

Секция «Психология личности: вызовы, сложности, неопределенности и разнообразия»

Выявление смысла жизни и жизненных приоритетов личности в зрелом возрасте

Научный руководитель – Вачков Игорь Викторович

Гукасова Марина Павловна

Студент (магистр)

Московский педагогический государственный университет, Москва, Россия

E-mail: marina_gukasova@mail.ru

Одной из актуальных тем в психологии развития является определение смысла жизни в зрелом возрасте. Зрелый возраст – это продолжительный период жизни, который характеризуется тенденцией к достижению наивысшего развития духовных, интеллектуальных и физических способностей личности. У каждого человека период зрелости проходит индивидуально. Это зависит от особенностей личности, образа и стиля жизни, а также ряда других факторов, влияющих на человека. Это период жизни, когда уже есть определенный «багаж знаний» - собственный опыт, приобретенный за предыдущие годы. Здесь просматривается жизненная перспектива человека. Смыслжизненные ориентации зрелого человека могут меняться в соответствии с выбранной жизненной стратегией.

В настоящее время из-за социальной нестабильности большинство людей зрелого возраста все чаще сталкиваются с проблемой определения и поиска жизненных смыслов. Многие в этот период переживают ситуации кризиса. В результате происходит обесценивание жизненных ценностей, человек перестаёт видеть смысл в жизни, снижается уровень продуктивной деятельности. В связи с этим актуальной становится задача рассмотрения смыслжизненных ориентаций людей зрелого возраста и их влияние на жизнь людей.

Немецкая классическая философия (И. Кант и Г. Гегель) связывала смысл жизни человека с нравственными исканиями, саморазвитием и самопознанием человеческого духа. В XX в. также велись поиски ответов на этот волнующий вопрос. Так Э. Фромм полагал, что часть людей ориентированы на «обладание» и для них смысл жизни – иметь, брать [1].

Русский философ С.Л. Франк (1877-1950) писал, что смысл - это разумное осуществление жизни, смысл - это подлинное обнаружение и удовлетворение тайных глубин нашего «я», что наше «я» немислимо вне свободы, так как свобода требует возможности нашей собственной инициативы [2].

Иную точку зрения на смысл жизни и ее предназначение высказал еще один наш соотечественник – Н.Н. Трубников. Он говорил, что нужно любить свою жизнь, ту единственную, потому что другой уже не будет никогда. Полюбив свою жизнь, ты научишься ценить жизни других, знать им цену, тогда и обретается смысл жизни [1].

По мнению К. Г. Юнга, человек в период зрелости осуществляет переход от стремления к расширению и завоеванию жизненного пространства к концентрации внимания на своей «самости». И тогда вторая половина жизни послужит для достижения мудрости, кульминации творчества, а не невроза и отчаяния [3]. К.Г. Юнг подчеркивал ту мысль, что душа человека второй половины жизни глубинно изменяется. Но, к сожалению, большинство людей не подозревают о возможности этих изменений и вступают во вторую половину жизни неподготовленными. Личность в зрелом возрасте способна к развитию. Это связано с процессом социализации. Социализация взрослого человека, по своей сути, - это саморазвитие через осуществления выборов: кем быть, каким быть и т. д. Человек делает выбор собственного психологического облика, здоровья или болезни - способа жизни в целом.

Нами было проведено экспериментальное исследование, цель которого изучение смысло-жизненных ориентаций личности в зрелом возрасте.

В исследовании приняли участие 15 испытуемых, 11 из которых - женщины, 4 - мужчины, в возрасте от 36 до 42 лет. Каждому из них предлагалось сформулировать три смысла жизни, которые он ставит для себя в приоритет. Примеры не приводились, чтобы не повлиять на ответы испытуемых.

Написанные смыслы жизни были проанализированы и из них выбраны те, которые встречались в ответах не менее двух раз. Были выявлены 10 самых популярных видов смыслов жизни. Далее эти виды мы предложили проранжировать по степени их значимости. Наименьшему значению начислялся ранг, соответствующий количеству ранжируемых значений 10. Наибольшему значению – 1. Оценка не должна была повторяться дважды. Затем подсчитывалась сумма баллов по каждому из жизненных смыслов и вычислялось среднее значение, в результате чего каждому смыслу жизни присваивался свой ранг.

Показатели приоритетности смысла жизни людей зрелого возраста отражены в таблице 1.

Таблица 1

п/п	Виды смыслов жизни	Итоговый балл	Среднее арифметическое	Ранг
1.	Семья	53	2,5	1
2.	Здоровье родных и друзей	168	8	10
3.	Самореализация	133	6,3	8
4.	Уход за родителями	121	5,8	7
5.	Путешествие	96	4,6	3
6.	Поддержание здоровья (ЗОЖ)	64	3	2
7.	Материальная обеспеченность	98	4,7	4
8.	Любовь к Родине	115	5,5	6
9.	Помощь детям с ОВЗ	154	7,3	9
10.	Защита кандидатской диссертации	100	4,8	5

Как видно из результатов эксперимента, на первом месте оказался такой вид смысла жизни, как «семья», на втором - «поддержание здоровья (ЗОЖ)», на третьем - «путешествие». Проанализировав полученные данные, мы можем сделать вывод, что у исследуемой группы достаточно четко проявилась центрация на себе и своем окружении. Альтруистические ориентации находятся на втором плане. Вместе с тем очевидна выраженность осознания своей ответственности и стремление к ней. Под ответственностью имеются в виду способность к самостоятельному обоснованию своих суждений и умение выбирать линию поведения, отвечая за результаты как в случае благоприятного, так и неблагоприятного исхода. Смыслоразнообразные ориентации зрелой личности главным образом ориентированы на семейную и личную сферы.

Таким образом, большинство испытуемых отдают предпочтение семье, здоровью и удовольствиям, которые, на наш взгляд, играют важную роль в жизнедеятельности любого человека. Однако представления о смысле жизни каждого испытуемого, различаются, это обусловлено, разнообразием сформировавшихся систем ценностей, взглядов, установок, идеалов, направленности личности, мировоззрения в целом, а также индивидуальными особенностями.

Источники и литература

- 1) Франк С. Л. Смысл жизни. Москва, прогресс, 2011.
- 2) Фролов И.Т. и др. Введение в философию: Учебник для вузов. М.: Политиздат, 2011.

- 3) Юнг К.Г. Воспоминания, сновидения, размышления / перевод: В. Поликарпов, Мн.: ООО "Харвест", 2003.