

<https://doi.org/10.34142/23129387.2019.60.04>

УДК 159.9

ORCID 0000-0002-2685-5475

ORCID 0000-0002-5909-9485

## СТРУКТУРНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ЧУВСТВА ЦЕННОСТИ СОБСТВЕННОЙ ЖИЗНИ У СТУДЕНТОВ

**Набил Диаб<sup>1ABD</sup>, Марат А. Кузнецов<sup>2ABCD</sup>**

*Харьковский национальный педагогический университет имени  
Г.С. Сковороды*

<sup>2</sup> аспирант кафедры практической психологии

*E-mail: nabil.diab@hotmail.com*

<sup>1</sup> доктор психологических наук, профессор, профессор  
кафедры практической психологии

*E-mail: marat704@ukr.net*

*В статье показаны результаты эмпирического исследования чувства ценности собственной жизни у студентов. Ценность собственной жизни понимается как сложное системное образование, связанное с жизнью человека в целом. В нем синтезированы парциальные ценности, которые релевантны отдельным сторонам человеческой жизни. Синтезируясь в ценности собственной жизни, парциальные ценности образуют несколько смысловых групп определенной тематической направленности. Структуру ценности собственной жизни студентов образуют шесть латентных переменных. Выделено четыре типа переживания чувства ценности собственной жизни у студентов, которые могут лечь в основу развития дифференциально-психологического подхода к данному явлению.*

**Ключевые слова:** *чувство ценности собственной жизни, структура ценности собственной жизни у студентов, типы переживания ценности собственной жизни у студентов.*

## **Структурні особливості почуття цінності власного життя у студентів**

**Набіл Діаб<sup>1ABD</sup>, Марат А. Кузнєцов<sup>2ABCD</sup>**

*Харківський національний педагогічний університет імені  
Г.С. Сковороди*

*У статті показані результати емпіричного дослідження почуття цінності власного життя у студентів. Цінність власного життя розуміється як складне системне утворення, пов'язане з життям людини в цілому. У ньому синтезовані парціальні цінності, які релевантні окремим сторонам людського життя. Синтезуючись в цінності власного життя, парціальні цінності об'єднуються у декілька смислових груп певної тематичної спрямованості.*

*Структуру цінності власного життя студентів утворюють шість латентних змінних. Ідентифіковані чотири типи переживання почуття цінності власного життя у студентів, на яких може базуватися диференціально-психологічний підхід до цього явища.*

**Ключові слова:** *почуття цінності власного життя, структура цінності власного життя у студентів, типи переживання цінності власного життя у студентів.*

## **Structural features of the feeling of life value of students**

**Nabil Diab<sup>1ABD</sup>, Marat A. Kuznetsov<sup>2ABCD</sup>**

*H.S. Skovoroda Kharkiv National Pedagogical University*

<sup>1</sup> *graduate student of Practical Psychology Department*

<sup>2</sup> *Doctor of psychological sciences, professor of Practical Psychology Department*

*The Aim of the study is to study the structure of the sense of value of one's own life, empirically identifying the types of experiencing this feeling among students. One of the important lines of the formation of the personality in the student's age is the development of a sense of value of one's own life. The value of their own life is characterized by integrity and consistency. This feeling gives a person the opportunity to respond to the challenges of life, to discover the meaning in them. This is a structure that consists of several components, but at the same time it is relevant to the whole life in general.*

*Research methods.* The author's questionnaire was used, 50 points of which were formulated based on the answers of experts (academic and practicing psychologists) to the question "Why do people value their

*lives?". The items in this questionnaire are various options for the continuation of the phrase "For me to value my life, this means ...". Each of the options for the continuation of the phrase was evaluated by the subjects using the Likert scale, which has 5 gradations: 1 - no, 2 - rather than no, yes, 3 - something in between, 4 - more likely than not, and 5 - yes. The study included 149 students from several Kharkov universities aged 17 to 46 years old (cf. -  $23.66 \pm 7.36$ ), 101 women and 48 men.*

*The results of the study. It is shown that a sense of the value of one's own life includes and synthesizes individual values and meanings. They reflect specific aspects of human life (significant people, objects, professional occupations, hobbies, their own abilities and qualities, ways of taking care of themselves, memories, plans for the future, health, etc.). Separate values and meanings included in the value system of one's own life are grouped into groups with a common thematic focus. There were such topics as control over one's own organism, transcendental and existential experiences, achievements and social success, effective functioning of the organism and personality, interconnection with other people, isolation from other people. The age and gender differences in what particular values are synthesized into the value system of students' own lives are revealed. Latent variables have been established that determine the diversity of manifestations of a sense of the value of a student's own life. These are: 1) "Activity, Wealth, Power, Prestige"; 2) "Cohesion, Friendship, Love, Family"; 3) "Physical, Health, Rest"; 4) "Control, Information, Self-Regulation, Self-development"; 5) "Choice, Existentiality, Satisfaction"; 6) "Avoidance, detachment, stealth." Identified types of experiencing a sense of the value of their own lives among students - through "Health and cohesion", through "Power and distancing", using "Existentiality and self-regulation", through "Detachment".*

**Keywords:** *sense of value of one's own life, structure of value of one's own life among students, types of experiencing the value of one's own life among students.*

**Введение.** Чувство ценности собственной жизни (ЦСЖ) – интенциональная, направленная активность действенной природы, своего рода аксиологическое действие, которое может иметь как экстериоризованную, так и полностью интериоризованную форму. Цель такого действия – укрепление и утверждение собственной бытийности. В этом действии существенно выражена «магичность», т.е. «магический»

характер, о котором писал Ж.-П. Сартр, характеризуя эмоциональные действия и их основное отличие от когнитивных и практических действий (Ж.-П. Сартр, 2004). Чувство ЦСЖ как бы создает в сознании субъекта мир «преобразованный», притягательный, приемлемый для субъекта, т.е. такой, в котором хочется продолжать пребывать вопреки всем трудностям, проблемам, стрессам, нагрузкам и жизненным неурядицам.

