

## СЕНС ЖИТТЯ ЯК ОРІЄНТИР НА ЖИТТЄВОМУ ШЛЯХУ ЛЮДИНИ

УДК: 159.9(075.8)

### **Чаплак Ян Васильович**

*Кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича, м. Чернівці (Україна)*

### **Чуйко Галина Василівна**

*Кандидат філологічних наук, доцент кафедри психології Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича, м. Чернівці (Україна)*

**Анотація.** У статті представлена спроба аналізу розуміння поняття життєвого шляху особистості та місця у його структурі сенсу життя різними вченими, починаючи з Ш. Бюлер, як зарубіжними, так і вітчизняними.

Зроблено висновок про інтегруючу роль сенсу життя як найважливішої цінності людини у формуванні цілісності життєвого шляху особистості – можливого варіанту реалізації людиною сенсу власного життя завдяки здійсненню постійних смисложиттєвих і ситуаційних виборів і прийняття відповідальності за них і те, якою людиною стане. Саме наявність сенсу надає людині відчуття переживання екзистенційності буття.

**Ключові слова:** життєвий шлях, сенс життя, життєва мета, життєвий проект, сценарій життя, цінності, екзистенційний вибір.

**Постановка проблеми.** Буття людини у світі найбільше повно визначається поняттям «життєвий шлях». Вивчення життєвого шляху особистості – фундаментальна проблема психології як через масштабність самого поняття, так і через варіативність матеріалу для узагальнення та систематизації; комплексність та інтегрованість. І саме соціальна дійсність з її неста-

більністю, непередбачуваністю і трансформацією моральних норм і цінностей зумовлює як інтерес до проблеми проектування особистістю свого життєвого шляху, так і актуальність її дослідження. Тоді як проблема пошуку, виявлення та реалізації сенсу життя з розвитком цивілізації та глобалізаційними процесами в ній постає як найбільш важлива для самоздійс-

нення особистості у сучасному світі.

**Аналіз досліджень і публікацій.** Поняття життєвого шляху, сенсу життя, екзистенційних цінностей, життєвої позиції, життєвих планів і проєктів відносно давно аналізувалися у психології з різних аспектів. Зокрема, до цієї проблеми зверталися А. Адлер, В. Франкл, Р. Мей, О. М. Леонтьєв, Б. С. Братусь, К. О. Абульханова-Славська, В. Е. Чудновський, К. В. Карпінський, В. Г. Панок, Т. М. Титаренко, А. Ленгле, А. М. Одинцова та ін.

**Мега** дослідження – проаналізувати розуміння в психології поняття життєвого шляху особистості та сенсу життя людини як його базової складової.

**Виклад основного матеріалу.** Сучасні психологи, аналізуючи життєвий шлях особистості, незмінно звертаються до розуміння даного феномену Б. Г. Ананьєвим, який зазначав, що життєвий шлях людини – це історія її формування і розвитку в певному суспільстві як сучасника певної доби і ровесника певного покоління [2, с.104-105], та важливості події як структурної складової цілісного життєвого шляху в тлумаченні Л. С. Рубінштейна. На думку вченого, сенс життя повинний бути вкорінений в надіндивідуальних, надособистісних цінностях, що перевищують особисті інтереси та потреби індивіда. Як тільки ж особистість робить щось самоціллю і самодостатнім сенсом, психологічна задоволеність життям одразу ж зникає. І смисложиттєвий ви-

бір – це вибір гідних цінностей і цілей, по мірі досягнення яких щастя і самоактуалізація придуть самі [5].

Проте усі вчені сходяться на думці, що популярним у психології поняття життєвого шляху стало завдяки Ш. Бюлер, яка виділила його етапи, виходячи з позиції, що життєвий шлях розгортається під впливом природного прагнення людини до «самоздійснення, обумовленого життєвими цілями та особистими цінностями» [4]. Підсумком життєвого шляху, кінцевою метою і реалізацією сенсу, за Ш. Бюлер, стає самоздійснення особистості, яке означає, що «цінності та цілі, до яких прагнула людина, усвідомлено чи ні, отримали адекватну реалізацію». Причому «повнота і ступінь самоздійснення залежить від здатності людини ставити такі цілі, які найбільш адекватні її внутрішній суті» [4, с.74]. Ш. Бюлер також виділила три лінії життєвого шляху: об'єктивну логіку життя, зміну переживань цих подій і результати діяльності людини.

