

12. Юрьева Л. Н. Кризисные состояния [Электронный ресурс] / Л. Н. Юрьева. – Днепропетровск: Арт – Пресс, 1998. – 162 с. -
Режим доступа к кн.:
http://www.krotov.info/libr_min/yu/yuryeva/yur_06.html

The phenomenon of spirituality is examined in the article, namely transformations of the emotional states, religious life of man, as a result of policy of the totalitarian mode in relation to the Ukrainian people in 30th of XX age. The cultural, psychological aspects of noted problematiki are analysed.

Key words: spiritual stupor, crisis situation, religion, consciousness, alarm.

Отримано 23.03.2009

УДК 159.923.2

Л.П. Мельник

ОСОБЛИВОСТІ СЕНСУ ЖИТТЯ В ЮНАЦЬКОМУ ТА СЕРЕДНЬОМУ ВІЦІ

У статті аналізується поняття сенсу життя людини, визначаються особливості сенсу життя в юнацькому та середньому віці.

Ключові слова: сенс життя, юнаки, особи середнього віку.

В статье анализируется понятие смысла жизни человека, определяются особенности смысла жизни в юношеском и среднем возрасте.

Ключевые слова: смысл жизни, юноши, лица среднего возраста.

У період соціокультурних змін в країні загострюється проблема глибинного переживання пошуку або втрати сенсу життя людиною.

В останнє десятиліття вчені зі зростаючою активністю досліджують різні аспекти проблеми сенсу життя (Б. З. Братусь,

В. Т. Ганжін, Д. А. Леонтєв, Н. Л. Карпова, А. У. Суворов, В. Е. Чудновський та ін.), з одного боку, і проблеми досягнення людиною вершини в своєму розвитку як індивіда, як особистості і як суб'єкта діяльності (К. А. Абульханова, О. З. Анісімов, А. А. Бодальов, А. А. Деркач, В. Р. Зазикін, Е. А. Клімов, Н. У. Кузьміна, Л. Р. Лаптев, І. Н. Семенов, В. І. Страхов та ін.) – з іншого. Об'єднання зусилля вчених цих двох напрямів, дозволяє встановити і описати взаємозалежності, що пов'язують один з одним сенс життя, який, будучи усвідомленим людиною, знаходить віддзеркалення в її вчинках і діях, і особливостях тієї вершини, на яку в своєму розвитку підіймається або не підіймається людина, керуючись цим сенсом.

Під *сенсом життя* в психології розуміється відображена в свідомості і переживаннях людини суб'єктивно значима для неї певна цінність, що перетворилася на головний регулятор її поведінки і стала її власною, найбільшою цінністю. В. Є. Чудновський зазначає, що сенс життя – *особливе особистісне утворення, що має свою специфіку виникнення, свої етапи становлення, яке, маючи відносну стійкість і емансипованність від породжуючих його умов, може істотно впливати на життя людини, її долю.*

Людина швидше переживає сенс життя, а не дає йому інтелектуальну оцінку. Сенс – це щось приховане за зовнішнім, внутрішнє; або щось таке, що приносить практичну користь від якої-небудь діяльності. Поняття сенсу дуже близьке до поняття мети. Сенс можна розглядати і як мету, і як практичну користь або вигоду. В цьому випадку він пізнається тільки тоді, коли ми його втрачаємо.

Втрата сенсу це екзистенційна криза (екзистенційний вакуум), за В. Франклом «внутрішня пустота», «переживання прірви». Відтворюючи сенс, людина реалізує сама себе. Пошук сенсу життя є актуальним для людини на будь-якому етапі вікового розвитку. Особливого значення він набуває в період «подвійної кризи» – вікової та соціальної.

Дослідження особливості життєвого сенсу саме в людей юнацького та середнього віку є актуальним, оскільки, молоді люди стають перед професійним, моральним та іншими виборами. Вони прагнуть до пошуку життєвого сенсу. В цьому віці сенс кристалізується, молодь визначається у своїх прагненнях. Старші люди переосмислюють життєві плани, співставляють їх з реальністю, коригують особистісні риси, відбувається переоцінка цінностей. Якщо в людей середнього віку життєві сенси переважно

реалізувались, то вони починають формувати нові глобальні сенси. І в одному і в другому віковому періоді, в переважній своїй більшості, людина постає перед формуванням нових сенсів. Тому для нас є цікавими особливості їхніх життєвих цінностей, цілей, установок, адже від того якою буде переважна більшість сенсів, і залежить вибір певних сфер життя на, які буде спрямовуватися більша частина осіб юнацького і середнього віку.

Щодо теоретичного огляду питання пошуку сенсу життя в юнацькому віці можна зазначити, що у даний період відбувається рефлексія власного життєвого шляху, з'являється потреба реалізувати себе, тобто стати людиною, яка зробила саму себе.