ЦСЖ – сложный, прижизненно формирующийся системный регулятор поведения и деятельности человека. Он расположен на вершинных уровнях ценностной иерархии личности. Как правило, люди без особых затруднений могут привести рациональные доводы относительно того, почему они ценят свою жизнь. Однако с феноменологической точки зрения для субъекта более надежным критерием ЦСЖ является не словесная формула, а внутреннее переживание, чувство, которое актуализируется в кризисных ситуациях.

Используя терминологию С.Л. Рубинштейна (Рубинштейн, 1946), чувство ЦСЖ можно отнести к категории обобщенных мировоззренческих чувств, к которым этот исследователь относил чувства комического и трагического. Когнитивной основой чувства ЦСЖ являются суждения человека о своей жизни в целом (о ее качестве, содержательной наполненности, динамике, направленности, исполненности, смысле). Способность адекватно проявлять чувство ЦСЖ свидетельствует о психологическом здоровье человека, включенности в конструктивные связи с социумом.

К.-Г. Юнг пишет о ценностях элементов личности. По его мнению, ценность исчисляется количеством психической энергии, вкладываемой в тот, или иной элемент личности (К.-Г. Юнг, 2010). Ценность, фактически, это мера напряженности, которая создается в данном элементе структуры личности и во взаимодействии этого элемента с другими составными частями

личности. Ценность идеи, или переживания означает, что они важны для побуждения и регуляции поведения. Опираясь на эти выводы К.-Г. Юнга, можно предположить, что феномен ЦСЖ заключается в том, что объектом «вложения» психической энергии человека становится образ (идея) всей его жизни в целом, – ее зарождения, ее стадий, достижения кульминации, заката, ее особой миссии, критериев продуктивности и смысла в целом. ЦСЖ создает, тем самым, необходимую степень напряжения, которая энергетизирует процессы зарождения новых мотивов, освоение субъектом все новых и новых видов деятельности, доведение некоторых из них до совершенства и высших степеней эффективности, дифференциации и интеграции жизненного опыта в личной биографии.

К.-Г. Юнг отмечает, что абсолютную ценность какой-либо идеи, образа, или чувства определить невозможно, но некоторые виды ценностей приближаются к Абсолюту. ЦСЖ, являясь относительной, по-видимому, принадлежит к таким, – почти абсолютным, – ценностям. Относительная ценность той, или иной идеи (образа, ценности) становится понятной, если человек составит порядок предпочтений (т.е. построит иерархию наиболее важного в его жизни). Руководствуясь этим выводом К.-Г. Юнга, мы предположили, что можно изучать чувство ЦСЖ, предлагая испытуемым создавать списки предпочтений объектов, ситуаций, поступков и событий, которые для них обладают ценностью.

Человек, утративший ЦСЖ, «болен бытием». Его бытие – «пустое», он не может его переживать, и поэтому запланировал с ним расстаться (как это, например, происходит с суицидальной личностью) (Лэнгле, 2019). По мнению А. Лэнгле, ЦСЖ является фундаментальной ценностью, с которой так, или иначе связана каждая другая ценность.

Чувство ЦСЖ проявляется в тесной связи с восприятием времени и отношением к смерти. Восприятие времени своей

жизни как чего-то бесконечного и не имеющего пределов спасает от страха смерти и способствует его вытеснению. Однако «расплатой» за этот защитный маневр является утрата ЦСЖ (Зимбардо, Бойд, 2010; Мэй, 2013).

В современной психологии выявлены эмпирические характеристики чувства ЦСЖ, предпринимаются попытки разработки параметров, по которым этот вид ценности может быть оценен. Исследователи, принадлежащие к различным направлениям и школам психологии, разработали понятийный аппарат, использование которого может быть полезным для дальнейших исследований чувства ЦСЖ (Диаб, 2017).

Чувство ЦСЖ не только проявляется в трудных жизненных ситуациях, но и формируется в них. При этом проявление чувства ЦСЖ не подчиняется правилу «все, или ничего». Многие люди, не утрачивая ЦСЖ полностью, отмечают его заметное снижение на определенных этапах своей жизни. Консультативная и психотерапевтическая практика содержит много примеров описания клиентами периодов временного снижения и даже искажения чувства ЦСЖ. Эти периоды описываются как «скучные и бесполезные», как «зря потраченное время», как «время, когда было допущено много ошибок и совершено поступков, за которые сейчас стало стыдно», как период, «когда бездумно тратил ресурсы, деньги и здоровье, вредил своей репутации», как «что-то такое, за что сейчас приходится расплачиваться и нести наказание», как «время, когда я был сам не свой и не управлял своей жизнью» и т.п.

Р. Джонсон и Дж. Рুলь связывают частичную утрату чувства ЦСЖ с так называемой «непрожитой жизнью», т.е. с накоплением в автобиографической памяти субъекта множества вариантов жизни, которые были в свое время отвергнуты, но не утратили свою привлекательность. Это обещания, которые не были исполнены, нереализованные планы, намерения,

воплощение которых происходит лишь в воображении, «пути, которые так и не были пройдены» и т.п. Эмоционально-энергетический потенциал «непрожитой жизни» достигает критической массы в период взрослости и, по-видимому, становится предиктором пресловутого кризиса середины жизни (Джонсон, Руль, 2017).

Жизнь человека в культуре опирается на определенные смысловые структуры. Одним их первых исследователей, которые пытались определить типы таких смысловых структур, был Э. Шпрангер. Его интересовали смысловые структуры духовной жизни человека в культуре. Эти структуры лежат в основе «идеальных типов индивидуальности», т.е. фактически, типологии чувства ЦСЖ. Э. Шпрангер в соответствии с доминирующей у человека ценностью, выделил 6 типов людей – теоретический, экономический, эстетический, социальный, властный и религиозный (Шпрангер, 2014).

