

Научная статья

УДК 159.9.07

DOI: 10.18384/2949-5105-2025-1- 23-37

ВЗАИМОСВЯЗЬ ХАРАКТЕРИСТИК ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНОЙ ИСПОЛНЕННОСТИ СМЫСЛА ЖИЗНИ С ПРОФИЛЕМ САМОАКТУАЛИЗАЦИИ И ЛИЧНОСТНОЙ ИДЕНТИЧНОСТЬЮ

Рощупкина О. А.*, Михайлова И. В.

Ульяновский государственный университет, 432000, Ульяновская область, г. Ульяновск, ул. Льва Толстого, д. 42, Российская Федерация; *корреспондирующий автор, e-mail: ro.art@inbox.ru

Поступила в редакцию 15.10.2024

После доработки 15.11.2024

Принята к публикации 16.11.2024

Аннотация

Цель. Теоретическое обоснование и эмпирическое подтверждение взаимосвязи экзистенциальной исполненности смысла жизни с профилем самоактуализации личности и личностной идентичностью.

Процедура и методы. В исследовании приняли участие 70 человек. Возраст испытуемых от 27 до 63 лет. Среди участников 52 женщины (74,3%) и 18 мужчин (25,7%). Использовались следующие методы: психодиагностические методы (методика диагностики экзистенциальной исполненности – «Шкала экзистенции, ESK». А. Лэнгле и К. Орглер в адаптации И. Н. Майниной, А. Ю. Васанова, опросник диагностики самоактуализации личности «САМОАЛ» Э. Шострома в адаптации Н. Ф. Калиной и методика исследования личностной идентичности «МИЛИ». Л. Б. Шнейдер, методы статистической обработки данных (U-критерий Манна-Уитни и коэффициент ранговой корреляции Ч. Спирмена).

Результаты. В результате исследования были получены данные о выраженности профиля самоактуализации, общий показатель стремления к самоактуализации растёт в зависимости от уровня экзистенциальной исполненности. Также выявлены многочисленные положительные корреляционные связи характеристик экзистенциальной исполненности с профилем самоактуализации личности. Дополнительно выявлена положительная взаимосвязь показателей личностной идентичности с характеристиками экзистенциальной исполненности. Для уточнения данных был проведён анализ типов личностной идентичности в разных группах по уровню экзистенциальной исполненности.

Теоретическая и/или практическая значимость. Полученные результаты исследования могут быть полезны в работе практических психологов в ходе составления коррекционных программ, связанных с решением вопросов потери смысла жизни, депрессий и кризиса, неудовлетворённостью жизнью или недостаточной реализованностью себя, выявлении причины неврозов и профилактики суицидов.

Ключевые слова: личностная идентичность, самоактуализация, смысл жизни, экзистенциальная исполненность

Для цитирования: Рощупкина О. А., Михайлова И. В. Взаимосвязь характеристик экзистенциальной исполненности смысла жизни с профилем самоактуализации и личностной идентичностью // Вестник Государственного университета просвещения. Серия: Психологические науки. 2025. № 1. С. 23–37. DOI: 10.18384/2949-5105-2025-1- 23-37

Original research article

THE RELATIONSHIP BETWEEN THE CHARACTERISTICS OF EXISTENTIAL FULFILLMENT OF THE MEANING OF LIFE AND THE PROFILE OF SELF-ACTUALIZATION AND PERSONAL IDENTITY

O. Roshchupkina*, I. Mikhailova

*Ulyanovsk State University, ul. Lva Tolstogo, 42, Ulyanovsk, 432017, Ulyanovsk region, Russian Federation; *Corresponding author, e-mail: ro.art@inbox.ru*

Received by the editorial office 15.10.2024

Revised by the author 15.11.2024

Accepted for publication 16.11.2024

Abstract

Aim. Theoretical substantiation and empirical confirmation of the relationship between existential fulfillment of the meaning of life and the profile of self-actualization of the individual and personal identity.

Methodology. The study involved 70 people. The subjects' ages ranged from 27 to 63. There were 52 women (74.3%) and 18 men (25.7%) among the participants. The following methods were used: psychodiagnostic methods (the existential fulfillment diagnostic method – “The Existence Scale (ES)” A. Längle and K. Orgler adapted by I. N. Mainina, A. Yu. Vasanov, An Inventory for the Measurement of Self-Actualization by E. Shostrom adapted by N. F. Kalina and the method for studying personal identity “MILI”. L. B. Schneider, methods of statistical data processing (Mann-Whitney U-test and Ch. Spearman's rank correlation coefficient).

Results. The study yielded data on the expression of the self-actualization profile; the overall indicator of the desire for self-actualization increases depending on the level of existential fulfillment. Numerous positive correlations between the characteristics of existential fulfillment and the profile of self-actualization of the individual were also revealed. Additionally, a positive relationship between the indicators of personal identity and the characteristics of existential fulfillment was revealed. To clarify the data, an analysis of the types of personal identity in different groups by the level of existential fulfillment was conducted.

Research implications. The obtained results of the study can be useful in the work of practical psychologists in the course of drawing up correctional programs related to solving issues of loss of meaning in life, depression and crisis, dissatisfaction with life or insufficient self-realization, identifying the causes of neuroses and preventing suicides.