Так реалізація цілей особистості включається в розуміння основних закономірностей життєвого шляху.

А. Адлер також зауважив телеологічну спрямованість життя людини, на формування чого впливають не лише особистісні якості та здібності, але й досвід людини, її цінності та «значення, яке вона надає життю» (сенс, який вона бачить у ньому), життєва мета є орієнтиром для особистості [10, с.125]. Сенс життя складається, на думку Адлера, до шестирічно-

го віку, «пронизуючи як мелодія весь стиль життя особистості та визначаючи спрямованість поведінкових проявів» [7] індивіда. Сенс визначається тим, як людина ставиться до життя, і пов'язаний з вирішенням трьох проблем буття: праці та професійного самовизначення, міжособистісних стосунків, кохання та шлюбу. Сенс життя спрямовує життєвий шлях на певні завдання і надає йому індивідуальне значення. Вчений вважає, що «... ніхто не може похвалитися володінням справжнім, абсолютним сенсом життя: смислів стільки ж, скільки людей, і ні один сенс життя, який хоча б трохи виконує свою інтегруючу функцію, не може бути названий хибним» [7]. Проте «ознака всіх справжніх «снів життя» – те, що вони є спільними, тобто такими смислами, які інші можуть розділити і приймати для себе» [7]. Тобто сенс життя унікальний, проте не є виключно суб'єктивним явищем – «справжнім є смисл, який розділяють і схвалюють оточуючі». Тому Адлер виділяє два крайні розуміння сенсу життя, відповідно до розвитку в людини соціального інтересу – одного з компонентів стилю життя особистості. Перше – це сенс життя, який має на увазі рух *проти людей* заради власного збереження, утвердження та звеличення. Такий сенс базується на прагненні переваги та компенсації людиною своєї ніцості та неповноцінності. Друга крайність – сенс життя, проникнутий соціальним інтересом і установкою на кооперацію з оточуючими, він спонукає індивіда до боротьби

за загальнолюдське благо. І від міри наближення індивідуального життєвого сенсу до цього критерію залежить прогноз успішного життєвого шляху особистості [6]. Адлер наголошує, що «смисл життя первинний по відношенню до снів окремих снів» усіх вчинків, життєвих цілей, життєвого стилю індивіда, і що «поки ж ми не володіємо таким сенсом, наші повсякденні сенси... здаються нам – не стільки розуму, скільки почуттям – нестижними і легко взаємозамінними» [7]. Якщо ж «сенси та значення, які надаються життю, знайдені й зрозумілі – у нас опиняється ключ до всієї особистості» [6], а для людини головне – мати «суб'єктивне відчуття осмисленості життя і наявність у ній єдиної смислової спрямованості» [7].

Р. Мей також підкреслює спрямованість життя людини на певну мету, зазначаючи, що не лише окрема людина повинна мати мету за для збереження власного душевного здоров'я, але й соціум, до якого належить особистість, «бо не може бути острівця смислу в океані безглуздя» [14, с. 229]. Життєвий шлях людини визначається Меєм співвідношенням свободи, долі та відповідальності людини за свій вибір. Свобода як основний принцип і умова існування людини проявляється як здатність людини знати про свою долю, якою обмежений «простір нашого життя» [14]. Мета життя – це сенс, який людина надає своєму життю. І щоб зрозуміти сенс свого існування, людині потрібно «схопити спершу той факт, що вона мо-

же не існувати» і зникнути в будь-яку хвилину [10, с. 848]. Тобто іноді звернутися до проблеми сенсу життя людину може заставити усвідомлення близькості своєї смерті, проте, як зазначає Р. Мей, більшість людей і в цій ситуації намагаються втікати від думки про смерть, «від загрози небуття ціною звуження рамок нашого існування у світі» [10].

На думку Г. Олпорта, людина відповідальна за планування ходу свого життя, і в неї завжди є хоч одна можливість для росту і розвитку. Дозрівання людини – це безперервний процес становлення, що триває все життя, протягом якого людина росте і змінюється, проектує себе в майбутнє завдяки планам. У результаті такого життєвого шляху людина стає зрілою особистістю, яка має широкі межі. Я та цілісну життєву філософію: систему цінностей з головною метою, що робить життя значимим і є об'єднуючою основою життя; реалістичне сприйняття, досвід і домагання; здатна на теплі стосунки, самоприйняття; до самопізнання та почуття гумору [4].

