

DOI 10.15826/spp.2021.1–2.4

УДК 159.9.01

ПРОБЛЕМАТИКА СМЫСЛА ЖИЗНИ В СПОРТИВНОЙ ПСИХОЛОГИИ

Т. М. Булгакова

Национальный университет физического воспитания и спорта Украины
Киев, Украина

Аннотация. В статье раскрыта взаимосвязь смысла жизни, механизмов психологической защиты и самоактуализации студентов-спортсменов. Теоретический анализ психолого-педагогических исследований показал, что в современной научной литературе нет однозначного взгляда на понятие смысла жизни. Тема смысла жизни относится к вечным экзистенциальным проблемам и находится в поле зрения философов и психологов на протяжении всей истории человечества. Процессы приобретения личностью смысла своего бытия, его влияние на жизнь человека являются актуальным предметом изучения психологической науки. Смыслом жизни можно считать определенную, важную для жизни идею. На современном этапе аккумулировано достаточно научных фактов, которые позволяют говорить о том, что смыслом жизни есть не только отдельная идея, но и психологическое явление, которое имеет присущие только ему особенности формирования, свои уровни развития, и, после достижения определенного этапа развития, оказывает значительное влияние на человеческую жизнь. Для исследования особенностей смысла жизни у спортсменов в работе были подобраны три актуальные методики. Также были раскрыты корреляционные связи между эмпирически полученными показателями и сформулированы соответствующие методические рекомендации.

Ключевые слова: смысл жизни; цель; удовлетворение жизнью; самореализация; самоактуализация.

Для цитирования: Булгакова Т. М. Проблематика смысла жизни в спортивной психологии// Актуальные вопросы спортивной психологии и педагогики. 2021. Т. 1. № 1–2. С. 49–59.

THE PROBLEM OF THE MEANING OF LIFE IN SPORT PSYCHOLOGY

T. M. Bulhakova

National University of Ukraine on Physical Education and Sport, Kiev, Ukraine

Abstract: The relationship between the meaning of life, mechanisms of psychological defence and self-actualization of student-athletes are revealed in the article. A theoretical analysis of psychological and pedagogical research has shown that in the modern scientific literature there is no unambiguous view of the concept of the meaning of life. The theme of the meaning of life refers to eternal existential problems and is in the field of vision of philosophers and psychologists throughout the history of mankind. The processes of acquiring the meaning of his being by a person, its influence on a person's life are an actual subject of the study of psychological science. The meaning of life can be considered a certain idea that is important for life. At the present stage, enough scientific facts have been accumulated that allow us to say that the meaning of life is not only a separate idea, but also a psychological phenomenon that has its own characteristics of formation, its own levels of development. After reaching a certain stage of development, it has a significant impact on human life. Three relevant techniques were selected in the work for this. The correlations between the empirically obtained indicators were revealed and the corresponding methodological recommendations were formulated.

Key words: meaning of life, purpose, life satisfaction, self-realization, self-actualization.

For citation: Bulhakova T. M. The problem of the meaning of life in sport psychology// Current issues of sports psychology and pedagogy. 2021. Vol. 1. No. 1–2. P. 49–59.

Актуальность исследования. Долгое время вопросы, касающиеся отношения к жизни, рассматривались в рамках философских и религиозных концепций. Психологическое изучение данной темы началось сравнительно недавно, что определяется лично-индивидуализированным и сокровенным характером этих отношений. Обсуждение этих вопросов началось в контексте психологического анализа проблем человеческого бытия, вопросов, связанных с осознанием цели жизни человека. В зарубежной науке вопросы смысла жизни и его поиска стали одними из основных в экзистенциальной психологии, представителями которой являются ученые Д. Бьюдженталь [1], С. Франк [2], И. Ялом [3] и др. Также эта проблема была рассмотрена представителями других направлений психологии. Различные аспекты смысловой сферы встречаются в работах А. Адлера [4], А. Бебингтона [5], Ч. Бюлера [6], З. Фрейда [7] и др.