Keywords: personal identity, self-actualization, meaning of life, existential fulfillment

For citation: Roshchupkina O. A., Mikhailova I. V. The relationship between the characteristics of existential fulfillment of the meaning of life and the profile of self-actualization and personal

identity // Bulletin of State University of Education. Series: Psychological Sciences, 2025, no. 1, pp. 23–37. DOI: 10.18384/2949-5105-2025-1- 23-37

Введение

В современном мире человек сталкивается со множеством факторов неопределённости. Мы живём в эпоху перемен и от возможностей и способностей к качественной трансформации отдельной личности зависит и общий трансформационный процесс человечества в целом. Перед нами встают вопросы экзистенциального характера. Что же является запускающим фактором для процесса раскрытия потенциала человека? Может ли стремление к осознанию человеком смысла собственной жизни быть стимулом, который запускает процесс самоактуализации? Кроме того, человек имеет дело ещё и с высоким уровнем собственных притязаний, стремления к развитию личности, самосовершенствования. Человек всё больше и больше стремится к раскрытию потенциала своих возможностей, к самоактуализации, для полноценной реализации себя и как личности и как полноценной единицы общества стремится внести свой вклад и соответствовать высокому уровню социокультурных установок [1; 11].

Самоактуализация – это многоуровневое понятие, которое сочетает в себе и динамический процесс и феномен личности, её особенности и состояние. Самоактуализация раскрывается как основное качество и характеристика цельной и зрелой личности, человека, который стремится к полному раскрытию своего потенциала, реализации своих способностей и возможностей. Самоактуализация характеризуется самостоятельностью, самодостаточностью и независимо-

стью, адекватным восприятием себя и мира в целом. Маслоу определяет самоактуализацию как непрерывный процесс, в котором человек достигает новых уровней самореализации. Самоактуализирующиеся люди отличаются и характером ценностей, направленных на высшее благо, реализацию вечных человеческих смыслов, призвания и ответственного подхода к делу жизни. [8; 16].

По мнению В. Франкла, Р. Мэя и на основании поздних работ А. Маслоу, самоактуализация не может быть сама по себе целью жизни, а является скорее результатом, следствием состоявшегося смысла [6; 10]. Человек самоактуализирован в той мере, в которой ему удаётся реализовать смысл. Таким образом, самоактуализация представлена как побочное действие процесса раскрытия человеком сути собственного бытия [12].

Для понимания индивидуального отношения к собственному смыслу жизни представляется значимым понятие «экзистенциальной исполненности», которое показывает, как именно переживает человек смысл своей жизни, насколько он гармоничен в этом переживании. «Экзистенциальная исполненность» – субъективное переживание человеком качества своей жизни, уровня своего благополучия, состояния собственного внутреннего согласия с событиями жизни [9]. В. Франкл в своих трудах определяет поиск смысла в любых событиях жизни как обязательное условие состоявшейся экзистенциальной исполненности [13]. А. Лэнгле определяет

экзистенциальный смысл, который мы не столько находим, получаем, сколько ищем, как нечёткий след, с помощью которого мы можем найти свой путь [7; 17]. Представители экзистенциальной психологии выделяют понятие «смысл жизни» как главенствующее. Они напрямую соотносили наличие смысла с полнотой жизни.

В противовес может возникать экзистенциальная тревога, разъединение с самим собой, внутренний конфликт. Проблема утраты смысла жизни выделяется как центральная проблема современного общества [5]. Так, В. Э. Чудновский подчёркивает актуальность проблемы смысла жизни, говоря о том, что проблема смысла жизни – концентрированное выражение направленности человеческой деятельности [14]. Также некоторые исследователи определяют смысл жизни как универсальный феномен, формирующий развитие личности. Идентичность структурируется в процессе жизни, через матрицу осмысленности [11; 15].

Несмотря на трудность точной диагностики, в последние годы тема смысла жизни всё чаще становится предметом исследования, она представлена как значимый фактор в развитии личности.

Так, К. В. Карпинский в своих многочисленных публикациях, анализируя источники смысла жизни, смысложизненный кризис и осмысленность, приходит к выводу о том, что смысл жизни является важным фактором в поддержании благополучной жизни человека. Осознание смысла поддерживает индивида в кризисные моменты, является опорой и помогает справиться

с ними и благополучно осуществлять дальнейшее развитие [2; 3].

Ощущение собственной реализации напрямую находит отражение в переживании экзистенциальной исполненности. Е. В. Ларина, В. Б. Шумский в исследовании профессиональной мотивации и экзистенциальной исполненности у студентов медицинских вузов приходят к выводу о важности для врача осознания своей профессии как миссии. В таком случае сама трудовая деятельность сопровождается переживанием экзистенциальной исполненности – самореализации, самосо осуществления [4].

М. Высоцка, М. Вавжиняк, Е. Ярош, М. Хордович при изучении взаимосвязи между духовной трансцендентностью и качеством жизни констатируют связь между альтруизмом и смыслом жизни, а также между смыслом жизни, духовностью и качеством жизни, при этом обращают внимание на то, что альтруизм положительно связан исключительно с духовностью. Это исследование показало, что духовную трансцендентность можно понимать как черту личности, которая позволяет пересекать границы своего существования и определять субъективно важные ценности в своей жизни. Смысл жизни является важным фактором в субъективном ощущении наполненности жизни или экзистенциальной исполненности, что в свою очередь способствует более качественно проживать свою жизнь, несмотря на то что приходится многое преодолевать [18].