Развитие чувства ЦСЖ – одна из важных линий становления личности в студенческом возрасте. Необходимость решения задач развития в эти годы, а также трудности, связанные с учебно-профессиональной деятельностью студентов стимулируют развитие ЦСЖ. Они же при определенных условиях могут стать и препятствием для такого развития.

**Цель исследования** – изучить структуру чувства ЦСЖ, эмпирическим путем выявить типы переживания этого чувства у студентов. ЦСЖ – целостное системное образование, которое делает человека способным отвечать на вызовы жизни, обнаруживать в них смысл; при этом ЦСЖ это структура, релевантная всей жизни в целом.

Мы предположили, что: 1) ЦСЖ человека включает в себя и синтезирует отдельные ценности и смыслы, в которых отражаются конкретные стороны его жизни – значимые люди, предметы, профессиональные занятия, хобби, «техники

повседневного бытия», способы заботы о себе, собственные способности и качества, воспоминания, планы на будущее, здоровье и др.; 2) отдельные ценности и смыслы, включенные в систему ЦСЖ, объединены в группы, обладающие общей тематической направленностью; 3) количество этих групп конечно и невелико; ценности и смыслы, входящие в эти группы соответствуют основным способам ответа на вопрос «Ради чего я живу?»; 4) существуют возрастные и половые различия в том, какие именно частные (парциальные) ценности синтезируются в систему ЦСЖ; 5) существуют определенные типы переживания студентами чувства ЦСЖ. Последовательная проверка этих предположений представляла собой, фактически, этапы данного исследования.

**Методика и выборка испытуемых.** Для изучения ЦСЖ студентов использовался разработанный нами опросник, 50 пунктов которого мы сформулировали на основании ответов экспертов (всего 20 человек, в основном практические психологи и преподаватели психологии в Харьковских вузах) на вопрос «Почему люди ценят свою жизнь?». Поскольку в каждой ценности свернута активность (действие по освоению Мира), то каждый пункт нашего опросника начинается с глагола. Ценить – это значит быть готовым действовать определенным образом, вкладывая энергию и стремясь к определенному результату.

Пункты данного опросника – это разнообразные варианты продолжения фразы «Для меня ценить свою жизнь, это значит...». Каждый из вариантов продолжения фразы испытуемые оценивали с помощью шкалы Лайкерта, имеющей 5 градаций: 1 – нет, 2 – скорее нет, чем да, 3 – нечто среднее, 4 – скорее да, чем нет и 5 – да. В исследовании в качестве испытуемых участвовало 149 студентов нескольких харьковских вузов в возрасте от 17 до 46 лет (ср. –  $23,66 \pm 7,36$ ), 101 женщина и 48 мужчин.



**Результаты исследования.** Рассчитывались средние баллы, набранные по каждому их пунктов опросника. В зависимости от набранных баллов каждому пункту присваивался ранг в иерархии смыслов, определяющих ЦСЖ испытуемых. Наиболее рейтинговыми основаниями для переживания чувства ЦСЖ оказались *«обладание таким ресурсом, как семья»* (10-й ранг), *«контроль условий собственной жизни, возможность на них влиять»* (9-й ранг), *«уход за своим телом»* (8-й ранг), *«извлечение пользы из своих ошибок»* (7-й ранг), *«чувство, что меня любят и принимают»* (6-й ранг), *«получение новой и разнообразной информации»* (5-й ранг), *«возможность выбирать образ жизни»* (4-й ранг), *«возможность инвестировать в свое будущее»* (3-й ранг), *«возможность саморазвития»* (2-й ранг) и, наконец, *«переживание позитивных чувств в отношениях с другими людьми»* (1-й ранг).

В группу из первых десяти наиболее значимых утверждений о том, что делает жизнь ценной, попали суждения, касающиеся саморазвития интеллекта, личности, тела. Испытуемые подчеркивали важность умения извлекать пользу из сигналов обратной связи, получать полезную информацию, корректировать свое поведение, заботиться о будущем. Испытуемые отмечали исключительную важность для переживания ЦСЖ позитивных чувств, проявляющихся в отношениях с другими людьми. Это дружба, любовь, солидарность, сопереживание, чувство востребованности; многими подчеркивалась значимость поддержки со стороны семьи. Испытуемые отмечали значимость экзистенциальных оснований для переживания ЦСЖ, когда отмечали присутствие в нем свободы выбора образа жизни и наличие контроля над условиями жизни. Правильное обращение с собственным телом и возможность ухода за ним также рассматриваются в качестве показателя переживания чувства ЦСЖ.

Ни избегание риска, ни умение соперничать с другими, ни склонность выражать гнев и изолироваться от других людей не способствуют усилению чувства ЦСЖ. Анализ последней (т.е. наименее рейтинговой) десятки суждений об основаниях чувства ЦСЖ у студентов, наглядно это подтверждает. Перечень наименее существенных оснований для переживания чувства ЦСЖ оказался таким: *«умение чувствовать вмешательство в мою жизнь неподвластных мне сил»* (41-й ранг); *«обладать властью»* (42-й ранг); *«не допускать ошибок в жизни»* (43-й ранг); *«избегать риска»* (44-й ранг); *«быть скрытным»* (45-й ранг); *«быть религиозным»* (46-й ранг); *«потакать своим слабостям»* (47-й ранг); *«проявлять негативные чувства – гнев, соперничество, чувство одиночества и др.»* (48-й ранг); *«быть нелюбопытным»* (49-й ранг); *«контролировать жизнь других людей»* (50-й ранг).

