

УДК 159.9

Карпінський К. В.,

доктор психологічних наук, професор,
завідувач кафедри загальної
і експериментальної психології,
Гродненський державний університет
імені Янки Купали, Республіка Білорусь
E-mail: karpkostia@tut.by

СЕНСОЖИТТЄВІ СТАНИ ОСОБИСТОСТІ: ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ І ЕМПІРИЧНА ТИПОЛОГІЯ

Представлено результати теоретико-емпіричного дослідження, присвяченого психологічним закономірностям становлення особистості як суб'єкта життя в процесі розв'язання сенсожиттєвих задач. У вступі аргументовано, що до даного класу задач особистісного розвитку відносяться пошук, збереження і практична реалізація індивідуального сенсу життя. Психологічними індикаторами процесу і результатів розв'язання сенсожиттєвих задач виступають суб'єктивні переживання осмисленості життя і сенсожиттєвої кризи. З метою позначення інтегральної форми зворотного зв'язку, яка функціонує в системі саморегуляції особистості як суб'єкта життя, запропоновано і теоретично обґрунтовано поняття «сенсожиттєвий стан». Сенсожиттєвий стан розуміється як специфічна категорія перманентних психічних станів, які відображають стан суб'єкт-об'єктних відносин особистості з власним життям. Всупереч поширеним у психологічній науці уявленням про несумісність і взаємну виключність переживань осмисленості життя і сенсожиттєвої кризи, теоретично аргументована гіпотеза про те, що сенсожиттєвий стан представляє собою специфічну форму сполучення та інтеграції цих суб'єктивних переживань. В основній частині на емпіричному матеріалі показано, що існують типові поєднання цих переживань, які утворюють стійкі сенсожиттєві стани особистості: благополучний, кризовий, конфліктний і стагнативний. Встановлено, що домінуючий тип сенсожиттєвого стану особистості залежить від її внутрішньої позиції щодо сенсожиттєвих задач, вираженої їх прийняттям або неприйняттям, а також від продуктивності їх розв'язання в індивідуальній життєдіяльності. У висновках в якості перспективної лінії розвитку даного дослідження намічена лонгітюдна стратегія вивчення сенсожиттєвих станів, яка повинна розкрити психологічні механізми і закономірності їх

взаємопереходів і трансформацій, які зумовлені динамікою розв'язання особистістю сенсожиттєвих задач в масштабі біографічного часу.

Ключові слова: особистість, суб'єкт життя, сенс життя, сенсожиттєві задачі, осмисленість життя, сенсожиттєва криза, сенсожиттєві стани.

Постановка проблеми. Однією з магістральних ліній особистісного розвитку людини в онтогенезі є її становлення і утвердження в якості суб'єкта індивідуального життя. Особистість як суб'єкт життя характеризується особливими психічними процесами, властивостями і станами, які прийнято позначати терміном «*психобіографічні утворення особистості*» [6; 13]. Вони цілісно відображають індивідуальний життєвий шлях людини в єдності здійсненого минулого, реалізованого нинішнього, передбачуваного і планованого майбутнього і конституують один з вищих контурів психічної саморегуляції, яка забезпечує людині можливість оволодіння і управління процесом свого життя і власним особистісним розвитком у біографічному масштабі. До числа суб'єктотвірних структур особистості належать сенс життя, життєві цілі, плани і програми, життєва перспектива, суб'єктивна картина життєвого шляху, суб'єктивні критерії життєвого успіху-неуспіху і численні інші психічні структури, які слугують структурно-функціональними ланками і блоками єдиного механізму психічної саморегуляції цілісної життєдіяльності, а не якогось окремого виду діяльності в окремій царині життя.

З точки зору генезису всі психобіографічні процеси, властивості і стани є особистісними новоутвореннями, які породжуються в процесі суб'єкт-об'єктної взаємодії людини з власним життям як особливого роду цілісності. У ході цієї взаємодії людина розв'язує низку пізнавально-практичних задач, які складають особливий клас *задач розвитку*, специфічних для особистості в якості суб'єкта життя. Генеральна задача даного класу полягає в перетворенні людиною наявних умов і обставин власного життя відповідно до життєвого задуму – суб'єктивним образом бажаного і належного життя. У структурі цієї задачі індивідуальне життя у всій різноманітності обставин, які її складають, фігурує в якості вихідної даності і об'єкта докладання перетворюючих зусиль; кінцевим же продуктом слугує індивідуальний життєвий шлях – те, що особистості вдалося вибудувати з «матеріалу» власного життя. Неспівпадіння реального життя і суб'єктивного життєвого задуму створює ключове протиріччя, яке надає руху процесу суб'єктно-особистісного розвитку. У ході його розв'язання особистість якраз і набуває ті психічні властивості і здібності, які перетворюють її з продукту біографії в творця унікального життєвого шляху [5].

Успішне розв'язання вказаної «надзадачі» і протиріччя, яке в ній коріниться, вимагає довготривалої, систематичної і послідовної активності, яка організовується на основі складної системи психічної саморегуляції, структурним і функціональним ядром якої є індивідуальний сенс життя. Його регуляторна функція виражається в тому, щоб визначати суб'єктивний образ бажаного життя (життєвий задум), який розходиться з існуючою життєвою дійсністю і спонукає до її активного перетворення. Тим самим сенс життя входить до числа початкових умов, вихідних даних основної задачі, але при цьому для особистості, що розвивається, він сам з самого початку не визначений. На відміну від учбових задач, де всі складові з самого початку чітко визначені, головна задача особистості як суб'єкта життя характеризується високою невизначеністю вихідних умов і нечіткістю кінцевих вимог.

У цьому зв'язку з загальною задачею витікає цілий ряд окремих протиріч і конкретних задач розвитку особистості як суб'єкта життя. В рамках запропонованої концепції ми називаємо їх *сенсожиттєвими протиріччями і сенсожиттєвими задачами*. Це спеціальний клас протиріч і задач, характерний для розвитку особистості саме в якості суб'єкта життя. Щоб влаштувати своє життя відповідно до особистісного сенсу і скласти як її суб'єкта, особистість повинна вирішити в індивідуальному розвитку такі протиріччя: по-перше, знайти і набути цей сенс на тлі об'єктивної невизначеності і багатозначності життя; по-друге, утримати і зберегти знайдений сенс життя всупереч мінливості життєвих обставин; по-третє, довести набутий і збережений сенс життя до практичної реалізації, незважаючи на неподатливість і опір життєвим обставинам. Ці протиріччя дають початок трьом *сенсожиттєвим задачам*: *сенсопошуковій*, яка є *задачею самовизначення* особистості як суб'єкта життя; *сенсозберігаючій*, яка виступає *задачею самозбереження* особистості як суб'єкта життя; *сенсореалізуючій*, яка співпадає з *задачею самореалізації* особистості як суб'єкта життя. Ці окремі задачі утворюють послідовні етапи в процесі розв'язання генеральної задачі суб'єкта життя [4; 7].

Таким чином, розвиток і функціонування особистості в якості суб'єкта життя представляє собою процес розв'язання сенсожиттєвих задач. В цьому процесі особистість як суб'єкт життя не тільки виявляється, але й формується. Це означає, що у неї виробляються психобіографічні новоутворення (процеси, стани, властивості), які, з одного боку, опосередковують, а, з іншого – результують пошук, збереження і практичну реалізацію сенсу життя. Вони об'єднуються в цілісну систему саморегуляції, без якої розв'язання головної задачі суб'єкта життя – побудови індивідуального життєвого шляху – було б

фактично неможливим. Будь-яке психічне явище, атрибутоване особистості як суб'єкту життя, повинне цікавити психологічну науку з точки зору його місця і ролі в системі психобіографічної саморегуляції. В рамках даної статті інтерес викликають, насамперед, психічні явища, які функціонально обслуговують роботу ланки зворотного зв'язку, без якого неможлива жодна саморегуляція.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Результати досліджень останніх років показують, що зворотний зв'язок в рамках саморегуляції особистості як суб'єкта життя є *багаторівневим і багатоканальним*, і, отже, здійснюється за допомогою *різномірних* психічних явищ. Вагомий внесок у цей механізм здійснює, наприклад, *біографічна рефлексія* – мисленнєвий аналіз, спрямований на свідоме порівняння бажаного і досягнутого в житті [8]. Разом з тим, безпосередньою, а тому суттєво більш доступною і достовірною формою зворотного зв'язку в будь-яких контурах саморегуляції, є *суб'єктивне переживання* [17]. У рефлексивному плані сама людина може себе раціонально переконати, що в житті все йде добре, навіть якщо вона терпить повне фіаско, але суб'єктивне переживання не піддається довільній підробці і фальсифікації. А у випадках, коли на розгорнуті міркування над власним життям немає часу та інших можливостей, суб'єктивні переживання виявляються чи не єдиною доступною формою зворотного зв'язку.

