
ВЗАИМОСВЯЗЬ ОСОБЕННОСТЕЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ И ЦЕННОСТНО-СМЫСЛОВОЙ СФЕРЫ ЛИЧНОСТИ У ПОДРОСТКОВ И МОЛОДЕЖИ

Юлия В. Бердянская*, Ольга С. Васильева

Южный федеральный университет, г. Ростов-на-Дону, Россия

* E-mail: juliaber@list.ru

В последние десятилетия проблема здоровья привлекает внимание различных наук и является предметом междисциплинарного изучения. В данной статье представлены результаты исследования психологического здоровья, уровня осмысленности жизни, смысложизненных ориентаций, представлений о смысле жизни и иерархии ценностей у современных подростков и молодежи. В исследовании были использованы следующие методики: методика «Личностный дифференциал» (адаптация НИИ им. В. М. Бехтерева), шкала личностной тревожности Ч. Д. Спилбергера и Ю. Л. Ханина, тест самооценки стрессоустойчивости С. Коухена и Г. Виллиансона, тест смысложизненных ориентаций Д. А. Леонтьева, тест М. Рокича «Ценностные ориентации», авторская анкета О. С. Васильевой, Ю. В. Бердянской.

Основными результатами исследования явились выявление особенностей ценностно-смысловой сферы, связанных с высоким уровнем психологического здоровья, и сравнение содержания ценностно-смысловой сферы у подростков и молодежи. У группы с высоким уровнем психологического здоровья ведущими ценностями являются активная жизнь, здоровье, дружба, познание, развитие, свобода, ответственность, смелость, честность, а отвергаемой – материальная обеспеченность. Группа с низким уровнем психологического здоровья предпочитает творчество, уверенность, независимость, рационализм, широту взглядов. Молодежь ценит жизненную мудрость, здоровье, познание, свободу, творчество, уверенность, независимость, ответственность, рационализм, честность, отрицает развлечения, а помимо них, как и подростки, – непримиримость к недостаткам и высокие запросы. У подростков четко сформированная структура ведущих ценностей отсутствует. Группа с высоким уровнем психологического здоровья имеет более высокие показатели по уровню осмысленности жизни, ощущению счастья и смысложизненным ориентациям. По показателям важности наличия смысла и самооценки здоровья различий нет. Представления о смысле жизни у обеих групп по большей части схожи – саморазвитие, семья, самореализация, благо других, – но различаются по рангу. Для молодежи важны переживания и познание; подростки предпочитают счастье, творчество и построение индивидуальной траектории жизни.

Ключевые слова

психология здоровья, психологическое здоровье, ценности, ценностные ориентации, иерархия ценностей, смысл жизни, ценностно-смысловая сфера

Для цитирования: Бердянская Ю. В., Васильева О. С. Взаимосвязь особенностей психологического здоровья и ценностно-смысловой сферы личности у подростков и молодежи // Северо-Кавказский психологический вестник. 2018. № 16/1-2. С. 13–24.

THE INTERRELATIONSHIP BETWEEN FEATURES OF PSYCHOLOGICAL HEALTH AND VALUE-SEMANTIC SPHERE OF PERSONALITY AMONG TEENS AND YOUTH

Yuliya V. Berdyanskaya*, Olga S. Vasilyeva

Southern Federal University, Rostov-on-Don, Russia

* Corresponding author. E-mail: juliaberd@list.ru

In the last decades, the problem of health has attracted the attention of various types of science and it is a subject of interdisciplinary research. In this article are provided the results of research on psychological health, level of life' mindfulness, life-notional orientations, idea of life and values' hierarchy. Next techniques were used: "Personal Differential" (Research Institute of V. M. Bechtere'v' adaptation), State-Trait Anxiety Inventory (Ch. D. Spielberger, Yu. L. Khanin), test of stress' self-evaluation (S. Cowhen, G. Willianson), test of life-semantic orientation (D. A. Leontyev), "Values orientations" (M. Rokich), authors' questionnaire (O. S. Vasilyeva, Yu. V. Berdyanskaya).

The basic results of the research are a) identified values in the interrelationship with high level of psychological health, and b) comparison of contents of value-semantic sphere in teens and youth. In the group with high level of psychological health leading values are active life, health, friendship, knowledge, development, freedom, responsibility, courage and honesty, and rejected is material security. Group with low level of psychological health preferred creativity, rationalism, open-mindedness. Youth appreciates life wisdom, health, knowledge, freedom, confidence, independency, rationalism, honesty, deny entertainment and, in addition, intransigence to deficiencies, and high requests. Teens haven't clearly defined structure of leading values. Group with high level of psychological health has more high performance of mindfulness level of their life, feeling happiness and life-notional orientations. There are no distinctions in the indicators of the importance of the sense' existence and health's self-evaluation. The views of the sense of life in both groups, mainly the similar, – self-development, family, self-realization, the good of others, – but are differ in the ranks. For youth feelings and knowledge are important, teens prefer happiness, creativity and building of an individual trajectory of life.

Keywords

Health Psychology, psychological health, values, values orientations, hierarchy of values, sense of life, value-semantic sphere

For citation: Berdyanskaya Yu. V., Vasilyeva O. S. The interrelationship between features of psychological health and value-semantic sphere of personality among teens and youth. *Severo-Kavkazskii psikhologicheskii vestnik – North-Caucasian Psychological Bulletin*, 2018, no. 16/1-2, pp. 13–24 (in Russian).