Рассмотрение вопросов «смысла жизни» встречается в психологии еще со времен психоанализа З. Фрейда. Однако в его работах понятие смысла жизни еще не приобретает научный характер. Более того,

по мнению психолога, вопрос о смысле человеческой жизни вообще не может быть решен удовлетворительно и более правильным является решение «менее претенциозного» вопроса о цели жизни людей. Он считал, что целью каждого человека есть счастье, и, в свою очередь, стремление человека к счастью имеет две стороны: стремление к удовольствию и желание избежать недовольства. При этом З. Фрейд считал, что смысл человеческой жизни должен иметь вечную, неизменную опору и поэтому вне религиозного сознания решение этого вопроса невозможно [8].

В теории К. Хорни главные источники тревоги и беспокойства личности коренятся в неправильных человеческих отношениях. Причем поиск смысла жизни рассматривается ими как одна из проблем, характерных для невротиков [9]. Наиболее развернутое понимание смысла жизни сформулировано в работах А. Адлера. Создатель индивидуальной психологии характеризует свою концепцию как учение о смысле человеческих действий и экспрессивных проявлений, движений, о смысле, «который индивиды придают миру и самим себе, хотя предмет изучения индивидуальной психологии шире и не сводится полностью к изучению этих смыслов» [10, с. 27].

Индивидуальный смысл жизни, понимание которого служит, по мнению А. Адлера, ключом к пониманию всей личности в целом, выступает в нем как одно из центральных понятий. Смысл жизни первичен по отношению к смыслам отдельных действий. «Факт жизни человека на Земле в конкретных условиях существования порождает проблему профессионального самоопределения; факт жизни человека в обществе порождает проблему межличностных отношений, кооперации и дружбы; факт существования двух полов порождает проблему отношений между ними, любви и брака» [10, с. 30–33]. В силу этого смысл жизни А. Адлер связывает с решением этих трех глобальных проблем: работа, дружба и любовь.

Смысл жизни, по мнению А. Адлера, определяется тем, какое решение этих трех жизненных проблем находит человек. При этом ученый считал, что каждый человек находит собственное решение этих проблем, а, следовательно, и свой уникальный смысл жизни. В то же время, признавая уникальность смыслов жизни отдельных людей и право на существование каждого, он выделяет психологический критерий «истинности» смысла. По его мнению, настоящие смыслы могут разделяться и приниматься для себя другими людьми. Таким образом, согласно представлениям А. Адлера, смысл жизни, формируясь на основе решения глобальных жизненных проблем, находит отражение во всех психических и поведенческих проявлениях, установках, чертах характера человека и, в свою очередь, придает им смысл. Таким образом, подход А. Адлера к проблеме смысла существенно отличается от подхода, который реализуется в классическом психоанализе.

Несколько иначе рассматривает проблему смысла жизни основоположник аналитической психологии К. Юнг. По его мнению, поиск

смысла жизни – естественная, специфически человеческая потребность и задача, которая стоит перед каждым человеком. Смысл жизни связан с постановкой духовных или культурных целей, стремление к которым является необходимым условием душевного здоровья. Причем в отличие от А. Адлера, который считал, что смысл жизни имеет каждый человек, хотя может это не понимать, К. Юнг утверждал наличие специфической потребности в поиске и реализации смысла жизни.

В то же время смысл жизни, по мнению К. Юнга, находится человеком в процессе индивидуализации («восхождение» к самостоятельности) и связан с коллективным бессознательным и божественным началом, в силу чего он не только индивидуальный, но и «надиндивидуальный». По сути, поиском и реализацией смысла жизни является привлечение человека к его родовой сущности. Рассматривая потерю смысла как психологическую проблему, К. Юнг связывал ее с ориентацией человека на навязанные извне социальные роли, или на вымышленный, навеянный самому себе смысл. «Чувство распространения смысла существования выводит человека за пределы обыденного приобретения и потребления. Если он теряет этот смысл, то тотчас же делается жалким и потерянным» [11, с. 56].

