

УДК 159.9

Взаимосвязь смысла жизни и субъективного благополучия в позднем возрасте

Басов Илья Андреевич

Аспирант,
кафедра теоретической и практической психологии,
Камчатский государственный университет им. Витуса Беринга,
683032, Российская Федерация, Петропавловск-Камчатский, ул. Пограничная, 4;
e-mail: kamgu@kamgu.ru

Аннотация

Многообразие линий развития, широкая вариативность самоосуществления человека в позднем возрасте требуют особого инструментария и методологической основы, которой может служить экзистенциальная психология. В статье рассмотрено экзистенциально-психологическое содержание и экзистенциальные задачи данного возрастного этапа, «кризиса старения». В пожилом возрасте и старости человек с необходимостью обращается внутрь себя, осмысляя в целостности пройденный путь, открывая новые горизонты и те смыслы, что открываются не столько ментально, сколько сердцем, душой. Впервые в статье представлены результаты исследования взаимосвязи смысла жизни и субъективного благополучия в позднем возрасте. Представлены основные корреляции субъективного благополучия и счастья с осмысленностью жизни, экзистенциальной исполненностью, категориями жизненных смыслов и дифференциальной рефлексии; выявлены ведущие и игнорируемые категории жизненных смыслов, смыслы, уводящие и ведущие к ощущению счастья в позднем возрасте; дана интерпретация полученных данных на основе экзистенциального подхода.

Для цитирования в научных исследованиях

Басов И.А. Взаимосвязь смысла жизни и субъективного благополучия в позднем возрасте // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2018. Т. 7. № 5А. С. 5-14.

Ключевые слова

Смысл жизни, счастье, благополучие, исполненность, экзистенциальная задача, пожилой возраст, старость, экзистенциальная психология.

Введение

Целый ряд ведущих психологов, исследователей и мыслителей (С. Кьеркегор, А. Адлер, К.Г. Юнг, Э. Фромм, В. Франкл, А. Лэнгле, К. Ясперс, К.А. Абдульханова-Славская, Б.С. Братусь, Д.А. Леонтьев, Е.Е. Сапогова и др.) отводили смыслу жизни ведущую роль, отмечая его доминирующее влияние на различные сферы в жизни человека. Так В. Франкл в книге «Доктор и душа» пишет о том, что поиск человеком смысла является первичным побудительным мотивом [Франкл, 1997, 242-243], обозначая его изначальным «стремлением определить и выполнить свое предназначение в жизни» [Франкл, 2015, 18], которое напрямую связывается в логотерапии со свободным выбором человека и неизбежной ответственностью за него.

А. Лэнгле выделяет четыре фундаментальные мотивации:

- бытие-в-мире (сама возможность экзистенции, «занимать жизнь как пространство»);
- ценность жизни (способность ощущать ценности, «стремление к ценности жизни»);
- оправдание Собственного (обнаружение, проживание и воплощение уникальности, «иметь право на свою собственную жизнь»);
- данные три «персональные предпосылки» являются необходимыми для обнаружения четвертой фундаментальной мотивации – Смысла экзистенции. Обнаружение смысла – не просто индифферентная реализация ценностей, пусть и возвышенных, но глубинное внутреннее «Да» человека к тому, что он переживает; как он действует во внутренних и внешних плоскостях бытия; ради чего он живет, как постигает смысл ситуации [Лэнгле, 2009].

К. Ясперс, ставя в пример философов, отшельников и странствующих мыслителей, показывает, как человек, находя опору в себе, возвышается над миром и приходит к трансцендентальной ясности, сознает свое место в целостности бытия. Ясперс считает, что многообразие истории и историчность человека (а значит – жизни каждого) подчинены требованию «некого единого» и все, что обладает ценностью и смыслом, соотносится с ним. Это единство рождается из значимости людей друг для друга, и жизнь людей есть движение к нему, это единство и есть цель, вырастающая из смысла [Ясперс, 1991].

Воплощение смысла жизни, решение жизненной задачи человека Э. Фромм связывал с перманентным выбором между жизнью и смертью, которые он рассматривал не как биологические состояния, а как «состояния бытия, отношения к миру» (жизнь как постоянное изменение и рождение, а смерть – прекращение роста, повторение, окостенение). Большинство людей, как указывал Э. Фромм, находятся в состоянии «подлинного несчастья», поскольку избегают делать данный выбор, они «...ни живы, ни мертвы, жизнь становится для них бременем, бессмысленным предприятием, а деловая активность – средством самозащиты от мучительного пребывания в мире теней» [Фромм, 2011, 245].