ВВЕДЕНИЕ

Современный этап развития общества требует от человека умения эффективно ориентироваться в пространстве социальной реальности и актуализирует проблему адаптации индивида [1]. В то же время, с признанием значимости гуманистических ценностей для успешного решения глобальных проблем, человек – как высшая самооценочность – всё чаще оказывается в центре внимания общества. Поскольку жизнедеятельность человека во многом определяется состоянием его здоровья, здоровье индивида, являющееся не только витальным, но и социальным феноменом, становится особой ценностью, имеющей глобальное значение. «Улучшение здоровья человека – это один из подходов к созданию лучшего мира», считал выдающийся представитель гуманистической теории личности А. Маслоу [2]. Именно под влиянием гуманистического направления во второй половине XX в. психология перешла от изучения патологий, дисфункций и аномалий развития непосредственно к распространению идей здоровья. В 1978 г. в Американской психологической ассоциации была образована секция психологии здоровья, и вскоре вышел в свет первый учебник. К слову, в России становление психологии здоровья связывают с докладом В. М. Бехтерева «Личность и условия ее развития и здоровья», представленным в сентябре 1905 г. на II съезде российских психиатров в г. Киеве, хотя в качестве отдельного научного направления она оформилась лишь в 90-х гг. [3].

С появлением психологии здоровья как самостоятельной области знания понятие «здоровье» рассматривается на психологическом уровне. Так, по мнению Дж. Матараццо, психология призвана внести вклад в поддержание здоровья и профилактику заболеваний, в улучшение системы здравоохранения и политики в области здоровья [4]. А. Маслоу тоже призывает медиков и биологов применять холистический подход к болезням и учитывать, помимо биологических, психологические и социальные факторы [2].

Анализируя историю развития научного знания о здоровье, следует признать, что наиболее распространенные дефиниции здоровья даются в рамках медицины и биологических наук, отражая физическую сторону его прояв-

ления, однако уже в XIX в. выдающиеся медики (Н. И. Пирогов, П. Ф. Лесгафт, А. П. Богданов и др.) обращаются и к проблемам духовной составляющей здоровья, воспитания и образования здоровых поколений [5, 6]. В дальнейшем появляется множество разнообразных толкований данного феномена в рамках различных наук. В современном понимании здоровья человека утвердилась направленность на интеграцию научных знаний об этом многомерном и многоаспектном феномене, признанном и требующим изучения как предмет междисциплинарного исследования [7, 8, 9, 10, 11, 12]. Поскольку «фундаментальное решение проблем здоровья может быть найдено только при условии целенаправленного изменения сознания людей» [13, с. 360], необходимость «совершенствовать то позитивное, что есть в каждом человеке» [14, с. 14] является одним из стратегических направлений в оптимизации ситуации со здоровьем.

Здоровье имеет мировоззренческий аспект: повышению уровня психологического здоровья личности способствует, в частности, «осмысленность индивидуального бытия и осознанно выстроенная иерархия ценностей» [13, с. 367–369; 15]. Как отечественные, так и зарубежные ученые сходятся во мнении, что, во-первых, ценности необходимо развивать, начиная с раннего возраста – как можно раньше, поскольку уже у 7-летних детей обнаруживается вполне отчетливая система ценностных ориентаций, а их структура, в основном, остается стабильной в детстве и юности; во-вторых, что система образования должна принимать в формировании ценностей живое участие, в том числе – развивая навыки самоанализа, создавая культуру рефлексии; в-третьих, что высокое значение имеют преемственность и передача ценностей от одного поколения к другому [7, 16, 17, 18, 19, 20, 21]. Конкретизация особенностей ценностно-смысловой сферы личности, имеющих связь с высоким уровнем психологического здоровья, является центральной проблемой данной работы.

Определение понятий. В данной статье ключевыми понятиями являются *психологическое здоровье, ценности и смысл*.

Психологическое здоровье – состояние субъективного, внутреннего благополучия лич-

ности, обеспечивающее оптимальный выбор действий, поступков и поведения в ситуациях ее взаимодействия с окружающими объективными условиями, другими людьми и позволяющее ей свободно актуализировать свои индивидуальные и возрастно-психологические возможности [22].

В данном исследовании для изучения психологического здоровья были выбраны его следующие особенности: самооценка, стрессоустойчивость, уровень личностной тревожности и развитость волевых качеств (измерялись при помощи методик № 3, 4, 5). Основанием для данного выбора послужили воззрения О. С. Васильевой, В. Э. Пахальяна, О. В. Хухлаевой, М. Яхода, А. Маслоу [2, 14, 22, 23, 24, 25].

Ценности – это смыслы, которые разделяются множеством людей, «универсалии смысла» [26].

Высшие ценности – это главные, вечные, лежащие в основании всего ценности, которые не могут быть подчинены никаким другим, более важным [2].

Смысл жизни – это феномен, обеспечивающий нормальную и продуктивную жизнь человека, утрата которого может иметь трагические последствия. Как психологический феномен смысл жизни – это отражение в сознании субъекта особенностей иерархии целевых установок его жизни и деятельности, ставших для него жизненно значимой ценностью чрезвычайно высокого порядка [27].

МЕТОДЫ

Цель исследования: изучение связи между особенностями психологического здоровья и ценностно-смысловой сферы у подростков и молодежи, сравнительный анализ полученных данных у обеих возрастных групп.

Предмет исследования: особенности психологического здоровья респондентов, их ценности и отдельные составляющие смысловой сферы, а также их взаимосвязи.

Объект исследования: исходную выборку составляли 200 человек в возрасте от 14 до 30 лет, которые были распределены в две подвыборки, в дальнейшем именуемые «подростковой выборкой» и «молодежной выборкой»: 100 человек в возрасте от 14 до 17 лет (подростковая выборка) и 100 человек

в возрасте от 18 до 30 лет (молодежная выборка), выровненные по полу – в каждой по 50 девушек и юношей. На первом этапе исследования были отсеяны респонденты со средними показателями психологического здоровья. В результате актуальную выборку составили 135 человек: 58 в подростковой выборке и 77 в молодежной выборке.