Понятие смысла является одним из центральных в работах всех представителей экзистенциально-гуманистической школы (Дж. Бьюдженталь, Р. Мэй, В. Ялом и др.). Представители этого направления считали, что смысл позволяет человеку обеспечить полноту своей жизни. Попытки отказаться от себя, от выбора, подчинение страха перед неизвестностью и неопределенностью себя приводят к потере контакта с «внутренним Я», потере смысла жизни и экзистенциальной тревоге.

Смысл жизни выступает как основное понятие в концепции логотерапии В. Франкла. По мнению ученого, смысл жизни определяют три группы ценностей: ценности творчества, ценности переживания, ценности отношений. Именно они делают жизнь человека осмысленной. При этом ценности выступают как желательные формы поведения и предписания, поэтому ценности могут вступать между собой в противоречие из-за неоднозначности большинства ситуаций. Но уникальные смыслы никогда не противоречат друг другу. «Смысл никогда не задан, он всегда следствие свободного выбора человека, именно возможность нахождения смысла в конкретной ситуации делает человека свободным и одновременно ответственным за свой выбор» [12, с. 116–124].

Потеря смысла жизни может привести к заполнению «экзистенциального вакуума» с помощью таких псевдосмыслов, как стремление к власти, приобретение материальных сверхблаг, потребление редких изысков и т. д. В рамках экзистенциализма проблема смысла жизни анализировалась К. Ясперсом. Ученый рассматривал его как актуальное переживание, присущее человеку внутреннее восприятие психических взаимосвязей, которое происходит благодаря определенной внутренней работе. В понимании К. Ясперса человеческое бытие не имеет окончательного результата динамического процесса, в рамках

которого возникают все новые бытийные возможности и возможности самореализации [13]. Психолог видел смысл жизни в определении жизненных ориентиров, в осознании индивидом своего места в мире, в восприятии любви, достижении свободы и возможности быть самим собой. Причем, как считал К. Ясперс, «в динамическом и бесконечном поиске смысла все время достигается только частичная, временная истина, достижение абсолютного смысла невозможно в принципе» [13, с. 86–94].

Таким образом, в работах К. Ясперса на первый план выходит вопрос о возможности «переживания» смысла, о «внутренней работе», благодаря которой происходит понимание смысла жизни. В российской психологической науке проблематика смысла подробно разрабатывалась в работах Л. Выготского [13], С. Рубинштейна [14], парадигме смысловой регуляции деятельности (Б. Братусь [15], Ф. Василюк [16]) и ряде других современных подходов. В настоящее время в общей психологии активно разрабатывается процессуально-динамический подход изучения личности. С позиций этого подхода психическая жизнь личности рассматривается как процесс – непрерывный, изменчивый, порожденный постоянным взаимодействием человека с окружающей действительностью. С этих позиций смысл жизни – это психологический способ переживания жизни в процессе ее осуществления.

В украинской психологии ряд работ посвящены исследованию деформаций жизненного пути личности и формированию представлений о смысле жизни (В. Кудин [17], Н. Кэйси [18], Е. Писарева [19], Б. Стомахин [20] и др.). Способность переживать ценность жизни, удовлетворяться ею и составляет его содержание. Смысл жизни – это не только будущее, не только перспектива, но и степень того, что достиг человек, оценка своими силами по существенным для личности критериям. Представляется, что именно в этом направлении будут открыты новые перспективы изучения проблемы личности преступника. Надо сказать, что такого рода исследования в юридической психологии уже ведутся.

Согласно «концепции поступка» психолога А. Ратинова [21] феномен смысла жизни следует отнести к последствиям поступка. Поступок как объяснительный принцип психологии является более плодотворным, чем рефлекс или действие, именно потому, что его можно распространить на сложные феномены смысловой сферы личности без редукции содержания последних. Поступок, по мнению автора, способ самодетерминации человеческого поведения на основе самопознания и самотворчества и связан с формированием смысла жизни.