Нереалізована потреба пошуку сенсу життя проявляється у станах напруги і може призвести до виражених нервових розладів. В. Франкл у своїх дослідженнях показав, що відсутність сенсу життя породжує вже в юності стан «ноогенного неврозу» – відчуття пустоти, що призводить до виникнення думок про самогубство або до самого самогубства (аутоагресія).

А. Маслоу, вважає, що задоволення вищих потреб, їх виникнення пов'язане із задоволенням нижчих та є можливим лише за цієї умови. В. Франкл дотримується іншої точки зору. Потреба в самоактуалізації, яка виражається у формі пошуків людиною сенсу життя, виступає на перший план, незважаючи на те, чи задоволені «нижчі» потреби. Потяг до пошуку та реалізації людиною сенсу життя дослідник розглядає як природжену потребу, притаманну всім людям, як основна рушійна сила поведінки та розвитку особистості. В. Франкл узагальнив основні шляхи, з допомогою яких людина може зробити своє життя осмисленим: по-перше, це те, що людина дає світу (творчість та її результати); по-друге, це те, що людина бере від світу (переживання цінностей); по-третє, позиції, які людина обирає відносно того, що вона не в змозі змінити, а може лише оцінити.

Відповідно до цього видокремлюють 3 групи смисложиттєвих цінностей: цінності творчості, цінності переживання та цінності відношення. Сутність цінностей творчості становить праця, яка є внеском у суспільство, а не просто виконання певних функцій. Тобто не від нашої професії, а від нас самих залежить, чи самореалізуємося ми на роботі.

Серед цінностей переживання В. Франкл особливо виділяє кохання, яке, на його думку, не осліплює, а навпаки, робить людину зрячою. Кохання дозволяє побачити те, що є лише можливістю. Третя група цінностей стосується ставлення людини до свого життя. Те, як вона сприймає тягар долі, мужність, яку виявляє у

страждань та випробуваннях. Отже, людина завжди в змозі віднайти сенс свого буття за будь-яких обставин.

Смисл життя, як найбільш узагальнений регулятор життя людини, може існувати у двох формах: як свідоме уявлення людини щодо головних цілей та цінностей її існування і як реальна спрямованість її життя на реалізацію певних цілей та цінностей. Смисл життя так чи інакше притаманний людині зовсім не обов'язково як розгорнута «філософія життя», а здебільшого як віра у певні цінності, що утворюють стрижень особистості і не дозволяють життю людини розпастися на непов'язані між собою етапи існування. Хоча сенс життя і осмислює людські справи і може надихати людину на істинно великі справи, але, навпаки, жодна справа не може осмислити сама по собі людського життя.

Питання про смисл життя зароджується спочатку у вигляді неясної мрії, а потім виростає в уявлення про певну життєву перспективу, майбутнє самовизначення, життєвий ідеал тощо. Смесложиттєві роздуми в юнацькому віці спрямовані у майбутнє, на пізнання свого життєвого призначення, а відповідь на це питання звичайно розгортається у системі конкретних життєвих планів, які старшокласник має намір реалізувати. У цьому віці питання про смисл життя (для чого?) не відділяється від уявлень про життєві цілі (що робити?).

Життєва позиція невід'ємна від світогляду особи. Світогляд – це погляд на світ в цілому, система уявлень про загальні принципи і основи буття, життєва філософія людини, підсумок всіх його знань. Когнітивними (пізнавальними) передумовами формування світогляду є засвоєння визначеної й вельми значної суми знань (не може бути наукового світогляду без оволодіння наукою), а також здібність індивіда до абстрактного теоретичного мислення, без чого розрізнені спеціальні знання не складаються в єдину систему.

Але світогляд не просто логічна система знань, а система переконань, що виражають ставлення людини до світу, його головні ціннісні орієнтації. З когнітивної точки зору світогляд характеризується тим, наскільки правильно і глибоко він відображає об'єктивний світ; він може бути істинним або помилковим, науковим або релігійним, матеріалістичним або ідеалістичним. З аксіологічної (ціннісної) точки зору світогляд характеризується тим, в якому напрямі він орієнтує людську діяльність; він може бути прогресивним або реакційним, оптимістичним або песимістичним, активно-творчим або пасивно-споглядальним.