Мужская и женская точки зрения относительно наиболее рейтинговых (т.е. первых 10-ти) оснований для переживания чувства ЦСЖ совпадают по девяти пунктам. Так, женщины не указали на то, что собственная жизнь может стать более ценной, если уметь к любой неприятности отнестись, как к уроку. В мужских ответах такое указание присутствует и имеет 9-й ранг. С другой стороны, мужчины не настаивали на том, что уход за своим телом является надежным свидетельством ЦСЖ. В женских ответах данное утверждение является обязательным и имеет 6-ранг. Различия ответов мужчин и женщин касаются в основном того, в какой последовательности те, или иные ответы расположились в ранговой иерархии. Так, например, суждение о важности позитивных чувств (любви, дружбы, сопереживания и др.) у женщин занимает первое место, тогда как у мужчин – шестое. В мужских ответах на вопрос о том, что делает их жизнь ценной, на первом месте оказалась *«возможность получать много новой и разнообразной информации»*. Для женщин это основание для переживания ЦСЖ имеет 7-й ранг.

Обнаружены половые различия при перечислении того, что не имеет значения для переживания чувства ЦСЖ. Мужской и женский перечни ответов, входящих в иерархию оснований для чувства ЦСЖ на последних десяти местах, не совпадают по двум позициям. Так, мужчины демонстративно подчеркнули, что для переживания чувства ЦСЖ они не нуждаются в том, чтобы *«найти себе надежную защиту»* (41-й ранг). Для женщин поиск надежной защиты в жизни более актуален, хотя и не входит в первую десятку оснований для переживания чувства ЦСЖ. С точки зрения мужчин, для того, чтобы переживать чувство ЦСЖ, не обязательно *«состоять в браке»* (45-й ранг). Для женщин пребывание в браке более значимо, хотя и не является доминирующим смыслом, который вошел бы в первую десятку оснований чувства ЦСЖ (36-ранг).

В отличие от мужчин, женщины отметили, что для их чувства ЦСЖ никакого значения не имеет умение *«чувствовать вмешательство в собственную жизнь неподвластных сил»* (41-й ранг). Мужчины не столь категоричны: для них такое умение в некоторой степени важно (28-й ранг). Кроме того, женщины отметили, что для переживания чувства ЦСЖ никак не значимо *«умение быть скрытным»* (46-й ранг). Для мужчин в целом такое умение также не важно, хотя в число наименее значимых десяти оснований ЦСЖ у них оно не входит (39-й ранг).

Таким образом, проявление гендерных особенностей можно обнаружить даже в том, как люди судят о ЦСЖ. Между мужчинами и женщинами вычислялись различия в оценке всех 50-ти оснований чувства ЦСЖ. Таблица 1 содержит информацию о половых различиях в оценке тех, или иных смыслов, с помощью которых жизни придается ценность. Представлены только те основания, различия по которым статистически значимы, а также имеют сильную тенденцию к значимости.

Исследовались возрастные различия в актуализации смыслов (выборе оснований) для переживания чувства ЦСЖ. 111 студентов, участвовавших в исследовании, были названы «молодыми» (их возраст – от 17 до 25 лет), и 36 – взрослыми (28-46 лет). Молодые и взрослые студенты давали очень похожие ответы на вопрос о том, что именно делает их жизнь ценной.

Таблица 1

**Половые различия в основаниях для переживания ЦСЖ у студентов**

Основания (смыслы) для переживания чувства ЦСЖ	Группы испытуемых		t	p
	Женщины (n=128)	Мужчины (n=19)		
Переживание позитивных чувств (дружбы, любви, сопереживания, солидарности с другими)	4,70±0,67	4,26±0,93	2,532	0,01
Субъективная удовлетворенность жизнью	3,95±0,93	3,42±0,96	2,318	0,02
Стремление к Богу, религиозность	2,70±1,30	2,00±1,15	2,212	0,03
Доверие интуиции, бессознательному уму	3,94±1,01	3,26±1,15	2,669	0,008
Поиск надежной защиты	3,98±1,12	3,11±0,88	3,285	0,001
Нахождение повода для радости, веселья	4,29±0,84	3,84±0,76	2,180	0,03
Постоянная активность, стремление «не сидеть на месте»	4,19±0,86	3,63±1,16	2,507	0,01
Уход за своим телом	4,42±0,87	3,84±0,83	2,736	0,007
Пребывание в браке	3,59±1,41	2,58±1,22	2,960	0,004
Вера в то, что достоин(йна) самого лучшего	4,08±1,07	3,58±1,12	1,887	-*
Делание чего-то, что повысит самооценку	3,72±1,15	3,16±1,17	1,980	0,05
Забота о своем душевном здоровье	4,37±0,86	3,84±0,83	2,495	0,01

Примечание: «\*» – сильная (на уровне  $p < 0,1$ ) тенденция к значимости различий

Испытуемые разного возраста были солидарны в том, что ЦСЖ определяется проявлением позитивных чувств во взаимоотношениях с людьми, возможностью выбора образа жизни, получением новой и разнообразной информации, инвестированием разных ресурсов (энергии, финансов) в собственное будущее, наличием семьи, способностью извлекать пользу из ошибок. Все эти основания чувства ЦСЖ не зависят от возраста и входят в первую десятку наиболее значимых смысловых переменных личности студента.

Тем не менее, есть некоторые различия в основаниях чувства ЦСЖ, обусловленные возрастом. Так, для молодых студентов существенно *«чувствовать, что их любят и принимают»* (4-й ранг), что можно *«контролировать условия своей жизни, активно на них влиять»* (8-й ранг), и важно *«уметь превращать неприятность в жизненный урок»* (10-й ранг). Эти три основания для переживания чувства ЦСЖ для взрослых студентов также важны, но в несколько меньшей степени (соответственно, 12-й, 14-й и 11-й ранги). С другой стороны, взрослые студенты отмечали, что свидетельством ЦСЖ является *«уход за своим телом»* (6-ранг), тогда, как у молодых это основание для переживания чувства ЦСЖ в первую десятку не входит (11-й ранг). Взрослые испытуемые в отличие от молодых отметили важность *«заботы о своем душевном здоровье»* (7-й ранг); в группе молодых это основание имеет 15-й ранг. Отношение к своей жизни как к ценности у взрослых студентов обязательно предполагает *«укрепление физического здоровья»* (10-й ранг). Ранг этого основания у молодых – всего лишь 18-й.