Гипотеза исследования: существует определенная связь между особенностями психологического здоровья и ценностно-смысловой сферы, а именно: у людей с лучшим психологическим здоровьем выше уровень осмысленности жизни, им присущи определенные смыслы и ценности, при этом содержание ценностно-смысловой сферы различно у разных возрастных групп.

Частные гипотезы:

- 1) существует связь между уровнем психологического здоровья, уровнем осмысленности жизни и оценкой важности наличия смысла в жизни;
- 2) объективный и субъективный показатели осмысленности жизни связаны с представлением о важности смысла в жизни;
- 3) существует связь особенностей психологического здоровья с показателями смысловых ориентаций;
- 4) существует связь особенностей психологического здоровья с самооценкой здоровья и ощущением счастья;
- 5) у респондентов с различным уровнем психологического здоровья отличаются системы ценностей, вследствие чего им свойственны различные ведущие и отвергаемые ценности;
- 6) у респондентов в зависимости от уровня психологического здоровья различаются представления о своем смысле жизни, о смысле жизни большинства людей и путях поиска смысла жизни;
- 7) у респондентов из разных возрастных групп различаются ведущие и отвергаемые ценности и вышеперечисленные представления о смысле жизни.

Методическими и теоретическими предпосылками исследования являются: концепции здоровья О. С. Васильевой и Ф. Р. Филатова, О. В. Хухлаевой, А. В. Шувалова, А. Маслоу, Ф. Франкла, концепции смысла В. Франкла,

В. Э. Чудновского, концепции ценностей А. Маслоу и В. Франкла.

Методики исследования:

- 1) тест М. Рокича «Ценностные ориентации»;
- 2) методика «Личностный дифференциал» (адаптация НИИ им. В. М. Бехтерева);
- 3) шкала личностной тревожности Ч. Д. Спилбергера и Ю. Л. Ханина;
- 4) тест самооценки стрессоустойчивости С. Коухена и Г. Виллиансона;
- 5) тест смысложизненных ориентаций Д. А. Леонтьева;
- 6) авторская анкета О. С. Васильевой, Ю. В. Бердянской.

Авторская анкета включала три открытых вопроса (о смысле жизни респондентов, об их представлениях о смысле жизни большинства людей и о путях поиска смысла жизни) и четыре вопроса, в которых требовалось оценить по 10-балльной шкале уровень осмысленности своей жизни, важность наличия смысла в жизни, свое здоровье и ощущение счастья.

Математическая обработка данных включала следующие методы: контент-анализ, определение нормальности распределения (критерий нормальности Е. И. Пустыльника), расчет коэффициентов корреляции (коэффициент корреляции r -Пирсона, коэффициент корреляции r -Спирмена), установление различий между несвязанными выборками (U -критерий Манна – Уитни, Q -критерий Розенбаума), составление таблиц относительной и абсолютной частот распределения.

РЕЗУЛЬТАТЫ

На основании сопоставления самооценки, силы воли, уровня тревожности и стрессоустойчивости (измеренных при помощи методик «Личностный дифференциал», шкала личностной тревожности, тест самооценки стрессоустойчивости) были выделены респонденты, имеющие высокий уровень психологического здоровья (группа № 1) и низкий уровень психологического здоровья (группа № 2). В группу № 1 вошли 38 человек в молодежной выборке и 24 человека в подростковой, в группу № 2 – 39 человек в молодежной выборке и 34 человека в подростковой.

При помощи теста М. Рокича «Ценностные ориентации» были выявлены ведущие и отверга-

емые ценности группы № 1 и группы № 2 в обеих возрастных выборках (см. табл. 1).

Были выявлены две *универсальные* ведущие ценности, которые важны для всех респондентов: любовь и жизнерадостность, а также три отвергаемые – общественное признание, непримиримость и высокие запросы. *Группа № 1* предпочитает активную жизнь, здоровье, дружбу, познание, развитие, свободу, ответственность, смелость, честность, а отрицает материальную обеспеченность. *Группа № 2* дорожит творчеством, уверенностью, независимостью, рационализмом, широтой взглядов, при этом не имеет специфичных отвергаемых ценностей. В результате сравнения ценностей у *разных возрастных категорий* установлено, что в отличие от молодежи у подростков ценностные ориентации еще не сформированы, вследствие чего выявить общие не удается. *Молодежь* выбирает жизненную мудрость, здоровье, познание, свободу, ответственность, честность, творчество, уверенность, независимость, рационализм, отвергает развлечения. И молодежь, и подростки отрицают непримиримость к недостаткам и высокие запросы.

Количественный анализ смысловой сферы. В ходе анализа были исследованы следующие особенности смысловой сферы: объективный уровень осмысленности жизни (тест СЖО), субъективный уровень осмысленности жизни (самооценка испытуемых), важность наличия смысла жизни (самооценка испытуемых), смысложизненные ориентации (тест СЖО): «цели в жизни» (наличие в жизни испытуемого целей в будущем), «процесс жизни» (интерес и эмоциональная насыщенность жизни), «результативность жизни» (удовлетворенность самореализацией, оценка пройденного отрезка жизни), «локус контроля – Я» («Я – хозяин жизни», представление о собственной способности управлять своей жизнью), «локус контроля – жизнь» (управляемость жизни, представление о свободе человека и его возможности контролировать свою жизнь).

