

Прыгин Г.С., доктор психологических наук, профессор,
Набережночелнинский институт Казанского (Приволжского) федерального
университета
gsprygin@mail.ru

НАПОЛНЕННОСТЬ ЖИЗНИ ОПРЕДЕЛЕННЫМ СМЫСЛОМ У ЛИЦ, ИМЕЮЩИХ РАЗНЫЕ ТИПЫ СУБЪЕКТНОЙ РЕГУЛЯЦИИ

Аннотация. В статье рассматривается наполненность жизни определенным смыслом у лиц, имеющих разные типы субъектной регуляции. Выдвигается гипотеза, что субъективные представления по основным показателям наполненности жизни определенным смыслом зависят от пола испытуемых и типа их субъектной регуляции. Кроме того субъективные представления по основным показателям наполненности жизни определенным смыслом у «автономных» лиц будут существенно выше, чем у «зависимых». По результатам исследования выявлено совместное влияние пола и типа субъектной регуляции на шкалы: «Ответственность» и «Экзистенциальность», причем по обеим шкалам показатели автономных лиц существенно выше, чем у зависимых.

Ключевые слова: смысл жизни, субъект жизнедеятельности, автономность-зависимость, духовность, жизненные ценности.

Проблемы смысла жизни широко освещается в художественной литературе, искусстве, религии, причем в этих областях человеческого творчества она больше раскрывается с содержательной стороны, где особое внимание уделяется описанию общечеловеческих ценностей, морали и этики, поиску самого феномена смысла жизни. Большое внимание уделяет проблеме смысла и наука, где эта тема носит междисциплинарный характер (философия, социология, психология и пр.), однако научные исследования не ставят перед собой задачу найти ответа на вопрос «в чем собственно состоит смысл жизни». Как отмечает Д. А. Леонтьев [9], в сферу интересов психологии входит, прежде всего, вопрос о влиянии смысла жизни или переживание его отсутствия на жизнь человека, а также проблема психологических причин утраты и путей обретения смысла жизни. В психологии смысл жизни изучается преимущественно под углом зрения того, как и под влиянием каких факторов происходит формирование смысла жизни

в индивидуальном развитии, и как сформировавшийся смысл жизни или его отсутствие влияет на жизнедеятельность и сознание личности. В историческом плане над исследованием проблемы смысла жизни работали многие отечественные и зарубежные философы и психологи, такие как: Н.А. Бердяев, М.К. Мамардашвили, С.Л. Рубинштейн, А. Адлер, И. Кант, А. Маслоу, К. Роджерс, Э. Фромм и пр.

В психологии смысл жизни разными психологами определяется по-разному. Для примера рассмотрим две наиболее общих дефиниции, представленных в психологическом словаре и Википедии. Согласно словаря [6], «Смысл жизни - кардинальная мировоззренческая проблема человеческого существования, решение которой позволяет уяснить сущность человека, его место в мире, жизненное предназначение... Поиск личного смысла жизни предполагает анализ собственного духовного опыта и связан с формированием целей, которые придают личную значимость содержанию конкретных проявлений поведенческой и умственной активности человека. Найдя смысл жизни, личность определяет свой жизненный путь соответственно с определенными планами, ориентирует свои стремления, намерения на главную цель жизни, которая открывает глубокую перспективу, расширяет жизненный горизонт и возможности человека. От смысла жизни личности зависит выбор его жизненного пути, профессии, критерия общения и взаимоотношений с другими людьми».

Википедия определяет смысл жизни, как — «философская и духовная проблема, имеющая отношение к определению конечной цели существования, предназначения человечества, человека как биологического вида, а также человека как индивидуума, одно из основных мировоззренческих понятий, имеющее огромное значение для становления духовно-нравственного облика личности» [2]. Далее уточняется, что «Вопрос о смысле жизни также может пониматься как субъективная оценка прожитой жизни и соответствия достигнутых результатов первоначальным намерениям, как понимание человеком содержания и направленности своей

жизни, своего места в мире, как проблема воздействия человека на окружающую действительность и постановки человеком целей, выходящих за рамки его жизни... В этом случае подразумевается необходимость найти ответ на вопросы: «В чём состоят жизненные ценности?», «Что является целью жизни?» (либо наиболее общей целью жизни человека как такового), «Зачем (для чего) жить?» [2].