Особистість як суб'єкт життя характеризується особливими переживаннями. Їхня специфіка в тому, що це завжди *переживання на адресу індивідуального життя в цілому*, а не з приводу окремих життєвих обставин або конкретних подій і ситуацій. Спектр переживань особистості як суб'єкта життя широкий, однак в психології найбільше висвітлення одержали *переживання осмисленості життя і сенсожиттєвої кризи*. Цим феноменам присвячена велика кількість теоретичних і емпіричних досліджень, але загальний недолік цих досліджень в тому, що вони орієнтовані переважно на опис їхньої феноменології (суб'єктивної і поведінкової картини), а також на виявлення їх передумов і наслідків. Такий ракурс аналізу, який обмежується проявами, корелятами і предикторами цих переживань, можна назвати *феноменальним підходом*. Він досить глибоко і повно висвітлює їхній унікальний психологічний зміст як феноменів людського досвіду, але не розкриває їхні функції в контексті регуляції людської активності і розвитку. Цьому зв'язку на додаток до *феноменального* необхідний *функціональний аналіз*, який покликаний виявити *регулюючі функції* цих феноменів у контексті життєдіяльності і розвитку особистості як суб'єкта життя [2].

На нашу думку, *переживання осмисленості життя і сенсожиттєвої кризи зароджується і функціонує в контурі саморегуляції, який*

обслуговує процес розв'язання сенсожиттєвих задач. У цьому контексті вони виконують *сигнально-оцінну функцію*, тобто забезпечують *зворотний зв'язок про те, наскільки успішне розв'язання цих задач і наскільки прогресивний розвиток особистості як суб'єкта життя*. Загалом, для особистості вони є суб'єктивними сигналами про те, чи продуктивно вона шукає, підтримує і здійснює сенс у власному житті.

Загальновідомо, що залежно від спрямованості зворотний зв'язок може бути двох видів – *позитивним* і *негативним*. Перший сигналізує про успіх, другий – про неуспіх регульованих процесів і форм активності. З цієї точки зору, суб'єктивне переживання осмисленості життя є *позитивним зворотним зв'язком*. Воно повідомляє про те, що сенс знайдено, збережено і продуктивно реалізовано, тобто сенсожиттєві задачі своєчасно і продуктивно розв'язуються особистістю. Одночасно з цим переживання осмисленості говорить про те, що особистість спроможна і динамічно розвивається як суб'єкт життя. Переживання сенсожиттєвої кризи, навпаки, є *негативним зворотним зв'язком*. Сенсожиттєва криза виникає через непродуктивне розв'язання або нерозв'язання сенсожиттєвих задач. Її переживання свідчить про те, що в розвитку особистості як суб'єкта життя назріли невирішені протиріччя і труднощі, які її гальмують і ускладнюють.

З досліджень найрізноманітніших форм саморегуляції відома загальна закономірність, згідно з якою негативний зворотний зв'язок повинен бути більш диференційованим і різноманітним, ніж позитивний. У цьому є безсумнівна регуляторна доцільність з урахуванням мобілізуючого впливу негативного зворотного зв'язку на активність суб'єкта і корекційного (оптимізуючого) впливу на якість самої саморегуляції в ситуації неуспіху. «Ключовий момент механізмів саморегуляції – негативний зворотний зв'язок, тобто сигнали про відхилення дійсного від бажаного, що допомагає нам не приймати бажане за дійсне. Позитивний зворотний зв'язок – це ототожнення бажаного і дійсного, сигнал про те, що все гаразд, нічого не слід змінювати, можна продовжувати в тому самому напрямку. Порівняно з реакцією на успіх, реакція на невдачу, на відхилення від мети виявляє набагато більший діапазон і має набагато більше наслідків» [11, с. 27].

Ця закономірність повністю підтверджується і для саморегуляції особистості як суб'єкта життя. Конкретно це виявляється в тому, що переживання осмисленості життя є *єдиною і недиференційованою формою позитивного зворотного зв'язку* – по суті, загальною відповідною реакцією на успішне розв'язання будь-якої сенсожиттєвої задачі. Що стосується сенсожиттєвої кризи, як негативного зворотного зв'язку, то їй властиві *поліморфізм і різноманітність видів*. Нами

запропонована психологічна класифікація сенсожиттєвих криз залежно від того, яка задача в розвитку особистості як суб'єкта життя виявляється нерозв'язаною. Якщо не розв'язана сенсопошукова задача, то виникає *криза відсутності сенсу*; якщо не розв'язана сенсозберігаюча задача – *криза втрати сенсу*, якщо ж відсутнє своєчасне і продуктивне розв'язання сенсореалізуючої задачі – назріває *криза нереалізованості сенсу життя*. Перелічені види сенсожиттєвої кризи розрізняються між собою не тільки за феноменологією, але, що суттєвіше, за характером впливу на подальшу (післякризову) активність людини, пов'язану з осмисленням і практичним перетворенням власного життя. Це свідчить про те, що різні види кризових переживань диференційовано виконують функцію зворотного зв'язку в контурі саморегуляції цілісної життєдіяльності і розвитку особистості як суб'єкта життя [7].

Виюкренлення нерозв'язаних аспектів проблеми. Інша відома закономірність зворотного зв'язку в різних контурах саморегуляції виявляється в тому, що позитивний і негативний зворотний зв'язок може бути поєднаним, у результаті чого створюється амбівалентність, подвійність переживань, виникають складні переплетення і комплекси позитивних і негативних почуттів [9; 19; 23].

Ця закономірність зворотного зв'язку не одержала належної уваги в психологічних дослідженнях осмисленості життя і сенсожиттєвої кризи. Цьому перешкоджає стереотипний, дуже інертний погляд на їх співвідношення, який зводиться до таких уявлень: 1) осмисленість життя і сенсожиттєва криза – протилежні полюси єдиного континуума переживань; 2) осмисленість життя і сенсожиттєва криза – несумісні переживання: можна переживати або одне, або інше; 3) низька осмисленість життя поєднується тільки з сильно вираженою сенсожиттєвою кризою, а висока осмисленість – виключно з відсутністю кризи, і навпаки. Тим самим переживання осмисленості життя і сенсожиттєвої кризи необґрунтовано змикаються в загальну дихотомію, тоді як в дійсності вони утворюють два відносно незалежних якісно своєрідних уніполярних виміри сенсожиттєвого досвіду особистості, тобто досвіду розв'язання нею сенсожиттєвих задач (детальніше про це в [4; 7]).

Визнання можливості синхронного переживання осмисленості життя і сенсожиттєвої кризи відкриває шлях для вивчення інтегральних, комплексних, синтетичних форм досвіду особистості як суб'єкта життя. Якщо такі психічні феномени як осмисленість життя і сенсожиттєва криза узагальнити терміном «*сенсожиттєві переживання*», то по відношенню до їх складних комплексів і поєднань, на нашу думку, найбільш доцільним є термін «*сенсожиттєві стани*». Цей термін ще не увійшов у систематичний науковий обіг, і, тим не менш, він уявляється

досить доречним з урахуванням двох обставин: по-перше, термінологічних традицій, що складаються в області психологічних досліджень з сенсожиттєвої проблематики, по-друге, загальнопсихологічним тлумаченням сутності психічних станів як класу психічних явищ.