С помощью коэффициентов r -Пирсона и r -Спирмена были рассчитаны корреляции между признаками. Предварительно следует отметить, что во всех случаях были установлены закономерные корреляции между субъективным и объективным уровнем осмысленности

Таблица 1

Ведущие и отвергаемые ценности каждой группы респондентов

	Молодежная группа № 1	Молодежная группа № 2	Подростковая группа № 1	Подростковая группа № 2
Ведущие ценности-цели	Активная жизнь Жизненная мудрость Здоровье Любовь Друзья Познание Развитие Свобода Творчество Уверенность	Жизненная мудрость Здоровье Интересная работа Любовь Уверенность	Активная жизнь Здоровье Любовь Друзья Познание Продуктивная жизнь Развитие Свобода	Любовь Творчество Уверенность
Отвергаемые ценности-цели	Красота Материальная обеспеченность Общественное признание Развлечения Семья Счастье других	Общественное признание Развлечения	Материальная обеспеченность Общественное признание	Общественное признание
Ведущие ценности-средства	Жизнерадостность Независимость Образованность Ответственность Рационализм Самоконтроль Смелость Твердая воля Честность	Жизнерадостность Независимость Ответственность Рационализм Терпимость Широта взглядов Честность	Воспитанность Жизнерадостность Ответственность Смелость Честность Чуткость	Жизнерадостность Независимость Образованность Рационализм Самоконтроль Широта взглядов
Отвергаемые ценности-средства	Аккуратность Высокие запросы Непримиримость	Высокие запросы Непримиримость	Высокие запросы Непримиримость	Высокие запросы Непримиримость

жизни (что указывает на достоверность и согласованность обоих способов измерения) и между объективным уровнем осмысленности жизни и всеми смысловыми ориентациями, которые с разной силой коррелируют и между собой (что закономерно в силу их принадлежности к одной методике), поэтому данные корреляции в дальнейшем не рассматриваются.

В *молодежной группе № 1* существуют умеренные корреляции между самооценкой здоровья и ощущением счастья (r -Пирсона равен $r = 0,367$ при $p = 0,01$) и между субъективным уровнем осмысленности жизни и важностью наличия смысла жизни (r -Спирмена равен $r = 0,441$ при $p > 0,01$), которые, в свою очередь, коррелируют с СЖО «процесс жизни» (r -Спирмена равен $r = 0,402$ при $p = 0,01$ для осмысленности и $r = 0,389$ при $p > 0,05$ для важности смысла).

В *молодежной группе № 2* существуют умеренные и средние корреляции: субъективный уровень осмысленности жизни коррелирует с важностью наличия смысла ($r = 0,335$ при $p > 0,05$), со всеми СЖО ($r = 0,560, r = 0,501, r = 0,561, r = 0,558, r = 0,597$ при $p \geq 0,001$); важность наличия смысла коррелирует с объективным уровнем осмысленности жизни ($r = 0,334$ при $p > 0,05$), самооценкой здоровья ($r = 0,326$ при $p > 0,05$) и двумя СЖО – «процесс жизни» ($r = 0,397$ при $p > 0,01$) и «результативность жизни» ($r = 0,342$ при $p > 0,03$); ощущение счастья – с объективным уровнем осмысленности жизни ($r = 0,577$ при $p > 0,001$) и всеми СЖО ($r = 0,428, r = 0,440, r = 0,398, r = 0,636, r = 0,467$, все при $p = 0,01$, кроме $p = 0,001$ у предпоследней СЖО). Обнаружена также умеренная отрицательная корреляция между самооценкой здоровья и смысловыми ориентациями «цели в жизни» ($r = -0,340$ при $p > 0,05$).

В *подростковой группе № 1* были выявлены корреляции субъективного уровня осмысленности жизни со всеми показателями, кроме СЖО «цели в жизни» (коэффициенты r -Пирсона равны $r = 0,875, r = 0,548, r = 0,598, r = 0,597, r = 0,585, r = 0,601, r = 0,450$ при $p > 0,01$, в последнем случае $p > 0,05$). Важность наличия смысла тоже коррелирует со всеми параметрами, кроме одного – самооценки здоровья ($r = 0,472, r = 0,570, r = 0,527, r = 0,416, r = 0,455, r = 0,701, r = 0,449$ при $p > 0,05, p > 0,01, p > 0,01, p > 0,05, p > 0,05, p > 0,001, p > 0,05$). Самооценка здоро-

вья сильно коррелирует с ощущением счастья ($r = 0,764$), умеренно – с объективным уровнем осмысленности ($r = 0,485$), средне – с ориентациями «процесс жизни» ($r = 0,578$) и «результативность жизни» ($r = 0,672$). Ощущение счастья, помимо уже указанных, коррелирует с объективным уровнем осмысленности жизни и всеми СЖО, кроме «целей в жизни» ($r = 0,607, r = 0,596, r = 0,714, r = 0,514, r = 0,416$; сила связи – от умеренной до сильной).

В *подростковой группе № 2* обнаружены следующие корреляции: субъективный уровень осмысленности жизни коррелирует со всеми показателями, кроме самооценки здоровья, а именно с важностью наличия смысла (r -Пирсона равен $r = 0,534$ при $p = 0,001$), ощущением счастья ($r = 0,709$ при $p > 0,001$) и смысловыми ориентациями ($r = 0,532, r = 0,447, r = 0,527, r = 0,444, r = 0,480$ при $p = 0,001, p > 0,01, p = 0,001, p > 0,01, p > 0,01$), сила связи варьируется от умеренной до сильной. Важность наличия смысла умеренно коррелирует с самооценкой здоровья ($r = 0,371$ при $p = 0,031$) и ощущением счастья ($r = 0,478$ при $p > 0,01$). Самооценка здоровья обнаруживает средние корреляции с ощущением счастья ($r = 0,633$ при $p > 0,001$), объективным уровнем осмысленности жизни ($r = 0,504$ при $p > 0,01$) и умеренные или средние – со всеми СЖО, кроме «целей в жизни» ($r = 0,561, r = 0,400, r = 0,397, r = 0,439$ при $p = 0,001, p > 0,01, p > 0,01, p > 0,001$). Ощущение счастья со средней силой коррелирует с объективным уровнем осмысленности жизни ($r = 0,682$ при $p > 0,001$) и с умеренной или средней – со всеми СЖО ($r = 0,411, r = 0,669, r = 0,598, r = 0,560, r = 0,641$ при $p > 0,01, p \geq 0,001$).