Таблица 2 отражает возрастные различия по показателям степени актуальности тех, или иных оснований для переживания чувства ЦСЖ. Для выявления структуры смысловых систем, служащих основанием для переживания чувства ЦСЖ у студентов был использован иерархический

агломеративный кластерный анализ. Объектами кластеризации были оценки студентами каждого из 50-ти ответов на вопрос «Что делает мою жизнь ценной для меня?». Кластеризация была выполнена методом Уорда. В качестве меры близости между объектами кластеризации использовано Евклидово расстояние. На графике схемы объединения объектов кластеризации видно, что резкое возрастание расстояний начинается после 45 шага агломерации. Следовательно, оптимальное число кластеров, которое специалисты (Наследов, 2004) рекомендуют вычислять как разницу между числом объектов и номером шага, после которого начинается резкий рост расстояний, равно  $50 - 45 = 5$ .

Таблица 2

**Возрастные различия в основаниях для переживания ЦСЖ у студентов**

Способы переживания ценности собственной жизни	Группы испытуемых		t	p
	молодые (n=111)	взрослые (n=36)		
Борьба со своими недостатками и страхами	4,09±0,95	3,69±1,26	1,997	0,05
Готовность бороться за свою жизнь в чрезвычайных обстоятельствах	4,32±0,98	3,97±1,28	1,687	-*
Стремление добиться престижной должности	3,80±1,17	3,36±1,22	1,947	0,05
Стремление к Богу, религиозность	2,49±1,31	2,97±1,18	-1,973	0,05
Умение быть нелюбопытным	2,09±1,01	2,53±1,11	-2,199	0,03
Доверие интуиции, бессознательному уму	3,71±1,04	4,28±0,97	-2,883	0,005
Способность найти единомышленников	4,19±0,78	3,89±1,17	1,761	-*
Постоянная активность, стремление «не сидеть на месте»	4,23±0,85	3,75±1,02	2,815	0,006
Вера в то, что достоин самого лучшего	4,10±1,00	3,75±1,30	1,689	-*

Примечание: «\*» – сильная (на уровне  $p < 0,1$ ) тенденция к значимости различий

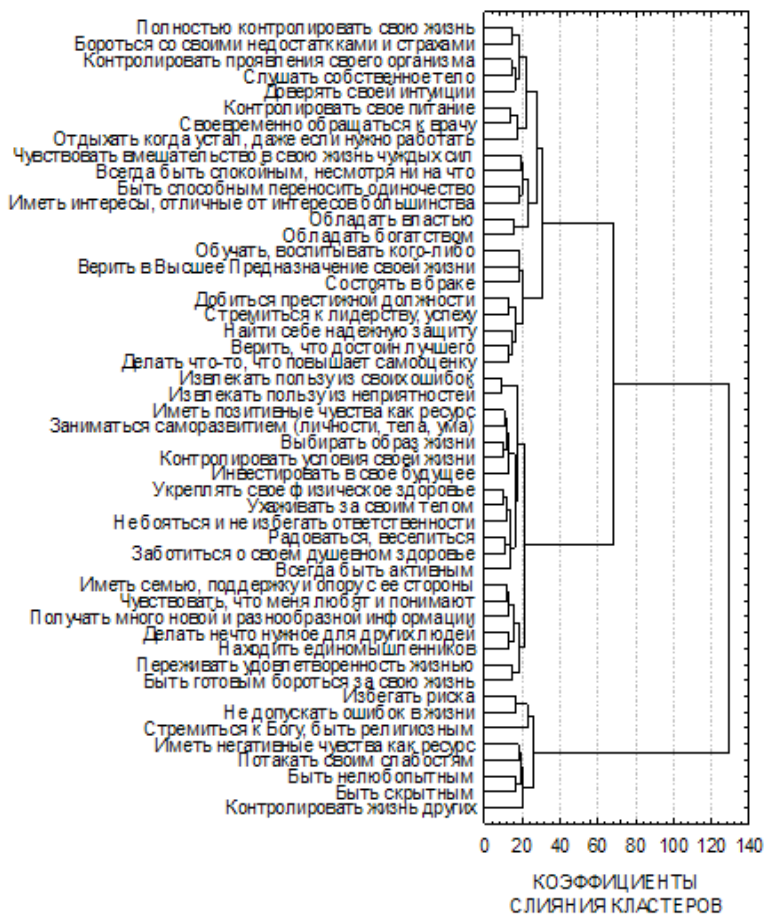


Рис. 1. Кластерная структура смыслов (оснований), на которых базируется переживание чувства ЦСЖ у студентов.

Первый кластер содержится между объектами «Полностью контролировать свою жизнь» — «Обладать богатством».

Данный кластер достаточно разнороден, но, тем не менее, в нем можно выделить две группы смыслов, через которые реализуется чувство ЦСЖ у студентов. Одна смысловая группа объединяется идеей контроля над собственным организмом, его функционированием с учетом сигналов обратной связи и заботой о здоровье. Вторая группа смыслов содержит указания на экзистенциальные и трансцендентальные переживания (переносимость одиночества, чувствительность к вмешательству чуждых сил, стоическое сохранение спокойствия). Однако, два объекта (обладание властью и богатством) воспринимаются в структуре данного кластера как инородные элементы.

Второй кластер находится в границах такой пары объектов, как **«Обучать, воспитывать кого-либо»** и **«Делать что-то, что повышает самооценку»**. За небольшим исключением, здесь преобладает тематика достижений и социального успеха. Признаками такого успеха, делающего жизнь ценной, являются престижная должность, надежная защита, лидерство и т.п. В контексте проблематики успеха и достижения воспринимается как вполне закономерное и стремление «воспитывать, обучать». Именно успешный человек и человек, обладающий высоким статусом, обладает правом кого-то чему-то обучать. И воспитывать такой человек имеет право, так как его жизнь имеет некое Высшее Предназначение.