Якщо звернутися до термінологічних традицій, то вперше термін «стан» щодо аналізу сенсожиттєвої реальності в психіці людини був використаний у працях А. В. Серого. Цей автор оперує терміном «актуальний сенсовий стан», розуміючи під останнім особливий вид психічного стану, що характеризує синхронізоване або, навпаки, десинхронізоване переживання людиною осмисленості особистого минулого, нинішнього і майбутнього [18]. В зарубіжній психології термін «сенсовий стан» («meaning state») зустрічається в працях австрійського психолога Т. Шнелъ. З його допомогою позначається стійке поєднання переживань осмисленості життя і сенсової кризи [24]. Слід зазначити, що цей автор, а вслід за ним й інші дослідники [20], в якості синоніма паралельно вживають термін «тип сенсу життя» («meaning type»), який, на наш погляд, зовсім не передає сутності позначеного феномена. Діагностичним інструментом, призначеним для визначення «сенсового стану», або «типу сенсу життя» досліджуваного, в цитованих вище дослідженнях послужив опитувальник «Джерела сенсу життя» (SoMe) Т. Шнелъ. У результаті російськомовної адаптації цієї методики [1] і проведення з її допомогою перших емпіричних досліджень в Росії [12] було введено термін «паттерни осмисленості», яким позначаються різні варіанти співвідношення осмисленості і кризи сенсу. Цей термін також не може бути визнаний вдалим з двох міркувань: по-перше, він носить технічний, а не теоретичний характер, оскільки не вписує феномен в жоден з відомих класів психічних явищ (процеси, властивості, стани); по-друге, він внутрішньо суперечливий і не логічний, оскільки позначений ним феномен включає до своєї структури переживання не тільки осмисленості, але й відсутності життєвого сенсу (сенсожиттєвої кризи). У світлі сказаного з числа запропонованих альтернатив найбільш влучним і обґрунтованим представляється термін «*сенсожиттєвий стан*» [7].

Правомірність терміну «сенсожиттєвий стан» також обґрунтована загальноприйнятими уявленнями про природу і сутність психічного стану як такого. Із загальнопсихологічної точки зору, щодо дискретних, елементарних переживань, презентованих в певний момент часу в феноменальному полі свідомості, психічний стан виконує *інтегруючу функцію*. Через цю функцію психічний стан завжди виступає як *динамічний синтез*, «сплав» актуальних переживань [10; 15]. У цьому зв'язку інтегральні, більш складні (порівняно з сенсожиттєвими переживаннями)

форми досвіду особистості як суб'єкта життя доцільно називати *сенсожиттєвими станами*.

Через властиву їм інтегруючу функцію сенсожиттєві стани цілісно відображають поточну суб'єкт-об'єктну взаємодію особистості з власним життям як єдиним цілим. По причині часової тривалості просторової протяжності цієї взаємодії, специфічні для суб'єкта життя психічні стани набувають особливо стійкого, пролонгованого характеру. За даним параметром їх можна охарактеризувати як *довготривалі, або перманентні психічні стани*, які можуть тривати тижні, місяці і навіть роки. Тривалість сенсожиттєвих станів можна співставити з дискретними етапами індивідуальної життєдіяльності і окремими стадіями розвитку особистості як суб'єкта життя. Н. Р. Саліхова справедливо вказує, що перманентні психічні стани пов'язані з процесами формування і функціонування найбільш узагальнених сенсових структур особистості, які лежать в основі найбільш загальних, глобальних контурів психічної регуляції: «Втілення в життя узагальнених сенсових утворень повинне презентуватися і виявлятися в свідомості в таких самих стійких, пролонгованих у часі характеристиках психічного, які організують загальне тло і настрої всієї психіки» [16, с. 125].

Категорію психічних станів також можна визначати як *стани розвитку особистості*. Це продиктовано двома причинами: по-перше, вони створюють стійке психічне тло, на якому протікає суб'єктогенез; по-друге, вони сигналізують про досягнутий рівень і актуальний статус розвитку особистості як суб'єкта життя, тобто є суб'єктивними індикаторами її розвиненості, недорозвиненості або нерозвиненості в цій функціональній якості.

Таким чином, *сенсожиттєві стани* – це особливий клас перманентних (тривалих) психічних станів, які відображають поточну ситуацію суб'єкт-об'єктної взаємодії особистості з власним життям як цілісністю, а конкретно визначаються прогресом особистості в розв'язанні сенсожиттєвих задач – пошуку, збереженні і практичній реалізації сенсу життя. Сенсожиттєві стани сигналізують про продуктивність індивідуальної життєдіяльності і динаміку розвитку особистості як суб'єкта життя. В цій функції вони є інтегральною формою зворотного зв'язку в системі саморегуляції, яка обслуговує процеси розв'язання особистістю сенсожиттєвих задач.

Емпіричні відомості про типи сенсожиттєвих станів і їх поширеність вкрай бідні і представлені результатами одиничних емпіричних досліджень. Розробка цієї проблеми стримується тим, що осмисленість життя і сенсожиттєва криза донині помилково оцінюються як протилежні полюси єдиного біполярного континууму, а не як два роздільні

виміри екзистенційного досвіду особистості. Цій теоретичній ідеї відповідає некоректний спосіб емпіричного виміру, коли феномени осмисленості життя і сенсожиттєвої кризи діагностуються однією і тією самою шкалою (за принципом «низька осмисленість = сильна сенсожиттєва криза», «слабка сенсожиттєва криза = висока осмисленість»), а не окремими субшкалами одного опитувальника або самостійними опитувальниками (детально про це в [7]). Співставлення термінології і результатів виконаних донині емпіричних досліджень представлено в Табл. 1.

Таблиця 1

Типи і частота згадування сенсожиттєвих станів

Типи сенсожиттєвих станів	[Debats et al., 1995]: «категорії переживання сенсу життя»	[Schnell, 2010]: «типи сенсу життя»	[Damasio, Koller, 2015]: «категорії сенсу життя»	[Леонтьев та інш., 2017]: «паттерни осмисленості»
Висока осмисленість і слабка криза	«Осмисленість»	«Осмисленість» (60,5 %)	«Осмисленість» (80,7 %)	«Стабільний сенс» (31,8 %)
Низька осмисленість і сильна криза	«Відсутність сенсу»	«Криза сенсу» (4 %)	«Криза сенсу» (5,7 %)	«Сенсовтрага» (31,1 %)
Висока осмисленість і сильна криза	«Сенсове упорання з кризою»	«Екзистенційний конфлікт» (> 1 %)	«Екзистенційний конфлікт» (4 %)	«Напружений сенс» (37,1 %)
Низька осмисленість і слабка криза	«Невідсутність сенсу»	«Екзистенційна байдужість» (35 %)	«Екзистенційна байдужість» (9,6 %)	Не виявлено

Крім недостатньої розробленості єдиної термінології і емпірично обґрунтованої типології сенсожиттєвих станів особистості, ще однією нерозв'язаною проблемою в цій предметній області є відсутність емпірично достовірних відомостей про умови, які детермінують різноманітні сенсожиттєві стани особистості. Разом з тим, слідуючи логіці теоретичних міркувань, сенсожиттєвий стан особистості повинен залежати, в першу чергу, від її внутрішньої позиції щодо сенсожиттєвих задач (від їх прийняття до відкидання) і від продуктивності їх розв'язання в повсякденній життєдіяльності.

Мета статті полягає в тому, щоб на матеріалі емпіричного дослідження білоруської популяційної вибірки побудувати типологію

сенсожиттєвих станів і виявити їх залежність від внутрішньої позиції особистості щодо сенсожиттєвих задач і продуктивності їх розв'язання в індивідуальній життєдіяльності.

Виклад основного матеріалу. Виходячи з викладених вище теоретичних міркувань, були висунуті гіпотези для подальшого емпіричного дослідження.

Гіпотеза 1. Суб'єктивні переживання осмисленості життя і сенсожиттєвої кризи виконують сигнально-оцінну функцію в регуляції індивідуальної життєдіяльності і в детермінації розвитку особистості як суб'єкта життя. Вони представляють собою форми позитивного і негативного зворотного зв'язку про успіх-неуспіх особистості в розв'язанні сенсожиттєвих задач. Через свою функцію ці переживання не є взаємовиключними: статус розвитку особистості як суб'єкта життя в кожен момент часу характеризується не якимось одним переживанням, а певним поєднанням рівнів осмисленості життя сенсожиттєвої кризи.