Смысл жизни и субъективное благополучие в позднем возрасте

В позднем возрасте смысл жизни приобретает особую роль, поскольку «серебряный возраст» сопряжен с решением ряда внутренних, экзистенциальных задач [Басов, Экзистенциальные задачи..., 2017], стоящих перед человеком (таких как переосмысление жизни, отказ от внешней экспансии и выход на духовные смыслы, поиск ответов на «большие» вопросы и др.). Ответ на «вопрос вопросов» напрямую влияет на то, насколько человек будет способен решить для себя эти задачи и, соответственно, насколько счастливым он будет себя ощущать. Например, Е.Е. Сапогова указывает обязательным условием самовоплощения

человека, а также критерием его зрелости смыслонасыщение, смысловое преодоление и добровольное «смыслоуничтожение» (под которым подразумевается отказ от ранее ассимилированного смысла) «доставшихся» жизненных обстоятельств [Сапогова, 2013, 360-362]. Также необходимо отметить, что мы рассматриваем смысл как основание для счастья, которое порождается открытием и реализацией смысла [Леонтьев, 2007, 504-506].

Возрастные границы в аспекте хронологической периодизации становятся менее значимыми с течением времени [Сапогова, 2013], а все возрастающее значение приобретает критерий зрелости (фаза взрослости, на которой человек, активно участвуя в собственном развитии, воплощается в своей самотождественности и самобытности, в возможной для него полноте своих сущностных сил), который для конкретного человека может быть достижим на любом отрезке взрослости (и в 30, и в 40, и в 65 лет), а может быть и вовсе не достигнут. Вместе с тем поздний возраст (опираясь на восьмифазовую возрастную периодизацию Дж. Биррене) хронологически мы будем отмерять начиная с 51 года.

В данном исследовании, исходя из проведенного теоретического анализа литературы и обозначенной актуальности экзистенциального подхода к позднему возрасту, нами были выдвинуты следующие гипотезы:

- 1) существует взаимосвязь между осмысленностью жизни и уровнем субъективного благополучия у людей позднего возраста;
- 2) структура смысловых ориентаций, категорий жизненных смыслов и экзистенциальная исполненность различаются у людей с различным уровнем субъективного благополучия;
- 3) избегание решения экзистенциальных задач своего возраста, фиксация на смыслах, уводящих от их решения, приводят к низкому уровню субъективного благополучия и ощущения счастья (либо приближающемуся к низкому уровню нормативного спектра шкал);
- 4) обращение человека в позднем возрасте к решению актуальных экзистенциальных задач, принятие установки «Я для мира» (преодоления своего Эго) приводят к высокому уровню субъективного благополучия и ощущения счастья (либо приближающемуся к высокому уровню нормативного спектра шкал) [Басов, Актуальность..., 2017].

Для проверки гипотез были выбраны следующие методики, направленные на изучение уровня осмысленности жизни, структуры смысловых ориентаций и категорий жизненных смыслов, экзистенциальной исполненности, уровня субъективного благополучия личности:

- 1) методика «Тест смысловых ориентаций» Д.А. Леонтьева (далее – СЖО);
- 2) методика «Система жизненных смыслов» В.Ю. Котлякова (далее – СЖС);
- 3) Шкала удовлетворенности жизнью Э. Динера и др. в адаптации Д.А. Леонтьева, Е.Н. Осина (далее – ШУДЖ);
- 4) Шкала субъективного счастья С. Любомирски в адаптации Д.А. Леонтьева, Е.Н. Осина (далее – ШСС);
- 5) Дифференциальный тест рефлексивности Д.А. Леонтьева, Е.Н. Осина (далее – ДТР);
- 6) Шкала экзистенции А. Лэнгле, К. Орлер (далее – ШЭ);
- 7) мини-сочинение «В чем для меня смысл жизни?».