К наиболее существенным корреляциям относятся следующие. *Молодежная и подростковая группы № 2* связывают ощущение счастья с наличием целей в жизни, тогда как *группы № 1* этого не делают. Для *молодежной группы № 2* здоровье выступает ресурсом, необходимым для духовного поиска и продуктивности, оно связано и с осмысленностью жизни, которая во многом опирается на наличие целей и ориентирована в будущее, а также связана со здоровьем. В то же время, чем более здоровыми ощущают себя респонденты, тем меньше они склонны заглядывать в будущее. Для *подростковой группы № 1*, напротив, здоровье

не играет роли, однако связано с ощущением счастья и всеми СЖО. Для *подростковой группы № 2* осмысленность жизни связана с будущим, а для *подростковой группы № 1* – со здоровьем и настоящим временем. *Подростки из группы № 2* задумываются о смысле своей жизни, когда чувствуют себя здоровыми и счастливыми; если они ощущают себя здоровыми, это укрепляет их веру в способность человека управлять своей жизнью и, в частности, в собственные возможности.

Различия между группами № 1 и № 2 были установлены с помощью критериев *Q* Розенбаума и *U* Манна – Уитни. Они совершенно идентичны в обеих возрастных выборках: существуют значимые различия по показателям: субъективный и объективный уровни осмысленности жизни, ощущение счастья, «цели в жизни», «процесс жизни», «результативность жизни», «локус контроля – Я», «локус контроля – жизнь». Группа № 1 имеет более высокий уровень данных признаков, чем группа № 2. В важности наличия смысла и самооценках здоровья различий не обнаружено.

Качественный анализ смысловой сферы.

Авторская анкета включала 3 открытых вопроса, относящихся к смысловой сфере: в чем респонденты видят смысл своей жизни, в чем видит его большинство людей (по их мнению) и каковы пути его поиска. Ответы были обработаны методом контент-анализа.

Была выявлена 21 категория *смысла собственной жизни*: «самореализация», «творчество», «саморазвитие», «благо других и мира», «семья», «дети», «переживания», «гармония», «финансовая обеспеченность», «интересы» (уникальна для молодежи), «поиск смысла» (уникальна для молодежи), «работа», «любовь», «познание», «индивидуальная траектория», «жизнь как таковая» (уникальна для молодежи), «стандартная жизнь» (уникальна для молодежи), «счастье», «успех», «близкие люди» (уникальна для подростков), «поиск себя» (уникальна для подростков). В *молодежной группе № 1* на первом месте по удельному весу стоит саморазвитие ($K = 0,1$), на втором – самореализация ($K = 0,07$), третьи делят между собой семья, переживания, благо других и мира ($K = 0,05$). В *молодежной группе № 2* первое место занимает также саморазвитие ($K = 0,09$), второе место – благо других

и мира ($K = 0,05$), третьи делят самореализация, семья и познание ($K = 0,04$). Не встречаются такие смыслы, как гармония, индивидуальная траектория жизни, счастье и успех. В *подростковой группе № 1* первое место занимает семья ($K = 0,09$), второе – саморазвитие ($K = 0,06$), третье – счастье ($K = 0,04$). Однако респондентов не интересуют поиск себя, самореализация, благо других, финансовая обеспеченность, переживания, гармония. В *подростковой группе № 2* на первое место выступает саморазвитие ($K = 0,09$), кроме него лидируют благо других и мира и индивидуальная траектория ($K = 0,05$), самореализация и творчество ($K = 0,04$).

Представления о *смысле жизни большинства людей* классифицируются по 19 категориям: «семья», «дети», «работа», «финансовая обеспеченность», «успех», «карьера», «власть и слава», «удовольствие», «счастье», «любовь», «саморазвитие», «выживание» (уникальна для молодежи), «эгоизм» (уникальна для молодежи), «отсутствие смысла», «стандартная жизнь» (уникальна для молодежи), «основные инстинкты» (уникальна для молодежи), «альтруизм» (уникальна для молодежи), «самореализация, самовыражение», «индивидуальная траектория» (уникальна для подростков).

В *молодежной группе № 1* лидируют финансовая обеспеченность ($K = 0,14$), семья ($K = 0,07$) и успех ($K = 0,07$). Ни самореализация, ни альтруизм не упоминаются. В *молодежной группе № 2* первые два места также занимают финансовая обеспеченность ($K = 0,12$) и семья ($K = 0,08$), на третьем – удовольствие ($K = 0,06$). Не упоминаются такие варианты, как работа, счастье и эгоизм. В *подростковой группе № 1* первое место занимает финансовая обеспеченность ($K = 0,08$), за ней с заметным отрывом следуют семья ($K = 0,04$) и построение индивидуальной траектории ($K = 0,03$). Никто не высказал предположений о детях, карьере, удовольствии, любви и саморазвитии. В *подростковой группе № 2* первое место делят финансовая обеспеченность и семья ($K = 0,08$), второе – карьера и дети ($K = 0,06$), создавая, таким образом, некий баланс; замыкает список работа ($K = 0,04$).

Представления респондентов о возможных *пути поиска смысла жизни* образуют многоуровневую систему, содержащую 15 категорий анализа: во-первых, *самостоятельный поиск*,

который включает *внутреннюю работу* (а именно: «определение своего пути» (уникальна для подростков), «анализ своей деятельности» (уникальна для молодежи), «анализ, размышление», «самоанализ, самопознание», «саморазвитие, активность», «отношения, чувства, позиции» (уникальна для молодежи)), *получение жизненного опыта* (а именно: «накопление опыта», «действия и поиск нового опыта», «впечатления и наблюдения» (уникальна для молодежи)), *духовные и оздоровительные практики и собственную деятельность*; во-вторых, *спонтанное обретение*, в-третьих, *поиск с участием других людей* (включающий как опосредованное, так и непосредственное участие), и, в-четвертых, *отсутствие поиска*.