Гіпотеза 2. Існують стійкі поєднання переживань осмисленості життя і сенсожиттєвої кризи, які утворюють основні типи сенсожиттєвого стану особистості. Найбільш типові поєднання: високої осмисленості життя з низьким рівнем сенсожиттєвої кризи (благополучний стан); високого рівня сенсожиттєвої кризи з низькою осмисленістю життя (кризовий стан). Менш типові поєднання: низької осмисленості життя з низьким рівнем сенсожиттєвої кризи (стагнативний стан); високої осмисленості життя з високим рівнем сенсожиттєвої кризи (конфліктний стан).

Гіпотеза 3. Сенсожиттєвий стан особистості детермінується її внутрішньою позицією (прийняттям-відторгненням) щодо сенсожиттєвих задач і успішністю їх розв'язання в повсякденному житті.

Емпіричне дослідження було організоване за *лонгітудним дизайном*, що передбачало дворазове обстеження досліджуваних в 9-місячному інтервалі. В дослідженні взяли участь люди з різною освітою, сімейним, батьківським, посадовим і матеріальним статусом. На момент проведення первинного діагностичного заміру (грудень 2015 р.) вибірку склали 240 осіб віком від 20 до 55 років (середній вік $35,06 \pm 7,77$ роки), в тому числі 142 жінки і 98 чоловіків. При повторному замірі (вересень 2016 р.) об'єм вибірки скоротився до 217 осіб віком від 20 до 54 років (середній вік $38,44 \pm 6,12$ роки), в тому числі 122 жінки і 95 чоловіків. В обох діагностичних зрізах досліджувані обстежувалися за допомогою таких методик (в порядку пред'явлення):

1) Субшкала «Мета в житті» з опитувальника «Шкали психологічного благополуччя» (ШПБ) К. Ріфф в адаптації Л. А. Пергаменщика і Н. Н. Лепешинського – для визначення рівня суб'єктивного

переживання осмисленості життя. В рамках цього дослідження кон-
систентна надійність шкали склала $\alpha_1 = 0,81$, $\alpha_2 = 0,82$; ретестова надій-
ність $r_{1-2} = 0,65$.

2) «Короткий опитувальник сенсожиттєвої кризи» (СЖК-К) [3] – для
вимірювання рівня суб’єктивного переживання сенсожиттєвої кризи
(консистентна надійність опитувальника $\alpha_1 = 0,89$, $\alpha_2 = 0,92$; ретестова
надійність $r_{1-2} = 0,58$).

3) Анкета для одержання відомостей про стать, вік і соціально-
демографічні характеристики досліджуваного. Тут йому пропонувалося
на основі п’ятирозрядних шкал лайкертівського типу оцінити необхідність
і успішність пошуку, збереження і здійснення сенсу у власному житті.
Інструкція і запитання формулювалися таким чином: «Будь ласка, дайте
відповідь на запитання, використовуючи запропоновані для цього варіанти
відповідей:

*На Ваш погляд, наскільки Вам необхідно шукати сенс свого життя і
прагнути до його збереження і здійснення?*

1	2	3	4	5
В цьому не- має жодної необхідності	Мабуть, не- має необхід- ності	Скоріше необхідно, ніж ні	Мабуть, необ- хідно	Це точно необхідно

*Чи змогли Ви знайти сенс власного життя, і чи вдається Вам його
зберігати і здійснювати?*

1	2	3	4	5
Не шукаю сенсу життя	Шукаю, але ще не зміг(ла) знайти	Зміг(ла) знайти, але не вдається зберегти	зміг(ла) знайти і зберегти, але не вдається здійснювати	Зміг(ла) зна- йти, вдається зберігати і здійснювати

Таким чином, перше запитання з’ясовує внутрішню позицію дослі-
джуваного з приводу важливості і необхідності сенсожиттєвих задач,
а друге – самооцінку включеності і продуктивності їх розв’язання в його
власному житті.

Результати дослідження. На початковому етапі обробки та інтер-
претації емпіричних даних перевірялась перша гіпотеза, згідно з якою
переживання осмисленості життя і сенсожиттєвої кризи повинні бути,
по-перше, різноспрямовано пов’язані з продуктивністю розв’язання
сенсожиттєвих задач, по-друге, з помірною силою пов’язані між собою,
що дозволяє їм виступати як відносно незалежні і дискретні виміри

(модальності) сенсожиттєвого досвіду особистості. Оскільки показники продуктивності розв'язання сенсожиттєвих задач, одержані за допомогою другого запитання анкети, можуть бути виражені як в категоріальній, так і в інтервальній шкалі, при обробці даних паралельно використовувалися однофакторний дисперсійний і кореляційний аналіз (Табл. 2).

Таблиця 2

Зв'язок сенсожиттєвих переживань з продуктивністю розв'язання сенсожиттєвих задач

Продуктивність розв'язання сенсожиттєвих задач	Сенсожиттєві переживання	
	Осмиленість життя	Сенсожиттєва криза
Результати дисперсійного аналізу	$F(4,235) = 68,9, p = 0,000$	$F(4,235) = 21,7, p = 0,000$
Результати кореляційного аналізу	$r = 0,72, p = 0,000$	$r = -0,37, p = 0,000$

Дані вказують на те, що з підвищенням продуктивності пошуку, збереження і практичної реалізації сенсу життя інтенсивність переживання осмиленості життя лінійно зростає, а інтенсивність переживання сенсожиттєвої кризи – пропорційно знижується; у випадку нерозв'язання або непродуктивного розв'язання сенсожиттєвих задач спостерігається прямо протилежна картина. Це підтверджує припущення про те, що суб'єктивні переживання осмиленості життя і сенсожиттєвої кризи сигналізує про загальний прогрес і конкретні успіхи і невдачі особистості в розв'язанні сенсожиттєвих задач, тобто *виконують функцію позитивного і негативного зворотного зв'язку (сигнально-оцінну функцію) в контурі саморегуляції цілісної життєдіяльності і розвитку особистості як суб'єкта життя.*

У світлі першої дослідницької гіпотези цікавою є негативна кореляція переживань осмиленості життя і сенсожиттєвої кризи ($r = -0,48, p < 0,000$). Зазвичай в психологічній літературі повідомляється про більш тісний взаємозв'язок між ними (до $r = -0,87$), однак наскільки нереалістичне завищення сили кореляції зумовлено, як правило, погрішностями діагностичного інструментарію і процедури (детально про це [2; 4]). У нашому випадку помірна сила зв'язку вказує на те, що осмиленість життя і сенсожиттєва криза достатньо самостійні виміри досвіду особистості як суб'єкта життя. Низька осмиленість не тотожна сильній сенсожиттєвій кризі, а виражена криза не зводиться до простого

дефіциту осмисленості. Для подальшого аналізу це означає, що *дані змінні можуть використовуватися як дві порівняно незалежні засади при побудові типології сенсожиттєвих станів особистості.*

Далі за допомогою кластерного аналізу (метод k-середніх) відповідно до логіки другої гіпотези здійснювалося виокремлення типових варіантів сенсожиттєвого стану особистості. Групуванню (кластеризації) підлягали досліджувані залежно від індивідуального співвідношення рівнів осмисленості життя і сенсожиттєвої кризи. Сукупність кластерів, одержаних таким способом, відповідає емпіричній типології сенсожиттєвих станів. При інтерпретації результатів до розрахунку приймалися середні по вибірці показники осмисленості життя (60,6 балів) і сенсожиттєвої кризи (29,7 балів), з якими співставлялися середньогрупові значення даних показників для різних кластерів (Табл. 3).

