

## РОЛЬ ЦЕННОСТЕЙ ДЛЯ СОСТОЯНИЯ ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНОЙ ИСПОЛНЕННОСТИ ЧЕЛОВЕКА

Салихова Н.Р. (а), Миннуллина Т.С. (а), Салихова А.Б. (б)  
(а) Казанский (Приволжский) федеральный университет (Казань),  
(б) Первый Московский государственный медицинский университет имени  
И.М. Сеченова (Москва)

**Аннотация.** Понятие экзистенциальной исполненности отражает общее переживание жизни человека как благополучной и наполненной смыслом. Личностные ценности, определяя направление жизни человека, задают критерии оценки её благополучия, при этом в психологии нет данных о ценностных коррелятах состояния экзистенциальной исполненности. Целью исследования стало выявить взаимосвязанные с состоянием экзистенциальной исполненностью ценности. 118 человек от 24 до 30 лет ранжировали ценности по критериям важности и доступности и ответили на пункты теста «Шкала экзистенции». Высокий уровень экзистенциальной исполненности оказался связан с важностью ценностей отношений (любовь, дружба, счастливая семейная жизнь), тогда как низкий уровень – с индивидуалистическими ценностями материально-обеспеченной жизни и свободы.

**Ключевые слова:** экзистенциальная исполненность, личностная ценность, длительное психическое состояние, реализация ценностей.

Экзистенциальную исполненность можно отнести к фундаментальным основаниям переживания психологического благополучия человеком. Введенное В. Франклом понятие отражает степень внутреннего согласия человека с самим собой, соответствие поступков его внутренней сущности, субъективное переживание качества своей жизни. При этом экзистенциальная исполненность – более широкий термин в ряду таких оценок жизни человеком как благополучие, счастье и удовлетворенность жизнью. С этой точки зрения переживание уровня экзистенциальной исполненности можно рассматривать как длительное состояние, доминирующую роль в структуре которых имеет направленность личности, система ее отношений в мире (Психология состояний, 2023).

Личностные ценности, определяя направление жизни человека, служат не только важными ориентирами в ситуациях выбора и принятия решений (Леонтьев, 2003), но выступают внутренними критериями в процессах обратной связи о качестве своей жизни (Салихова, 2011). Однако в настоящее время нет данных о соотношении степени экзистенциальной исполненности с важностью тех или иных ценностей для человека и субъективной оценкой степени их реализации в жизни, что и задало цель эмпирического исследования. В задачи исследования входило, выявить ценности, высокая важность которых соответствует более высокому уровню экзистенциальной исполненности, а также те, которые ему противостоят, а также определить соотношение экзистенциальной исполненности с оценкой реализации ценностей в жизни.

Для сбора данных использовались методика попарного сравнения 12 терминальных ценностей по критериям важности и доступности (Фанталова, 1992). Для определения экзистенциальной исполненности была использована методика «The Existence Scale» (Längle et al, 2003) в адаптации В.Б. Шумского с соавторами (2016). Методика измеряет четыре первичных компонента: самодистацирование (СД), самотрансценденцию (СТ), свободу (С) и ответственность (О). Из них рассчитываются три производных показателя: персональность (П) как сумма СД и СТ, экзистенциальность (Э) как сумма С и О и общий показатель экзистенциальной исполненности (ЭИ) как сумма П и Э.

В совокупной выборке 118 молодых (от 24 до 30 лет) людей было выявлены место каждой ценности в общей структуре иерархии ценностей по критерию важности (В) и оценка доступности каждой ценности (Д), а также разница между ними (В-Д). Путем корреляционного анализа по критерию Пирсона определялись взаимосвязи параметров

важности и доступности ценностей с компонентами экзистенциальной исполненности. Затем выборка была разделена в соответствии с мерой экзистенциальной исполненности личности на две контрастные группы по 50 человек: первая с более высокими показателями экзистенциальной исполненности, вторая – с более низкими показателями. Такая же процедура выделения контрастных групп была осуществлена в зависимости от баллов по каждой из шкал методики «Шкалы экзистенции». Контрастные группы сравнивались между собой по параметрам важности и доступности ценностей с помощью t-критерия Стьюдента.

В результате корреляционного анализа выявлено, что наибольшее количество статистически значимых связей параметра важности ценностей с экзистенциальной исполненностью и ее компонентами имеет ценность *материально-обеспеченной жизни*, при этом все обнаруженные связи являются обратными: чем важнее данная ценность для человека, тем ниже экзистенциальная исполненность. Отметим, что доступность этой ценности в данной выборке оценивается наиболее низко, т. е. она самая недоступная.

Следующей по количеству взаимосвязей является ценность *счастливой семейной жизни*, которая связана с экзистенциальной исполненностью прямыми связями: высокая важность данной ценности соответствует более высокой экзистенциальной исполненности. У ценностей *любви*, *дружбы* и *свободы* обнаружено по две связи с компонентами экзистенциальной исполненности, при этом связи с ценностями *любви* и *дружбы* – прямые, а с ценностью *свободы* – обратные.