Здається, ніхто з психологів не приділяв стільки часу й уваги (як у своїх роботах, так і в практиці логотерапії) сенсу в житті людини, як В. Франкл, якого обставини власного життя заставили переконатися у висновку Ф.Ніцше, що, якщо у людини є причина для життя, вона витримає майже будь-які його умови, та виходячи з думки, що прагнення до пошуку, усвідомлення та реалізації сенсу життя є вродженим і ведучою силою розвитку

особистості [4]. Саме життя ставить перед людиною питання про його сенс, а щоб жити і активно діяти, за Франклом, «людина має *вирити* у сенс своїх вчинків» [4, с.192]. Сенс життя доступний кожному, однак людина не придумує його, а знаходить в об'єктивній дійсності, причому його виявлення – це «питання не пізнання, а покликання», і справжній сенс ситуації людині допомагає знайти її совість. Франкл пише, що сприйняття сенсу є «усвідомленням можливості на тлі дійсності, ... усвідомлення того, що можна зробити стосовно даної ситуації» [4, с.193]. Надалі людина відповідальна за здійснення цього унікального сенсу, а здійснюючи сенс, людина здійснює себе. Проте Франкл вважає, що до останнього моменту людина не знає, чи вдалося їй здійснити сенс.

Таким чином, сенс розуміється Франклом як ноетичний (духовний) феномен, що пронизує і об'єднує всі ситуації життя (життєвого шляху) людини, оскільки вчений переконаний, що життя людини «ніколи не може бути безглуздом», і сенс життя завжди може бути знайдений серед цінностей творчості, переживання та ставлення до важких життєвих ситуацій, хоча він завжди унікальний, бо «універсального» сенсу і цінностей не буває.

Проте, коли Франкл говорить, що сенс унікальний для кожної людини і кожного моменту її життя, мова йде, власне, не про сенс життя в цілому, а «про конкретний сенс життя

даної особистості у даний момент» часу – сенс ситуації [4, с.193]. Звичайно, Франкл правий, що питання про «життя взагалі» абсурдне, проте «сенс ситуації» і «сенс життя» – поняття різного порядку.

У першому випадку, враховуючи вищезгадане визначення Франкла, «сенс» за змістовим наповненням близький до поняття «значення», а якщо пригадати, що це усвідомлення того, що найкраще можна зробити у ситуації, то сенс ситуації – це шлях, спосіб розв'язання ситуації (навіть вихід з неї).

Звичайно, кожна ситуація має певний сенс (значення, цінність) для людини, яка в ній опинилася з власного бажання чи мимовільно, усвідомлено, чи ні, але людина не завжди цей сенс усвідомлює, і не завжди їй це необхідно (адже ситуації мають різне значення для людини); у житті стільки несподіваних проблем, що, думається, більшості людей і на думку не спаде оцінювати сенс кожної життєвої ситуації, тоді як усі проблеми легко можуть відійти на задній план, коли людина замислюється про сенс свого життя. Коли ж їй не вдається його знайти (зрозуміти, віднайти чи хоча б повірити, що він є), це стає чи не єдиною, принаймні, головною її проблемою.

Навіть коли Франкл говорить про знаходження сенсу через вибір і слідування покликанню, мова йде про сенс ситуації, а не життя людини, адже, навіть визнаючи, що покликання може охоплювати досить значну частину життя, воно не вичерпує суть поняття

«життя» як екзистенційного буття людини в світі. На нашу думку, ідеї В. Франкла щодо сенсу життя якнайкраще ілюструють вплив подій життя та покликання цього психолога на його погляди та наукову теорію (коли здатність до виживання вимірювалася розумінням наявності у ситуації сенсу і необхідністю здійснити його).

У А. Ленгле, послідовника В. Франкла, з одного боку, сенс розуміється як «пропонована самим життям відповідь на неминуче питання: навіщо жити?» [8], – з іншого, – «поняття екзистенційного смислу зводиться... до рівняння з двома змінними. Ці змінні – умови і можливості конкретної ситуації й особливості людини, яка знаходиться в цій ситуації» [8]. Так сенс набуває значення «можливості, «що прочитується нами між рядків дійсності»» [8]. Тоді як тільки «у справжньому сенсі міститься справжність особистості, її автентичність, її чуття, її знання Власного» [9]. Хоча вчений намагається довести, що «сенс ... не обмежується тим, що є в даний момент, а завжди вказує на більший за масштабом взаємозв'язок, виходячи з якого його (смысл) тільки і можна зрозуміти», залишається неясно, звідки його упевненість в тому, що «зв'язок» існує, якщо мова йде не про сенс життя, який об'єднує в єдине ціле окремі ситуаційні сенси, виявляючи зв'язок між ними, а щоразу про унікальні «конкретні сенси конкретних життєвих ситуацій». На нашу думку, навіть за наявності певних суто власних еле-

менті бачення проблеми сенсу життя та його місця в життєвому шляху особистості, Ленгле важко відійти не лише від поглядів Франкла, але подекуди від текстових повторень його думок.