Целью данного исследования была поставлена задача эмпирического подтверждения взаимосвязи характеристик экзистенциальной испол-

ненности смысла жизни с профилем самоактуализации личности, уровнем и типом личностной идентичности.

В качестве основной гипотезы было выдвинуто предположение о том, что существует взаимосвязь между характеристиками экзистенциальной исполненности смысла жизни и профилем самоактуализации личности, а именно, чем более человек осознаёт цель своей жизни и стремится к её реализации, тем выше у него выраженность характеристик самоактуализации.

Дополнительно была выдвинута гипотеза о взаимосвязи ЭИ с уровнем и типом личностной идентичности.

Процедура и методы

Выборка составила 70 человек. Возраст испытуемых от 27 до 63 лет, средний возраст – 45,8 ($SD = 9,6$); В исследовании приняли участие 52 женщины (74,3 %) и 18 мужчин (25,7 %).

Методики исследования:

1) Методика диагностики экзистенциальной исполненности – шкала экзистенции, ESK. А. Лэнгле и К. Орглер (адаптация И. Н. Майниной, А. Ю. Васанова 2010 г.).

2) Опросник диагностики самоактуализации личности, САМОАЛ. Э. Шострома (адаптация методики Н. Ф. Калиной, 1998 г.).

3) Методика исследования личностной идентичности, МИЛИ. Л. Б. Шнейдер (опубликован в 2007 г.).

Математические методы статистической обработки информации: методы описательной статистики; непараметрический статистический U-критерий Манна-Уитни для выявления различий, коэффициент ран-

говой корреляции Ч. Спирмена для выявления взаимосвязей. Первичная обработка данных была выполнена в программе Microsoft Excel. Для дальнейшей обработки данных использовалось программное обеспечение SPSS Statistics.

Результаты и обсуждение

А) Проверка взаимосвязи экзистенциальной исполненности и самоактуализации личности.

На основании показателей по методике шкала экзистенции выборка была разделена на следующие группы: 1 группа – высокие значения экзистенциальной исполненности (23 человека) – 33%; 2 группа – средние значения ЭИ (41 человек) – 58%; 3 группа – низкие значения ЭИ (6 человек) – 9%.

На первом этапе проверки гипотезы были проанализированы особенности выраженности профиля самоактуализации в каждой эмпирической группе (рис. 1). У испытуемых в разных группах по уровню ЭИ по-разному выражены характеристики самоактуализации, общий показатель стремления к самоактуализации растёт в зависимости от уровня ЭИ, такую же взаимосвязь мы наблюдаем по характеристикам: ориентация во времени, ценности, взгляд на природу человека, автономность, спонтанность, самопонимание, ауто-симпатия.

Достоверность полученных различий была проверена с помощью статистического критерия для независимых выборок U – критерия Манна – Уитни. Результаты представлены в таблице 1. Полученные данные свидетельствуют, что у субъектов с более высокими по-

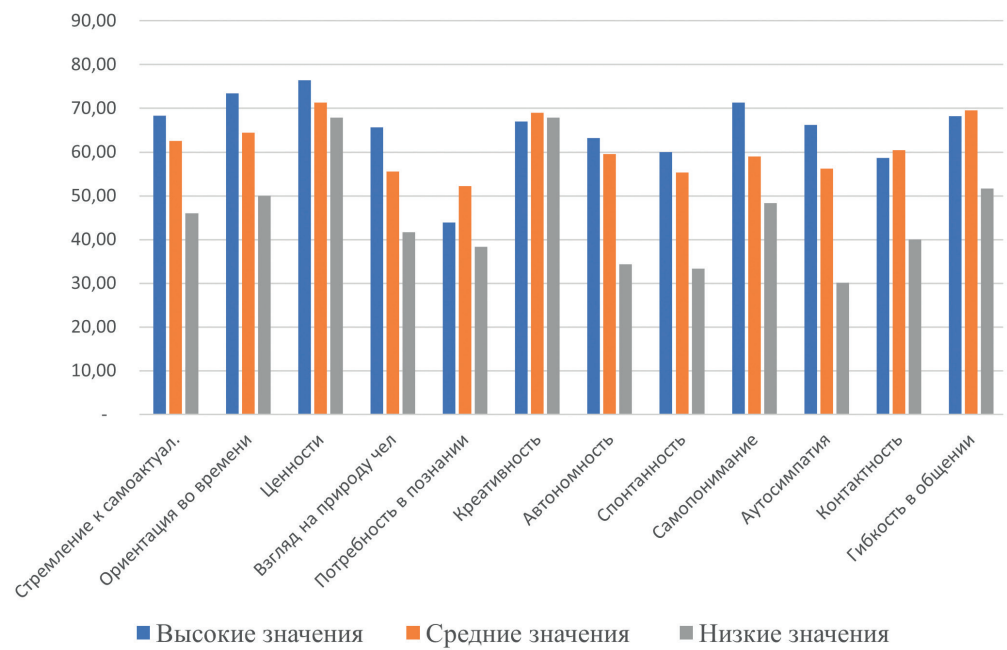


Рис. 1 / Fig. 1. Выраженность профиля самоактуализации в разных группах по уровню экзистенциальной исполненности (в баллах) / Expression of the self-actualization profile in different groups by the level of existential fulfillment (in points)

Источник: данные авторов.