В исследовании [Басов, Взаимосвязь..., 2017] приняли участие 102 человека, из них 76 женщин и 26 мужчин, 45,1% исследуемых имеют высшее образование, 24,5% – среднее специальное, а средний возраст равен 63,1 года (медиана – 62,5 года, межквартильный размах – 9 лет). Основной базой для исследования выступила Камчатская краевая библиотека им. С.П. Крашенинникова (Университет третьего возраста). В университете респонденты проходили

диагностику как участники программы развивающих занятий для людей позднего возраста на основе экзистенциального подхода «Новые горизонты старости» [Басов, Психологическое сопровождение..., 2017].

Полученные данные приведены в табл. 1-3, представленных ниже.

Таблица 1 – Результаты исследования по методике «Система жизненных смыслов»

Категории	Альтруистические	Экзистенциальные	Гедонистические	Самореализации	Статусные	Коммуникативные	Семейные	Когнитивные
Ведущие (3-9 баллов)	23	24	9	19	12	37	55	16
Нейтральные (10-17 баллов)	68	61	51	69	31	55	45	45
Игнорируемые (18-24 балла)	11	17	42	14	59	10	2	41

Данные приведены в процентах.

Таблица 2 – Корреляции общих показателей СЖО и ШЭ с рядом категорий жизненных смыслов методики СЖС

	Категории жизненных смыслов			
	Гедонистические	Статусные	Экзистенциальные	Когнитивные
Общий показатель СЖО	-0,348***	-0,511***	0,22*	0,39***
Общий показатель ШЭ	-0,363***	-0,539***	0,31**	0,44***

Данные инвертированы по причине нисходящих баллов методики СЖС (чем меньше баллов, тем более выражена категория жизненного смысла).

* $p < 0,05$; ** $p < 0,01$; *** $p < 0,001$

Таблица 3 – Корреляции методик ШСС и ШУДЖ с показателями методик СЖО, СЖС, ШЭ, ДТР

	Цели	Процесс	Результативность	Локус контроля – Я	Локус контроля – Жизнь	Уровень осмысленности жизни	Альтруистические	Экзистенциальные	Гедонистические	Самореализации	Статусные	Коммуникативные	Семейные	Когнитивные
							Полученные данные инвертированы							
Шкала субъективного счастья	0,75***	0,80***	0,79***	0,72***	0,80***	0,79***	0,11	0,28**	-0,33***	0,22*	-0,59***	0,04	-0,11	0,40***
Шкала удовлетворенности жизнью	0,74***	0,76***	0,76***	0,68***	0,78***	0,73***	0,05	0,26**	-0,3**	0,16	-0,56***	0,02	-0,06	0,46***

**Таблица 4 – Корреляции методик ШСС и ШУДЖ
с показателями методик СЖО, СЖС, ШЭ, ДТР**

	Самодистанцирование (SD)	Самотрансценденция (ST)	Свобода (F)	Ответственность (V)	Персональность (Р)	Экзистенциальность (Е)	Показатель G	Системная рефлексия	Интроекция	Квазирефлексия	Шкала субъективного счастья
Шкала субъективного счастья	0,59***	0,74***	0,66***	0,54***	0,72***	0,64***	0,72***	0,32***	- 0,52***	- 0,38***	1
Шкала удовлетворенно сти жизнью	0,53***	0,67***	0,61***	0,47***	0,65***	0,57***	0,64***	0,36***	-0,44***	-0,35***	0,87***

* $p < 0,05$; ** $p < 0,01$; *** $p < 0,001$

Исследование показало, что у людей в позднем возрасте наблюдается следующее.