Нетрудно заметить, что в обеих дефинициях смысл жизни определяется как некая мировоззренческая (духовная) проблема, имеющая отношение к субъективной оценке прожитой жизни и стремления, человека найти главную (высшую) цель жизни.

Мы не случайно взяли в скобки слова «духовная» и «высшая». Представляется, что любой человек, достигший определенного возраста, имеет некоторое мировоззрение, какие-то жизненные цели и как-то оценивает свою жизнь и стремления. Однако многие люди не очень сильно озадачиваются поиском смысла жизни, и, не мудрствуя лукаво, связывают его в основном с достижением социального успеха. Возьмем для примера отвлеченного человека, который достиг всего, чего желал в сфере материальных благ. Может ли он назвать их смыслом своей жизни? Скорее всего, да. Уместно задать еще один вопрос, можно ли считать подобного успешного человека «субъектом жизнедеятельности»? Наш ответ также - да, можно быть субъектом жизнедеятельности, посвящая себя созданию все более комфортных условий своего существования, накоплению материальных благ.

Однако, из произведений художественной литературы, жизненного опыта, известно, что порой достигнув всего, в сфере материальных благ, люди испытывают разочарование, понимание того, что они упустили в своей жизни что-то более главное, чем богатство и власть. Вот тогда (и только тогда!) для некоторых из них и начинается истинный поиск смысла жизни, тогда и возникают *духовные искания* и потребность найти высшую цель в жизни, далеко выходящую за рамки их обыденной жизни. Именно с этого

момента начинается осознанное развитие духовности человека.

С проблемами исследования духовного развития личности, смысла ее жизни теснейшим образом связаны исследования проблемы *субъекта жизнедеятельности*, которая отвечает на вопросы как жить, опираясь на смысл жизни, на то, ради чего стоит жить. Известно, что человека, который активно создает условия своей жизни, и свое отношение к ней С.Л. Рубинштейн назвал *субъектом* собственной жизни [7]. А. Адлер отмечал, что человек активно выискивает одни переживания и избегает других, избирательно преобразует и интерпретирует опыт, создавая индивидуальную схему апперцепции и формируя различные паттерны по отношению к миру. Процессы формирования жизненной цели, стиля жизни, представлений о себе и о мире по существу являются творческими актами [1].

Ранее мы отмечали [5], что в ряду качеств, свойственных личности, как субъекту деятельности, одно занимает особое место – это уровень или степень «самостоятельности» личности. Многие исследователи «субъектности» также относят самостоятельность к качествам субъекта, однако мы рассматриваем это качество как одно из важнейших, атрибутивных качеств субъекта деятельности, более того считаем, что без определенного уровня развития самостоятельности вообще невозможно говорить о какой-либо «субъектности» личности.

Только личность, способную проявить в деятельности достаточно высокий уровень эффективной самостоятельности и достигнуть при этом запланированного результата, соответствующего субъективным критериям успешности можно назвать субъектом деятельности. Именно субъекту деятельности присущи такие качества, как: целеустремленность, ответственность, настойчивость, развитый самоконтроль, рефлексия, способность самостоятельно, адекватно цели, а также умение в случае необходимости мобилизовать их на достижение поставленной цели. При этом принятие ответственности за каждый жизненный выбор позволяет человеку почувствовать свою жизненную силу. Ответом на вопрос, насколько

достойной была жизнь, является осознание того, насколько ответственным был жизненный выбор.