Таблиця 3

Кластерна типологія сенсожиттєвих станів особистості

Кластер: тип сенсожиттєвого стану	Середнє значення в кластерах і його порівняння з середнім значенням по вибірці	
	Осмисленість життя	Сенсожиттєва криза
Кластер I: благополучний стан	67,97 > середнього по вибірці $t = 19,18, p <$	22,07 <
Кластер II: конфліктний стан	63,17 > середнього по вибірці $t = 5,18, p <$	34,43 > середнього по вибірці $t = 8,68, p <$
Кластер III: кризовий стан	53,16 <	41,67 > середнього по вибірці $t = 33,67, p <$
Кластер IV: стагнативний стан	55,41 <	23,35 <

Основна проблема кластерних класифікацій і типологій полягає в довільності вибору числа класів і типів. Одним із способів оцінки якості і валідизації класифікацій і типологій, побудованих емпіричним шляхом, є дискримінантний аналіз. Він дозволяє визначити дискримінативність критеріїв класифікації окремо і в їх сукупності, а також розрахувати точність класифікації (у вигляді частки правильно класифікованих випадків). Результати валідизації кластерної типології сенсожиттєвих станів (Табл. 4) показують, що вона має необхідну розрізнявальну силу, прийнятну точність і в цілому є достовірною.

Таблиця 4

Результати дискримінантного аналізу

Параметри якості типології сенсожиттєвих станів	Статистичні показники дискримінантного аналізу
Розрізнявальна сила критерію «осмисленість життя»	F-виключення (3, 235) = 135,11, p < 0,0001
Розрізнявальна сила критерію «сенсожиттєва криза»	F-виключення (3, 235) = 356,75, p < 0,0001
Достовірність відмінностей типів за сукупністю критеріїв	λ -Вілка = 0,051, F (6,470) = 268,69, p < 0,0001
Точність апріорної типології в співставленні з апостеріорною типологією	97,5 % (234 з 240 спостережень)

Приступаючи до обговорення результатів кластерного аналізу, слід підкреслити, що вони різко суперечать сталим і поширеним уявленням про співвідношення осмисленості життя і сенсожиттєвої кризи. Традиційний погляд, який імпліцитно або експліцитно відтворюється в більшості тематичних досліджень, визначений трьома основними постулатами: 1) осмисленість життя і сенсожиттєва криза – протилежні полюси єдиного континууму переживань; 2) низька осмисленість життя рівнозначна наявності сенсожиттєвої кризи, а висока осмисленість – відсутності кризи, і навпаки; 3) осмисленість життя і сенсожиттєва криза – несумісні переживання: можна переживати або одне, або інше. З цієї точки зору, можливі тільки такі стани, в структурі яких низька осмисленість співіснує з сильним переживанням кризи або, навпаки, висока осмисленість констелює з невираженою, стертою кризовою симптоматикою.

Дійсно, згідно з результатами дослідження, ці теоретично передбачувані типи сенсожиттєвого стану переважають у вибірці досліджуваних. Поеднання високої осмисленості життя і слабкої сенсожиттєвої кризи визначено як «*благополучний стан*». Він зустрічається у 98 з 240 досліджуваних (40,8 % від обсягу вибірки). Протилежний до нього стан, який об'єднує низьку осмисленість і сильну кризу, названо «*кризовим станом*». Він властивий 74 досліджуваних з 240 (30,8 %). Висока частота даних станів досить очікувана з точки зору усталених в психології уявлень про реципрокне співвідношення переживаний осмисленості життя і сенсожиттєвої кризи. Разом з тим крім благополучного і кризового, у вибірці спостерігаються ще два типи сенсожиттєвого стану. Виходячи з традиційних поглядів, вони є неможливими

і парадоксальними, оскільки представляють собою «поєднання неподаного», але їх існування є емпірично підтвердженим і незаперечним фактом.

Насамперед йдеться про психічний стан, в якому слабке переживання осмисленості життя поєднується зі слабким переживанням сенсожиттєвої кризи. В досліджуваній вибірці воно спостерігалось у 42 з 240 досліджуваних, або в 17,6 %. Його можна було б позначити як «індіферентний стан», оскільки створюється враження, що досліджуваний зовсім байдужий до сенсожиттєвих задач, тобто проблема сенсу власного життя його нібито не цікавить і не стосується. Однак більш точним і доречним буде термін *«стагнативний стан»*, тому що сенсожиттєві задачі є об'єктивною даністю, а їх уникнення і ігнорування відгукнеться стагнацією (затримкою і застоєм) розвитку особистості як суб'єкта життя. Другий несподіваний і такий, що важко пояснюється, стан інтегрує високий рівень осмисленості життя з високим рівнем сенсожиттєвої кризи і зафіксовано у 26 досліджуваних, що складає 10,8 % випадків. Ця комбінація внутрішньо суперечливих переживань одержала назву *«конфліктний стан»*. На наш погляд, він відображає ситуацію розвитку особистості, яка успішно справилась з частиною сенсожиттєвих задач, але в розв'язанні інших потерпіла поразку.

Наші результати перекликаються з даними низки зарубіжних досліджень, виконаних на досить великих і різномірних (бразильській, американській і німецькій) вибірках [20–22; 24]. В сукупності ці результати *доводять можливість суміщеного переживання (констеляції) осмисленості життя і сенсожиттєвої кризи і заперечують усталені уявлення про ці переживання як різних полюсів єдиного біполярного континууму. В дійсності осмисленість життя і сенсожиттєва криза складає не один біполярний простір переживань, а два якісно специфічних і відносно незалежних уніполярних виміри сенсожиттєвого досвіду особистості* (Рис. 1).

На наступному етапі вивчалася залежність сенсожиттєвого стану особистості від прийняття-неприйняття і успіху-неуспіху розв'язання сенсожиттєвих задач. За допомогою χ^2 -критерію Пірсона (при записуванні відповідей у шкалі категорій) і Н-критерію Крускала-Уолліса (при записуванні відповідей у шкалі інтервалів) оцінювалися відмінності в розподілі відповідей досліджуваних, які знаходяться в різномірних станах, на запитання анкети про особисту необхідність і успішність пошуку, збереження і практичної реалізації сенсу в житті. Такий підхід до аналізу даних наближає до розуміння причин і джерел психічних станів особистості як суб'єкта життя, що особливо актуально

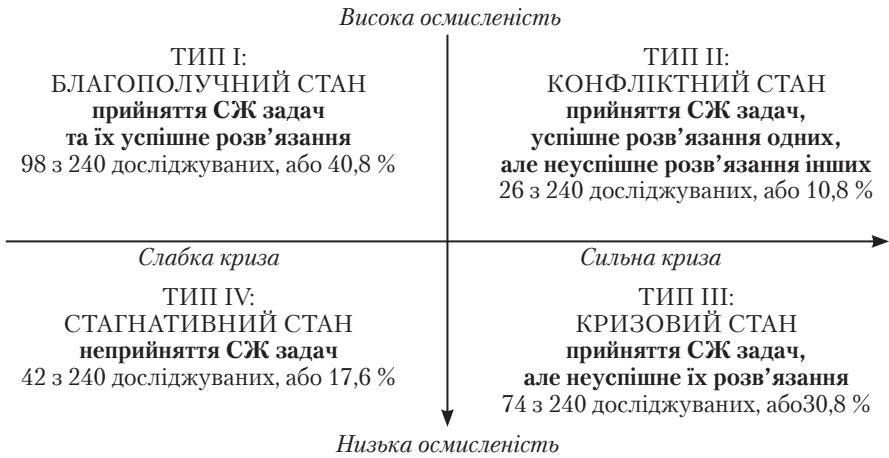


Рис. 1. Емпірична типологія сенсожиттєвих станів особистості

для таких маловивчених типів як конфліктний і стагнативний стан (Табл. 5).

