

И.М. Улюкин, Н.М. Пильник, В.Н. Емельянов,  
В.Н. Болехан, Е.С. Орлова,  
С.Г. Кузьмин, В.Б. Дергачев

## Фундаментальные жизненные мотивации и предпосылки их реализации у мужчин молодого возраста

Военно-медицинская академия им. С.М. Кирова, Санкт-Петербург

**Резюме.** Рассматривается качество жизни мужчин молодого возраста с точки зрения экзистенциальной исполненности. В самом общем виде термин «экзистенция» означает «специфически человеческий способ бытия», основной характеристикой которого является свобода выбора, то есть такой способ бытия человека, когда он постоянно находится в ситуации, которая запрашивает его «Как человеку быть в этой ситуации человеком?» Субъективная оценка человеком своей жизни была исследована по методике А. Лэнгле и К. Орглер «Шкала экзистенции» у 42 практически здоровых мужчин молодого возраста ( $24,12 \pm 1,1$  лет). Диагностированные показатели по шкалам «Самодистанцирование», «Самотрансценденция», «Свобода», «Ответственность», «Персональность», «Экзистенциальность» и «Исполненность» свидетельствуют об отсутствии оснований для развития экзистенциального кризиса (то есть, для кризиса субъективной оценки своей жизни). Таким образом, при правильном медико-психологическом сопровождении молодых людей у них имеются возможности и способности справляться с самим собой и с миром, а также осуществлять взаимодействие с предъявляемыми сложившимися обстоятельствами внутренними и внешними требованиями и предложениями, соотнося их с собственными ценностями. В то же время следует иметь в виду, что возможное наличие конфликта может привести к нервным срывам, снижению уровня профессионального здоровья (профессиональной пригодности). Для предотвращения этого необходимо, используя направленные методики психодиагностики, заблаговременно выявлять лиц группы риска и предупреждать у них возможные нарушения психосоциальной адаптации. С этой целью рекомендуется психологическое консультирование, решение личностных проблем посредством оказания иной помощи.

**Ключевые слова:** экзистенциальная исполненность, свобода выбора, качество жизни личности, экзистенциальный кризис, мужчины молодого возраста, психодиагностика.

**Введение.** В самом общем виде термин «экзистенция» означает «специфически человеческий способ бытия» [15], основной характеристикой которого является свобода выбора. Для того чтобы экзистенция состоялась, необходимы фундаментальные мотивации человека, которые – при наличии способности человека принимать свободные решения – возникают в процессе диалогического обмена человека с миром, в котором присутствуют четыре фундаментальные данности бытия: 1) условия и возможности; 2) жизнь с ее отношениями и чувствами; 3) бытие самим собой как уникальной, автономной личностью; 4) будущее с присущим ему призывом к действию, к активному внесению себя в более широкий контекст, в системы взаимосвязей, в которых человек находится и которые он создает [7, 8]. Следовательно, экзистенция означает такой способ бытия человека, когда он постоянно находится в ситуации, которая запрашивает его как «Person» (внутреннее Я, центр духовного измерения, свободное в человеке): «Как человеку быть в этой ситуации человеком?» Осуществляя себя таким образом, человек переживает экзистенциальную исполненность (ЭИ). ЭИ – понятие, появившееся в психологии В. Франкла [16] для описания качества жизни человека в противовес более привычному понятию счастья, глубокое чувство согласия и удовлетворения.

При этом известно, что экзистенциальные проблемы (то есть проблемы, возникающие в результате осознания или предчувствия человеком факта конечности, предела и поиска цели своего существования) сопровождают жизнь человека с подросткового возраста до конца жизненного пути.

Считается, что современные условия дают человеку разнообразный выбор способов существования, а также возможностей для приобретения того опыта, который он считает нужным и значимым для себя. Так, новыми вызовами текущей эпохи являются, в частности, остановка естественного отбора, ослабление регулирующего влияния инстинктов, разрушение принадлежности к полу, новые пути зачатия и рождения детей, разрушение института семьи, рост религиозного фундаментализма и социальные эпидемии [9]. Это обусловлено тем, что сознание современного человека, живущего в России, независимо от степени его политизированности, во все более мощной степени подвергается информационно-психологическому давлению, связанному с ведущейся Западом цивилизационной войной против России. Поэтому психическое здоровье людей проходит адаптацию посредством изменения смысла их жизни, ценностей их жизни, целей их жизни, меры их жизненной силы [20]. Возрастает чувство утраты целостности и гармонии,

усиливаются процессы фрагментации личности и дробления жизни на сегменты, слабо связанные друг с другом [2].