Юність особливо важлива для становлення світогляду, тому

що саме в цей час дозрівають і його когнітивні, і його особові передумови. Юнацький вік характеризується, не просто збільшенням об'єму знань, але й величезним розширенням розумового кругозору молодих людей, появою у них теоретичних інтересів і потреби звести різноманіття конкретних фактів до не багатьох загальних регулятивних принципів. Зрозуміло, конкретний рівень знань, теоретичних здібностей, широта інтересів у юнаків вельми неоднакові, але якісь зрушення в цьому напрямі спостерігаються у всіх, даючи могутній поштовх юнацькому «філософствуванню». Не менш істотною є особистісний бік справи. Як справедливо відмітив К. Обуховський, потреба в сенсі життя в тому, щоб усвідомлювати своє життя не як серію випадкових, розрізнених подій, а як цілісний процес, що має певний напрям, спадкоємність і сенс, – одна з найважливіших орієнтованих потреб особистості. У юності, коли людина вперше стає перед свідомим вибором життєвого шляху, ця потреба усвідомлюється особливо гостро.

Юнацьке ставлення до світу має переважно яскраво виражене особистісне забарвлення. Явища дійсності цікавлять юнака не самі по собі, а у зв'язку з його власним ставленням до них. Світоглядний пошук включає соціальну орієнтацію особи, усвідомлення себе як частинка, елементу соціальної спільності (класу, прошарку, соціальної групи) і вибір свого майбутнього соціального положення і способів його досягнення.

Питання про сенс життя ставиться в ранній юності глобально, і на нього чекають універсальної, придатної для всіх, відповіді.

Труднощі юнацької рефлексії про сенс життя в правильному поєднанні того, що А. С. Макаренко називав ближньою і дальньою перспективою. Розширення тимчасової перспективи в глибину (охоплення тривалих відрізків часу) і в ширину (включення свого особистого майбутнього в коло соціальних змін, що торкаються суспільства в цілому) – необхідна психологічна передумова постановки світоглядних проблем. Діти і підлітки, описуючи майбутнє, говорять переважно про свої особисті перспективи, тоді як юнаки висувають на перший план соціальні, загальні проблеми. З віком збільшується уміння розмежовувати можливе і бажане. Здатність відстрочити безпосереднє задоволення, трудитися заради майбутнього, не чекаючи негайної винагороди, – один з головних показників морально-психологічної зрілості людини.

Основна проблема середніх років життя – вибір між продуктивністю та інертністю. Продуктивність з'являється разом із заклопотаністю людини не лише благоустроєм наступного

покоління, але також і станом суспільства, в якому буде жити і працювати це наступне покоління. Кожний дорослий, за твердженням Е. Еріксона, повинен або прийняти або відкинути думку про свою відповідальність за відновлення та покращення всього, що могло б сприяти збереженню та вдосконаленню нашої культури. Це твердження Е. Еріксона базується на його переконаності в тому, що еволюційний розвиток «зробило людину в рівному ступені твариною, що навчає та навчається». Таким чином продуктивність виступає як турбота більш старшого покоління про тих, хто прийде їм на зміну – про те, як допомогти їм влаштуватися в житті та вибрати вірний напрямок. Гарним прикладом у даному випадку є відчуття самореалізації у людини, пов'язане з досягненнями його потомків. Творчі та виробничі елементи продуктивності персоніфіковані у всьому, що передається від покоління до покоління (наприклад, технічні вироби, ідеї та витвори мистецтва). Отже, основною темою психосоціального розвитку особистості у другій фазі зрілості є турбота про майбутнє благополуччя людства.

Якщо у дорослих людей здатність до продуктивної діяльності настільки виражена, що переважає над інертністю, то проявляється позитивна риса даної стадії – турбота. Турбота виходить із відчуття, що хтось чи щось має значення; турбота – це психологічна протилежність байдужості та апатії. За Еріксоном, вона являє собою «розширення взятих на себе зобов'язань турбуватися про людей, про результати та ідеї, до яких людина проявляє цікавість». Будучи основною перевагою зрілості, турбота представляє собою не лише почуття обов'язку, але й природне бажання внести свій вклад в життя майбутніх поколінь.

Ті дорослі люди, кому не вдається стати продуктивним, поступово переходять у стан поглинання у себе, при якому основним предметом турботи стають особисті потреби та зручності. Ці люди не піклуються ні про кого і ні про що, вони лише потакають своїм бажанням. Із втратою продуктивності припиняється функціонування особистості як діяльного члена суспільства – життя перетворюється у задоволення особистих потреб, збіднюються міжособистісні стосунки.

Здійснений аналіз літературних джерел дав змогу виділити найсуттєвіші особливості життєвого сенсу в осіб юнацького та середнього віку. А саме, потреба в сенсі життя в молодих людей усвідомлюється особливо гостро, юнацьке ставлення до світу має переважно яскраво виражене особистісне забарвлення. Юнаки і дівчата прагнуть приносити людям користь, жити активним суспільним життям. В юності світоглядні питання вирішуються найбільш категорично. Питання про сенс життя ставиться в юності

глобально, і на нього чекають універсальної відповіді.