В *молодежной группе № 1* первое место занимает самоанализ ($K = 0,1$), второе – опосредованное участие других людей ($K = 0,08$), третье делят поиск нового опыта и духовные практики ($K = 0,05$). В *молодежной группе № 2* на первом месте стоит саморазвитие ($K = 0,07$), на втором – размышления и поиск нового опыта ($K = 0,06$), последнее место делят самоанализ, впечатления, деятельность и участие других людей в той или иной форме ($K = 0,05$). В *подростковой группе № 1* первое место занимают размышления ($K = 0,07$), второе – определение своего пути ($K = 0,05$), а третье делят между собой деятельность, накопление опыта, поиск нового опыта, духовные практики и непосредственное участие других людей ($K = 0,03$). В *подростковой группе № 2* на первом месте – поиск нового опыта ($K = 0,1$), на втором – саморазвитие ($K = 0,08$), на третьем – самоанализ ($K = 0,07$).

ОБСУЖДЕНИЕ РЕЗУЛЬТАТОВ

Анализ иерархии ценностей выявил универсальные (независимые от возраста и уровня психологического здоровья) и уникальные (свойственные конкретным группам) ценности. Универсальные ведущие ценности – любовь и жизнерадостность, отвергаемые – общественное признание, непримиримость к своим и чужим недостаткам и высокие запросы. Ведущие ценности *группы № 1* – активная жизнь, здоровье, дружба, познание, развитие, свобода, ответственность, смелость и честность; *группы № 2* – творчество, уверенность, независимость, рационализм, широта взглядов. *Первая группа*

отвергает материальную обеспеченность, у *второй* не выявлено специфических отвергаемых ценностей. *Молодежь* предпочитает жизненную мудрость, здоровье, познание, свободу, творчество, уверенность, независимость, ответственность, рационализм, честность. У подростков ценностные ориентации еще не сформированы и содержат слишком большой разброс, позволивший определить только две отвергаемые ценности: непримиримость к недостаткам и высокие запросы. Их отрицание выражено чрезвычайно сильно и присутствует также у молодежи. Помимо них *молодежь* отвергает развлечения. Интересно заметить, что респонденты в каждой группе проявляют большее единодушие в отношении отвергаемых ценностей, чем ведущих.

По результатам **корреляционного анализа особенностей смысловой сферы** было установлено, что более высокий уровень психологического здоровья связан с большей осмысленностью жизни, с большим ощущением счастья и эмоциональной насыщенности жизни, более четкими целями в будущем и более продуктивным прошлым, верой в свои силы и в принципиальную возможность управлять жизнью, но при этом не имеет значения, важно ли для этого человека наличие смысла в его жизни и считает ли он себя здоровым.

Качественный анализ смысловой сферы позволил установить, что смыслы жизни групп № 1 и № 2 нередко отличаются только по рангу (так, саморазвитие называют все группы, семью, самореализацию, благо других – три из четырех). В группе № 1 ответы обусловлены возрастом: молодежь видит смысл жизни в переживаниях, подростки – в счастье; в группе № 2 также наблюдаются возрастные различия: молодежь выбирает познание, подростки – построение индивидуальной траектории жизни и творчество. Независимо от показателей психологического здоровья молодежь выбирает переживания и познание, подростки же стремятся к счастью, творчеству и построению индивидуальной траектории жизни.

Представления о смысле жизни большинства людей резко отличаются от представлений о смысле собственной жизни: здесь акцент ставится на материальных достижениях. Встречаются как универсальные для всех групп

ответы – семья и финансовая обеспеченность, так и особенные: успех (молодежь из группы № 1), индивидуальная траектория жизни (подростки из нее же), удовольствие (молодежь из группы № 2), дети, работа и карьера (подростки). Молодежь и подростки сходятся во мнении, что для большинства людей приоритетом являются финансовая обеспеченность и семья; молодежь также указывает на успех и удовольствие, а подростки – на карьеру, работу, воспитание детей и построение индивидуальной траектории жизни.

Среди представлений о путях поиска смысла жизни обнаружено по одной уникальной категории: духовные и оздоровительные практики для группы № 1 и саморазвитие для группы № 2. При этом для обеих групп важным является поиск нового опыта. Молодежь полагает, что можно обрести смысл благодаря новым впечатлениям или опосредованному участию других людей, подростки намерены определить свой путь с помощью целеполагания и накопления опыта.

В ходе исследования полное подтверждение получили две частные гипотезы (№ 3, о связи психологического здоровья и смысло-жизненных ориентаций, и № 5, о его же связи с системой ценностей), еще четыре были подтверждены частично (№ 1, т. к. особенности психологического здоровья связаны с уровнем осмысленности жизни, но не связаны с представлением о важности смысла; № 2, т. к. хотя объективный и субъективный показатели осмысленности жизни коррелируют между собой, оценка важности смысла в жизни стабильно коррелирует с субъективным показателем, но не всегда – с объективным; № 4, т. к. уровень психологического здоровья связан с ощущением счастья, но не совпадает с самооценкой здоровья, и № 7, поскольку у испытуемых из разных возрастных групп отчетливо различаются ведущие и отвергаемые ценности, однако представления о смысле жизни разнятся в меньшей степени). Одна гипотеза, № 6, была опровергнута, поскольку не обнаружено существенных различий в представлениях о смысле жизни, зависящих от уровня психологического здоровья.