Наличие серьезных, трудноразрешимых экзистенциальных проблем создает особое состояние, которое обычно называют экзистенциальным кризисом (ЭК). К такому конфликту чаще всего приводят четыре базовых противоречия (между осознанием конечности своего существования и стремлением его продолжить; между потребностью в структурированности и организованности жизни и осознанием их отсутствия, своей свободы и ответственности в создании собственного мира; между осознанием фундаментальной изоляции, то есть одиночества в равнодушном мире, и потребностью в контактах, защите и принадлежности; между потребностью в осмысленности жизни и ощущением бессмысленности мира, в который «брошен» человек [21]). ЭК может совпадать с возрастным или являться уникальным этапом индивидуального жизненного пути (связанным с появлением «духовного пробуждения»; включением во внутренний конфликт базовых ценностей, на которых основывается жизненный замысел; в ситуациях переживания горя, утраты, насилия, тяжелого супружеского конфликта, предательства, измены, профессионального истощения). ЭК, совпадающими с возрастными, считаются кризисы 30 и 40 лет – это период, когда подводятся промежуточные итоги жизни и возникает возможность изменения жизненного пути в определенном его аспекте, в сфере профессиональной или семейной жизни. Иногда в контексте ЭК рассматривают подростковый возраст и старость, когда происходит осмысление своей жизни и своей «самости», и юность как период построения конкретных жизненных планов и формирования идентичности личности [4, 19]. Следовательно, отсутствие смысла жизни приводит к экзистенциальной фрустрации (как ощущению внутренней опустошенности, бессмысленности и тщетности), следствием чего часто становятся разрастающиеся агрессивные импульсы и ориентация на наслаждение и развлечения. Попытки же на фоне хронического стрессового воздействия добиться ощущения счастья в обход осуществления смысла приводят обычно к алкоголизации и наркопотреблению [3].

Индивидом рождаются; субъектом становятся в процессе освоения человеческой практики (человеческой культуры), осваивая возможности проектируемых преобразований; личностью становятся, определяя и отстаивая свои позиции в этом мире (отстаивая то, что имеет смысл для человека). А интеграцией всех возможностей в индивидуальности является психическое здоровье человека [10], поэтому задачи индивидуальности состоят в том, чтобы сохранить свою идентичность и душевное благополучие за счет согласованности в решении индивидуальных, субъектных и личностных задач. Перекосы и чрезмерные акценты в решении задач жизнедеятельности человека становятся причиной его

психического неблагополучия и возможных девиаций в развитии. Показано, что ЭИ личности положительно взаимосвязана со смысложизненными ориентациями, уровнем субъективного контроля личности [6]. В то же время пол и возраст слабо связаны с показателями ЭИ и не требуют разработки дифференцированных норм для представителей разных демографических групп, но её уровень прямо связан с интернальностью, с переживанием субъективного счастья и удовлетворенности жизнью [17].

Считается, что для обеспечения необходимой гибкости взаимодействия с социальной средой формируемые адаптивные модели и стратегии, составляющие содержание адаптивного потенциала личности выпускника ВУЗа, должны соответствовать требованиям тех ситуаций, в которые он включается в процессе своей деятельности или может быть включен в будущем [11]. Однако в импульсивном и реактивном поведении человек редко задумывается над смыслом предстоящего («Чтобы это значило?»), в то время как в проектируемых видах активности – то есть в деятельности – он уже вынужден задумываться и над смыслом предпринимаемых отдельных усилий («для чего?»), и над смыслом затеянного дела («зачем?»), и даже над смыслом своей активности в целом («зачем и что я в этом мире?») [10]. Так, выявлено отсутствие ЭК в группе «норма» и разной степени выраженности ЭК в группах риска [12] – так, на первый план в переживании ЭК больными наркоманией выступают неудовлетворенность своим настоящим, проблемы свободы и ответственности, сопровождающиеся выраженными негативными чувствами отчаяния, страдания и вины; переживание же ЭК у алкоголь-зависимых личностей выражено в меньшей степени, чем у наркозависимых, однако доминирующие структурные компоненты идентичны. Полагают, что экзистенциально исполненные профессионалы более вовлечены, меньше выгорают и, соответственно, обладают большими ресурсами профессионального здоровья.