Компоненты третьего кластера (**«Извлекать пользу из своих ошибок»** – **«Всегда быть активным»**) легко объединяются общей идеей эффективного функционирования личности и организма. Критерии этой эффективности – чувствительность к сигналам обратной связи, активность и ориентация на саморазвитие, наличие выбора, возможность контроля, доступ к дополнительным ресурсам, и, как следствие, позитивный эмоциональный тон.

Четвертый кластер (**«Иметь семью, поддержку и опору с ее стороны»** – **«Быть готовым бороться за свою жизнь»**) в



основном раскрывает идею взаимосвязи с другими людьми, духовной близости, взаимопомощи, поддержки. ЦСЖ здесь связывается с необходимостью и возможностью общения, принадлежности к группе.

Пятый кластер («**Избегать риска**» – «**Контролировать жизнь других**») содержит высказывания, связанные с противоположной идеей – идеей обособления, недоступности для других, исключения риска и ошибок при взаимодействии с внешним миром, готовности реагировать негативно на жизненные вызовы. Взаимодействие с другими редуцируется до уровня реализации власти (контроля).

Однако детальный анализ дендрограммы показывает, что кластерная структура не является идеальной. Почти в каждом кластере присутствует небольшое количество «инородных элементов», не согласующихся с ведущей идеей данного кластера. Поэтому эмпирические данные были подвергнуты также эксплораторному факторному анализу методом главных компонент с последующим варимакс-вращением. Решение об оптимальном количестве факторов принималось на основе критерия «Каменистой осыпи». То, или иное утверждение считалось вошедшим в структуру фактора, если корреляция показателей по данному утверждению коррелировала с фактором на уровне не менее |0,500|. Оптимальной оказалась шестифакторная модель смысловой структуры, обеспечивающей переживание студентами чувства ЦСЖ. При этом шесть факторов в совокупности объясняют 48% общей дисперсии. Все корреляции утверждений опросника с факторами оказались положительными.

Первый фактор (факторный вес – 5,345; доля объясненной дисперсии – 10,7) получил название **Активность–Богатство–Власть–Престиж (АБВП)**. Он оказался содержательно наполненным следующими утверждениями: 1) «обладать таким ресурсом как власть» (0,597); 2) «добиться престижной

должности» (0,686); 3) «обладать таким ресурсом, как богатство» (0,629); 4) «понимать, что у моей жизни есть какое-то Высшее Предназначение» (0,501); 5) «постоянно проявлять активность, не «сидеть на месте» (0,500); 6) «верить, что я достоин самого лучшего» (0,708); 7) «специально делать что-то такое, что повысит мою самооценку» (0,649); 8) «стремиться к лидерству, к успеху» (0,794).

Второй фактор (4,15; 8,3), который обуславливает переживание студентами чувства ЦСЖ, наиболее точно может быть обозначен словосочетанием **Сплоченность–Дружба–Любовь–Семья (СДЛС)**. На статистически значимом уровне в него вошли утверждения: 1) «Обладать таким ресурсом, как семья (а в лице семьи – опоры, поддержки) (0,706); 2) «Обладать таким ресурсом, как позитивные чувства в разных их проявлениях (дружба, любовь, солидарность с другими, сопереживание другим и т.п.)» (0,512); 3) «Чувствовать, что меня любят и принимают» (0,654); 4) «Чувствовать, что то, что я делаю, кому-то нужно» (0,621); 5) «Быть способным найти единомышленников» (0,502); 6) «Состоять в браке» (0,532).

Третий фактор получил название **Телесность–Здоровье–Отдых (ТЗО)**. Он наполнен следующими утверждениями: 1) «Укреплять свое физическое здоровье» (0,504); 2) «Ухаживать за своим телом» (0,676); 3) «Контролировать свое питание» (0,687); 4) «Заботиться о своем душевном здоровье» (0,598); 5) «Отдыхать когда устал, даже если нужно работать» (0,591); 6) «Своевременно обращаться к врачу, а не игнорировать симптомы» (0,683).

Четвертый фактор, был назван **Контроль–Информация–Саморегуляция–Саморазвитие (КИСС)** (3,956; 7,9), так как содержательно наполнился следующими утверждениями: 1) «Вести борьбу со своими недостатками и страхами» (0,508); 2) «Контролировать проявления своего организма» (0,512); 3) «Слушать собственное тело и считать его сигналы самыми

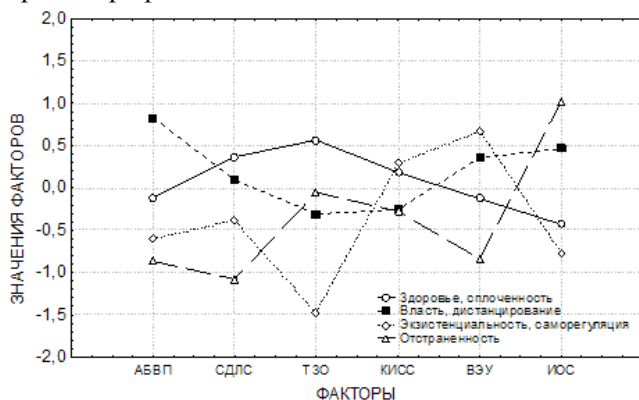
важными» (0,552); 4) «Извлекать пользу из своих ошибок» (0,695); 5) «Получать много новой и разнообразной информации» (0,500); 6) «Заниматься саморазвитием (совершенствованием своей личности, своего тела, ума)» (0,543); 7) «Извлекать пользу из любой неприятности, воспринимать ее как урок» (0,636); 8) «Доверять собственной интуиции, ”бессознательному Уму“» (0,550); 9) «Делать инвестиции в собственное будущее (т.е. что-то такое, за что я потом скажу себе: “Спасибо!”)» (0,500).