Основная гипотеза исследования была подтверждена: связь между уровнем психологиче-

ского здоровья и ценностно-смысловой сферы существует и выражается в том, что у людей с более высоким уровнем психологического здоровья выше уровень осмысленности жизни, есть специфичные ценности и представления о смысле жизни, при этом между подростками и молодежью существуют различия в особенностях ценностно-смысловой сферы.

ЛИТЕРАТУРА

1. Тоффлер Э. Третья волна. М.: АСТ, 1999. 784 с.
2. Маслоу А. Г. Дальние пределы человеческой психики. СПб.: Евразия, 2002. 432 с.
3. Шувалов А. В. Проблема психологического здоровья человека на пересечении научного и мировоззренческого аспектов // Вестник ПСТГУ. Сер. 4: Педагогика. Психология. 2015. № 4. С. 118–141.
4. Matarazzo J. D. Behavioral health and behavioral medicine: frontiers for a new health psychology // American Psychologist. 1980. Vol. 4. P. 807–817.
5. Ижванова Е. М. Проблемы мотивации здоровья как мотивация развития личности // Психология зрелости и старения. 2013. № 1. С. 57–88.
6. Рагимова О. А. Историко-философский анализ понятия здоровья в естествознании и русской философии // Известия Саратовского университета. Сер. Философия. Психология. Педагогика. 2014. Т. 14, Вып. 1, № 1–1. С. 27–31.
7. Васильева О. С. Образование в сфере здоровья как стратегическое направление психологии здоровья // Психология в вузе. 2010. № 6. С. 5–17.
8. Габриелян К. Г. Методика изучения показателей группового здоровья в модели ценностно-мотивационной ориентации студентов вуза // Мир психологии. 2011. № 2. С. 182–193.
9. Иванова М. Г., Портнова А. Г. Здоровье как предмет исследования в психологии // Психологическая наука и образование. 2006. № 3. С. 99–102.
10. Кандыбович С. Л., Секач М. Ф. Здоровье населения – залог стабильности и безопасности государства // Вестник Московского университета. Сер. 14, Психология. 2011. № 4. С. 32–38.

11. Секач М. Ф. Психология здоровья: учеб. пособие для вузов. М.: Академический Проект, 2003. 192 с.
12. Терентьев О. В. Здоровье человека как объект философского аксиологического анализа: дисс. ... канд. философ. наук. М., 2008. 121 с.
13. Беличева С. А. и др. Социальная психология личности в вопросах и ответах: учеб. пособие для студентов вузов / под ред. В. А. Лабунской. М.: Гардарики, 2001. 395 с.
14. Ольга Семеновна Васильева: библиографический указатель / сост. Н. И. Швидченко. Ростов-на-Дону: Изд-во ЮФУ, 2012. 92 с.
15. Шувалов А. В. Психологическое здоровье человека // Вестник ПСТГУ IV: Педагогика. Психология. 2009. Вып. 4(15). С. 87–101.
16. Практическая психология образования: Учебное пособие / под ред. И. В. Дубровиной. СПб.: Питер, 2004. 592 с.
17. Чудновский В. Э. Проблема оптимального смысла жизни. URL: <http://akme31.narod.ru/1.html> (дата посещения 25.10.2017).
18. Döring A. K., Schwartz S. H., Cieciuch J., et al. Cross-cultural evidence of value structures and priorities in childhood // *British Journal of Psychology*. 2015. Vol. 106. P. 675–699. DOI: 10.1111/bjop.12116
19. Killen M. Children's values: Universality, conflict, and sources of influence // *Social Development*. 2016. Vol. 25, № 3. P. 565–571. DOI: 10.1111/sode.12189
20. Kürzinger K. Wertebildung durch Beziehungsarbeit. Warum Beziehungen bzw. Bindungen für die Wertebildung wesentlich sind // *Theo-Web. Zeitschrift für Religionspädagogik*. 2015. 14, H. 2, S. 203–218.
21. Tam K.-P. Understanding intergenerational cultural transmission through the role of perceived norms // *Journal of Cross-Cultural Psychology*. 2015. Vol. 46, № 10. P. 1260–1266. DOI: 10.1177/0022022115600074
22. Пахальян В. Э. Психопрофилактика и безопасность психологического здоровья детей // *Прикладная психология*. 2002. № 5–6. С. 83–94.
23. Маслоу А. Г. По направлению к психологии бытия. М.: Эксмо-Пресс, 2002. 272 с.
24. Психологическое здоровье (psychological health) // *Словари и энциклопедии на Академике*. URL: <http://dic.academic.ru/dic> nsf/enc_psychology/855/ (дата посещения 20.03.2017).
25. Хухлаева О. В. Классификация нарушений психологического здоровья дошкольников и младших школьников // *Психологическая наука и образование psyedu.ru*. 2013. № 5. URL: <http://psyedu.ru/journal/2013/5/Huhlaeva.phtml> (дата посещения 11.03.2017).
26. Франкл В. Человек в поисках смысла: пер. с англ. и нем. / общ. ред. Л. Я. Гозмана, Д. А. Леонтьева. М.: Прогресс, 1990. 368 с.
27. Чудновский В. Э. Нравственная устойчивость личности: Психологическое исследование. М.: Педагогика, 1981. 208 с.