А. Ратинов утверждал, что именно поступок является опосредованным звеном между психикой и ее объективным коррелятом (миром, другими людьми), между психикой и телом, а также между структурными компонентами психического. Человек познает себя, осуществляя поступок и анализируя его следствия, создает себя, консолидируя смысл жизни. Проявлениями смысла жизни могут считаться конкретные установки, которые воплощаются человеком в его поступках. А. Ратинов

выделил и логическую структуру поступка, элементами которой являются, по его мнению, ситуация, мотивация, действие и последствие. «Формирование смысла жизни личности происходит на этапе последствия, которое является следствием рефлексии по поводу действия, которое, в свою очередь, является воплощением результатов мотивационной обработки ситуационной определенности» [22, с. 51].

Цель исследования – определение характерных особенностей смысла жизни у спортсменов.

Организация исследования. Проведение эмпирического исследования является необходимым и единственным способом проверки эффективности предложенной нами методики, которая включает последовательные три этапа и соответствует поставленной цели:

– в рамках предварительного этапа исследования была определена диагностическая цель, подобранная группа испытуемых, составлен диагностический аппарат с обоснованием выбора методик;

– в рамках основного этапа исследования была проведена диагностика смысложизненных ориентаций, механизмов психологической защиты и самоактуализации студентов;

– в рамках заключительного этапа исследования был проведен анализ и обобщение полученных эмпирических данных, составлены диаграммы и таблицы, иллюстрирующие полученные результаты, применены методы математической статистики, сделаны выводы по полученным результатам.

Испытуемые. В исследовании приняло участие 60 студентов-спортсменов четвертого курса.

Методы исследования. В основе нашего исследования такие теоретические методы – анализ литературы, классификация, индукция, дедукция, анализ, сравнение; практические – «Тест смысложизненных ориентаций» (Д. Леонтьев) [22], Опросник «Индекс жизненного стиля» (Р. Плутчик, Х. Келлерман, Х. Конте) [23], «Самоактуализационный тест» (Л. Гозман) [24]; методы математической статистики SPSS Statistics 25.

Результаты исследования и их обсуждение. Наше эмпирическое исследование было направлено на изучение особенностей взаимосвязи смысла жизни на основе теоретического анализа. Он рассматривается как результат осознания ценностей и целей. На личностном уровне смысл бытия выступает в виде ценностных ориентаций, выполняя функцию интегрирования личности в социальную жизнь, уровне межличностных отношений, обобщения привычек, самоактуализации и самореализации личности, выражения психологических защит. Раскроем последовательность действий эмпирического исследования и результаты, которые мы получили во время исследования.

С помощью методики «Тест смысложизненных ориентаций» были исследованы следующие показатели: цели в жизни, процесс жизни, результативность жизни, локус контроль-Я, локус контроль Жизни, осмысленность Жизни (рис.1.).

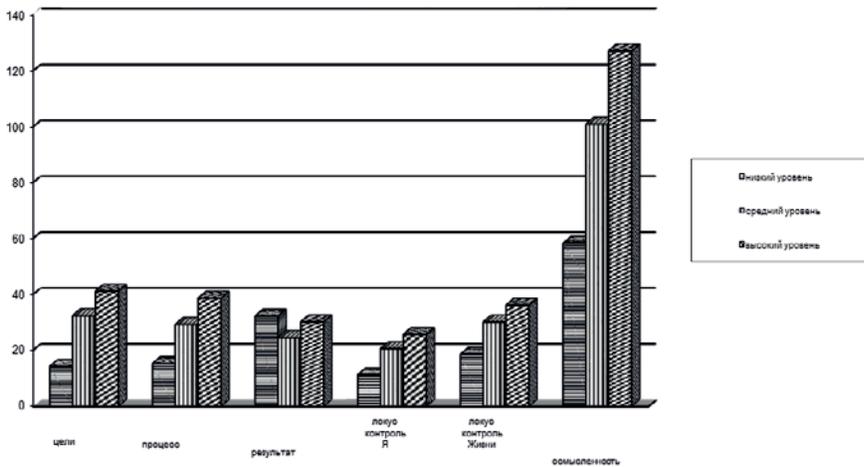


Рис.1. Результаты методики «Тест смыслов жизненных ориентаций»

