

УДК 37.015.3

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ ПРОЦЕССА СТАНОВЛЕНИЯ СМЫСЛОЖИЗНЕННЫХ ОРИЕНТАЦИЙ СТУДЕНТОВ

А.И. Сулайманова

Статья посвящена анализу результатов исследования смысложизненных ориентаций студентов. Предпринята попытка показать необходимость разработки методических рекомендаций по улучшению психолого-педагогической поддержки процесса становления позитивных смысложизненных ориентаций студентов.

Ключевые слова: смысл жизни; смысложизненные ориентации; осмысленность; личностные особенности; психолого-педагогическая поддержка; студенты.

PSYCHOLOGICAL-PEDAGOGICAL CONDITIONS OF THE PROCESS OF FORMATION OF SENSITIVE ORIENTATIONS OF STUDENTS

A.I. Sulaimanova

The article is devoted to the analysis of the results of the study of the students' meaningful orientations. An attempt has been made to demonstrate the need to develop methodological recommendations for improving the psychological and pedagogical support for the process of developing positive, meaningful orientations of students.

Keywords: meaning of life; meaningful orientations; meaningfulness; personal characteristics; psychological and pedagogical support; students.

В настоящее время исследователи обеспокоены тем фактом, что “реальностью современного социума является распространение среди подростков бездумного отношения к жизни, стремления жить только сегодняшним днем” [1, с. 68]. По мнению В. Франкла, возрастные изменения и радикальные перемены в статусе могут вести к потере личностной идентичности и целей в жизни, формированию экзистенциального вакуума [2].

Всестороннее и глубинное исследование проблемы смысла жизни за последнее десятилетие показало, что смысложизненные ориентации являются важнейшим компонентом структуры личности. Наличие жизненных перспектив необходимо для развития “Я” молодых людей, формирования жизнеспособной личности, обладающей достаточными внутренними ресурсами для успешного существования в социуме [3].

В сложившейся ситуации важное значение приобретает задача, направленная на выявление механизмов психологических воздействий на личностные особенности и освоение новых возможностей для нахождения дополнительных ресурсов в организации психолого-педагогической поддерж-

ки процесса развития смысложизненных ориентаций студентов.

В связи с этим исследователи различают два “поля” объективных смыслов: “объективное поле” высокого смысла – сфера разума, ноосфера и сфера “неразумия”, бессмыслицы, сфера зла [4]. Говоря языком экзистенциалистов, человек может выбрать аутентичную или неаутентичную жизнь. Человек имеет в себе обе эти возможности, и то, которая из них будет актуализирована, зависит от его решения, а не от условий. Чтобы люди могли осуществить мудрый выбор, им необходимо осознавать возможности своего существования [5, с. 126].

Ряд исследователей рассматривают смысл жизни как процесс понимания (В. Дильтей, Ф. Шлейермахер, Х. Гадамер, М. Хайдеггер, А.А. Брудный и др.). А.А. Брудный предложил дополнить классическую герменевтику как науку о понимании текста, постгерменевтикой – наукой понимать. Это попытка создать в сознании и подсознании читателя установки, ориентированные на понимание смысла текстов и реальности, стимулировать волю к пониманию, развить способность понимать, как одну из важнейших сущностных сил человека

[6, с. 105]. А.А. Брудным разработана оригинальная концепция о “полях понимания”, которая преследует двоякую цель: рассказать о процессе понимания и одновременно развить свойственную людям способность понимать. Общеизвестно, что воздействие на психику человека связано с динамикой его потребностей и сил. “Психика человека как бы нацелена на изменение окружающего мира через посредство сущностных сил, физических и умственных, а конкретные потребности есть частное выражение этой фундаментальной тенденции” [7, с. 103]. В связи с этим, по мнению А.А. Брудного, в процессе воздействия на индивида и группу следует учитывать конкретные модели регуляции деятельности: “...если мы хотим активизировать деятельность человека, мы должны добиться того, чтобы он понял ее смысл, оценил ее перспективы. Тогда он возьмет, на себя смелость действовать и примет на себя ответственность за ожидаемые результаты” [7, с. 107].

Фундаментальные работы отечественных ученых в области исследования психологической природы значений и личностных смыслов (Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев) послужили теоретической базой в разработках проблемы смысла, связанных с различными аспектами деятельности (А.Г. Асмолов, В.В. Столин, М. Кальвиньо, Б.В. Брагусь, Б.В. Зейгарник, Д.А. Леонтьев и др.). Д.А. Леонтьев, обстоятельно изучая психологию смысла жизни, пришел к выводу, что с психологической точки зрения главным является не осознанное представление о смысле жизни, а насыщенность реальной повседневной жизни реальным смыслом. Как показывают исследования, существует много возможностей обрести смысл. То, что придает жизни смысл, может лежать и в будущем (цели), и в настоящем (чувство полноты и насыщенности жизни), и в прошлом (удовлетворенность итогами прожитой жизни) [8].

В. Франкл употреблял слово “ноология” для обозначения того, что является истинно человеческим свойством или комплексом свойств (ноо – от греч. “ум”, “разум”). Автор делал акцент на будущее человека и на его сознательные решения и действия [2]. В.Э. Чудновский, используя понятие “ноологическое взросление”, также имеет в виду разумное, осмысленное взросление, сознательное “выстраивание” перспективы собственного будущего с учетом сложностей, опасностей, которые могут подстергать взрослеющего человека на избранном жизненном пути. Автор подчеркивает, что очень важно донести до сознания старшего подростка ту особую жизненную ситуацию, в которую он вступает, помочь осмыслить ее, побудить

его поставить перед собой задачу стать субъектом собственного взросления [1, с. 67]. По мысли Д.А. Леонтьева, осознать и сформулировать смысл своей жизни – значит оценить свою жизнь в целом и не все успешно справляются с этой задачей, причем это зависит не только от способностей к рефлексии, но и от более глубоких факторов [8]. По мнению Н.Н. Цыбова, некоторые аспекты осознания находятся в непроявленном виде и без активации не “растут”, как растет естественное физическое тело [9].