З точки зору Е. Берна, те, що «людина ще в дитинстві планує здійснювати у майбутньому», – це життєвий сценарій, а «життєвий шлях – те, що відбувається з нею в дійсності» [3, с.192]. Результат сценарію наперед визначений приписами батьків, а прояв свободи особистості Берна бачить у її можливості і здатності використати «антисценарій» і надалі проживати «власний сюжет». Елементами життєвого сценарію стають ігри (переважно маніпулятивного характеру), у які ми граємо протягом життя і які визначають долю людини [3, с.51]. І лише пройшовши через них, людина може вийти на автентичний шлях саморозвитку. Важливою складовою життєвого шляху людини є життєва позиція, що проявляється як установка особистості по відношенню до інших людей, себе та життя в цілому і виражається через переконання людини, що стосуються виконання типової для неї соціальної ролі в процесі спілкування. Причому вибір і фіксація життєвої позиції, на думку Берна, відбувається вже до 7 років [3, с.36]. По суті, життєва позиція – це гасло, яким індивід керується в житті; воно спрацьовуватиме обов'язково, без необхідності будь-якого логічного обґрунтування, розуміння чи пояснення.

На думку Ж.-П. Сартра, людина оби-

рає, якою хоче бути і якою повинна, але, оскільки «людина не замкнута в собі, а завжди присутня у світі людей», то, обираючи себе, вона обирає й інших людей, тому відчуває відповідальність за вибір і постійну тривогу щодо права чинити саме так з погляду людства [14 с.128]. Цей життєвий, вибір вільний і усвідомлений, по суті, є вибором долі, у ньому людина проектує себе назовні, поза собою, і саме так існує як людина [14, с.120]. Життя людини повинне мати сенс, який надає йому людина, а «цінність – саме обраний нею сенс».

Згідно Д. О. Леонтьєва, життєвий шлях – це здатність людини організувати свою долю відповідно власного замислу; еволюція особистості, послідовність вікових етапів її розвитку, її біографії; рух людини до вищих, досконаліх форм, до кращих проявів людської сутності [7]. Смысл життя вчений визначає як «концентровану описову характеристику найбільш стрижневої і узагальненої динамічної смислової системи, відповідальної за загальну спрямованість життя суб'єкта як цілого». Зрозуміти сенс свого життя – значить оцінити своє життя в цілому [7].

За В. Е. Чудновським, використовуючи поняття «смысл», зазвичай мають на увазі два аспекти значення цього терміну: суть, основне у предметі (ієрархічність значень), особистісну значимість цього предмета для людини (мотивуюче значення) [12]. Людина знаходить сенс життя, «виходячи з «об'єктивної напередвизначеності» долі, що дозволяє їй сприй-

мати життя як цілісний «життєвий простір особистості», що має свої особливості: «кінцевість», взаємозв'язок окремих етапів, їх своєрідність, кожна життєва ситуація сприймається з погляду цілого, час починає цінуватися як незворотний і обмежений. Суть сенсу життя людини як психологічного феномену – «відображення у свідомості суб'єкта особливостей ієрархії цільових установок її життя і діяльності, що стали для неї життєво значимою цінністю надзвичайно високого порядку» [11].

На думку К. О. Абульханова-Славської, у реальному житті поєднуються життєва позиція, життєва лінія і концепція життя, а критерієм розвитку особистості служить наявність чи відсутність сенсу життя. «Сенс життя – це психологічний спосіб переживання життя в процесі його здійснення», він відображає життєву концепцію людини, усвідомлений і узагальнений принцип її життя, її життєву мету [1]. Вчена також зазначає, що в психології смислом (не лише життя, але й будь-якої дії, вчинку, події і т. ін.) прийнято називати внутрішньо мотивоване індивідуальне значення для суб'єкта тієї чи іншої дії, вчинку, події. І коли людина щось робить, вона розуміє навіть, що, у цьому і полягає сенс. У ширшому аспекті смисл – це цінність і водночас переживання цієї цінності людиною в процесі її створення, присвоєння чи здійснення [1].