Пятый фактор – это выражение такой латентной переменной, как **Выбор–Экзистенциальность–Удовлетворенность (ВЭУ)** (3,441; 6,9). В структуру фактора вошли утверждения: 1) «Обеспечить себе возможность выбирать образ жизни» (0,682); 2) «Быть способным переносить одиночество» (0,511); 3) «Всегда переживать чувство субъективной удовлетворенности жизнью» (0,605); 4) «Быть всегда готовым бороться за свою жизнь в чрезвычайных обстоятельствах» (0,581); 5) «Контролировать условия своей жизни, активно на них влиять» (0,541).

С шестым фактором, – **Избегание–Отстраненность–Скрытность (ИОС)** (2,861; 5,7) тесно коррелировали утверждения 1) «Избегать риска» (0,502); 2) «Обладать таким ресурсом, как негативные чувства в разных их проявлениях (чувство одиночества, гнев, соперничество с другими и т.п.)» (0,518); 3) «Уметь быть нелюбопытным» (0,571); 4) «Уметь быть скрытным, “непрозрачным” для других» (0,728); 5) «Потакать своим слабостям» (0,503).

Для выявления типичных вариантов переживания чувства ЦСЖ шесть факторных показателей всех испытуемых были обработаны с помощью процедуры кластерного анализа методом k-means с заданным числом кластеров, равным четырем. На рис. 2 отражены среднегрупповые данные по

каждой из шести размерностей для каждого из четырех кластерных профилей.



*Рис. 2. Кластерні профілі, характеризуючі 4 типи ціннісного ставлення до власного життя у студентів.*

**Обсуждение.** Из шести групп смыслов, которые вкладываются испытуемыми (независимо от пола и возраста) в понимание ЦСЖ, в первой десятке суждений представлены только четыре – КИСС (4 утверждения), СДЛС (3 утверждения), ВЭУ (2 утверждения) и ТЗО (1 утверждение). Обращает на себя внимание то, что большинство испытуемых не связывает (или очень мало связывает) переживание чувства ЦСЖ с решением проблем имиджа и престижа, поиском ответов на вопросы своего статуса. Власть и богатство, по мнению большинства испытуемых – сравнительно шаткие и не надежные основания для переживания чувства ЦСЖ. Ни один из пунктов опросника, диагностирующий смыслы из группы АБВП, не попал в первую десятку суждений. То же самое можно сказать о смыслах из группы ИОС. Следовательно, психологические основания ЦСЖ – аутентичные, организуемые изнутри, но не привносимые

извне образования, актуализация которых требует внутреннего диалога, контакта человека с самим собой.

При сравнении наиболее рейтинговых женских и мужских ответов на пункты опросника обнаруживается универсальная, почти не зависящая от половой принадлежности система суждений людей о критериях ЦСЖ. При сравнении испытуемых по всем 50-ти показателям заметные половые различия коснулись двенадцати показателей. Все различия – в пользу женщин, что может свидетельствовать об их большей, по сравнению с мужчинами, открытости для обсуждения психологических проблем. Примечательно то, что наиболее значительные различия получены по таким параметрам, которые четко соответствуют традиционным гендерным стереотипам (Бендас, 2005; Козлов, Шухова, 2010), распространенным образам «типичной женщины» и «типичного мужчины». Это – *«поиск надежной защиты»*, *«пребывание в браке»*, *«уход за своим телом»* и, в несколько меньшей степени, *«доверие интуиции, бессознательному уму»*.

Основания для переживания чувства ЦСЖ трансформируются с возрастом. Об этом свидетельствует анализ наиболее рейтинговых оснований для переживания чувства ЦСЖ взрослыми и молодыми студентами. Взрослые студенты в отличие от молодых, были более настойчивыми в подчеркивании важности ухода за собственным телом, заботы о душевном и физическом здоровье. Сравнение взрослых и молодых студентов по всем 50-ти показателям еще более красноречиво. Различия обнаружены по шести показателям и еще по трем выявлена сильная тенденция к значимости различий. Три показателя, по которым взрослые студенты превзошли молодых (религиозность, умение быть нелюбопытным, доверие интуиции), свидетельствуют об обретении своего собственного уникального стиля жизни при достижении личностной зрелости (Абульханова-Славская, 1991;

Анцыферова, 2006). Это – выражение развития и дифференциации параметров экзистенциального опыта личности – его пристрастности, персональной соотнесенности, осмысленности, амплифицированности, подчиненности единому модусу (генеральной идее), самобытности и т.п. (Сапогова, 2016). Признание присутствия Высшей Силы, понимание и принятие мысли о том, что иногда «не следует совать свой нос в чужие дела», а также обретение гармонии между сознанием и подсознанием – закономерный результат обретения опыта разрешения внутренних конфликтов, самоопределения в сложных жизненных ситуациях. Это свидетельство происходящих в личности процессов индивидуации (Холлис, 2011; Юнг, 1995).

Юнгианская идея о смысле первой половины жизни как времени интенсивной социализации и внешней экспансии (Юнг, 1995) в нашем исследовании подтвердилась. Юные студенты, в отличие от взрослых, рассуждая о том, что делает их жизнь ценной, значительно чаще говорили о важности *«борьбы со своими недостатками и страхами»*, о стремлении *«добиться престижной должности»*, о необходимости *«быть постоянно активным»*. В этот тренд непротиворечиво вписываются также и показатели трех переменных, по которым была почти достигнута статистическая значимость различий в пользу молодых студентов. Во-первых, это *«готовность бороться за свою жизнь»*; взрослый человек с начатками Мудрости, в отличие от молодого, хорошо понимает, что иногда самой лучшей и наиболее эффективной формой борьбы за свою жизнь может быть отказ от борьбы (или, по крайней мере, воздержание от каких-либо действий, «непротивление Злу насилием»). Во-вторых, это *«способность найти единомышленников»*; именно в юности чувство ЦСЖ может быть существенно повышено сочувствующей и сопереживающей группой (Кон, 1979). Одной из важнейших линий взросления личности является

освобождение от диктата и суггестивных влияний группы (Сапогова, 2016). В-третьих, это *«вера в то, что достоин самого лучшего»*; такая вера содержит в себе детскую установку на получение вознаграждения за «хорошее и правильное поведение» от Отца, Большого Другого и т.п.; она также постепенно преодолевается по мере взросления (Джидарьян, 2013).