Таблица 1 / Table 1

Выраженность профиля самоактуализации у испытуемых с разным уровнем экзистенциальной исполненности / Expressiveness of the self-actualization profile in subjects with different levels of existential fulfillment

Характеристики самоактуализации.	Группа 1. Высокие значения ЭИ	Группа 2. Средние значения ЭИ	Группа 3. Низкие значения ЭИ	Уэмп. p<0,05
Стремление к самоактуализации (общий показатель)	68,7	62,6	46,0	283,5 (ЭИ1-ЭИ2) 38,5 (ЭИ2-ЭИ3) 9,5 (ЭИ1-ЭИ3)
Ориентация во времени	74,8	64,4	50,0	301,5 (ЭИ1-ЭИ2) 18 (ЭИ1-ЭИ3)
Ценности	76,2	71,3	67,8	–
Взгляд на природу человека	65,7	55,6	41,7	307,5 (ЭИ1-ЭИ2) 22,5 (ЭИ1-ЭИ3)
Потребность в познании	45,2	52,2	38,3	329,5 (ЭИ1-ЭИ2) 44 (ЭИ2-ЭИ3)
Креативность	66,4	69,0	67,8	–

Таблица 1 / Table 1 (окончание)

Автономность	62,7	59,5	34,3	13 (ЭИ2-ЭИ3) 4 (ЭИ1-ЭИ3)
Спонтанность	60,9	55,3	33,3	34,5 (ЭИ2-ЭИ3) 7 (ЭИ1-ЭИ3)
Самопонимание	71,7	59,0	48,3	314,5 (ЭИ1-ЭИ2) 31 (ЭИ1-ЭИ3)
Аутосимпатия	66,5	56,2	30,2	328 (ЭИ1-ЭИ2) 37 (ЭИ2-ЭИ3) 4,5 (ЭИ1-ЭИ3)
Контактность	58,7	60,5	40,0	36,5 (ЭИ2-ЭИ3) 21,5 (ЭИ1-ЭИ3)
Гибкость в общении	67,4	69,5	51,7	49,5 (ЭИ2-ЭИ3) 30 (ЭИ1-ЭИ3)

Источник: данные авторов.

казателями ЭИ наиболее выражены характеристики самоактуализации.

На следующем этапе была произведена проверка основной гипотезы с помощью коэффициента ранговой

корреляции Спирмена. Результаты представлены в таблице 2.

В результате корреляционного анализа были выявлены многочисленные положительные связи характеристик

Таблица 2 / Table 2

Взаимосвязь показателей экзистенциальной исполненности с характеристиками самоактуализации / The relationship between indicators of existential fulfillment and characteristics of self-actualization

Экзистенциальная исполненность	Самодистанцирование	Самотрансценденция	Свобода	Ответственность	Персональность	Экзистенциальность	Исполненность
Самоактуализация							
Стремление к самоактуализации	,268*	,614**	,582**	,443**	,528**	,587**	,571**
Ориентация во времени	,268*	,484**	,312**	,335**	,430**	,374**	,381**
Ценности	0,126	,340**	,271*	0,086	,293*	0,23	,258*
Взгляд на природу человека	,256*	,419**	,425**	,322**	,442**	,428**	,445**
Потребность в познании	0,016	0,093	0,016	0,061	0,072	0,03	0,037

Таблица 2 / Table 2 (окончание)

Креативность	-0,114	,311**	0,1	-0,07	0,131	0,076	0,072
Автономность	0,196	,398**	,502**	,415**	,328**	,507**	,453**
Спонтанность	0,118	,389**	,442**	,333**	,308**	,430**	,392**
Самопонимание	,264*	,244*	,369**	,320**	,309**	,379**	,354**
Аутосимпатия	,284*	,444**	,467**	,375**	,432**	,489**	,470**
Контактность	0,075	,290*	0,124	0,16	0,19	0,174	0,173
Гибкость в общении	0,127	,312**	0,165	0,124	,239*	0,152	0,184

* Корреляция значима на уровне $p \leq 0,05$ ** Корреляция значима на уровне $p \leq 0,01$

Источник: данные авторов.

экзистенциальной исполненности с профилем самоактуализации личности. Общий показатель ЭИ – это показатель того, насколько наполнено смыслом бытие человека, характеризует способность ориентироваться в этом мире, находить собственные решения и самостоятельно реализовывать их в жизни. Стремление менять свою жизнь в лучшую сторону.

Полученные результаты исследования показывают, что испытуемые, которые считают свою жизнь наполненной смыслом также обладают высокими показателями самоактуализации, что полностью подтверждает выдвинутую гипотезу.

Взаимосвязь уровня ЭИ и такой характеристикой самоактуализации, как «ориентация во времени» показывает, что индивид с высоким уровнем ЭИ живёт настоящим, не оглядывается на прошлое и не живёт только надеждой на будущее. При этом человек, обладающий низким уровнем ЭИ, может находиться в состоянии переживаний по поводу прошлого опыта или излишне надеяться на будущее.