- 1) Игнорируемыми категориями жизненных смыслов являются статусные (59%), гедонистические (42%), когнитивные (41%). Данные результаты, как мы полагаем, объясняются тем, что пожилой человек, продуктивно проживающий свой возраст и принимающий старение, «дистанцируется» от себя, перерастает свое эго (падает значимость социальных «рейтингов», «примитивных» удовольствий и др.) и больше внимания (заботы) уделяет миру (не мир для меня, а я для мира), распространяя себя на него, но не в смысле экспансии, а в смысле расширения и чувства единства с ним. Когнитивные смыслы выступают игнорируемыми, видимо, по той причине, что в позднем возрасте человек полагает, что уже познал достаточно, он сформировался как личность, приобрел некоторую ригидность и редко считает, что жизнь может преподнести что-то новое. Конечно, такое восприятие жизни не отвечает действительности, ее принципиальной непознаваемости. Более того, как будет показано ниже, именно противоположная позиция (т. е. приверженность когнитивным смыслам) имеет взаимосвязь с переживанием своей жизни как счастливой.
- 2) Преобладают следующие категории жизненных смыслов: семейные (55%), коммуникативные (37%). Кроме того, что данные смыслы, прежде всего семейные, являются социально одобряемыми, важно отметить их экзистенциальную глубину применительно к позднему возрасту. Так, семья и общение могут реализовывать потребность в передаче своего опыта, жизненных итогов, их востребованности, понимании и помощи в решении тех жизненных трудностей, с которыми сталкивается человек в этом периоде жизни, получении ощущения, что «в этом я не одинок». Нередко ведущими смыслами выступают экзистенциальные и альтруистические (24% и 23% соответственно). Мы считаем, что это связано с экзистенциальной логикой жизненного пути: с обращением к общечеловеческим ценностям и извечным вопросам (несущие в

этом возрасте не теоретический характер, а рожденные своей жизнью ответы), с пониманием ценности жизни как таковой. Альтруистические смыслы мы связываем с решением экзистенциальной задачи позднего возраста – преодолением Эго, выходом за его пределы.

- 3) В позднем возрасте имеется четкая взаимосвязь ($p < 0,001$) осмысленности жизни и субъективного благополучия (т. е. в подавляющем большинстве случаев испытуемые с высокой осмысленностью жизни имеют высокую удовлетворенность жизнью и считают себя счастливыми людьми; напротив, испытуемые с низкой осмысленностью жизни чаще имеют низкую удовлетворенность жизнью и считают себя несчастливыми людьми). Полученные данные убедительно обоснованы в различных теориях и подтверждались целым рядом исследований. Однако мы считаем важным подчеркнуть, что в позднем возрасте имеется своя специфика этих результатов. Решение задач (к которым человек неизбежно приходит) данного возрастного этапа (переосмысление жизни, принятие позитивного сценария старения, осмысление (прикосновение) к экзистенциальным данностям и др.) со всей необходимостью опирается на способность человека к осмыслению, а их положительное решение дает ощущение счастья и радости.
- 4) Переживание счастья в позднем возрасте связано ($p < 0,001$) с экзистенциальной исполненностью (реализация экзистенциального смысла), которая позволяет испытывать глубокое счастье, а жизнь переживать как «настоящую» и полную. Исполненность включает в себя персональность (описывает когнитивную и эмоциональную доступность для себя и для мира) и экзистенциальность (измеряет способность решительно и ответственно идти в мир, включаться в жизнь). Напротив, неисполненная экзистенция (закрытость Person – заикленность на себе, а также эмоциональная неспособность к диалогу, отсутствие ответственной включенности в жизнь) будет уводить человека от ощущения счастья. В тех редких случаях позднего возраста, когда низкий уровень исполненности и осмысленности жизни переживается человеком как счастье, мы полагаем вслед за Д.А. Леонтьевым [Леонтьев, 2007, 484-506], что правильно будет говорить о невысоком уровне зрелости такого переживания.
- 5) Составляющие осмысленности жизни и исполненности (самодистанцирование, самотрансценденция, свобода, локус контроля и др.), которые показали взаимосвязь ($p < 0,001$) с переживанием счастья в позднем возрасте, можно рассматривать как инструменты для решения экзистенциальных задач: самопринятие в реалиях позднего возраста, преодоление страха смерти смыслом, поиск ответов на «большие» вопросы и другие задачи позднего возраста. К такому же инструменту можно отнести системную рефлекссию ($p < 0,001$), интроспекцию и квазирефлексию, показавшие обратную зависимость ($p < 0,001$) с переживанием счастья, своего рода «неисправным инструментом» для решения экзистенциальных задач позднего возраста, применение которых приводит к ощущению несчастливой жизни.
- 6) Если в позднем возрасте ведущими категориями жизненных смыслов выступают гедонистическая (обратная взаимосвязь ШСС $p < 0,001$, ШУДЖ $p < 0,01$) и статусная (обратная взаимосвязь $p < 0,001$), то удовлетворенность жизнью и ощущение счастья

находятся на низком уровне. Мы предполагаем, что это связано с тем, что удовлетворение (реализация) данных смыслов в позднем возрасте «обременяется» рядом трудностей и требует немалых затрат (физических, психологических и др.). Но, главное, эти категории уводят человека от решения экзистенциальных задач данного возраста, что с разной степенью осознания приводит к неудовлетворенности.