С нашей точки зрения, следующая ступень развития личности как «субъекта жизнедеятельности» - это личность, как «субъект духовного развития». Именно «субъект духовного развития» и есть та наивысшая ступень развития (или всеобъемлющая ипостась), к которой должен стремиться каждый человек, и именно такого человека можно отнести к подлинным «искателям смысла жизни».

Таким образом, мы считаем, что подлинное развитие личности, как субъекта, возможно только тогда, когда оно связано с *духовным* развитием. При этом мы определяем *духовность*, как *нравственную установку личности, содержащую, как и всякая установка, три компонента: когнитивный, включающий в себя знание о нравственных ценностях, аффективный (эмоциональный) – сопереживание и принятие этих ценностей и поведенческий, предполагающий следование этим ценностям.*

Все вышесказанное позволило нам определить тему эмпирического исследования и сформулировать его основные цель, гипотезу и задачи.

Цель исследования: выявить особенности представлений о наполненности жизни определенным смыслом у лиц с «автономным» и «зависимым» типами субъектной регуляции.

Гипотеза исследования состояла в том, что субъективные представления по основным показателям наполненности жизни определенным смыслом зависят от пола испытуемых и типа их субъектной регуляции. Кроме того субъективные представления по основным показателям наполненности жизни определенным смыслом у «автономных» студентов будут значительно выше, чем у «зависимых».

В исследовании были использованы следующие методики: «Шкала базисных убеждений» Ронни Янов-Бульман [8], шкала «Экзистенции» А. Лэнгле и К. Орглер [9], опросник «автономности-зависимости» Прыгина Г.С. [4]

Для статистической обработки результатов был использован стат-пакет IBM SPSS-20, в котором были задействованы методы описательной статистики, сравнительный и многомерный дисперсионный анализ.

Исследование проводилось в городе Набережные Челны в институте КФУ. В нем принимали участие студенты 3-4 курсов НЧИ КФУ автомобильного отделения, [отделения информационных технологий и энергетических систем](#) и студенты кафедры социальных и гуманитарных наук. Объем выборки составил 82 человек. Рассмотрим, полученные результаты.

Анализ и интерпретация результатов влияния пола и типа субъектной регуляции на наполненность жизни определенным смыслом. Результаты многомерного дисперсионного анализа, выявили, что значимое влияние пола и типа субъектной регуляции присутствует в 3 из 11 представленных в шкале «Базисных убеждений» и во всех 7 шкалах в «Шкале экзистенции». Однако, ввиду ограниченного объема статьи мы рассмотрим только результаты совместного влияния указанных факторов отобразив, для большей наглядности, полученные результаты в графической форме.

Влияние пола и типа субъектной регуляции прослеживается по шкалам: V- «Ответственность» ($F=3,64$; при $p=0,03$; критерий Ливиня= $1,52$, при $p=0,19$) и E- «Экзистенциальность» ($F=3,18$; при $p=0,05$; критерий Ливиня= $1,32$, при $p=0,27$).

Проанализируем влияние пола и типа субъектной регуляции на шкалу V- «Ответственность», которая, как известно, измеряет способность доводить до конца решения, принятые на основании личных ценностей.