Переважна більшість досліджуваних у кризовому стані визнає необхідність пошуку, збереження і реалізації сенсу у власному житті (на запитання про необхідність розв'язання цих задач у 93,2 % випадків вибрані різні категорії ствердних відповідей), але при цьому демонструють найнижчу успішність розв'язання цих задач (41,9 % – не знайшли сенсу, 25,7 % – не зберегли знайдений сенс, 6,8 % – не змогли здійснити знайдений і збережений сенс). *Кризовий стан, таким чином, визначається прийняттям сенсожиттєвих задач, але нездатністю і (або) неможливістю їх продуктивного розв'язання.*

У групі досліджуваних у стані сенсожиттєвого благополуччя спостерігається висока частота і ступінь прийняття сенсожиттєвих задач (94,8 %) і настільки ж висока успішність їх розв'язання. 58,2 % досліджуваних цієї групи розв'язали всі три задачі («знайшов, зберіг, здійснив»), 33,7 % – дві задачі («знайшов, зберіг»), 7,1 % – одну задачу («знайшов»), що є найвищим сумарним показником успішності серед усіх типів сенсожиттєвих станів. Це дозволяє констатувати, що *благополучний стан передбачається прийняттям сенсожиттєвих задач і успішністю їх розв'язання.*

Для досліджуваних у стані сенсожиттєвої стагнації характерне виражене неприйняття сенсожиттєвих задач. Необхідність пошуку, збереження і здійснення сенсу в житті заперечують («немає жодної необхідності», «мабуть, немає необхідності») 78,6 % досліджуваних даної

Таблиця 5

Відмінності в розподілі відповідей досліджуваних про особисту необхідність і успішність розв'язання сенсожиттєвих задач

Запитання	Варіанти відповіді	В загальній вибірці	В групах досліджуваних з різними типами сенсожиттєвого стану				Критерій оцінки відмінностей
			Криза	Конфлікт	Благополуччя	Стагнація	
Необхідність пошуку, збереження і здійснення сенсу життя	Немає жодної необхідності	7,9 %	2,7 %	0,0 %	2,1 %	35,7 %	c
	Можливо, немає необхідності	10,8 %	4,1 %	7,7 %	3,1 %	42,9 %	
	Скоріше необхідно, ніж ні	17,1 %	20,2 %	23,1 %	14,2 %	14,3 %	
	Можливо, необхідно	29,1 %	28,4 %	61,5 %	31,6 %	4,8 %	
	Зовсім необхідно	35 %	44,6 %	7,7 %	49 %	2,3 %	
Успішність пошуку, збереження і здійснення сенсу життя	Не шукав і не шукаю	3,72	4,08	3,69	4,22	1,95	H (3,240) 85,55***
	Шукаю, але ще не знайшов	19,2 %	24,3 %	2,5 %	0,0 %	66,7 %	
	Знайшов, але не зберіг	19,2 %	41,9 %	3,8 %	1,0 %	26,6 %	
	Знайшов і зберіг, але не здійснив	15,8 %	25,7 %	38,7 %	7,1 %	2,4 %	
	Знайшов, зберіг, Здійсною	21,7 %	6,8 %	53,9 %	33,7 %	3,1 %	
		24,1 %	1,3 %	1,1 %	58,2 %	1,2 %	
		3,12	2,19	3,50	4,49	1,36	H (3,240) 137,39***

групи. Аналіз відповідей на запитання про успішність розв'язання сенсожиттєвих задач показав, що в 66,7 % випадків вони не приступали до розв'язання навіть сенсопошукової задачі («не шукав і не шукаю»), а в 26,6 % – спроба пошуку сенсу життя не мала успіху («шукав, але не знайшов»). *Стагнатовний стан, ймовірно, породжується неприйняттям сенсожиттєвих задач і уникненням їх розв'язання.*

Нарешті, досліджувані в стані сенсожиттєвого конфлікту з більшим чи меншим ступенем впевненості визнають необхідність пошуку, збереження і здійснення сенсу в житті (92,3 %). Найбільш показова особливість цієї групи полягає в тому, що 38,7 % досліджуваних знайшли сенс свого життя, але не змогли зберегти, а 53,9 % – знайшли і зберегли сенс в житті, але їм не вдається його продуктивно здійснювати. Суперечливе поєднання переживань осмисленості життя і сенсожиттєвої кризи, властиве конфліктному стану, викликане *частковою успішністю* розв'язання сенсожиттєвих задач.

Далі на основі кластерного аналізу (метод k-середніх) будувалася емпірична типологія внутрішньої позиції особистості щодо сенсожиттєвих задач як об'єктивно існуючого класу задач розвитку (Табл. 6). Засадами для цієї типології слугували два параметри внутрішньої позиції – особиста необхідність і особиста успішність розв'язання сенсожиттєвих задач досліджуваним. Модель з чотирма апріорно заданими кластерами продемонструвала гарну диференціальну валідність за обома типологічними критеріями ($\eta^2 = 0,65 \sim 0,84$). Перший тип внутрішньої позиції особистості (66 досліджуваних, або 27,5 %) характеризується високою необхідністю і середньою успішністю; другий тип (62 досліджуваних, або 25,8 %) – високою необхідністю і низькою успішністю; третій тип (42 досліджуваних, або 17,5 %) – низькою необхідністю і низькою успішністю; четвертий тип (70 досліджуваних, або 29,2 %) – високою необхідністю і високою успішністю розв'язання сенсожиттєвих задач. Ці типи внутрішньої позиції особистості виявляють високу міру подібності з виокремленими в дослідженні Є. М. Осіна і колег різновидами імпліцитної концепції сенсу життя [14].

За допомогою процедури кростабуляції було проведено «накладання» типології сенсожиттєвих станів і типології внутрішньої позиції особистості. Інтегральним показником зв'язності двох типологій виступає коефіцієнт спряженості (contingency coefficient), розрахункове значення якого (0,74 при $p < 0,000$) свідчить про не випадковість співпадіння типу сенсожиттєвого стану з типом внутрішньої позиції, зайнятої особистістю щодо сенсожиттєвих задач.

Візуальна оцінка частот спряженості в табл. 7 дозволяє стверджувати, що *кризовий стан* з найбільшою ймовірністю виникає в умовах

Таблиця 6

**Кластерна типологія внутрішньої позиції
особистості щодо сенсожиттєвих задач**

Кластер: тип внутрішньої позиції щодо сенсожиттєвих задач	Середнє значення в кластерах і його порівняння з середньовибірковим значенням	
	Особиста необхідність розв'язання СЖ задач	Особиста успішність розв'язання СЖ задач
Кластер I: висока необхідність і середня успішність розв'язання СЖ задач	3,93 > середньовибіркового $t = 2,40, p = 0,02$	3,28
Кластер II: висока необхідність і низька успішність розв'язання СЖ задач	63,17 > середньовибіркового $t = 3,60, p <$	34,43 <
Кластер III: низька необхідність і низька успішність розв'язання СЖ задач	1,61 <	1,66 <
Кластер IV: висока необхідність і висока успішність розв'язання СЖ задач	4,56 > середньовибіркового $t = 10,08, p <$	4,75 > середньовибіркового $t = 32,66, p <$
Магнітуда відмінностей кластерів	$F (3,236) = 149,72, p <$	$F (3,236) = 436,20, p <$

високої суб'єктивної необхідності, але середньої і переважно низької продуктивності розв'язання сенсожиттєвих задач. *Благополучний стан* частіше за все походить із ситуації, де високу особистісну прийнятність і активну залученість в розв'язанні цих задач супроводжує середня і переважно висока успішність пошуку, збереження і практичної реалізації сенсу життя. *Стагнативному стану* найбільш піддатливі люди з двома типами внутрішньої позиції. Частіше за все цей стан розвивається внаслідок нігілістичної позиції – внутрішнього неприйняття, відторгнення сенсожиттєвих задач і ухилення від їх розв'язання щодо власного життя. У шеругу випадків стан стагнації виникає на тлі прийняття, але неуспішного розв'язання сенсожиттєвих задач. Досить ймовірно, що цей тип внутрішньої позиції має тенденцію трансформуватися в нігілізм, і тоді заперечення необхідності сенсожиттєвих задач виступає як захисна реакція особистості на невдалі спроби визначити, відстояти і здійснити сенс свого життя. *Конфліктний стан* з найбільшою

ймовірністю виявляється при високій суб'єктивній необхідності і неповній успішності (частковій неуспішності) розв'язання сенсожиттєвих задач. Як правило, цей стан властивий особистості, яка набула сенсу, але не втілила його з належною продуктивністю в реальному житті через наявність певних зовнішніх перешкод або внутрішніх бар'єрів. Всупереч наявності і збереженню сенсу (і закономірному відчуттю осмисленості життя), його нереалізованість на практиці нагнітає парадоксальне переживання сенсожиттєвої кризи. Цей різновид кризи кваліфікується як криза нереалізованості сенсу життя, а за умови, що ускладнення самореалізації особистості викликані функціонально неоптимальними або дисфункціональними властивостями самого сенсу життя, – як криза неоптимального сенсу життя [2]. Інтерпретація одержаних результатів приводить до загального висновку, що *люди, які перебувають в різних сенсожиттєвих станах, істотно відрізняються своєю внутрішньою позицією щодо сенсожиттєвих задач, а також успішністю їх розв'язання в індивідуальній життєдіяльності.*