К. В. Карпінський у традиціях пострадянської психології пропонує таке загальне визначення життєвого шляху особистості: «це

історія розвитку і формування особистості у певному суспільстві в конкретну історичну епоху, обумовлена комплексом об'єктивних макросоціальних і мікросоціальних умов, а також активністю особистості як суб'єкта життя» [6], і вважає, що сенс життя – це бачення особистістю не лише свого майбутнього, але й себе в майбутньому; це відповідь на подвійне питання: «У що я хочу перетворити своє життя і яким я хочу при цьому стати?» [6]. Тобто сенс розуміється вченим як досягнення певної суб'єктивно цінної мети, що передбачає зміну життя та особистості у бажаному для неї напрямку. Проте, наше здивування викликає переконаність Карпінського у тому, що сенс завжди «має випереджати реальний хід буття» [5] і спрямований у «більш досконале» майбутнє, оскільки «повністю реалістичний сенс, зміст якого зливається з фактичним, наявним буттям», є «неоптимальним і кризогенним» – провокує смисложиттєву кризу. Навпаки, нам здається, що людину, перед якою постало питання про сенс її життя, цікавить наявність сенсу саме у теперішньому часі, а не «на потім», і вона переживатиме екзистенційну кризу, якщо тепер не знайде прийнятної для себе відповіді. Коли автор пояснює, що такий сенс «перестає бути регулятором життєдіяльності, а тому стовідсоткова реалістичність тотожна повній реалізованості, вичерпаності сенсу життя» [5], хочеться не лише заперечити, але й процитувати К.О. Абульханову-Славську (з якою ми цілком по-

годжуємося): «... сенс життя – це не лише майбутнє, не лише перспектива, але й міра досягнутого людиною, оцінка досягнутого своїми силами за істотними для особистості критеріями». Це не лише життєва мета, але й психологічна «крива» постійного її здійснення, тому, досягаючи конкретних цілей в житті, ми не втрачаємо його сенсу, а, навпаки, посилюємо його, переконуємося в ньому, переживаємо його. Здатність суб'єкта переживати цінність життя, задовольнятися ним, і складає його сенс» [1].

Мимоволі у нас закрадається думка, що Карпінський дещо по-своєму розуміє поняття «сенс життя» – як «ідеал майбутнього», і саме таке надто вузьке розуміння приводить його, по суті, до позбавлення осмисленості як минулого, так і теперішнього життя людини (адже сенс лише «спрямовує і веде особистість» до майбутньої досконалості). На нашу думку, сенс життя має не тільки спрямовуватися у майбутнє і стосуватися саме цього часового виміру, але й володіти здатністю охоплювати («огортати») все життя в цілому, кожен його мить. Наші суб'єктивні сумніви викладемо у формі кількох нериторичних питань: що саме розуміє вчений під «сенсом життя»? Якщо сенс не співставний з «реальним ходом буття», то життя людини «тут і тепер» – безглузде? А якщо життя людини несподівано раптово перервалося – вона не досягне бажаної мети майбутнього через його відсутність, – чи мало це життя сенс?

У проблемі дослідження сенсу життя, який лежить в основі кожного життєвого шляху людини, на наш погляд, науковців можна умовно поділити на дві групи: перші переконано й логічно аргументовано доводять, що говорити про сенс життя в цілому – зайве, а можливо лише бачити «конкретний сенс в конкретній ситуації», тобто аналізують сенс саме ситуації; другі (і ми у цьому цілком солідарні з ними) так само щиро переконані, що доречно вести мову саме про сенс життя і тільки в його контексті – про сенс ситуації чи події; тоді як поняття «сенс ситуації», на нашу думку, синонімічне поняттю «значення ситуації», а «сенс» і «значення» – поняття дещо різного рівня. Об'єднує вчених думка, що говорити про сенс життя взагалі (як спільний для всіх) – недоречно (бо немає «життя взагалі») і що сенс трансцендентний (підкоряється надсенсу, Логосу, значимий для інших людей). Однак перші намагаються довести, що за умови адекватного виявлення оптимального сенсу ситуації створюються передумови для на-ступного сенсу «на вимогу» моменту, і «так виникає смислова цілісність нашого життя» [8], тобто, якщо додати сенси ситуацій, то можна зрозуміти і сенс життя в цілому. Згідно других (і ми – на їх боці) – саме життєвий сенс життя наділяє екзистенційним сенсом ситуації життя, бо він не зникає з досягненням поставленої мети, а продовжує існувати і в часовому вимірі (як сенс минулого, теперішнього та майбутнього життя людини).