REFERENCES

1. Toffler A. *The third wave*. New York, Morrow, 1980. (Russ. ed.: Toffler E. *Tret'ya volna*. Moscow, AST Publ., 1999. 784 p.).
2. Maslow A. H. *The farther reaches of human nature*. Harmondsworth, Penguin, 1971. (Russ. ed.: Maslow A. G. *Dal'nie predely chelovecheskoj psikhiki*. St. Petersburg, Evraziya Publ., 2002. 432 p.).
3. Shuvalov A. V. The problem of psychological health at the crossroads of scientific and philosophical perspectives. *Vestnik PSTGU. Ser. 4: Pedagogika. Psikhologiya – St. Tikhon's University Review. Series IV. Pedagogy. Psychology*, 2015, no. 4, pp. 118–141 (in Russian).
4. Matarazzo J. D. Behavioral health and behavioral medicine: Frontiers for a new health psychology. *American Psychologist*, 1980, V. 4, pp. 807–817.
5. Izhvanova E. M. Problems of health motivation as a motivation for personal development. *Psikhologiya zrelosti i stareniya – Psychology of Maturity and Aging*, 2013, no. 1, pp. 57–88 (in Russian).
6. Ragimova O. A. Historical and philosophical analysis of the concept of health in natural science and Russian philosophy. *Izvestiya Saratovskogo universiteta. Series: Philosophy. Psychology. Pedagogy*, 2014, V. 14(1), no. 1–1, pp. 27–31 (in Russian).
7. Vasil'eva O. S. Education in the field of health as a strategic direction of health psychology. *Psikhologiya v vuze – Psychology in High School*, 2010, no. 6, pp. 5–17 (in Russian).
8. Gabrielyan K. G. Methodology for studying indices of group health in the model of value-

- motivational orientation in university students. *Mir psikhologii – World of Psychology*, 2011, no. 2, pp. 182–193 (in Russian).
9. Ivanova M. G., Portnova A. G. Health as a subject of research in psychology. *Psikhologicheskaya nauka i obrazovanie – Psychological Science and Education*, 2006, no. 3, pp. 99–102 (in Russian).
 10. Kandybovich S. L., Sekach M. F. Population health as a key to stability and safety of the state. *Vestnik Moskovskogo universiteta. Ser. 14, Psikhologiya – Moscow University Psychology Bulletin*, 2011, no. 4, pp. 32–38 (in Russian).
 11. Sekach M. F. *Psikhologiya zdorov'ya: ucheb. posobie dlya vuzov* [Psychology of health]. Moscow, Akademicheskii Proekt Publ., 2003. 192 p.
 12. Terent'ev O. V. *Zdorov'e cheloveka kak ob"ekt filosofskogo aksiologicheskogo analiza* [Human health as an object of philosophical axiological analysis]. Diss. Cand. Sci. (Philos.). Moscow, 2008. 121 p.
 13. Belicheva S. A. et al., Labunskaya V. A. (ed.) *Sotsial'naya psikhologiya lichnosti v voprosakh i otvetakh: ucheb. posobie dlya studentov vuzov* [Social psychology of personality in questions and answers]. Moscow: Gardariki Publ., 2001. 395 p.
 14. Shvidchenko N. I. *Ol'ga Semenovna Vasil'eva: bibliograficheskii ukazatel'* [Ol'ga Semenovna Vasil'eva: bibliographic index]. Rostov-on-Don, SFU Publ., 2012. 92 p.
 15. Shuvalov A. V. Psychological health. *Vestnik PSTGU. Ser. 4: Pedagogika. Psikhologiya – St. Tikhon's University Review. Series IV. Pedagogy. Psychology*, 2009, V. 4(15), pp. 87–101 (in Russian).
 16. Dubrovina I. V. (ed.) *Prakticheskaya psikhologiya obrazovaniya* [Practical psychology of education]. St. Petersburg, Piter Publ., 2004. 592 p.
 17. Chudnovskii V. E. *The issue of the optimal meaning of life*. Available at: <http://akme31.narod.ru/1.html> (Accessed 28 October 2017).
 18. Döring A. K., Schwartz S. H., Cieciuch J., et al. Cross-cultural evidence of value structures and priorities in childhood. *British Journal of Psychology*, 2015, V. 106, pp. 675–699. DOI: 10.1111/bjop.12116
 19. Killen M. Children's values: Universality, conflict, and sources of influence. *Social Development*, 2016, V. 25, no. 3, pp. 565–571. DOI: 10.1111/sode.12189
 20. Kürzinger K. Wertebildung durch Beziehungsarbeit. Warum Beziehungen bzw. Bindungen für die Wertebildung wesentlich sind. *Theo-Web. Zeitschrift für Religionspädagogik*, 2015, 14(2), pp. 203–218.
 21. Tam K.-P. Understanding intergenerational cultural transmission through the role of perceived norms. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 2015, V. 46, no. 10, pp. 1260–1266. DOI: 10.1177/0022022115600074
 22. Pakhal'yan V. E. Prevention and safety in mental health of children. *Prikladnaya psikhologiya – Journal of Applied Psychology*, 2002, no. 5–6, pp. 83–94 (in Russian).
 23. Maslow A. H. *Toward a psychology of being*. Litton Education Publishing, 1968. (Russ. ed.: Maslou A. G. *Po napravleniyu k psikhologii bytiya*. Moscow, Eksmo-Press Publ., 2002. 272 p.).
 24. Psychological health. *Academic dictionaries and encyclopedias*. Available at: http://dic.academic.ru/dic.nsf/enc_psychology/855/ (Accessed 20 March 2017).
 25. Khukhlaeva O. V. Classification of psychological health disorders in preschool and primary school children. *Psychological science and education psyedu.ru*, 2013, no. 5. Available at: <http://psyedu.ru/journal/2013/5/Huhlaeva.phtml> (Accessed 11 March 2017).
 26. Frankl V. E. *Man's search for meaning*. N.Y., Simon and Schuster, 1984, p. 113. (Russ. ed.: Frankl V. *Chelovek v poiskakh smysla*. Moscow, Progress Publ., 1990. 368 p.).
 27. Chudnovskii V. E. *Nravstvennaya ustoichivost' lichnosti: Psikhologicheskoe issledovanie* [Moral stability of personality: A psychological study]. Moscow, Pedagogika Publ., 1981. 208 p.