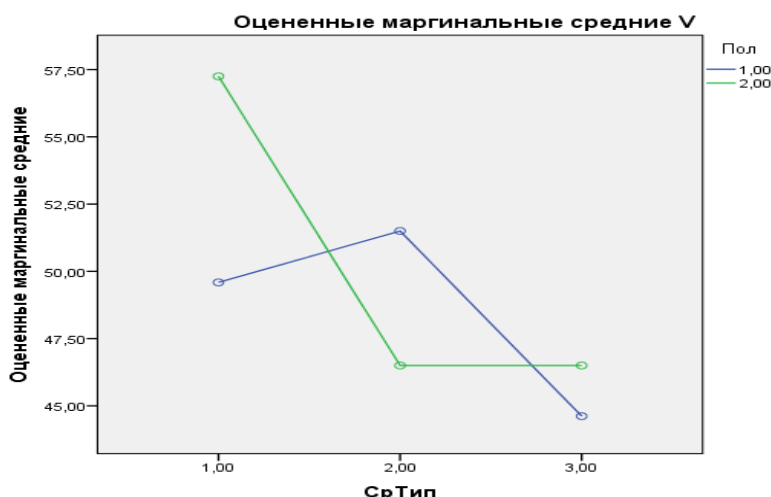


Рис. 1. Влияние пола и типа субъектной регуляции на шкалу V- «Ответственность».

(1.00- мужской пол, 2.00- женский пол, и 1.00- автономный тип субъектной регуляции, 2.00- смешанный тип субъектной регуляции, 3.00- зависимый тип субъектной регуляции)

На рисунке 1 мы можем наблюдать следующие зависимости: с увеличением степени автономности субъектной регуляции и у женщин, и у мужчин увеличиваются результаты по шкале «Ответственность», что не противоречит общей концепции субъектной регуляции и феномену «автономности-зависимости». Автономные лица обладают такими качествами как умение брать на себя ответственность за принятие решений, решительность и твердость характера. В то время, как зависимые избегают ответственности принятия решений и осуществления конкретных действий и, что очень важно отметить, такие люди не чувствуют персональной включенности в жизнь. Жизнь у них идет сама собой, она в малой степени поддается планированию и не пронизана собственной волей.

Далее рассмотрим влияние пола и типа субъектной регуляции на шкалу E - «Экзистенциальность», которая измеряет способность решительно и ответственно идти в мир, включаться в жизнь. Кроме того, высокий показатель по этой шкале свидетельствует о способности конструктивно обходиться с внешним миром, решительно и ответственно с ним справляться. Результаты представлены на рисунке 2.

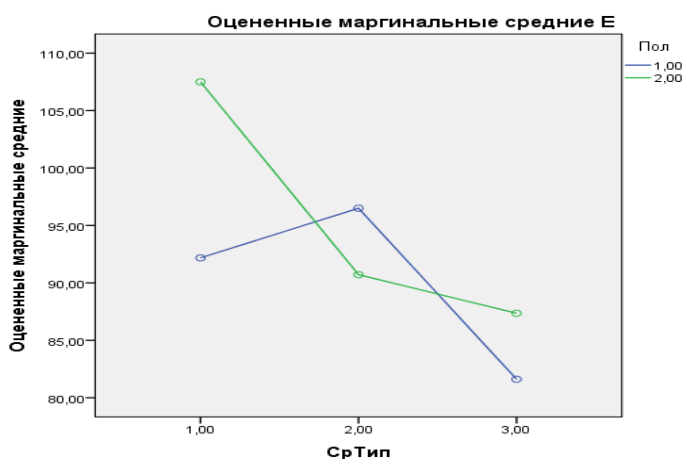


Рис. 2. Влияние пола и типа субъектной регуляции на шкалу Е - «Экзистенциальность».

(1.00- мужской пол, 2.00- женский пол, и 1.00- автономный тип субъектной регуляции, 2.00- смешанный тип субъектной регуляции, 3.00- зависимый тип субъектной регуляции)

Рисунок 2 отражает зависимости аналогичные графику 1: с увеличением степени автономности субъектной регуляции и у женщин, и у мужчин увеличиваются результаты по шкале «Экзистенциальность», что также подтверждает общую концепцию субъектной регуляции и феномен «автономности-зависимости». Низкий показатель экзистенциальности, характерный для зависимых личностей, указывает на образ жизни, в котором решения принимаются с трудом и есть бездействие. Авторы методики, совершенно точно дают характеристику «зависимой» личности, отмечая, что на них влияет: неуверенность в принятии решений, неуверенность в «экзистенциальном месте» («мое ли это место?»), необязательность, сдержанность, незнание того, что нужно делать, малая способность выдерживать нагрузки, чувствительность к помехам, склонность начинать действовать на основании внешних побуждающих причин без внутреннего соотнесения (последнее можно описать как чувство «быть призванным») [9].