**Цель исследования.** Изучение субъективной оценки молодыми мужчинами своей жизни с целью улучшения качества их медико-психологического сопровождения.

**Материалы и методы.** Для изучения ЭИ у 42 практически здоровых мужчин молодого возраста ( $24,12 \pm 1,1$  лет) проведено экспериментально-психологическое исследование с применением «Шкалы экзистенции» (ШЭ) А. Лэнгле и К. Орглер [5]. Считается, что методика позволяет определить, как ЭИ субъективно ощущается испытуемым. «Степень» или «уровень» ЭИ субъекта показывает, много ли осмысленного в его жизни, как часто он живёт с внутренним согласием, соответствуют ли его сущности его решения и поступки, может ли он вносить хорошее в жизнь, как он его понимает» [5]. То есть ШЭ отображает субъективную оценку человеком своей жизни.

Методические шаги по обнаружению смысла в экзистенциальной ситуации описаны В. Франклом

[16, 22] следующим образом: чтобы смысл обнаружил себя, человеку нужно сделать 4 шага: а) сначала воспринять поле возможностей; б) затем эмоционально соотноситься с имеющимися возможностями, «пропустить» их через себя, разглядеть в них ценности; в) найти наиболее соответствующую запросу ситуации и себе самому единственную наилучшую возможность и принять решение в ее пользу; г) обдумать способы наилучшего действия в соответствии с принятым решением, внося тем самым обнаруженный смысл в жизнь.

ШЭ представляет собой опросник, состоящий из 46 пунктов, 4 основных шкал, 2 факторов личности и 1 суммарного показателя. Ответы на вопросы испытуемый дает, оценивая себя и свою сегодняшнюю жизнь по различным аспектам, главным образом – в соответствии с наличием у человека четырех базовых антропологических способностей (изначально имеющихся у всех людей): «Самодистанцирование» (SD) это восприятие, то есть трезвость, реалистичность, способность увидеть свою субъективную долю и отделить себя от другого; «Самотрансценденция» (ST) это чувство быть затронутым, попадать в резонанс с ценностями; «Свобода» (F) это выбор оставлять все остальные варианты ради одного; «Ответственность» (V) это действие осуществлять, реализовать выбор. Кроме того, оцениваются «Персональность» (P), которая состоит из шкал «SD+ST», и «Экзистенциальность» (E), состоящая из шкал «F+V». Итоговый показатель «Исполненность» (G) – это сумма показателей по субшкалам «P+E».

Шкала SD («Самодистанцирование») позволяет определить способность человека отойти на дистанцию по отношению к себе самому: не ориентироваться лишь на самого себя, не действовать, будучи слепым по отношению к миру, не реагировать, непосредственно отвечая на случайные стимулы, а воспринимать ситуацию, размышлять над ней и трезво видеть данности ситуации. SD замеряет не наличие или отсутствие проблем, не свободу от желаний, представлений и целей, чувств или страхов, а лишь способность выходить по отношению ко всему этому на дистанцию, внутренне освобождаться от плена аффектов, предубеждений и желаний, не запутываться в них, а также показывает стабильность этой способности при наличии нагрузки.

Шкала ST («Самотрансценденция») измеряет свободную эмоциональность, которая проявляется в способности чувствовать близость к чему-либо/кому-либо и сочувствовать; жить ради чего-то/кого-то (ориентироваться в действиях на смысл, а не только на цель); чувствовать ценности, переживать захваченность ценностью, эмоционально откликаться; воспринимать глубокие внутренние отношения, экзистенциальную значимость происходящего. Чтобы быть в состоянии различать важное и неважное (придавать эмоциональный вес пережитому в соответствии с тем, насколько его содержание значимо для экзистенции), нужно чувствовать эмоциональную внутреннюю со-

отнесенность и принимать себя вместе со своими желаниями и потребностями (самопринятие – основа для того, чтобы знать, что хочешь).

