности жизни в самосознании у больных алкоголизмом и

наркоманией // Современные проблемы психологии и управления: сборник научных статей. Набережные Челны: Изд-во Института управления, 2004. С. 61–78.

*Василюк Ф.Е.* Психология переживания. Анализ преодоления критических ситуаций. М.: Изд-во Моск. ун-та, 1984.

*Головаха Е.И.* Критерии продуктивности жизни // Жизнь как творчество: Социально-психологический анализ / под ред. Л.В.Сохань. Киев: Наукова думка, 1985. С. 256–265.

*Карпинский К.В.* Бездуховный смысл жизни как источник кризиса в развитии личности // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2011а. Т. 8, N 1. С. 27–59.

*Карпинский К.В.* Дезинтеграция смысла жизни как предпосылка кризиса в развитии личности // Актуальные проблемы психологии личности: сборник научных работ (выпуск 3). Гродно: ИЦ ГрГУ им. Я.Купалы, 2011б. С. 3–29.

*Карпинский К.В.* Конфликтный смысл жизни как источник кризиса в развитии личности // Теоретическая и экспериментальная психология. 2010а. Т. 3, N 3. С. 28–42.

*Карпинский К.В.* Нереалистический смысл жизни как детерминанта кризиса в развитии личности // Вестник Балтийского федерального университета им. И.Канта. 2011с. N 4. С. 69–76.

*Карпинский К.В.* Опросник смысложизненного кризиса. Гродно: Изд-во ГрГУ им. Я.Купалы, 2008.

*Карпинский К.В.* Смысложизненный кризис в развитии личности как субъекта жизни // Субъектный подход в психологии / под ред. А.Л.Журавлева, В.В.Знакова, З.И.Рябикиной, Е.А.Сергиенко. М.: ИП РАН, 2009. С. 186–199.

*Карпинский К.В.* Социокультурная детерминация смысложизненного кризиса в развитии личности // Белорусский психологический журнал. 2010б. N 1. С. 33–41.

*Кроник А.А., Ахмеров Р.А.* Каузометрия: методы самопознания, психодиагностики и психотерапии в психологии жизненного пути. М.: Смысл, 2003.

*Рубинштейн С.Л.* Основы общей психологии: в 2 т. Т. 2. М.: Педагогика, 1989.

*Рубинштейн С.Л.* Проблемы общей психологии. М.: Педагогика, 1973.

*Столин В.В.* Самосознание личности. М.: Изд-во Моск. ун-та, 1983.

*Франкл В. [Frankl V.]* Человек в поисках смысла. М.: Прогресс, 1990.

*Чудновский В.Э.* Становление личности и проблема смысла жизни: Избранные труды. М.: Изд-во Моск. психол.-соц. ин-та, 2006.

*Эммонс Р. [Emmons R.]* Психология высших стремлений: мотивация и духовность личности. М.: Смысл, 2004.

*Baron R.M., Kenny D.A.* The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic and statistical considerations // Journal of Personality and Social Psychology. 1986. Vol. 51. P. 1173–1182.

*Brzezinski J.* Metodologia badan psychologicznych. Warszawa: PWN, 1996.

*Cohen J. Cohen P.* Applied Multiple Regression / Correlation Analysis for the Behavioral Sciences. New York: Academic Press, 1983.

*Diener E.* Subjective well-being // Psychological Bulletin. 1984. Vol. 95. P. 542–575.

*Diener E., Emmons R.A., Larsen R., Griffin S.* The Satisfaction with Life Scale // Journal of Personality Assessment. 1985. Vol. 47. P. 1105–1117.

*Diener E., Suh E.M., Lucas R.E., Smith H.L.* Subjective well-being: Three decades of progress // Psychological Bulletin. 1999. Vol. 125. P. 276–302.

*Hayes A.F.* Beyond Baron and Kenny: Statistical Mediation Analysis in the New Millennium // Communication Monographs. 2009. Vol. 76(4). P. 408–420.

*Prager E.* Exploring personal meaning in an age-differentiated Australian sample: Another look at the Sources of Meaning Profile (SOMP) // Journal of Aging Studies. 1996. Vol. 10(2). P. 123–149.

*Prager E., Savaya R., Bar-Tur L.* The development of a culturally sensitive measure of sources of life meaning // G.T.Reker, K.Chamberlain (Eds.). Exploring existential meaning: Optimizing human development across life span. Thousands Oaks: Sage, 2000. P. 123–136.

*Schnell T., Becker P.* Personality and meaning in life // Personality and Individual Differences. 2006. Vol. 41. P. 117–129.

*Sobel M.E.* Asymptotic confidence intervals for indirect effects in structural equation models // S.Leinhardt (Ed.). Sociological Methodology. Washington, DC: American Sociological Association, 1982. P. 290–312.

*Stiefel F., Krenz S.* Meaning in life assessed with the “Schedule for Meaning in Life Evaluation” (SMiLE): a comparison between a cancer patient and student sample // Support Care Cancer. 2008. Vol. 16. P. 1151–1155.

*Wong P.T.P.* Implicit theories of meaningful life and the development of the personal meaning profile // P.T.P.Wong, P.S.Fry (Eds.). The human quest for meaning. Mahwah, NJ: Erlbaum, 1998. P. 11–140.

Поступила в редакцию 13 июня 2011 г. Дата публикации: 18 октября 2011 г.

### [Сведения об авторе](#)

*Карпинский Константин Викторович.* Кандидат психологических наук, доцент, заведующий кафедрой экспериментальной и прикладной психологии, факультет психологии, Гродненский государственный университет имени Янки Купалы, ул. БЛК, д. 21, 230000 Гродно, Беларусь.  
E-mail: [karpkostia@tut.by](mailto:karpkostia@tut.by)

### [Ссылка для цитирования](#)

Карпинский К.В. Ценностные конфликты и смысложизненный кризис в развитии личности [Электронный ресурс] // Психологические исследования: электрон. науч. журн. 2011. N 5(19). URL: <http://psystudy.ru> (дата обращения: чч.мм.гггг). 0421100116/0048.

[Последние цифры – номер госрегистрации статьи в Реестре электронных научных изданий ФГУП НТЦ "Информрегистр". Описание соответствует ГОСТ Р 7.0.5-2008 "Библиографическая ссылка". Дата обращения в формате "число-месяц-год = чч.мм.гггг" – дата, когда читатель обращался к документу и он был доступен.]

[К началу страницы >>](#)