Результаты опросника механизмов психологической защиты «Индекс жизненного стиля» мы вычисляли по ключу. Во время подсчета механизма психологической защиты «проекция» мы суммировали результаты шестидесяти анкет и получили 310 положительных ответов, что составляет 52% от возможных 600 положительных ответов. Значит, наиболее употребляемым спортсменами механизмом психологической защиты является «проекция», немного меньше – «компенсация». Наименее используемыми механизмами психологической защиты есть «реактивные образования» и «замещение» (рис.2.).

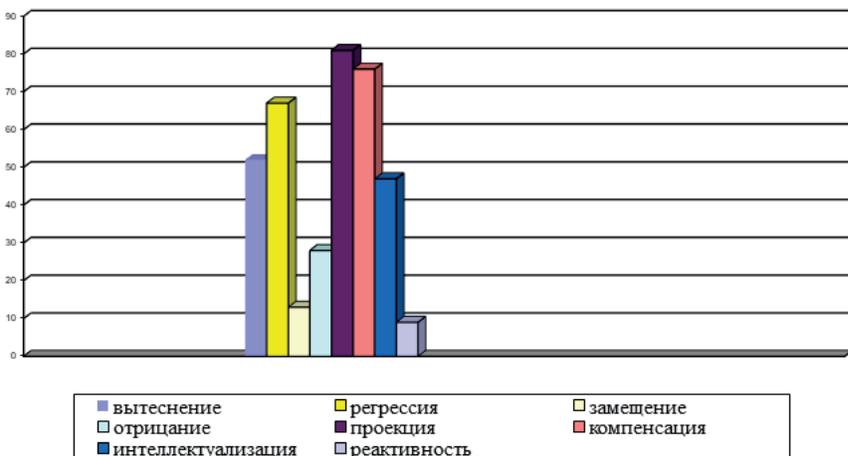


Рисунок 2. Количество положительных ответов механизмов психологической защиты в соответствии с максимальным числом

«Самоактуализационный тест» раскрыл, что у студентов-спортсменов не все показатели самоактуализации на достаточном уровне (табл.1.).

Таблица 1

Результаты исследования самоактуализации

ориентация во времени	поддержка	ценностная ориентация	гибкость поведения	сенситивность	спонтанность	самоуважение	самопринятие	представления о природе человека	синергия	принятие агрессии	контактность	познавательные потребности	креативность
7,75	41	15	12	4	5	11	7	6,75	5	7	7	4	7

Результаты эмпирического исследования, анализ количественного и качественного взаимоотношения данных, полученных в программе SPSS Statistics 25 (Пирсон), показали, что существует высокая взаимосвязь между показателями методик: между целями в жизни и процессом жизни ($r = 0,996$; $p < 0,02$); целями в жизни и вытеснением ($r = 0,946$; $p < 0,02$); целями в жизни и замещением ($r = 0,886$; $p < 0,02$); целями в жизни и интеллектуализацией ($r = - 0,996$; $p < 0,02$); процессом жизни и вытеснением ($r = 0,97$; $p < 0,02$); процессом жизни и замещением ($r = - 0,844$; $p < 0,02$); целями в жизни ($r = 0,969$; $p < 0,02$), процессом жизни ($r = 0,987$; $p < 0,02$) и ценностными ориентациями; целями в жизни ($r = 0,999$; $p < 0,02$), процессом жизни ($r = 0,997$; $p < 0,02$) и самоуважением; целями в жизни ($r = 0,924$; $p < 0,02$), процессом жизни ($r = 0,953$; $p < 0,02$) и представлениями о природе человека; целями в жизни ($r = - 0,813$; $p < 0,02$), процессом жизни ($r = - 0,859$; $p < 0,02$) и принятием агрессии; целями в жизни ($r = - 0,775$; $p < 0,02$), процессом жизни ($r = - 0,825$; $p < 0,02$) и контактностью; целями в жизни ($r = 0,864$; $< 0,02$), процессом жизни ($r = 0,818$; $< 0,02$) и креативностью.