Шкала F («Свобода») охватывает способность находить реальные возможности действия, создавать из них иерархию в соответствии с их ценностью и таким образом приходиться к персонально обоснованному решению. Способность решаться, с одной стороны, зависит от особенностей личности (таких как сила, концентрация, мужество, способность ограничиваться и вступаться за собственное), с другой – от имеющихся возможностей ситуации, которые важно разглядеть, чтобы быть в состоянии что-то выбрать. Соотнесение с этими внутренними и внешними условиями ведет к ясности в принятии решения. Важно, чтобы на фоне реально возможного человек увидел самое для него важное, то, на основании чего можно судить, свободно выбирать и решать. Если у кого-то это снова и снова получается без больших проблем, то возникает чувство, что ты свободен.

Шкала V («Ответственность») оценивает способность доводить до конца решения, принятые на основании личных ценностей. Человек действует с осознанием обязательности этого для себя или обязательств перед кем-то. Проживаемая ответственность является основой для формирования стабильной самооценки. Показатели этой шкалы указывают также на временное постоянство – способность выдержать.

Показатель P («Персональность») описывает такую важную характеристику человека, как его когнитивную и эмоциональную доступность для себя и для мира, а также то, насколько он доступен в человеческом измерении. Низкий показатель P (ниже 86 баллов) указывает на закрытость человека и на повышенную готовность психосоматически реагировать на нагрузки.

Показатель E («Экзистенциальность») описывает такую существенную характеристику человеческой экзистенции, как способность ориентироваться в этом мире, приходиться к решениям и ответственно воплощать их в жизнь, меняя ее таким образом в лучшую сторону, способность конструктивно обходиться с внешним миром, решительно и ответственно с ним справляться.

Считается, что нарушения в области E имеют тенденцию проявляться больше в неврозах, чем в личностных расстройствах, в то время как внутреннее исполнение, которое связано со свободным и ответственным стилем жизни, напротив, зависит от величины показателя P, который вносит свой вклад в гармоничные отношения с собой и способность чувствовать. Так, низкий показатель E (ниже 81 балла) указывает на образ жизни, в котором решения принимаются с трудом и есть бездействие.

Показатель G («Общий показатель») говорит о способности справляться с самим собой и с миром, а также возможности принять внутренние и внешние требования и предложения, соотнося их с собственными ценностями. Низкий G-показатель (ниже 169

баллов) указывает на неисполненную экзистенцию, что проявляется в заикленности на себе, эмоциональной неспособности к диалогу, нерешительности и стесненности (отсутствие ответственной включенности в жизнь). При очень высоком G-показателе (выше 249 баллов) человек видит себя очень открытым, доступным, восприимчивым, решительным, ясным, готовым к действию и имеющим чувство долга, но он также ощущает себя ранимым, строгим, как следствие этого, предъявляющим к себе высокие требования. Вместе с тем, по мнению авторов методики, некоторые люди с низким G-показателем по своим соображениям не считают, что стоит стремиться к его повышению.

Считается, что во взаимосвязи шкал может содержаться дополнительная информация о способностях и сферах расстройств персонально-экзистенциального измерения человека; однако по поводу некоторых констелляций шкал авторы методики приводят лишь теоретические выводы или первые эмпирические наблюдения за тенденциями.

ШЭ разработана для научных целей, а также для сопровождения психотерапевтического процесса (с его помощью можно установить исходное состояние пациента, области нарушений и ход проводимой терапии). ШЭ не оценивает достижения и самочувствие, хотя и то и другое может влиять на результат обследования, она показывает только, может ли человек конструктивно обходиться с самим собой и с миром, быть самим собой, несмотря на особенности своей психодинамики и жизненные обстоятельства. ШЭ не оценивает ни количество проблем, ни степень их тяжести, только то, насколько хорошо человек может решать свои проблемы. В ШЭ речь в первую очередь идет о способностях личности, о том, в какой степени они зависят от прошлого опыта в связи с проблемами и от того, насколько трудна его актуальная жизненная ситуация.

