# СМЫСЛ ЖИЗНИ

Автор: словарь
07.09.2009 18:21 -

Смысл жизни — более или менее осознанное переживание интенциональной направленности и результативности собственной жизни, критерий ее субъективного оценивания и источник удовлетворенности или неудовлетворенности жизнью. С. ж. является одной из традиционных проблем философии, теологии, художественной литературы и эссеистики, в которых он анализируется преимущественно с содержательной стороны: в чем состоит С. ж., какой С. ж. можно считать истинным, добрым, достойным. В современной социологии рассматриваются эмпирические вариации вербально формулируемых С. ж. у разных индивидов, в разных культурах и социальных группах, их связь с макросоциальными переменными. В психологии С. ж. изучается преимущественно под углом зрения того, как и под влиянием каких факторов происходит формирование С. ж. в индивидуальном развитии, и как сформировавшийся С. ж. или его отсутствие влияет на жизнедеятельность и сознание личности. Две психологические традиции в изучении С. ж. берут начало из работ К.Г. Юнга, который сформулировал понимание С. ж. как рефлексивной жизненной задачи, на которую человек должен найти ответ, но которая встает не перед каждым, и А. Адлера, который построил первую развернутую психологическую теорию С. ж., исходящую из понимания С. ж. как психологической структуры, характеризующей объективную направленность жизни, которая складывается у каждого человека к 3—5 годам без участия сознания и задает общую направленность дальнейшей жизни человека, его жизненные цели и жизненный стиль. Эти две традиции сошлись в теории личности В. Франкла, в которой понятие С. ж. занимает центральное место и рассматривается как врожденная мотивационная тенденция, присущая всем людям и являющаяся основным двигателем поведения и развития личности.

Отсутствие смысла является причиной многих психических заболеваний, в том числе специфических "ноогенных неврозов", и разных видов отклоняющегося поведения. Смысл доступен любому человеку, вне зависимости от пола, возраста, интеллекта, образования, характера, среды и религиозных убеждений, что подтверждается многочисленными эмпирическими данными, полученными Франклом и его последователями.

Хотя С. ж. каждого человека уникален, существуют и смысловые универсалии — ценности, представляющие собой обобщенные типичные смыслы. По Франклу, человек не может лишиться С. ж. ни при каких обстоятельствах; С. ж. всегда может быть найден. Вместе с тем это вопрос не познания, а призвания, человек не изобретает или интеллектуально конструирует смысл своей жизни, а находит его посредством конкретных действий. Последнее положение тесно перекликается с пафосом "Исповеди" Л. Толстого о поисках и обретении им С. ж. Различные теоретические и эмпирические данные свидетельствуют о правомерности рассмотрения С. ж. в первую очередь как объективного явления, функционирование которого не зависит от его осознания. С. ж. генетически формируется как бессознательная установка, обеспечивающая стабильность общей направленности жизни, и уже

впоследствии возникает задача на осознание и словесное формулирование этой направленности. Более или менее адекватное осознание С. ж. возможно тогда, когда объективная направленность жизни личности не противоречит образу Я и социально-нормативным регуляторам; в противном случае осознание С. ж. блокируется механизмами психологической защиты, что в сознании отражается как отсутствие С. ж. Методы эмпирического изучения С. ж. в психологии включают в себя процедуры вербального формулирования осознаваемого С. ж. (Е. Лукас, П.

Иберсол) и диагностику количественной меры осмысленности жизни. Последнее измеряется популярным тестом Purpose-in-Life test (PIL) Дж. Крамбо и Л. Махолика, в русской адаптации — тест смысложизненных ориентаций (СЖО).

Выявлено, что осмысленность жизни не различается в различных социальных группах, не связана с полом, возрастом и образованием, но снижена у психически больных разных нозологий, алкоголиков, наркоманов, несовершеннолетних правонарушителей. В структуре осмысленности жизни выделено 3 основных составляющих: значимые цели в жизни, эмоциональная насыщенность жизни и удовлетворенность итогами жизни. Среди вербально формулируемых содержательных описаний С. ж. преобладают семья и дети, а также профессиональная деятельность.

Д.А. Леонтьев