Взаимосвязь с характеристикой «ценности» говорит о том, что индивид с высоким уровнем ЭИ разделяет

ценности самоактуализирующейся личности, в основе которых философское отношение к жизни, согласие с собой и окружающим миром.

Взаимосвязь с показателем «взгляд на природу человека» свидетельствует о том, что ЭИ также находит отражение в способности верить в других людей, в их безграничном потенциале возможностей, умении выстраивать гармоничные взаимоотношения.

Значимая взаимосвязь между показателем ЭИ и характеристикой самоактуализации «автономность» говорит о том, что личность, исполненная смысла автономна, независима и свободна, при этом автономность не подразумевает одиночество, она понимается, скорее, как пространство для собственной реализации.

Значимая корреляция с характеристикой «спонтанность» свидетельствует, что человек, проживающий насыщенную осмысленную жизнь, способен к спонтанному поведению, находится в состоянии доверия к себе и миру, действует легко, без лишнего напряжения, для него самоактуализация это образ жизни, а не цель.

Значимая взаимосвязь с показателями «самопонимание» и «аутосим-

патия» отражают закономерность развития собственной реализации и принятия себя как личности, наполнить свою жизнь смыслом невозможно, без адекватной оценки себя и своих возможностей, понимания собственной сущности, ориентации на себя, а не на окружение. Аутосимпатия – обязательная база психологического здоровья и целостности личности, которая обеспечивает адекватную самооценку, без которой вряд ли может состояться экзистенциальная исполненность.

Самый высокий уровень характеристики «потребность в познании» в группе со средними показателями ЭИ, что говорит о том, что эти люди находятся в поиске, готовы и открыты познанию, по Франклу, готовы выйти в пространство смыслов, ещё не ощущают свою жизнь как насыщенную им, но готовы и открыты новому опыту. И самые низкие значения в группе с низким уровнем ЭИ, что говорит о том, что скорее всего, люди, не стремящиеся постичь новое, не способные к открытию и смысла собственной жизни.

Также представляет интерес взаимосвязь такой характеристики ЭИ как «трансцендентность» и показателем самоактуализации – «стремление к творчеству» или «креативность», что говорит о взаимосвязи способности к творчеству и чувственного переживания ценностей, способностью эмоционального включения и ощущения, в том числе: сочувствие, глубокое переживание ценностей, отношений, значимости происходящего.

Взаимосвязь шкалы «самодистанцирование» с характеристикой «контактность» указывает на способность субъекта дистанцироваться от себя самого, возможность стороннего взгляда на

свои действия и желания. Такой человек трезво мыслит в любой ситуации, не поддаваясь аффекту, поэтому способен наиболее гармонично выстраивать отношения, прочные контакты и обладает способностями грамотно выстраивать коммуникации.

В проведённом исследовании не была обнаружена взаимосвязь показателя ЭИ и такой характеристики самоактуализации, как «потребность в познании», что может объясняться теоретической базой. Лэнгле, вслед за Франклом, писал о том, что индивид, определяющий свою жизнь как осмысленную, часто живёт процессом её реализации и не всегда задаётся вопросами о её сути, он может не осознавать её смысл, желание познания приходит в случае потери смысла, тогда же и начинается стремление к осознанию.

Б) Результаты оценки взаимосвязи показателей личностной идентичности с уровнем ЭИ и самоактуализацией личности.

Данные корреляционного анализа шкалы экзистенции и методики изучения личностной идентичности представлены в таблице 3.

Была выявлена положительная взаимосвязь между уровнем личностной идентичности и всеми показателями шкалы экзистенции. Из этого следует, что осмысленность также связана с подлинным представлением человека о себе самом, следованием именно собственному пути развития. Можно сказать, что чем выше способность человека осознавать свои собственные возможности, тем больше он способен выйти на путь своей реализации и наполнить свою жизнь подлинным смыслом, определить свою принадлежность к той области, которая отвечает его

Таблица 3 / Table 3

Взаимосвязь показателей экзистенциальной исполненности с уровнем личностной идентичности / The relationship between indicators of existential fulfillment and the level of personal identity

Экзистенциальная исполненность	Самодистанцирование	Самоограничение	Свобода	Ответственность	Персональность	Экзистенциальность	Исполненность
Личностная идентичность	,320**	,256*	,320**	,272*	,385**	,303*	,326**

* Корреляция значима на уровне $p \leq 0,05$

** Корреляция значима на уровне $p \leq 0,01$

Источник: данные авторов.

внутреннему самоощущению и своей собственной уникальности.

Также наблюдается положительная взаимосвязь между характеристиками самоактуализации личности и показателями личностной идентичности (табл. 4). Из этого следует, что самоактуализация взаимосвязана с адекватным представлением личности о самом себе, следованием своим ценностям и устремлениям. Самоидентичность предполагает адекватное восприятие времени, жизнь в настоящем моменте. Также подлинное представление человека о себе самом, отражено в связи с такими характеристиками, как ауто-симпатия, т. е. здоровое отношение к себе и взгляд на природу человека, осмысленное принятие других людей через возможность видеть их потенциал и положительные стороны без акцента на недостатках.

В) В связи с тем, что уровень личностной идентичности трактуется

неоднозначно (слишком высокие показатели указывают на такой тип идентичности как псевдоидентичность, который имеет не позитивную трактовку), дополнительно был проведён анализ типов личностной идентичности в разных группах испытуемых по уровню ЭИ (рис. 2).