Применение t-критерия Стьюдента позволило выявить, что существует разница среднего значения самоактуализации между группой работающих и неработающих студентов. У тех, кто работает, выше уровень самоактуализации.

Рост темпа жизни требует от современного человека осмысленного отношения к времени, способности строить краткосрочные планы и видеть долгосрочные перспективы, ориентированные на достижение ито-

говых смыслов и реализацию смысла жизни. Поскольку на жизненном пути каждого спортсмена неизбежно будут встречаться препятствия и трудности, способность их конструктивного преодоления с наименьшими потерями с помощью привычных смысложизненных значимых схем становится необходимой характеристикой личности [25].

Выводы. Смысл жизни для студентов-спортсменов означает итог сделанного, рассматривается относительно позиции тела, духовности, морали, подсознания. Это конкретизация человеком своей цели, осмысление жизни, определение мировоззрения. Если рассматривать жизнь человека, как движение вперед, то можем сказать, что жизнь – это процесс постоянного преодоления новых высот, достижение лучших результатов, саморазвитие и личностный рост. Поэтому, чем более высокого уровня достигает студент, тем быстрее он понимает, что еще много интересного есть в жизни и много того, что можно достичь.

Список литературы

1. Бьюдженталь, Д. Наука быть живым. Диалоги между терапевтом и пациентами в гуманистической терапии : учеб. пособие. М. : Класс, 1998. 336 с.
2. Франк, С. Л. Смысл жизни // Смысл жизни. Антология. М. : Прогресс : Культура, 1994. С. 494–583.
3. Ялом, И. Д. Экзистенциальная психотерапия. М. : Класс, 1999. 575 с.
4. Адлер, А. Смысл жизни // Философские науки. 1998. № 1. С. 28–36.
5. Bebbington, A., Miles, J. The supply of foster families for children in foster care. DOI <https://www.jstor.org/stable/23708883> // British Journal of Social Work. 1990. Vol.20, Iss. 4. P. 214–248.
6. Bühler, C. Der menschliche Lebenslauf als Psychologisches Problem. Leipzig : Verlag von S. Hirzel, 1933. XVI, 328 S.
7. Фрейд, З. Введение в психоанализ. Кн. 1. Лекции 1–15. СПб. : Алетейя, 1999. 78 с.
8. Хорни, К. Собрание сочинений. Т. 1. Психология женщины. Невротическая личность нашего времени. М. : Смысл, 1997. 496 с.
9. Юнг, К. Г. Архетип и символ. М. : Мартис, 1991. 419 с.
10. Мэй, Р. Открытие бытия: очерки экзистенциальной психологии. М. : Кудесники, 2004. 88 с.
11. Франкл, В. Психотерапия на практике. СПб. : Речь, 2001. 251 с.
12. Ясперс, К. Духовная ситуация времени. М. : AST, 2013. 285 с.
13. Выготский, Л. С. Психология развития человека. М. : Смысл : Эксмо, 2005. 1135 с.
14. Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии. Т. 2. СПб. : Питер, 1999. 720 с.
15. Братусь, Б. С. К изучению смысловой сферы личности // Вестник Моск. ун-та. Сер. 14, Психология. 1981. № 2. С. 46–56.
16. Васильюк, Ф. Е. Психология переживания: анализ преодоления критических ситуаций. М. : Класс, 1998. 336 с.
17. Кудин, В. А. Раздумья (о смысле жизни, о перспективах развития человечества, о любви и ненависти, о добре и зле, о терроре и терроризме, о призвании в жизни и др.). Харьков : ХПИ, 2003. 184 с.
18. Кэйси, Н. Смысл нашей жизни. Киев : Медкнига, 2009. 227 с.
19. Писарева, Е. Ф. О скрытом смысле жизни. Киев : Изумрудная скрижаль, 1997. 463 с.
20. Стомахин, Б. О смысле жизни. Киев : ДИА, 2018. 109 с.
21. Ратинов, А. Р., Ефремова, Г. Х. Психологическая защита и самооправдание в генезисе преступного поведения // Личность преступника как объект психологичес-