- 7) Такие ведущие категории жизненных смыслов, как экзистенциальные ($p < 0,01$) и когнитивные ($p < 0,001$), «гарантируют» ощущение счастья и удовлетворенность жизнью. Мы полагаем, что это объясняется тем, что экзистенциальные и когнитивные категории жизненных смыслов менее других подвержены влиянию внешних обстоятельств (социальных, политических, физического здоровья, материального благополучия и др.), а искренний их приоритет обеспечивает человеку чувство осуществленности, причастности к трансцендентальным ценностям, а значит, и чувство удовлетворенности, счастья, возможно, практически при любых жизненных обстоятельствах.

Данные, указанные в пунктах 6 и 7, подтвердились такой методикой, как мини-сочинение «В чем для меня смысл жизни?» Были рассмотрены респонденты с совпадением высоких и низких уровней по двум шкалам ШСС и ШУДЖ, а также респонденты с высокими/низкими показателями по одной из шкал и показателями, находящимися на самом краю нормативного спектра второй шкалы. Всего рассмотрены 20 человек с высокими показателями и 21 человек с низкими. При применении углового преобразования Фишера в зону значимости попадают ответы по следующим категориям: альтруистические ($\phi = 3,52$), экзистенциальные ($\phi = 3,66$), самореализации ($\phi = 3,11$), когнитивные ($\phi = 4,26$) (эти категории чаще выбирают респонденты с показателями выше условной нормы по шкалам ШСС и ШУДЖ (поскольку средние значения и стандартные отклонения по данным методикам получены на выборках студентов ВУЗов, 4-5 курс [Осин, Леонтьев, 2008], нами были использованы значения данного исследования (ШУДЖ: $M = 21,2$; $SD = 7,18$; ШСС: $M = 17,8$; $SD = 6,33$)), а также категория отрицания наличия смысла жизни ($\phi = 3,13$), чаще выбираемая респондентами с показателями ниже нормы по шкалам ШСС и ШУДЖ (т. е. несчастливые люди позднего возраста чаще избегают отвечать на вопрос о смысле жизни (не имеют экзистенциальной смелости), проявляют его незнание, отрицают наличие смысла бытия). В зону неопределенности попали гедонистические и семейные категории жизненных смыслов ($\phi = 1,82$ и $\phi = 2,41$ соответственно). Сравнение полученных результатов с результатами корреляционного анализа данных шкал ШСС и ШУДЖ с методикой КЖС показывает совпадение по экзистенциальным и когнитивным категориям. Примечательно, что ответы по статусной и материальной категориям не дали статистически значимых различий ($\phi = 0,83$), вместе с тем их вес (развернутость ответов, акцент) у респондентов с показателями ниже нормы по шкалам ШСС и ШУДЖ выше в два раза.

Общие показатели СЖО и ШЭ имеют статистически достоверные взаимосвязи с когнитивными ($p < 0,001$) и экзистенциальными (СЖО $p < 0,05$, ШЭ $p < 0,01$) категориями смыслов жизни, а также статистически достоверные ($p < 0,001$) обратные взаимосвязи со статусными и гедонистическими категориями смыслов жизни (т. е. чем выше уровень осмысленности и исполненности у человека в позднем возрасте, тем чаще он выбирает приверженность когнитивными экзистенциальным категориям смыслов жизни и тем реже

статусным и гедонистическим), что дополнительно указывает на верность заключений по пунктам 6 и 7.

Кроме того, при проведении корреляционного анализа впервые, насколько нам известно, были получены взаимосвязи методики СЖО и методики ШЭ (статистическая достоверность $p < 0,001$). Взаимосвязи достоверны как по общим показателям, так и по всем шкалам данных методик (см. табл. 5).