С увеличением показателя экзистенциальности (т.е. с увеличением степени автономности личности) растет степень решимости и ответственности за жизнь. Человек стремится сам устроить свой мир и свою

жизнь, таким образом, его жизнь получает исполнение и становится более аутентичной.

В целом, по результатам исследования можно сделать следующие выводы.

1. Обнаружено совместное влияние пола и типа субъектной регуляции на шкалы: «Ответственность» и «Экзистенциальность».

2. Кроме того, выявлены значимые межгрупповые различия (с более высокими показателями по ниже указанным шкалам у испытуемых автономного типа) между:

- автономными и зависимыми мужчинами по шкалам: «Самодистанцирование», «Свобода» и «Общий показатель наполненности жизни»;

- автономными и зависимыми женщинами по шкалам: «Ценность собственного «Я»», «Самодистанцирование», «Свобода», «Ответственность», «Персональность», «Экзистенциальность» и «общий показатель наполненности жизни», а также по шкале «Самотрансценденция».

- автономными мужчинами и автономными женщинами по шкалам: «Ценность собственного «Я»», «Самотрансценденция», и «общий показатель наполненности жизни».

Литература

1. Адлер А. Практика и теория индивидуальной психологии. – М.: Фонд «За экономическую грамотность», 1995. – 96 с.

2. Смысл жизни, смысл бытия [Электронный ресурс] // Википедия: сайт. – URL: <https://ru.wikipedia.org/wiki> (дата обращения 17.04.2008).

3. Леонтьев Д.А. Очерк психологии личности. – М.: Смысл, 1993. – 43 с.

4. Прыгин Г.С. Психология самостоятельности. – Ижевск, Набережные Челны: Изд-во Института управления, 2009. – 408 с.

5. Прыгин Г.С. О понятиях «субъект деятельности» и «субъект жизнедеятельности» с позиции субъектной регуляции / Человек, субъект,

личность в современной психологии. Материалы Международной конференции, посвященной 80-летию А.В. Брушлинского. В 3т. Т.1 // Отв. ред. А.Л. Журавлев, Е.А. Сегиенко. – М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2013. – С. 156-159.

6. Психологический словарь. [Электронный ресурс] // Психотест: сайт. – URL: http://psihotesti.ru/gloss/tag/smisl_zhizni/ (дата обращения 17.04.2008).

7. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. – СПб.: Питер, 1998. – 688 с.

8. Шкала базисных убеждений [Электронный ресурс] // Энциклопедия психодиагностики: сайт. – URL: <http://psylab.info/> (дата обращения 17.04.2008).

9. Шкала экзистенции А. Лэнгле и К. Орглер [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://psycabi.net/testy/641-shkala-ekzistentsii-a-lengle-i-k-orgler> (дата обращения 17.04.2008).

Prygin G.S., doctor of Psychological Sciences, professor, Naberezhnye Chelny Institute of Kazan (Volga region) Federal University.

FILL YOUR LIFE A CERTAIN SENSE IN INDIVIDUALS WITH DIFFERENT TYPES SUBJECT REGULATION

Abstract. The article discusses the fullness of life a certain meaning in people with different types of subject regulation. The hypothesis, that the subjective views on the basic parameters of fullness of life in a certain sense «autonomous» entities will be significantly higher than that of «dependent». Also subjective perceptions on the basic parameters of fullness of life in a certain sense "autonomous" entities will be significantly higher than that of "dependent". According to the results of the research, revealed the combined influence of gender and the type of subject regulation on the scale «responsibility» and «existential», and on both scales of autonomous individuals performance is significantly higher than that of the dependent.

Keywords: the meaning of life, subject of life activity, autonomy-dependence, spirituality, values of life.