Было установлено, что в группе испытуемых с низким уровнем ЭИ представлен только диффузный тип идентичности, который характеризуется сомнением в собственной ценности, потерей интереса к себе и своему внутреннему миру, ригидность представлений о себе, нежелание меняться. Человек не может считать свою жизнь наполненной смыслом, без адекватного восприятия себя и желания меняться и менять жизнь к лучшему.

В группе со средним уровнем ЭИ представлены все типы личностной идентичности, но наибольший процент составляет тип – мораторий

Таблица 4 / Table 4

Взаимосвязь профиля самоактуализации со значением личностной идентичности / The relationship between the self-actualization profile and the meaning of personal identity

Самоактуализация	Стремление к самоактуализации	Ориентация во времени	Ценности	Взгляд на природу человека	Потребность в познании	Креативность	Автономность	Спонтанность	Самопонимание	Аутосимпатия	Контактность	Гибкость в общении
Личностная идентичность	,289*	,339**	,234	,421**	,141	,107	,125	,108	,139	,261*	,055	,070

* Корреляция значима на уровне $p \leq 0,05$

** Корреляция значима на уровне $p \leq 0,01$

Источник: данные авторов.

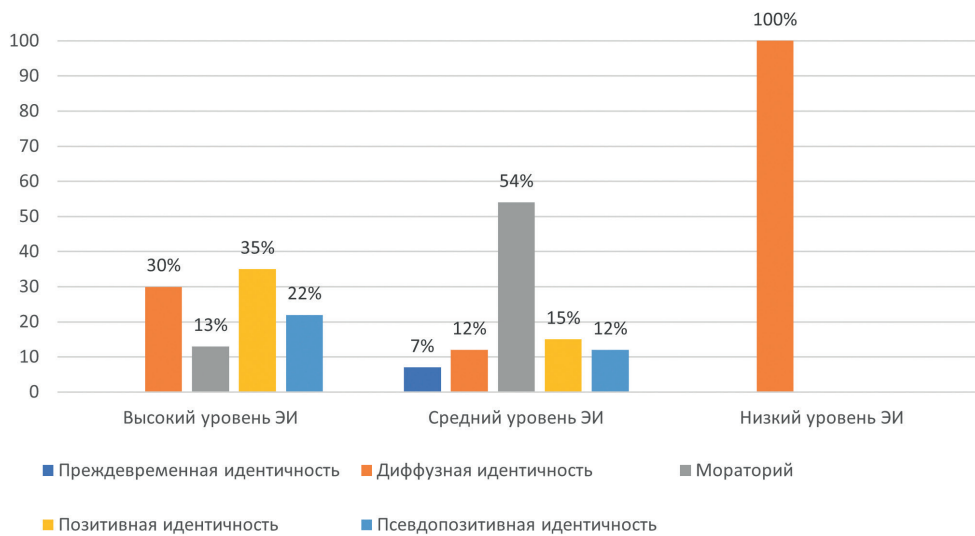


Рис. 2 / Fig. 2. Анализ типов личностной идентичности в разных группах испытуемых по уровню экзистенциальной исполненности (в процентах) / Analysis of types of personal identity in different groups of subjects by the level of existential fulfillment (in percent)

Источник: данные авторов.

(54%). Из чего можно предположить, что эта часть испытуемых находится в активном поиске смысла и находится в переходном этапе, стремясь к высо-

кому уровню наполненности жизни смыслом. Мораторий и зрелая (достигнутая) идентичность сочетаются с более сложными и дифференцирован-

ными культурными интересами, более развитой рефлексией.

В группе с высоким уровнем ЭИ представлены почти все типы личностной идентичности, совсем отсутствует тип – преждевременная идентичность, наибольший процент составляет тип – позитивная или достигнутая идентичность (35%), а также достаточно большой процент приходится на псевдопозитивную идентичность (22%), при этом псевдоидентичность отсутствует в группах со средним и низким уровнем ЭИ. Полученные данные можно объяснить тем, что человек, даже достигнувший высоких уровней ЭИ, способен находится в состоянии кризиса идентичности и снова и снова переживать переоценку ценностей и новое открытие себя и своих возможностей.

Большой процент такого типа, как псевдоидентичность, у испытуемых с высоким уровнем ЭИ может говорить о том, что всегда в осуществлении жизненного смысла, есть некая опасность переоценить себя и свои возможности, излишне подчёркивая свою уникальность, теряя при этом способность к рефлексии. Теоретически можно предположить, что есть вероятность тотального поглощения личности её статусом, ролью, сверхценной идеей. Потери связи с реальностью и социумом в стремлении достичь выставленных ценностей любой ценой. Этот момент представляется наиболее неоднозначным и требует дальнейших исследований с привлечением дополнительных методик.

Заключение

Из приведённых данных следует, что характеристики самоактуализа-

ции и смысла жизни безусловно связаны и одно следует из другого, человек раскрывает, осознаёт себя, самоактуализируется, не просто сам по себе, а ставя перед собой определённые цели, постоянно реализуя смысл своего существования. Можно сказать, что самоактуализация – это некая форма личности, которая раскрывается в зависимости от содержания и наполненности жизни смыслом.