кого исследования. М. : Изд-во Всесоюз. ин-та по изучению причин и разработке мер предупреждения преступности, 1979. 62 с.

22. Леонтьев, Д. А. Тест смысложизненных ориентаций. М. : Смысл, 1992. 16 с.

23. Психологическая диагностика индекса жизненного стиля : пособие для психологов и врачей / Л. И. Вассерман [и др.]. СПб. : Психоневрол. ин-та им. В. М. Бехтерева, 2005. 51 с.

24. Гозман, Л. Я., Кроз, М. В., Латинская, М. В. Самоактуализационный тест. М. : Рос. пед. агенство, 1995. 41 с.

25. Воронова, В. И. Психология спорту. Вид. 3-те. Київ : Олімп. літ-ра, 2017. 271 с.

References

1. Byudzental, D. (1998). *Nauka byt zhivym. Dialogi mezhdou terapevtom i pacientami v gumanisicheskoy terapii* [Science of Being Alive. Dialogues between Therapist and Patients in Humanistic Therapy]. Class. (In Russian).

2. Frank, S. L. (1994). Smysl zhizni [Meaning of life]. In *Smysl zhizni. Antologiya* [The Meaning of Life. Anthology] (pp. 494–583). Progress, Culture. (In Russian).

3. Jalom, I. D. (1999). *Ekzistentsialnaya psikhoterapiya* [Existential Psychotherapy]. Class. (In Russian).

4. Adler, A. (1998). Smysl zhizni [Meaning of Life]. *Filosofskie nauki* [Russian Journal of Philosophical Sciences], 1, 28–36. (In Russian).

5. Bebbington, A., & Miles, J. (1990). The Supply of Foster Families for Children in Foster Care. *British Journal of Social Work*, 20, 214–248.

6. Bühler, Ch. (1933). *Der Menschliche Lebenslauf als Psychologisches Problem*. Verlag von S. Hirzel. (In German).

7. Frejd, Z. (1999). *Vvedenie v psihoanaliz* [Introduction to Psychoanalysis] (Book 1). Aletejja. (In Russian).

8. Horni, K. (1997). *Sobranie sochinenij. Psikhologiya zhenshchiny. Nevroticheskaya lichnost nashego vremeni* [Collected Works. Psychology of a Woman. The Neurotic Personality of our Time] (Vol. 1). Smysl. (In Russian).

9. Jung, K. G. (1991). *Arhetip i simvol* [Archetype and Symbol]. Martis. (In Russian).

10. Mjej, R. (2004). *Otkrytie bytija* [The Discovery of Being]. Kudesniki. (In Russian).

11. Frankl, V. (2001). *Psihoterapija na praktike* [Psychotherapy in Practice]. Rech. (In Russian).

12. Jaspers, K. (2013). *Duhovnaja situacija vremeni* [Spiritual Situation of Time]. AST. (In Russian).

13. Vygotskij, L. S. (2005). *Psihologija razvitija cheloveka* [Human Developmental Psychology]. Smysl, Jeksmo. (In Russian).