Таблиця 7

**Спряженість типів сенсожиттєвого стану
з типами внутрішньої позиції особистості**

Типи сенсожиттєвих станів	Типи внутрішньої позиції особистості щодо сенсожиттєвих задач			
	Вис. необхідність і низ. успішність	Низ. необхідність і низ. успішність	Вис. необхідність і сер. успішність	Вис. необхідність і вис. успішність
Кризовий	46	2	13	1
Конфліктний	4	4	31	7
Стагнативний	11	34	2	3
Благополучний	1	2	20	59
Всього:	62	42	66	70

Таким чином, сенсожиттєві стани виступають психологічними критеріями (індикаторами) розв'язання сенсожиттєвих задач, за якими можна судити про *актуальний статус і досягнутий рівень розвитку особистості як суб'єкта життя.* Динаміка, спрямованість, стійкість та інші важливі параметри суб'єктно-особистісного розвитку істотно визначаються суб'єктивним прийняттям і продуктивністю розв'язання задач пошуку, збереження і практичної реалізації сенсу життя. *Нерозв'язання*

сенсожиттєвих задач, пов'язане з їх неприйняттям і уникненням, приводить до гальмування і стагнації особистісного розвитку, наслідком чого є *безсуб'єктність*. *Неуспішне розв'язання* цих задач провокує зриви і кризи в розвитку особистості, які виявляються в *десуб'єктизації* – тимчасовому оборотному зниженні суб'єктності. При цьому конфліктний стан маніфестує часткове обмеження, а кризовий стан – практично повну втрату особистісної здатності бути суб'єктом життя. *Успішне розв'язання* сенсожиттєвих задач стимулює і прискорює суб'єктогенез – сприяє набуттю нових властивостей, які підсилюють суб'єктність як загальну здатність особистості до оволодіння, управління і перетворення власного життя.

Висновки. Результати проведеного теоретико-емпіричного дослідження можна узагальнити наступними висновками:

1. Розвиток і функціонування особистості як суб'єкта життя являє собою процес розв'язання сенсожиттєвих задач, які складають особливий клас задач особистісного розвитку людини у вікові періоди юності, зрілості і старості.

2. У системі саморегуляції, яка властива особистості як суб'єкту життя, переживання осмисленості життя і сенсожиттєвої кризи виконують функцію позитивного і негативного зворотного зв'язку, яка оцінює продуктивність розв'язання сенсожиттєвих задач. Стійкі поєднання переживань осмисленості життя і сенсожиттєвої кризи формує основні типи сенсожиттєвого стану особистості: благополучний, кризовий, конфліктний і стагнативний. Домінуючий (перманентний) сенсожиттєвий стан сигналізує про досягнутий рівень розвитку і поточний функціональний статус особистості в якості суб'єкта життя (суб'єктності, тимчасової десуб'єктизації або безсуб'єктності).

3. Істотним чинником виникнення і підтримки типового для особистості сенсожиттєвого стану є її внутрішня позиція щодо сенсожиттєвих задач і продуктивності їх розв'язання в контексті індивідуальної життєдіяльності.

Перспективи подальшого дослідження. На завершення необхідно зазначити, що виконане емпіричне дослідження носило лонгітюдний характер і включало два заміри сенсожиттєвих станів досліджуваних в 9-місячному інтервалі. В цій статті проаналізовано матеріали, одержані виключно при первинному обстеженні вибірки. Співставлення наведених результатів з даними вторинного заміру дозволить в подальшому простежити динаміку сенсожиттєвих станів особистості, зокрема, визначити їх типові зрушення і взаємопереходи. Враховуючи, що сенсожиттєві переживання і стани в системі саморегуляції здійснюють функцію сигналів зворотного зв'язку, вивчення їх довгострокової

динаміки допоможе виявити закономірності розвитку особистості як суб'єкта життя в процесі виявлення, прийняття і розв'язання сенсжиттєвих задач.

Список використаних джерел

1. Болотова А. В. Русскоязычная адаптация опросника источников смысла життя / А. В. Болотова, Д. А. Леонтьев // 6-я Всерос. науч. – практ. конф. по экзистенциальной психологии, 4–6 мая 2016 г.: материалы сообщений. – М.: Смысл, 2016. – С. 77–82.
2. Карпинский К. В. Неоптимальный смысл: психологические тупики жизненного пути личности / К. В. Карпинский. – Гродно: ГрГУ, 2016. – 539 с.
3. Карпинский К. В. Опросник смысложизненного кризиса / К. В. Карпинский. – Гродно: ГрГУ, 2008. – 126 с.
4. Карпинский К. В. Смысложизненный кризис в развитии личности: Анализ концепций отечественной и зарубежной психологии / К. В. Карпинский. – Гродно: ГрГУ, 2015. – 319 с.
5. Карпинский К. В. Человек как субъект жизни / К. В. Карпинский. – Гродно: ГрГУ, 2002. – 289 с.
6. Карпинский К. В. Психология жизненного пути личности / К. В. Карпинский. – Гродно: ГрГУ, 2002. – 170 с.
7. Карпинский К. В. Смысложизненный кризис личности: феноменология, механизмы, закономерности: дисс. ... докт. психол. н.: 19.00.01 / К. В. Карпинский. – М.: ПИ РАО, 2017. – 562 с.
8. Клементьева М. В. Биографическая рефлексия в контексте психологического анализа / М. В. Клементьева. – Тула: ТулГУ, 2013. – 156 с.
9. Конопкин О. А. Участие эмоций в осознанной регуляции целенаправленной активности человека / О. А. Конопкин // Вопросы психологии. – 2006. – № 3. – С. 38–49.
10. Куликов Л. В. Психология настроения / Л. В. Куликов. – СПб.: Изд-во СПбГУ, 1997. – 228 с.
11. Леонтьев Д. А. Саморегуляция, ресурсы и личностный потенциал / Д. А. Леонтьев // Сибирский психологический журнал. – 2016. – № 62. – С. 18–38.
12. Леонтьев Д. А. Специфика осмысленности жизни у различных групп кризисных пациентов / Д. А. Леонтьев, О. А. Тараненко, О. Э. Калашникова // Мир психологии. – 2017. – № 3. – С. 190–201.
13. Логинова Н. А. Психобиографический метод исследования и коррекции личности / Н. А. Логинова. – Алматы: Казак университет, 2001. – 172 с.
14. Осин Е. Н. ИмPLICITНЫЕ концепции смысла жизни и осмысленной жизни / Е. Н. Осин, С. С. Кузнецова, А. В. Малютина // Психология смысла жизни: методологические, теоретические и прикладные проблемы / [под ред. В. Э. Чудновского, К. В. Карпинского]. – Гродно: ГрГУ, 2014. – С. 118–138.
15. Прохоров А. О. Смысловая регуляция психических состояний / А. О. Прохоров. – М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2009. – 352 с.
16. Салихова Н. Р. Психические состояния как механизм обратной связи в регуляции жизнедеятельности субъекта / Н. Р. Салихова // Психология психических

состояний: актуальные теоретические и прикладные проблемы: в 2 ч. – Казань: Изд-во «Отечество», 2013. – Ч. 1. – С. 121–127.

17. Салихова Н. Р. Ценностно-смысловая организация жизненного пространства личности / Н. Р. Салихова. – Казань: Казан. ун-т, 2010. – 452 с.

18. Серый А. В. Система личностных смыслов: структура, функции, динамика / А. В. Серый. – Кемерово: Кузбассвузиздат, 2004. – 272 с.

19. Carver C. S. On the self-regulation of behavior / C. S. Carver, M. F. Scheier. – New York: Cambridge University Press, 1998. – 439 p.

20. Damasio B. F. Complex Experiences of Meaning in Life: Individual Differences Among Sociodemographic Variables, Sources of Meaning and Psychological Functioning / B. F. Damasio, S. H. Koller // Social Indicators Research. – 2015. – Vol. 123 (1). – P. 161–181.