Эмпирическое исследование полностью подтверждает гипотезу о том, что человек думающий, стремящийся к поиску смысла своей жизни, открытый миру, способный в этом поиске выходить за границы социальных установок, собственных шаблонов, стремится тем самым и к самоактуализации. Прослеживаются общие механизмы, общие конструкты этих феноменов, общие характеристики и качества. Начиная движение к познанию «Зачем?» и «Для чего я живу?», человек, тем самым, запускает механизм раскрытия в себе потенциала возможностей для реализации открывающихся ему целей, задач. Такой человек, который чувствует себя реализованным, проявляет максимально полно свои сильные качества и стороны, способен внести гораздо больший вклад в развитие общества в целом.

Данное исследование может служить основой в работе практических психологов при составлении коррекционных программ, связанных с решением вопросов потери смысла жизни, депрессий и кризиса, неудовлетворённости жизнью или недостаточной реализованности себя выявления причины неврозов и профилактики суицидов. Тема может нести практическую значимость и для развития личности и

для личности в контексте общества и социума. Если уже с подросткового возраста, с момента профессионального определения перед молодым человеком будет стоять вопрос о смысле жизни в полном и широком контексте, как

писал об этом Франкл, возможно, это послужит наиболее полному раскрытию его потенциала, запустит процесс самоактуализации и послужит профилактикой смысловых кризисов в более зрелом возрасте.

ЛИТЕРАТУРА

1. Витко Ю. С., Лебедева А. А. Духовный смысл: возможности понятия и перспективы использования в психологии // Мир психологии. 2024. № № 1 (116). С. 5–21. DOI: 10.51944/20738528_2024_1_5.
2. Карпинский К. В. Смысловое состояние как показатель субъектного развития личности // Вестник Санкт-Петербургского университета. Психология. 2019. Т. 9. № 1. С. 7–20. DOI: 10.21638/11701/spbu16.2019.101.
3. Карпинский К. В. Источники смысла жизни: новый метод психодиагностики личности. Гродно: Гродненский государственный университет им. Янки Купалы, 2021. 220 с.
4. Ларина Е. В., Шумский В. Б. Профессиональная мотивация и экзистенциальная исполненность у студентов медицинских вузов, работающих с пациентами, заражёнными COVID-19 // Организационная психология. 2022. Т. 12. № 2. С. 145–156. DOI: 10.17323/2312-5942-2022-12-2-145-156.
5. Леонтьев Д. А. Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой реальности. М.: Смысл, 2019. 584 с.
6. Леонтьев Д. А. Абрахам Маслоу в XXI веке // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2008. Т. 5. № 3. С. 68–87.
7. Лэнгле А. А., Уколова Е. М., Шумский В. Б. Современный экзистенциальный анализ: история, теория, практика, исследования: монография. М.: Юрайт, 2024. 403 с.
8. Маслоу А. Дальние пределы человеческой психики / пер. с англ. СПб.: Питер, 2022. 400 с.
9. Майнина И. Н., Васанов А. Ю. Стандартизация методики «Шкала экзистенции» А. Лэнгле, К. Орглер // Психологический журнал. 2010. Т. 31. № 1. С. 87–99.
10. Мэй Р. Человек в поисках себя: практическое руководство / пер. с англ. Санкт-Петербург: Питер, 2020. 240 с.
11. Смысл жизни как психологический феномен: теоретико-эмпирическое исследование / В. Э. Чудновский, Г. А. Вайзер, Н. Карпова, Н. В. Кисельникова // Психология смысла жизни: школа В. Э. Чудновского. М.: Смысл, 2021. С. 117–137.
12. Франкл В. Человек в поисках смысла: сборник / пер. с англ. и нем. М.: Прогресс, 1990. 164 с.
13. Франкл В. Доктор и душа: Логотерапия и экзистенциальный анализ / пер. с англ. М.: Альпина нон-фикшн, 2022. 338 с.
14. Чудновский В. Э. Смысл жизни: некоторые итоги и перспективы исследования // Психологический журнал. 2015. Т. 36. № 1. С. 5–19.
15. Шнейдер Л. Б. Психология идентичности. М.: Издательство Юрайт, 2024. 328 с.
16. Hoffman E. The Social World of Self-Actualizing People: Reflections by Maslow's Biographer // Journal of Humanistic Psychology. 2020. № 60 (6). P. 908–933. DOI: <https://doi.org/10.1177/0022167817739714>.
17. Laengle A. Psychotherapeutic work with hope in the existential analytical paradigm // National Psychological Journal. 2019. № 12. P. 16–22.

18. Wysocka M., Wawrzyniak M., Jarosz J. Is There a Connection Between Spiritual Transcendence and Quality of Life? A Cross-Sectional Survey Study in Patients Under the End-of-Life Care // *Journal of Palliative Care*. 2023. № 38 (1). P. 10–16. DOI:10.1177/08258597211034642.