Исследование осуществлялось в соответствии с принципами доказательной медицины [14], было проверяющим гипотезу, рандомизированным, открытым, контролируемым. У всех респондентов было получено добровольное информированное согласие на участие в исследовании. Работа выполнена в соответствии с положениями «Конвенции о защите личности в связи с автоматической обработкой персональных данных» [13]. Исследование проводилось групповым методом в течение 40 мин. Сравнение полученных психодиагностических показателей проводилось с данными авторов использованной методики.

Статистическая обработка материалов исследования проведена с использованием пакета прикладных программ «Statistica for Windows» [19]. Полученные количественные признаки представлены в виде  $M \pm m$ , где  $M$  – среднее значение признака,  $m$  – стандартная ошибка средней величины. При сравнении полученных данных использовался t-критерий Стьюдента. В качестве значимых принимались результаты со степенью достоверности не ниже 95% ( $p < 0,05$ ). С помощью

коэффициента корреляции Пирсона определяли силу линейной связи между величинами.

**Результаты и их обсуждение.** Установлено, что у мужчин молодого возраста средний показатель SD равен 34,88 балла, он сравним с данными авторов методики (35,5 балла), что свидетельствует об адекватной способности восприятия и ясности в отношении ситуации. При этом внимание у них постоянно переносится вовне, а дистанция по отношению к себе самому при этом увеличивается (табл. 1).

Таблица 1  
Величина экзистенциальной исполненности у мужчин молодого возраста

Шкала	Балл, $M \pm m$
SD	34,88±5,64
ST	74,19±6,15
F	49,71±7,31
V	58,76±7,53
P	109,07±10,62
E	108,48±14,16
G	217,55±23,3

Средний показатель ST шкалы равен 74,19 балла, он сравним с данными авторов методики (73 балла), что свидетельствует о достаточно эмоциональном внутреннем мире и внутренней способности чувствовать ценностные основания и на них ориентироваться («участное бытие»). То есть, доверяя своим чувствам, человек может легко интуитивно постигать ситуации и сопереживать другим людям, что делает его открытым для инаковости, готовым к встрече с новым.

В обследованной группе по шкале F показана ясность и прочность в формировании суждения и нахождении решения (средний балл шкалы – 49,71; данные авторов методики – 49 баллов). Считается, что, чем выше показатель, тем легче находятся возможности для действия и принимаются решения.

Величина показателя «V» в группе равна 58,76 балла, в группе авторов методики – 57,5 балла, таким образом, ответственность и включенность растут. Это означает, что обследованные лица больше затронуты соотношением с жизнью и придерживаются обязательного, заботливого обхождения с ней.

Показан незначительный рост показателя P (109,07 балла) (средний показатель авторов методики – 109 баллов). Это свидетельствует об увеличении «открытости в отношении мира» и в отношении обхождения с самим собой.

Считается, что при комбинации  $SD < ST$  преобладает сильная эмоциональная отзывчивость, сильное внутреннее переживание и сочувствие, хорошая способность наслаждаться, которые, однако, сопровождаются трудностью в установлении дистанции и в сохранении внутреннего свободного пространства (у обследованных лиц показатель  $SD = 34,88 \pm 5,64$  балла, а  $ST = 74,19 \pm 6,15$  балла, при  $p > 0,001$ ;  $r = 0,65$ ).

Величина показателя E у обследуемых составила 108,48 балла, что свидетельствует о росте степени решимости и ответственности в стремлении устроить свой мир и свою жизнь (средний показатель авторов методики – 107 баллов). При очень высоком показателе E (выше 127 баллов – диагностирован у 7 человек) имеется четкое, связанное с собственным решением, деятельное отношение к миру.

Комбинация  $F < V$ , из которой вычисляется показатель E (в обследованной группе  $F=49,71 \pm 7,31$  балла и  $V=58,76 \pm 7,53$  балла, соответственно при  $r=0,75$ ;  $r=0,96$ ) показывает готовность обследованных лиц идти в мир, но при этом могут иметься проблемы с отграничением и чувство, что ты не свободен, а вынужден (чувство долга).