До вищевикладеного варто додати: не лише індивідуальне життя людини є унікальним і неповторним, так само неповторні і ситуації та події життя кожної людини, а, враховуючи, що в часовому аспекті їх тривалість може бути дуже обмежена, не просто важко, але й неймовірно для людини «вчислити» сенс життя, опираючись на розуміння сенсів усіх життєвих ситуацій (і хто ж може цим похвалитися?). Можемо припустити, що в житті однієї людини сенси ситуацій можуть мати щось спільне, але, з іншого боку, – не всі ситуаційні сенси людина пам'ятає (крім того, сенс ситуації та сприйняття сенсу ситуації самою людиною можуть відрізнятись), і нарешті, не бачимо, власне, сенсу не довіряти постулату гештальтпсихології щодо невідповідності (нерівності) цілому суми його частин: додаючи сенси окремих (і завершених!) ситуацій, навіть всієї історії життя людини (іноді – суперечливі і навіть протилежні за значенням), навіть якщо визнати їх послідовний зв'язок (хоча, якщо ситуація завершена – цілісна – важко уявити, що вона «зчеплена» з іншою ситуацією), наш погляд, нічого іншого, крім «типології значень життєвих ситуацій» конкретної людини не можна отримати, тим більше, індивідуального, неповторного й інтегрованого сенсу життя цієї людини. Навпаки, лише в контексті індивідуального сенсу життя в цілому можуть стати зрозумілі й значення окремих життєвих ситуацій, і вибори людини в цих ситуаціях, її цінності та можливий імовір-

нісний (не підтверджений реально) зв'язок між подіями і ситуаціями життя людини. Тобто, окремі ситуації і події життя осмислюються людиною саме в контексті інтегрованого сенсу життя, будучи залежними від тієї надважливої цінності, яка робить життя людини осмисленим і без чого життя людини перетворюється на біологічне існування. Можна припустити, що людина, яка «застрягає» на визначенні значення кожної ситуації в житті, переживає важку смисложиттєву кризу; пошук сенсу ситуації вона здійснює виключно раціонально й усвідомлено (а сенс не завжди рефлексується людиною і відноситься до сфери її переживань), тобто, більше придумує, імітує наявність сенсу, ніж насправді переживає його. Звичайно, такі ситуаційні сенси будуть дуже суб'єктивними. Тобто, якщо з тих чи інших причин людина не може осмислити сенс цілого (життя), то вона вдається до акцентування уваги на смислі його частин (життєвих ситуацій і подій).

**Висновки.** Життєвий шлях людини – це можливий варіант реалізації людиною сенсу свого життя у протистоянні з перешкодами ситуацій і обставин та постійному здійсненні смисложиттєвих виборів. Феноменом, інтегруючим життєвий шлях людини у цілісну єдність є сенс життя як та надзвичайно важлива цінність, без якої людина переживає неможливість жити далі (хоча може продовжувати існувати). Для того, щоб розвиватися, прагнути самовдосконалення і самоздійснення, людина

повинна бачити у цьому та власному житті сенс і мету, які не втрачають свого значення для людини протягом усього її життя. Саме наявність сенсу надає людині відчуття переживання екзистенційності буття. Сприйняття людиною власного життя як наповненого глибоким сенсом, наявність у житті мети і екзистенційних цінностей дозволяє людині осмислити свій життєвий шлях як неповторний і обмежений у часовій перспективі, що спонукає цінувати кожен мить свого життя для якнайповнішого втілення життєвого сенсу.

Можлива перспектива дослідження – аналіз причин смисложиттєвих криз і втрати сенсу життя в контексті сучасності.