REFERENCES

1. Vitko Yu. S., Lebedeva A. A. [Spiritual meaning: possibilities of the concept and prospects for use in psychology]. In: *Mir psihologii*, 2024, no. 1 (116), pp. 5–21. DOI: 10.51944/20738528_2024_1_5.
2. Karpinskij K. V. [Life-meaning state as an indicator of subjective personality development]. In: *Vestnik Sankt-Petersburgskogo universiteta. Psihologiya* [Bulletin of St. Petersburg University. Psychology], 2019, vol. 9, no. 1, pp. 7–20. DOI: 10.21638/11701/spbu16.2019.101.
3. Karpinskij K. V. *Istochniki smysla zhizni: novyy metod psihodiagnostiki lichnosti* [Sources of the meaning of life: a new method of personality psychodiagnostics]. Grodno, Yanka Kupala State University of Grodno, 2021. 220 p.
4. Larina E. V., Shumskij V. B. [Professional motivation and existential fulfillment in medical students working with patients infected with COVID-19]. In: *Organizacionnaya psihologiya* [Organizational Psychology], 2022, vol. 12, no. 2, pp. 145–156. DOI: 10.17323/2312-5942-2022-12-2-145-156.
5. Leont'ev D. A. *Psihologiya smysla: priroda, stroenie i dinamika smyslovoj real'nosti* [Psychology of meaning: the nature, structure, and dynamics of semantic reality]. Moscow, Smysl Publ., 2019. 584 p.
6. Leont'ev D. A. [Abraham Maslow in the 21st century]. In: *Psihologiya. Zhurnal Vyshej shkoly ekonomiki* [Psychology. Journal of the Higher School of Economics], 2008, vol. 5, no. 3, pp. 68–87.
7. Lenge A. A., Ukolova E. M., Shumskij V. B. *Sovremennyy ekzistencial'nyj analiz: istoriya, teoriya, praktika, issledovaniya: monografiya* [Modern existential analysis: history, theory, practice, research: monograph]. Moscow, Yurajt Publ., 2024. 403 p.
8. Maslow A. The Farther Reaches of Human Nature (Rus. ed., transl.: Dalnie predely chelovecheskoj psihiki. St. Petersburg, Piter Publ., 2022. 400 p.
9. Majnina I. N., Vasenov A. Yu. [Standardization of the “Existence Scale” methodology by A. Längle, K. Orgler]. In: *Psihologicheskij zhurnal* [Psychological Journal], 2010, vol. 31, no. 1, pp. 87–99.
10. May R. *Mans Search for Himself* (Rus. ed., transl.; Chelovek v poiskah sebya: prakticheskoe rukovodstvo. Sankt-Peterburg: Piter Publ., 2020. 240 p.).
11. Chudnovskij V. E., Vajzer G. A., Karpova N., Kisel'nikova N. V. [The meaning of life as a psychological phenomenon: a theoretical and empirical study]. In: *Psihologiya smysla zhizni: shkola V. E. Chudnovskogo* [Psychology of the meaning of life: V. E. Chudnovsky's school]. Moscow, Smysl Publ., 2021, pp. 117–137.
12. Frankl V. The unheard Cry for Meaning (Rus. ed., transl.; Chelovek v poiskah smysla: sbornik. Moscow, Progress Publ., 1990. 164 p.).
13. Frankl V. The Doctor and the Soul (Rus. ed., transl.; Doktor i dusha: Logoterapiya i ekzistencial'nyj analiz. Moscow, Al'pina non-fikshn Publ., 2022, 338 p.).
14. Chudnovskij V. E. [The meaning of life: some results and prospects of the study]. In: *Psihologicheskij zhurnal* [Psychological Journal], 2015, vol. 36, no. 1, pp. 5–19.
15. Shnejder L. B. *Psihologiya identichnosti* [Psychology of Identity]. Moscow, Yurajt Publ., 2024. 328 p.
16. Hoffman E. The Social World of Self-Actualizing People: Reflections by Maslow's Biographer. In: *Journal of Humanistic Psychology*, 2020, no. 60 (6), pp. 908–933. DOI: <https://doi.org/10.1177/0022167817739714>.

17. Laengle A. Psychotherapeutic work with hope in the existential analytical paradigm. In: *National Psychological Journal*, 2019, no. 12, pp. 16–22.
18. Wysocka M., Wawrzyniak M., Jarosz J. Is There a Connection Between Spiritual Transcendence and Quality of Life? A Cross-Sectional Survey Study in Patients Under the End-of-Life Care. In: *Journal of Palliative Care*, 2023, no. 38 (1), pp. 10–16. DOI:10.1177/08258597211034642.

ИНФОРМАЦИЯ ОБ АВТОРАХ

Рошчупкина Ольга Александровна – лаборант кафедры психологии и педагогики Ульяновского государственного университета;

e-mail: ro.art@inbox.ru; <https://orcid.org/0009-0006-6219-2353>

Михайлова Ирина Викторовна – кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии и педагогики Ульяновского государственного университета;

e-mail: 44kd11@gmail.com; <https://orcid.org/0000-0003-4220-6069>;

INFORMATION ABOUT THE AUTHORS

Olga A. Roshchupkina – laboratory assistant of the Department of Psychology and Pedagogy of Ulyanovsk State University;

e-mail: ro.art@inbox.ru; <https://orcid.org/0009-0006-6219-2353>

Irina V. Mikhailova – Cand. Sci. (Psychology), Assoc. Prof. of Department of Psychology and Pedagogy of Ulyanovsk State University;

e-mail: ro.art@inbox.ru; <https://orcid.org/0009-0006-6219-2353>