Как видим, ценности, связанные с включенностью человека в близкие отношения с другими людьми, прямо связаны с экзистенциальной исполненностью, тогда как индивидуалистические ценности связаны с ней обратным соотношением. Это можно объяснить актуальными возрастными задачами исследуемой группы, где центральная линия развития личности связана с решением задач достижения интимности по Э.Эриксону. Действительно, в исследуемой выборке именно эти ценности занимают первые места в иерархии ценностей по критерию важности.

Иную картину дает анализ взаимосвязей компонентов экзистенциальной исполненности с параметром доступности ценностей. Только доступность ценности *любви* напрямую связана с высоким уровнем экзистенциальной исполненности (3 связи). Прямой зависимостью с таким компонентом экзистенциальной исполненности как свобода связана доступность ценности *уверенности в себе* (1 связь). При этом наибольшее количество обратных связей с компонентами экзистенциальной исполненности выявилось у доступности *ценностей красоты природы и искусства* (4 связи) и *творчества* (4 связи), которые в общей иерархии ценностей по критерию важности занимают последние места. Как видим, высокая доступность самых малозначимых ценностей противостоит экзистенциальной исполненности.

Центральное место в картине прямых взаимосвязей экзистенциальной исполненности с разными параметрами ценностей занимает ценность *любви*: и ее высокая важность, и высокая оценка доступности поддерживают высокий уровень экзистенциальной исполненности. В картине обратных взаимосвязей экзистенциальной исполненности с разными параметрами ценностей центральное место занимает ценность *материально-обеспеченной жизни*, и высокая важность которой, и высокая оценка доступности противостоят экзистенциальной исполненности.

Сравнение контрастных по критерию экзистенциальной исполненности групп между собой не выявило существенных различий между ними как в иерархии ценностей по критерию важности, так и в оценках доступности ценностей. При этом некоторые значимые различия получены в контрастных по уровню выраженности показателей «Персональность» и «Экзистенциальность» группах.

На основе проведенного исследования можно утверждать, что экзистенциальная исполненность и ее отдельные компоненты взаимосвязаны с личностными ценностями как в аспекте степени важности ценностей, так и при оценке их доступности в *жизни*.

Более высокие значения важности ценностей *любви, дружбы, счастливой семейной жизни* соответствуют более высокому уровню экзистенциальной исполненности и ее различных компонентов, тогда как более высокие значения важности ценностей *материально-обеспеченной жизни и свободы*, напротив, соответствуют её более низкому уровню. Высокая доступность малозначимых ценностей и низкая доступность высокозначимых ценностей противостоит экзистенциальной исполненности, тогда как высокая доступность высокозначимых ценностей скорее поддерживает высокую экзистенциальную исполненность. При этом практически отсутствуют значимые различия в иерархии ценностей и оценке реализации ценностей в жизни у контрастных по критерию экзистенциальной исполненности групп, и значит достижение экзистенциальной исполненности возможно для людей с разнообразной структурой личностных ценностей.

#### Литература

Леонтьев, Д.А. Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой реальности. – М.: Смысл, 2003. – 487 с.

Психология состояний / Под ред. А.О. Прохорова. – М.: Когито-Центр, 2023. – 551 с.

Салихова Н.Р. Ценностно-смысловая регуляция жизнедеятельности субъекта. Дис. ... д-ра пс. н. – Казань., 2011. – 452 с.

Шумский В.Б., Уколова Е.М., Осин Е.Н., Лупандина Я.Д.. Диагностика экзистенциальной исполненности: оригинальная русскоязычная версия теста «экзистенциальных мотиваций» // Психология. Журнал Высшей школы экономики, 2016. Т. 13. №4. – С. 763-788.

Längle, A., Orgler Ch. Kundi M. The Existence Scale. A new approach to assess the ability to find personal meaning in life and to reach existential fulfillment // European Psychotherapy, 2003. Vol. 4. №1. – P. 135–151.

### THE ROLE OF VALUES FOR THE STATE OF EXISTENTIAL FULFILLMENT IN INDIVIDUALS

Nailya R. Salikhova (a), Minnullina T.S. (a), Albina B. Salikhova (b),  
(a) Kazan Federal University,  
(b) I.M. Sechenov First Moscow State Medical University

**Abstract.** The concept of existential fulfillment reflects the general experience of a person's life as being prosperous and filled with meaning. Personal values determine the direction of a person's life and also set the criteria for assessing the degree of their well-being, while there is no data in psychology on the value correlates of the state of existential fulfillment. The aim of this study was to identify values that are interconnected with existential fulfillment. 118 people from 24 to 30 years old ranked values according to the criterion of importance and accessibility and answered questions on the existential scale. A high level of existential fulfillment turned out to be associated with the importance of relationship values (love, friendship, happy family life), while its low level was associated with individualistic values (materially secure life, freedom).

**Key words:** existential fulfillment, personal value, importance of value, availability of value, education.

**Авторы:** Салихова Наиля Рустамовна, профессор кафедры общей психологии ИПиО КФУ, д. пс. н., [Nailya.Salikhova@kpfu.ru](mailto:Nailya.Salikhova@kpfu.ru)

Миннулина Т.С., магистрантка ИПиО КФУ

Салихова А.Б., к. пс. н., доцент кафедры педагогики и медицинской психологии Первого Московского государственного медицинского университета им. И.М.Сеченова, [calixalbina@yandex.ru](mailto:calixalbina@yandex.ru)