21. Debats D. L. Experiences of meaning in life: A combined qualitative and quantitative approach / D. L. Debats, J. Drost, P. Hansen // British Journal of Psychology. – 1995. – Vol. 86. – P. 359–375.

22. DeZutter J. Meaning in life in emerging adulthood: A person-oriented approach / J. DeZutter, S. Schwartz, A. Waterman, A. Kim // Journal of Personality. – 2014. – Vol. 82 (1). – P. 57–68.

23. Lazarus R. S. Emotion and Adaptation / R. S. Lazarus. – New York: Oxford University Press, 1991. – 576 p.

24. Schnell T. Existential Indifference: Another Quality of Meaning in Life / T. Schnell // Journal of Humanistic Psychology. – 2010. – Vol. 50 (3). – P. 351–373.

References transliterated

1. Bolotova A. V. Russkojazychnaja adaptacija oprosnika istochnikov smysla zhizni / A. V. Bolotova, D. A. Leont'ev // 6-ja Vseross. nauch. – prakt. konf. po jekzistencial'noj psihologii, 4–6 maja 2016 g.: materialy soobshhenij. – M.: Smysl, 2016. – S. 77–82.

2. Karpinskij K. V. Neoptimal'nyj smysl: psihologicheskie tupiki zhiznennogo puti lichnosti / K. V. Karpinskij. – Grodno: GrGU, 2016. – 539 s.

3. Karpinskij K. V. Oprosnik smyslozhiznennogo krizisa / K. V. Karpinskij. – Grodno: GrGU, 2008. – 126 s.

4. Karpinskij K. V. Smyslozhiznennyj krizis v razvitii lichnosti: Analiz koncepcij otechestvennoj i zarubezhnoj psihologii / K. V. Karpinskij. – Grodno: GrGU, 2015. – 319 s.

5. Karpinskij K. V. Chelovek kak subjekt zhizni / K. V. Karpinskij. – Grodno: GrGU, 2002. – 289 s.

6. Karpinskij K. V. Psihologija zhiznennogo puti lichnosti / K. V. Karpinskij. – Grodno: GrGU, 2002. – 170 s.

7. Karpinskij K. V. Smyslozhiznennyj krizis lichnosti: fenomenologija, mehanizmy, zakonomernosti: diss. ... dokt. psihol. n.: 19.00.01 / K. V. Karpinskij. – M.: PI RAO, 2017. – 562 s.

8. Klement'eva M. V. Biograficheskaja refleksija v kontekste psihologicheskogo analiza / M. V. Klement'eva. – Tula: TulGU, 2013. – 156 s.

9. Konopkin O. A. Uchastie jemocij v osoznannoj reguljaccii celenapravlennoj aktivnosti cheloveka / O. A. Konopkin // Voprosy psihologii. – 2006. – № 3. – S. 38–49.

10. Kulikov L. V. Psihologija nastroenija / L. V. Kulikov. – SPb.: Izd-vo SPbGU, 1997. – 228 s.
11. Leont'ev D. A. Samoreguljacija, resursy i lichnostnyj potencial / D. A. Leont'ev // Sibirskij psihologicheskij zhurnal. – 2016. – № 62. – S. 18–38.
12. Leont'ev D. A. Specifika osmyslennosti zhizni u razlichnyh grupp krizisnyh pacientov / D. A. Leont'ev, O. A. Taranenko, O. Je. Kalashnikova // Mir psihologii. – 2017. – № 3. – S. 190–201.
13. Loginova N. A. Psihobiograficheskij metod issledovanija i korrekcii lichnosti / N. A. Loginova. – Almaty: Kazak universitet, 2001. – 172 s.
14. Osin E. N. Implicitnye koncepcii smysla zhizni i osmyslennoj zhizni / E. N. Osin, S. S. Kuznecova, A. V. Maljutina // Psihologija smysla zhizni: metodologicheskie, teoreticheskie i prikladnye problemy / [pod red. V. Je. Chudnovskogo, K. V. Karpinskogo]. – Grodno: GrGU, 2014. – S. 118–138.
15. Prohorov A. O. Smyslovaja reguljacija psihicheskikh sostojanij / A. O. Prohorov. – M.: Izd-vo «Institut psihologii RAN», 2009. – 352 s.
16. Salihova N. R. Psihicheskije sostojanija kak mehanizm obratnoj svjazi v reguljaciji zhiznedejatel'nosti sub#ekta / N. R. Salihova // Psihologija psihicheskikh sostojanij: aktual'nye teoreticheskie i prikladnye problemy: v 2 ch. – Kazan': Izd-vo «Otechestvo», 2013. – Ch. 1. – S. 121–127.
17. Salihova N. R. Cennostno-smyslovaja organizacija zhiznennogo prostranstva lichnosti / N. R. Salihova. – Kazan': Kazan. un-t, 2010. – 452 s.
18. Seryj A. V. Sistema lichnostnyh smyslov: struktura, funkcii, dinamika / A. V. Seryj. – Kemerovo: Kuzbassvuzizdat, 2004. – 272 s.
19. Carver C. S. On the self-regulation of behavior / C. S. Carver, M. F. Scheier. – New York: Cambridge University Press, 1998. – 439 p.
20. Damasio B. F. Complex Experiences of Meaning in Life: Individual Differences Among Sociodemographic Variables, Sources of Meaning and Psychological Functioning / B. F. Damasio, S. H. Koller // Social Indicators Research. – 2015. – Vol. 123 (1). – P. 161–181.
21. Debats D. L. Experiences of meaning in life: A combined qualitative and quantitative approach / D. L. Debats, J. Drost, P. Hansen // British Journal of Psychology. – 1995. – Vol. 86. – P. 359–375.
22. Dezutter J. Meaning in life in emerging adulthood: A person-oriented approach / J. Dezutter, S. Schwartz, A. Waterman, A. Kim // Journal of Personality. – 2014. – Vol. 82 (1). – P. 57–68.
23. Lazarus R. S. Emotion and Adaptation / R. S. Lazarus. – New York: Oxford University Press, 1991. – 576 p.
24. Schnell T. Existential Indifference: Another Quality of Meaning in Life / T. Schnell // Journal of Humanistic Psychology. – 2010. – Vol. 50 (3). – P. 351–373.

Abstract

Karpinski K. V.,

Doctor of Psychological Science, Professor,
Head of Experimental and
Applied Psychology Department,
Yanka Kupala State University of Grodno,
Belarus
E-mail: karpkosta@tut.by

MEANING OF LIFE STATES: THEORETICAL CONSIDERATIONS AND EMPIRICAL TYPOLOGY

The article presents the results of theoretical and empirical research devoted to the psychological regularities of the formation of the individual as a subject of life in the process of solving meaning of life tasks. This class of tasks of personal development includes the search, preservation and practical implementation of the individual meaning of life. Psychological indicators of the process and the results of solving life meaning tasks are subjective experiences of meaningfulness of life and crisis of meaning. In order to denote the integral form of feedback functioning in the system of self-regulation of the individual as a subject of life, the concept of «meaning of life state» is proposed and theoretically substantiated. Meaning of life states are understood as a specific category of permanent mental states that reflect the status of the subject-object relationship of the individual with his own life. Contrary to the common in psychological science notions of incompatibility and mutual exclusiveness of experiences of meaningfulness of life and meaning of life crisis, the hypothesis that the meaning of life is a specific form of conjugation and integration of these subjective experiences is theoretically argued. On the empirical material it is shown that there are typical combinations of these experiences, which form stable meaning-life states of the person: prosperous, crisis, conflict and stagnant. It is established that the dominant type of the meaning of life state of a person depends on its internal position in relation to the meaning of life tasks, expressed by their acceptance or non-acceptance, as well as on the productivity of their solution in everyday life. As a promising line of development of the present study longitudinal strategy, designed to reveal the psychological mechanisms and regularities of their mutual transitions and transformations, which are conditioned by the dynamics of solving meaning of life tasks.

Key words: *personality, subject of life, meaning of life, meaning of life tasks, meaning of life, meaning of life crisis, meaning of life states.*

Отримано – 20 січня 2019

Рецензовано – 1 лютого 2019

Прийнято – 5 лютого 2019

Received – January 20, 2019

Revision – February 1, 2019

Accepted – February 5, 2019