Таблица 5 – Корреляции методик СЖО и ШЭ (N = 102)

	Цели	Процесс	Результативность	Локус контроля – Я	Локус контроля – Жизнь	Уровень осмысленности жизни
Самодистанцирование (SD)	0,575	0,55	0,599	0,492	0,543	0,577
Самотрансценденция (ST)	0,696	0,696	0,702	0,638	0,686	0,681
Свобода (F)	0,563	0,573	0,636	0,56	0,596	0,546
Ответственность (V)	0,541	0,461	0,548	0,485	0,449	0,493
Персональность (P)	0,687	0,677	0,702	0,615	0,667	0,678
Экзистенциальность (E)	0,588	0,547	0,634	0,553	0,551	0,553
Показатель G	0,674	0,647	0,704	0,618	0,642	0,65

Заключение

Таким образом, выдвинутые гипотезы получили подтверждение в проведенном исследовании: осмысленность жизни, экзистенциальная исполненность выступают необходимым условием для ощущения счастья в позднем возрасте и его зрелости; избегание решения экзистенциальных задач, фиксация на смыслах, принадлежащих (актуальных) другим возрастным этапам, приводят к низкому уровню субъективного благополучия, а их решение – к ощущению счастья.

Библиография

1. Басов И.А. Актуальность экзистенциального подхода в психологическом сопровождении пожилых людей // European social science journal. 2017. № 1. С. 369-373.
2. Басов И.А. Взаимосвязь смысла жизни и субъективного благополучия в пожилом возрасте (результаты пилотажного исследования) // Материалы X Всероссийской молодежной научно-практической конференции «Теоретическая и прикладная психология: традиции и перспективы». Чита: ЗабГУ, 2017. С. 10-16.
3. Басов И.А. Психологическое сопровождение людей в позднем возрасте (на примере программы психологического сопровождения проживания престарелых и инвалидов в доме-интернате на основе экзистенциального подхода). СПб.: НИЦ АРТ, 2017. 60 с.
4. Басов И.А. Экзистенциальные задачи позднего возраста // European social science journal. 2017. № 10. С. 508-518.
5. Леонтьев Д.А. Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой реальности. М.: Смысл, 2007. 511 с.
6. Лэнгле А. Что движет человеком? Экзистенциально-аналитическая теория эмоций. М.: Генезис, 2009. 240 с.
7. Осин Е.Н., Леонтьев Д.А. Апробация русскоязычных версий двух шкал экспресс-оценки субъективного благополучия // Материалы III Всероссийского социологического конгресса. М.: Институт социологии РАН, 2008.
8. Сапогова Е.Е. Экзистенциальная психология взрослости. М.: Смысл, 2013. 767 с.
9. Франкл В. Доктор и душа. СПб.: Ювента, 1997. 285 с.
10. Франкл В. Страдания от бессмысленности жизни. Актуальная психотерапия. Новосибирск: Сибирское университетское издательство, 2015.
11. Фромм Э. По ту сторону порабощающих нас иллюзий. М.: АСТ, 2011.
12. Ясперс К. Смысл и назначение истории. М.: Политиздат, 1991. 527 с.

The correlation between the meaning of life and subjective well-being in advanced age

Il'ya A. Basov

Postgraduate,
Department of theoretical and practical psychology,
Vitus Bering Kamchatka State University,
683032, 4 Pogranichnaya st., Petropavlovsk-Kamchatsky, Russian Federation;
e-mail: kamgu@kamgu.ru

Abstract

The article aims to explore the correlation between the meaning of life and subjective well-being in advanced age. Manifold lines of development, wide variability of self-realisation of elderly people require special tools and methodological foundations. The author of the article uses existential psychology as such a basis. The article makes an attempt to consider the existential psychological content and existential tasks of this age, called the “aging crisis”. The author points out that an elderly person needs to turn inward, comprehending the passed way as a whole, opening new horizons and such senses that can be cognised not so much mentally as with their heart and soul. The article presents the results of the study of the correlation between the meaning of life and subjective well-being in advanced age for the first time. It deals with basic correlations between subjective well-being and happiness with the meaning of life, existential fulfillment, life meanings and differential reflection categories. Having analysed the results of the research, the author identifies leading and ignorable categories of life meanings, meanings leading to and away from the sense of happiness in advanced age. The received data are interpreted by the author on the basis of the existential approach.