В середніх роках чоловіки і жінки стоять перед вибором, за Еріксоном вони вибирають своїм життєвим сенсом, або заклопотаність благоустроєм своїх дітей і внуків, яка проявляється в турботі про них, або поглиненість собою, і основним предметом турботи стають особисті зручності і потреби. Це явище називається «кризою середнього віку», яка проявляється в безнадії в почутті беззмістовності життя.

Для всебічного вивчення проблеми пошуку сенсу життя, крім теоретичних досліджень необхідні також і експериментальні дослідження, які направлені на виявлення особливостей становлення, впливу на долю і прояву сенсу життя людини в сучасному суспільстві.

У нашому дослідженні брали участь 40 осіб юнацького віку, 40 осіб середнього віку. Обстеження проводилось з метою з'ясувати особливості становлення та динаміки життєвого сенсу, а також з метою знаходження відмінностей між розумінням свого сенсу життя різними віковими групами.

В ході дослідження ми дослідили психологічні особливості сенсу життя у жінок і чоловіків юнацького віку та середнього.

Узагальнення порівняльних даних експериментального дослідження дало змогу виявити такі основні суттєві відмінності, між життєвими сенсами обстежуваних нами різновікових і статевих груп.

Можна виокремити декілька значних відмінностей в розумінні сенсу між особами юнацького та середнього віку: особи юнацького віку більше усвідомлюють різницю між загальним і власним сенсом, на відміну від старших людей; сенсом життя великої кількості молодих людей являється навчання, друзі, спілкування з протилежною статтю, а в людей середнього віку такі сенси взагалі не зустрічаються, переважаючими є сім'я, робота, матеріальне забезпечення.

Також доцільно виділити дані відмінності в представників чоловічої та жіночої статі, а саме: 1) в представників чоловічої статі на становлення сенсу, більше впливає особистий життєвий досвід, а на представниць жіночої статі впливають думки, з цього приводу батьків, що свідчить про схильність чоловіків до самостійності та незалежності, а жінок до певної залежності, покірності, поваги до старших та більшої поваги до традицій; 2) чоловіків більше цікавлять проблеми пов'язані з матеріальним благополуччям, також більшість чоловіків на відміну від жінок сенс життя вбачають в певній діяльності, роботі; 3) в чоловіків інтернальний рівень контролю загалом вищий, ніж у жінок, це пов'язано з тим, що чоловіки більше відчують свою відповідальність за життєві події,

краще відчують свою силу, більше поважають себе.

Основними відмінностями між сенсами дівчат і жінок є те, що в дівчат погляди на життя є більш оптимістичними, ніж у жінок; дівчата не вважають себе відповідальними за події, які відбуваються в їхньому сімейному житті, вважають причиною значимих ситуацій, які виникають в сім'ї не себе, а своїх партнерів. Жінки ж навпаки вважають відповідальними за ці події себе; дівчата схильні приписувати більш важливе значення зовнішнім обставинам – керівництву, товаришам по роботі, удачі – невдачі. Жінки вважають свої дії важливим фактором організації власної виробничої діяльності, які складаються у відносинах в колективі, у своєму пересуванні по службовій драбині; депресивні прояви в жінок є значно серйозніші і глибші, ніж в дівчат, оскільки в молодих жінок вони пов'язані з невизначеністю у житті, а в старших жінок з життєвими драмами.

Основними відмінностями між життєвими сенсами хлопців та чоловіків являється те, що: для чоловіків групові сенси мають значно більше значення ніж для хлопців; життя хлопців є більш динамічним, багатим на події, ніж в чоловіків. Про це свідчать суттєві зміни в розумінні сенсу, які в них відбулися за останні роки, набагато менша кількість чоловіків вказують на аналогічні зміни.

Отже, результати дослідження дають підстави вважати, що відмінності в структурі сенсу життя обумовленні статтю та віком.

Список основної використаних джерел

1. Асмолов А. Г., Братусь Б. С., Братченко С. Л., Бреслав Г. М., Василюк Ф. Е. Психология с человеческим лицом: гуманистическая перспектива в постсоветской психологии / Д.А. Леонтьев (ред.), В.Г. Щур (ред.). – М.: Смысл, 1997. – 336с.
2. Маслоу А. Мотивация и личность. - Спб.: Евруния, 2001. - 472 с.
3. Франкл В. Человек в поисках смысла. –М.: Прогрес, 1990. - 368 с.
4. Хьел Л., Зиглер Д. Теории личности. - Спб.: Питер-Пресс, 1997. – 608 с.
5. Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис. – М.: Изд. Группа “Прогрес”, 1996. – 344 с.

The concept of sense of life of man is analysed in the article, the feature of sense of life is determined in youth and middle age.

Keywords: sense of life, youth, face of middle age.

Отримано 02.04.2009