#### Перелік використаних джерел:

1. Абульханова-Славская К. А. Стратегия жизни / К.А. Абульханова-Славская. – М. : Мысль, 2004. – 299 с.
2. Ананьев Б. Г. Человек как предмет познания / Б.Г. Ананьев. – СПб.: Питер, 2001. – 288 с. – (Серия «Мастера психологии»).
3. Берн Э. Игры, в которые играют люди. Психология человеческих взаимоотношений; Люди, которые играют в игры. Психология человеческой судьбы / Э. Берн. – Екатеринбург: ЛИТУР, 2002. – 576 с.
4. Дмитренко А. К. Основи гуманістичної психології: Навчально-методичний посібник / А.К. Дмитренко, Г.В. Чуйко. – Чернівці: Рута, 2002. – 268 с.
5. Карпинский К. В. Нереалистический смысл жизни: функциональные особенности и кризисный потенциал [Электронный ресурс] / К.В. Карпинский // Психологические исследования : электронный журнал. – 2012. – Т.5. – № 23. – С.1-23. – Режим доступа: <http://www.elib.grsu.by/doc/4606>.

6. Карпинский К. В. Психология жизненного пути личности: Учеб. пособие. – Гродно: ГрГУ, 2002. – 167 с.
7. Леонтьев Д. А. Психология смысла: природа, структура и динамика смысловой реальности. – М.: Смысл, 2007. – 513 с.
8. Лэнгле А. Жизнь, наполненная смыслом. Прикладная логотерапия / А.Лэнгле. – М.: Генезис, 2011. – 144 с.
9. Лэнгле А. Ради чего все это? Путь, ведущий к смыслу [Электронный ресурс] / Альфред Лэнгле. – Режим доступа: <http://laengle.info/downloads/Wozudasalles-Lesebuch-Raditchevo.pdf>.
10. Фрейдджер Р. Личность: теории, упражнения, эксперименты / Р. Фрейдджер, Дж. Фейдимен. – СПб. : Прайм ЕВРОЗНАК, 2002. – 864 с.
11. Чудновский В. Э. Проблема оптимального смысла жизни / В.Э. Чудновский // Психология и школа : научно-методический журнал / Ред. А.Г. Лидерс. – 2015. – № 1. – 2015. – С. 100-117.
12. Чудновский В. Э. Смысл жизни и судьба / В.Э. Чудновский. – М.: Ось-89, 1997. – 208 с. – (Серия «Психология личности»).
13. Чудновский В. Э. Смысл жизни и судьба человека / В.Э. Чудновский // Общественной науки и современность. Культура. – 1998. – № 1. – С.175-183.
14. Чуйко Г. В. Екзистенційна психологія: Навчальний посібник / Г.В. Чуйко, І.А. Гуляс, Т.А. Колтунович. – Чернівці: Прут, 2009. – 308 с.

#### References (Transliteration):

1. Abul'hanova-Slavskaja K. A. Strategija zhizni / K.A. Abul'hanova-Slavskaja. – M. : Mysl, 2004. – 299 s.
2. Anan'ev B. G. Chelovek kak predmet poznaniya / B.G. Anan'ev. – SPb.: Piter, 2001. – 288 s. – (Serija «Mastera psihologii»).
3. Bern E. Iгры, v kotorye igrajut ljudi. Psihologija chelovecheskih vzaimootnoshenij; Ljudi, kotorye igrajut v igrы. Psihologija chelovecheskoj sud'by / Je. Bern. – Ekaterinburg: LITUR, 2002. – 576 s.

4. *Dmytrenko A. K.* Osnovy gumanistychnoi psyhologii: Navchalno-metodychnyj posibnyk / A.K. Dmytrenko, G.V. Chujko. – Chernivci: Ruta, 2002. – 268 s.

5. *Karpinskij K. V.* Nerealisticheskij smysl zhizni: funkcional'nye osobennosti i krizisnyj potencial [Jelektronnyj resurs] / K.V. Karpinskij // Psihologicheskie issledovanija : jelektronnyj zhurnal. – 2012. – T.5. – № 23. – S.1-23. – Rezhim dostupa: <http://www.elib.grsu.by/doc/4606>.

6. *Karpinskij K. V.* Psihologija zhiznennogo puti lichnosti: Ucheb. posobie. – Grodno: GrGU, 2002. – 167 s.

7. *Leont'ev D. A.* Psihologija smysla: priroda, struktura i dinamika smyslovoj real'nosti. – M.: Smysl, 2007. – 513 s.

8. *Lengle A.* Zhizn', napolnennaja smyslom. Prikladnaja logoterapija / A.Lengle. – M.: Genesis, 2009. – 144 s.