For citation

Basov I.A. (2018) Vzaimosvyaz' smysla zhizni i sub"ektivnogo blagopoluchiya v pozdnem vozraste [The correlation between the meaning of life and subjective well-being in advanced age]. *Psikhologiya. Istoriko-kriticheskie obzory i sovremennye issledovaniya* [Psychology. Historical-critical Reviews and Current Researches], 7 (5A), pp. 5-14.

Keywords

Meaning of life, happiness, well-being, fulfillment, existential task, advanced age, old age, existential psychology.

References

1. Basov I.A. (2017) Aktual'nost' ekzistentsial'nogo podkhoda v psikhologicheskom soprovozhdenii pozhilykh lyudei [The relevance of the existential approach in psychological support for elderly people]. *European social science journal*, 1, pp. 369-373.
2. Basov I.A. (2017) Ekzistentsial'nye zadachi pozdnego vozrasta [Existential problems of advanced age]. *European social science journal*, 10, pp. 508-518.
3. Basov I.A. (2017) *Psikhologicheskoe soprovozhdenie lyudei v pozdnem vozraste (na primere programmy psikhologicheskogo soprovozhdeniya prozhivaniya prestarelykh i invalidov v dome-internate na osnove ekzistentsial'nogo podkhoda)* [Psychological support for elderly people (a case study of the program of psychological

- support for elderly and disabled people living in residential facilities on the basis of the existential approach)]. St. Petersburg: NITs ART Publ.
4. Basov I.A. (2017) *Vzaimosvyaz' smysla zhizni i sub"ektivnogo blagopoluchiya v pozhilom vozraste (rezul'taty pilotazhnogo issledovaniya)* [The interrelation between the meaning of life and subjective well-being in advanced age (the results of the pilot study)]. *Materialy X Vserossiiskoi molodezhnoi nauchno-prakticheskoi konferentsii "Teoreticheskaya i prikladnaya psikhologiya: traditsii i perspektivy"* [Proc. 10th Conf. "Theoretical and applied psychology: traditions and prospects"]. Chita: Transbaikalsk State University, pp. 10-16.
 5. Frankl V. (1946) *Ärztliche Seelsorge. Grundlagen der Logotherapie und Existenzanalyse*. Wien: Deuticke. (Russ. ed.: Frankl V. (1997) *Doktor i dusha*. St. Petersburg: Yuventa Publ.)
 6. Frankl V. (2013) *Das Leiden am sinnlosen Leben. Psychotherapie für heute*. Herder. (Russ. ed.: Frankl V. (2015) *Stradaniya ot bessmyslennosti zhizni. Aktual'naya psikhoterapiya*. Novosibirsk: Sibirskoe universitetskoe izdatel'stvo.)
 7. Fromm E. (2006) *Jenseits der Illusionen. Die Bedeutung von Marx und Freud*. Verlagsgesellschaft. (Russ. ed.: Fromm E. (2011) *Po tu storonu poraboshchayushchikh nas illyuzii*. Moscow: AST Publ.)
 8. Längle A. (2003) *Emotion und Existenz*. Facultas. (Russ. ed.: Längle A. (2009) *Chto dvizhet chelovekom? Ekzistentsial'no-analiticheskaya teoriya emotsii*. Moscow: Genezis Publ.)
 9. Leont'ev D.A. (2007) *Psikhologiya smysla: priroda, stroenie i dinamika smyslovoi real'nosti* [The psychology of meaning: the nature, structure and dynamics of semantic reality]. Moscow: Smysl Publ.
 10. Osin E.N., Leont'ev D.A. (2008) *Aprobatsiya russkoyazychnykh versii dvukh shkal ekspress-otsenki sub"ektivnogo blagopoluchiya* [Testing Russian versions of two scales of rapid assessment of subjective well-being]. *Materialy III Vserossiiskogo sotsiologicheskogo kongressa* [Proceedings of the 3rd Congress]. Moscow: Institute of Sociology of the Russian Academy of Sciences.
 11. Sapogova E.E. (2013) *Ekzistentsial'naya psikhologiya vzroslosti* [Existential psychology of adulthood]. Moscow: Smysl Publ.
 12. Jaspers K. (1949) *Vom Ursprung und Ziel der Geschichte*. München – Zürich. (Russ. ed.: Jaspers K. (1991) *Smysl i naznachenie istorii*. Moscow: Politizdat Publ.)