Выявлен незначительный рост показателя G (217,55±23,3 балла; средний показатель авторов методики = 216 баллов), что свидетельствует о растущей внутренней открытости, дающей человеку возможность идти к запросам и предложениям внешнего мира, если показатели P и E растут в равной степени. При комбинации  $P > E$  (в нашем исследовании  $P=109,07 \pm 10,62$  баллов,  $E=108,48 \pm 14,16$  баллов при  $r=0,97$ ;  $r=0,98$ ), вероятно, следует ожидать, что человек относительно силен в обхождении с самим собой, но стеснен в осуществлении своей жизни. Очень высокий G-показатель (выше 249 баллов) был диагностирован у 4 обследованных лиц, что свидетельствует об их открытости, готовности к действию и наличию чувства долга, а также о предъявлении к себе высоких требований.

**Заключение.** Установлено, что при правильном медико-психологическом сопровождении у молодых людей отсутствуют основания для развития ЭК. При этом у них имеются способности справляться с самим собой и с миром, а также возможность принять предъявляемые сложившимися обстоятельствами внутренние и внешние требования и предложения, соотнося их с собственными ценностями.

В исследовании Н.А. Дунайцевой и Ю.В. Петраш [1] показано, что чем выше самоотношение (а именно – самоуверенность, саморуководство, самопривязанность, самоуважение и аутосимпатия), тем больше женщины склонны к социальной желательности, тогда как для мужчин характерна взаимосвязь самоуважения и мотивации одобрения. Поэтому необходимо учитывать существующее мнение о том, что осознание, в частности, военнослужащим несоответствия своих возможностей уровню предъявляемых требований может послужить причиной внутреннего конфликта. Наличие конфликта может привести к нервным срывам, снижению уровня профессионального здоровья (профессиональной пригодности). Для предотвращения этого необходимо, используя направленные методики психодиагностики, временно выявлять лиц группы риска и предупреждать у них возможные нарушения психосоциальной адаптации. С этой целью рекомендуется психологическое

консультирование, решение личностных проблем посредством оказания иной помощи.

## Литература

1. Дунайцева, Н.А. Взаимосвязь поиска ощущений с самоотношением и мотивацией одобрения: гендерный аспект / Н.А. Дунайцева, Ю.В. Петраш // Росс. психол. журн. – 2016. – Т. 13, № 2. – С. 47–57.
2. Ключников, С.Ю. Дух времени и стратегия обретения целостности. Психическое здоровье человека в условиях информационных войн и глобального цивилизационного давления на Россию / С.Ю. Ключников // Профессиональная психотерапевтическая газета. – 2016. – № 11 (168). – С. 6–7.
3. Колчев, А.И. Отклоняющееся поведение в условиях стрессового воздействия / А.И. Колчев // Медико-биологические и социально-психологические проблемы безопасности в чрезвычайных ситуациях. – 2012. – №1. – С. 77–80.
4. Крайг, Г. Психология развития / Г. Крайг, Д. Бокум. – 3-е изд. – СПб.: Питер, 2005. – 940 с.
5. Кривцова, С.В. Шкала экзистенции (Existenzskala) А. Лэнгле и К. Орглер / С.В. Кривцова, А. Лэнгле, К. Орглер // Экзистенциальный анализ. – 2009. № 1. – С. 141–170.
6. Лихачева, Э.В. Экзистенциальная исполненность, смысло-ориентации и уровень субъективного контроля у мужчин и женщин / Э.В. Лихачева, Т.Ю. Турчина, О.В. Липнухова // Инновационная наука. – 2015. – № 8. – С. 156–160.
7. Лэнгле, А. Person. Экзистенциально-аналитическая теория личности / А. Лэнгле. М.: Генезис, 2005. – 160 с.
8. Лэнгле, А. Что движет человеком? Экзистенциально-аналитическая теория эмоций / А. Лэнгле. М.: Генезис, 2006. – 220 с.
9. Макаров, В.В. Новые вызовы эпохи и психотерапевтическая помощь человеку, семье, группе, обществу / В.В. Макаров // Профессиональная психотерапевтическая газета. 2016. – № 11 (168). – С. 5.
10. Осницкий, А.К. Смыслы субъектного и личностного в активности человека / А.К. Осницкий // Психологические проблемы смысла жизни и акме: мат. XIX симпозиума, Москва, 2014 г. М.: Психологический институт РАО, 2014. – С. 29–35.
11. Реан, А.А. Психологическая адаптация и становление выпускника высшего учебного заведения в период перехода к профессиональной деятельности / А.А. Реан, Ю.В. Чепурная, А.В. Федосеева // Вестн. Московского университета МВД России. – 2016. – № 3. – С. 243–248.
12. Сенкевич, Л.В. Опросник «Переживание экзистенциального кризиса»: первый этап апробации / Л.В. Сенкевич // Системная психология и социология. – 2015. – № 4 (16). – С. 46–54.
13. Совет Европы. Конвенция о защите личности в связи с автоматической обработкой персональных данных. – 2-е изд., доп. – СПб.: Гражданский контроль, 2002. – 36 с.
14. Флетчер, Р. Клиническая эпидемиология. Основы доказательной медицины / Р. Флетчер, С. Флетчер, Э. Вагнер. – М.: Медиа Сфера, 1998. – 352 с.
15. Франкл, В. Доктор и душа / В. Франкл. СПб.: Ювента. 1997. – 287 с.
16. Франкл, В. Психотерапия на практике / В. Франкл. – СПб.: Речь, 2001. – 256 с.
17. Шумский, В.Б. Диагностика экзистенциальной исполненности: оригинальная русскоязычная версия теста экзистенциальных мотиваций / В.Б. Шумский [и др.] // Психология. – 2016. – Т. 13, № 4. – С. 763–788.
18. Эрикссон, Э. Идентичность: юность и кризис / Э. Эрикссон. – М.: Прогресс, 1996. – 344 с.
19. Юнкеров, В.И. Математико-статистическая обработка данных медицинских исследований / В.И. Юнкеров, С.Г. Григорьев, М.В. Резванцев. – СПб.: ВМА, 2011. – 318 с.
20. Юрьев, А.И. Опыт изучения психического здоровья населения РФ под влиянием политических реформ (период с 1985