ЦСЖ, будучи сложным системным явлением, состоит из отдельных компонентов – более частных ценностей, связывающих человека с отдельными сторонами и процессами повседневного бытия. ЦСЖ как бы вбирает в себя эти частности, интегрирует их в более-менее осмысленные ценностные подструктуры. Структура дендрограммы свидетельствует об объединении ответов на вопрос о ЦСЖ в такие системные образования. Это – смысловые комплексы, которые охватывают тематику: 1) экзистенциальных и трансцендентальных переживаний, 2) социального успеха, 3) эффективного функционирования организма и личности, 4) общения и единения с другими людьми, 5) обособления от других и контроля над ними. Представления студентов о ЦСЖ и ее основаниях структурируются именно этими ведущими идеями.

В отличие от агломеративного кластерного анализа, факторный анализ обеспечил такое сжатие данных, после которого выделились шесть латентных переменных, обуславливающих переживание чувства ЦСЖ. На основе факторных показателей выделены четыре типологических профиля, на основе которых можно говорить об индивидуальных различиях в переживании чувства ЦСЖ у студентов. У студентов с *1 типом* переживания ЦСЖ ( $n = 67$ ) доминирует идея здоровьесберегающего поведения и близкого общения со значимыми партнерами. При *2 типе* ( $n = 43$ ) ценность жизни воспринимается как стремление обладать

властью, удерживая дистанцию в общении. При 3 *типе* ( $n = 16$ ) свидетельством ЦСЖ считаются стремление к экзистенциальным, трансцендентным переживаниям (выбор, свобода и т.п.), а также активные действия, обеспечивающие эффективную саморегуляцию организма и личности. При 4 *типе* ( $n = 21$ ) переживания чувства ЦСЖ у студентов реализуется стремление отстраниться от других людей, подчеркнуть свою обособленность.

**Выводы.** ЦСЖ – системное синтетическое образование, включающее в себя парциальные ценности, связанные с отдельными сторонами человеческой жизни. Отдельные ценности и смыслы объединены в группы (кластеры) с определенной тематической направленностью. Каждая такая группа отражает пронизанную убеждениями готовность человека вести определенный образ жизни, ценить в своей жизни те, или иные ее аспекты. В студенческой выборке существуют возрастные и половые различия в том, какие именно частные (парциальные) ценности синтезируются в систему ЦСЖ. Отдельные компоненты переживания чувства ЦСЖ у студентов в качестве «поверхностных признаков» обусловлены шестью латентными переменными: 1) «Активность–Богатство–Власть–Престиж», 2) «Сплоченность–Дружба–Любовь–Семья», 3) «Телесность–Здоровье–Отдых», 4) «Контроль–Информация–Саморегуляция–Саморазвитие», 5) «Выбор–Экзистенциальность – Удовлетворенность» и 6) «Избегание–Отстраненность–Скрытность». Студенты продемонстрировали 4 типа переживания чувства ЦСЖ: «Здоровье, сплоченность», «Власть, дистанцирование», «Экзистенциальность, саморегуляция» и «Отстраненность».

Перспективой дальнейшего исследования является изучение разнообразных психологических предикторов четырех



типов переживания студентами чувства ценности собственной жизни.

### Литература

- Абульханова-Славская К.А. (1991). Стратегия жизни. М.: Мысль.
- Анцыферова Л.И. (2006). Развитие личности и проблемы геронтопсихологии. М.: Изд-во «Институт психологии РАН».
- Бендас Т.В. (2005). Гендерная психология. СПб.: Питер.
- Джидарьян И.А. (2013). Психология счастья и оптимизма. М.: Изд-во «Институт психологии РАН».
- Диаб Н. (2017). Ценность собственной жизни у студентов: постановка проблемы и пути ее решения. *Вісник ХНПУ імені Г.С. Сковороди. Психологія*. Випуск 1 (57). 78–91. doi: 10.5281/zenodo.1184268
- Джонсон Р., Руль Дж. (2017). Проживая свою непрожитую жизнь. М.: Институт общегуманитарных исследований.
- Зимбардо Ф., Бойд Дж. (2010). Парадокс времени. Новая психология времени, которая улучшит вашу жизнь. СПб.: Речь.
- Козлов В.В., Шухова Н.А. (2010). Гендерная психология. СПб.: Речь.
- Кон И.С. (1979). Психология юношеского возраста. М.: Просвещение.
- Лэнгле А. (2019). Воплощенная экзистенция. Развитие, применение и концепты экзистенциального анализа. Материалы для психотерапии, консультирования и коучинга. Харьков: Гуманитарный Центр.
- Мэй Р. (2013). Свобода и судьба. М.: Институт общегуманитарных исследований.
- Наследов А.Д. (2004). Математические методы психологического исследования. Анализ и интерпретация данных. Учебное пособие. СПб.: Речь.
- Рубинштейн С.Л. (2002). Основы общей психологии. СПб.: Питер.
- Сапогова Е.Е. (2016). Территория взрослости. Горизонты саморазвития во взрослом возрасте. М.: Генезис.
- Сартр Ж.-П. (2004). Очерк теории эмоций. *Психология эмоций*. Автор-составитель В.К. Виллонас. СПб.: Питер, 176–196.
- Шпрангер Э. (2014). Формы жизни: Гуманитарная психология и этика личности. М.: «Канон+»; РООИ «Реабилитация».
- Юнг К.-Г. (2010). Об энергетике души. М.: Академический Проект; Фонд «Мир».

*Оригінальний рукопис отриманий 11 березня 2019 року*

*Стаття прийнята до друку 20 березня 2019 року*