14. Rubinshtejn, S. L. (1999). *Osnovy obshhej psihologii* [Fundamentals of General Psychology] (Vol. 2). Piter. (In Russian).

15. Bratus, B. S. (1981). K izucheniju smyslovoj sfery lichnosti [To the Study of the Semantic Sphere of Personality]. *Vestnik Moskovskogo universiteta. Seriya 14: Psihologiya* [Moscow University Psychology Bulletin], 2, 46–56. (In Russian).

16. Vasiljuk, F. E. (1998). *Psihologija perezhivaniya: analiz preodolenija kriticheskikh situacij* [The Psychology of Experiencing: an Analysis of Overcoming Critical Situations]. Class. (In Russian).

17. Kudin, V. A. (2003). *Razdumia (o smysle zhizni, o perspektivah razvitija chelovechestva, o ljubvi i nenavisti, o dobre i zle, o terrore i terrorizme, o prizvanii v zhizni i dr.)* [Reflections (About the Meaning of Life, About the Prospects for the Development of Mankind, About Love and Hatred, About Good and Evil, About Terror and Terrorism, About a Vocation in Life, etc.)]. Kharkiv Polytechnic Institute. (In Russian).

18. Kjejsi, N. (2009). *Smysl nashej zhizni* [The Meaning of our Life]. Medkniga. (In Russian).

19. Wasserman, L. I., Yeryshev, O. F., Klubova, E. B., Petrova, N. N., Bespalko, I. G., Berebin, M. A., Savelyeva, M. I., Taukenova Pisareva, E. F. (1997). *O skrytom smysle zhizni* [About the Hidden Meaning of Life]. The Emerald Tablet. (In Russian).

20. Stomahin, B. (2018). *O smysle zhizni* [About the Meaning of Life]. DIA. (In Russian).
21. Ratinov, A. R., & Efremova, G. H. (1979). Psihologicheskaja zashhita i samoopravdanie v genezise prestupnogo povedenija [Psychological Defense and Self-Justification in the Genesis of Criminal Behavior]. In *Lichnost prestupnika kak obyekt psikhologicheskogo issledovaniya* [The Personality of the Criminal as an Object of Psychological Research] (pp. 44–62). Publishing House of the All-Union Institute for the Study of the Causes and Development of Crime Prevention Measures. (In Russian).
22. Leontyev, D. A. (1992). *Test smyslozhiznennyh orientacij* [Life-Sense Orientation Test]. Smysl. (In Russian).
23. Wasserman, L. I., Yeryshev, O. F., Klubova, E. B., Petrova, N. N., Bepalko, I. G., Berebin, M. A., Savelyeva, M. I., Taukenova, L. M., Strakhova, A. V., Aristova, T. A., & Osadchy, I. M. (2005). *Psihologicheskaja diagnostika indeksa zhiznennogo stilja: Posobie dlja psihologov i vrachej* [Psychological Diagnostics of the Life Style Index: A Guide for Psychologists and Doctors]. V. M. Bekhterev Psychoneurological Institute. (In Russian).
24. Gozman, L. Ja., Kroz, M. V., & Latinskaja, M. V. (1995). *Samoaktualizacionnyj test* [Self-Actualization Test]. Russian Pedagogical Agency. (In Russian).
25. Voronova, V. I. (2017). *Psihologija sportu* [Psychology of Sport]. (3rd. ed.). Olympic literature. (In Ukrainian).

Информация об авторе / Information about the author

Татьяна Михайловна Булгакова – кандидат педагогических наук, старший преподаватель Национального университета физического воспитания и спорта Украины; bulgakova_a_0702@ukr.net

Tatiana Mikhailovna Bulhakova – PhD (Pedagogical), senior lecturer National University of Ukraine on Physical Education and Sport; bulgakova_a_0702@ukr.net

Рукопись поступила в редакцию / Received: 25.05.2021

Принята к публикации / Accepted: 21.06.2021