9. *Lengle A.* Radi chego vse jeto? Put', vedushhij k smyslu [Jelektronnyj resurs] / Al'frid Lengle. – Rezhim dostupa: [http://laengle.info/downloads/Wozu\\_dasalles-Lesebuch-Raditchevo.pdf](http://laengle.info/downloads/Wozu_dasalles-Lesebuch-Raditchevo.pdf)

10. *Frejdzher R.* Lichnost': teorii, uprazhnenija, jeksperimenty / R. Frejdzher, Dzh. Fejdimen. – SPb. : Prajm-EVROZNAK, 2002. – 864 s.

11. *Chudnovskij V. E.* Problema optimal'nogo smysla zhizni / V.E. Chud-novskij // Psihologija i shkola : nauchno-metodicheskij zhurnal / Red. A.G. Lidere. – 2015. – № 1. – 2015. – S. 100-117.

12. *Chudnovskij V. E.* Smysl zhizni i sud'ba / V.E. Chudnovskij. – M.: Os'-89, 1997. – 208 s. – (Serija «Psihologija lichnosti»).

13. *Chudnovskij V. E.* Smysl zhizni i sudba cheloveka / V.E. Chudnovskij // Obshchestvennyyey nauki i sovremenost. Kultura. – 1998. – № 1. – S.175-183.

14. *Chujko H. V.* Ekzystencijna psyhologija: Navchal'nyj posibnyk / H.V. Chujko, I.A. Guljas, T.A. Koltunovyh. – Chernivci: Prut, 2009. – 308 s.

### **Chaplak Yan**

*Candidate of psychological sciences, associate Professor of psychology department, Yuriy Fedkovych Chernivtsi National University, Chernivtsi (Ukraine)*

### **Chuyko Halyna**

*Candidate of philological sciences, associate Professor of psychology department, Yuriy Fedkovych Chernivtsi National University, Chernivtsi (Ukraine)*

## **THE MEANING OF LIFE AS A GUIDE TO HUMAN'S WAY OF LIFE**

### **ABSTRACT**

The attempt of analysis of the understanding of concept of way of life of the person and place in its structure of the meaning of life by various psychologists scientists, starting with Sh. Bühler, both foreign and domestic, is represented in this article.

It is revealed that in the analysis of the problem of understanding the meaning of life, which is the basis of the way of life of person, scientists are virtually divided into two groups: one trying to prove that related specific meanings of concrete life situations form the meaning of life, while the second (and we join their opinion) are convinced that the meaning of life is primary in relation to the situational meanings and impart them an existential meaning. The opinion that talking about the meaning of life in general (common to all) is inappropriate (because there is no «life in general») and that the meaning of life is transcendental (subordinate to superior sense, Logos, meaningful to other people) unites these scientists. We considered, that private situations and events of life are conceptualized by human in the context of the integrated meaning of

life, being dependent on this most important value that makes human life meaningful and without which human life transform into a biological existence.

The conclusion about an integrative role for the meaning of life as the most important human value in the formation of the continuity of person's way of life – a possible variant of human's realization of the meaning of his own life through the implementation of permanent life-purpose and situational choices and taking responsibility for them, and for what human will become is made. It is the presence of meaning which gives a person the feeling of sensation of existentiality of being.

**Key words:** way of life, meaning of life, purpose of life, project of life, scenario of life, values, existential choice.

### **Чаплак Ян Васильевич**

*Кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии Черновицкого национального университета имени Юрия Федьковича, г. Черновцы, (Украина)*

### **Чуйко Галина Васильевна**

*Кандидат филологических наук, доцент кафедры психологии Черновицкого национального университета имени Юрия Федьковича, г. Черновцы (Украина)*

## **СМЫСЛ ЖИЗНИ КАК ОРИЕНТИР НА ЖИЗНЕННОМ ПУТИ ЧЕЛОВЕКА**

**Аннотация.** В статье представлена попытка понимания понятия жизненного пути личности и места в его структуре смысла жизни

ни разными учеными, начиная с Ш. Бюлер, как зарубежными, так и отечественными.

Сделан вывод об интегрирующей роли смысла жизни як важнейшей ценности человека в формировании целостности жизненного пути личности – возможного варианта реализации человеком смысла собственной жизни благодаря осуществлению постоянных смысложизненных и ситуационных выборов и принятия ответственности за них и то, каким становится человек. Именно наличие смысла дает человеку ощущение переживания экзистенциальности бытия.

**Ключевые слова:** жизненный путь, смысл жизни, жизненная цель, жизненный проект, сценарий жизни, ценности, экзистенциальный выбор.