- по 2016 годы) / А.И. Юрьев, И.С. Бурикова // Профессиональная психотерапевтическая газета. – 2016. – № 11 (168). – С. 5–6.
21. Ялом, И. Экзистенциальная психотерапия / И. Ялом. – М.: РИМИС, 2008. – 608 с.
22. Langle, A. The Existence Scale. A new approach to assess the ability to find personal meaning in life and to reach existential fulfillment / A. Langle, Ch. Orgler, M. Kundi // European Psychotherapy. – 2003. – Vol. 4, № 1. – P. 135–151.
- 

I.M. Ulyukin, N.M. Pilnik, V.N. Emelyanov, V.N. Bolekhan, E.S. Orlova, S.G. Kuzmin, V.B. Dergachev

### **Fundamental life motivations and prerequisites for their realization in young men**

**Abstract.** *Quality of life of young men in the view of existential compliance is considered. In its most general form, the term «existence» means «specifically human way of being», the main characteristic of which is the freedom of choice, that is the way of being a person, when he is constantly in a situation that asks him: «How does a man will be a person in this situation?». A person's subjective assessment of his life was investigated by the technique of A. Langle and K. Orgler «Scale of Existence» in 42 practically healthy young men (24,12±1,1 years). Scores diagnosed on such scales as Self-distancing, Self-Transcendence, Freedom, Responsibility, Personality, Existentiality, and Fulfillment testify to the absence of grounds for the development of existential crisis (for a crisis of subjective evaluation of one's own life). Thus, with the right medical and psychological support of young people, they have the ability to cope with themselves and with the world, and the feasibility of interaction with the internal and external demands and proposals presented to circumstances, correlating with their own values. At the same time, one should keep in mind that a possible conflict can lead to nervous breakdowns, decrease in the level of professional health (a professional fitness). In order to prevent this, it is necessary to identify persons at risk and prevent possible psychosocial adaptation disorders in advance, using direct methods of psychodiagnostic. To this end, both methods of psycho-counseling and solving personal problems through the provision of advice or other assistance are recommended.*

**Key words:** *existential fulfillment, freedom of choice, quality of a person's life, existential crisis, young men, psychodiagnosics.*

Контактный телефон: +7-921-926-16-21; e-mail: igor\_ulyukin@mail.ru