Таким образом, исследователи считают, что важнейшим компонентом процесса становления смысложизненных ориентаций является осмысление целостности жизни и выделяют важность исследования механизмов воздействия на личностные особенности так, чтобы у личности вызвать потребность к активной реализации собственного будущего, что приведет к актуализации возможностей, заложенных в природе самого человека.

Цель статьи – показать, что становление смысложизненных ориентаций взаимосвязано с личностными особенностями студентов. Сформированность смысложизненных ориентаций зависит от различных факторов, а их уровень требует разработки методических рекомендаций по улучшению психолого-педагогической поддержки процесса становления позитивных смысложизненных ориентаций студентов.

Одним из главных основателей экзистенциальной терапии является В. Франкл, который обосновал особое направление в психокоррекции – логотерапию, направленную на оказание помощи человеку в обретении смысла жизни. В логотерапии разработан метод логоанализа, в котором используются два основных приема: *расширение поля сознания и стимулирование творческого воображения*. Этот подход В. Франкла в психотерапии ставит в фокус внимания важность помощи людям в достижении новых высот личного смысла через самотрансценденцию [10]. Автор выделил и подробно рассмотрел три класса ценностей, позволяющих сделать жизнь человека осмысленной. Это ценности творчества, ценности переживания и ценности отношения [2].

Несмотря на многочисленность исследований по данной теме, взаимообусловленность личностных особенностей и смысложизненных ориентаций мало разработана, что определило актуальность нашего исследования. По мнению исследователей, необходима определенная совокупность личностных свойств, взаимодействие которых создает основу, благоприятную “психологическую почву” для возникновения и развития смысложизненных

ориентаций [11]. На базе зарубежных и отечественных исследований, исходя из структуры смысло-жизненных ориентаций, был подобран психодиагностический комплекс для выявления личностных особенностей студентов, на основе которых формируются смысло-жизненные ориентации. Данный психологический инструментарий был апробирован на выборке студентов различных вузов в количестве 270 человек. Ниже представлены результаты, выявляющие мишени для психолого-педагогической коррекции.

На основе адаптированной нами анкеты В.Э.Чудновского, посвященной определению смысло-жизненных ориентаций студентов была выявлена недостаточная сформированность смысловой сферы студентов и необходимость широкой просветительской работы в этом направлении [12].

Тест Д.А. Леонтьева “Смысло-жизненные ориентации” (1992), являющийся адаптированной версией теста “Цель в жизни” Джеймса Крамбо и Леонарда Махолика [13], позволил разделить выборку на основе шкалы общей осмысленности на две группы – группу с высоким и средним уровнями СЖО.

Результаты. “Психодиагностического теста В.М. Мельникова и Л.Т. Ямпольского”, направленного на изучение структуры личности, обнаружили у студентов со средним уровнем СЖО высокий уровень следующих показателей: *психотизма, депрессии, робости, психической неуравновешенности, интроверсии* [13], что приводит к некоторой демонстративности и аффективности поведения при низкой сензитивности к себе. Это выражается в неспособности спонтанно и непосредственно выражать свои чувства, а также в ориентации на трезвость, практичность и рациональный подход к решению проблем. Уход от проблемы уменьшает шансы человека в “построении” своей судьбы: проблема остается “темной” непознанной, и это сковывает свободу человека, лишает возможности принимать решения со знанием дела [11, с. 638]. Необходимость создания системы коррекционной работы со студентами данной группы не вызывает сомнения.

Диагностика базовых смысловых установок человека (Методика А.Д. Ишкова, Н.Г. Милорадова) выявила, что в них преобладает негативный компонент (*вербальная зависимость, эмоциональная зависимость, ответственность за других, зависимость от достижений*) [14]. Это свидетельствует о том, что становление смысловых установок носит в основном стихийный, ситуационный характер. Необходима коррекционная работа, направленная на переосмысление негативных смыс-

ловых установок и их замещение на адекватные. Переход к более высоким уровням смысловой регуляции деятельности и поведения может происходить в случае изменения ценностных ориентаций студентов, формирования их в социокультурном контексте [3]. Поэтому следующей была методика на выявление ценностей.

В результате исследования мотивационно-ценностной структуры личности с помощью “Морфологического теста жизненных ценностей” (В.Ф. Сопов, Л.В. Карпушина) у студентов со средним уровнем СЖО были выявлены низкие показатели по таким ценностям как *образование, креативность, достижения*. Именно эти ценности являются важной составляющей процесса самоактуализации, а значит и гармоничного функционирования личности. Эти жизненные сферы в освоении нового позволяют расширить рамки своей жизни, сделать ее более разнообразной и интересной, более полнокровной, что и характерно для гармоничной жизни.

Гармоничность образа жизни студентов, как одного из факторов оптимальной реализации жизненного предназначения, проверялась методикой “Образ жизни” О.И. Моткова. Результаты исследования показали, что у студентов не выстроен полноценный стиль жизни, поддерживающий хорошую физическую и психологическую форму, осуществление рабочих и творческих планов, чувство удовольствия от жизни, длительную работоспособность, общение с природой, с людьми и т. п. В человеке тело и психика нераздельны, поэтому изменяя стиль жизни, собственную жизненную позицию, а также физически совершенствуясь, человек может влиять на состояние своей психики [15].

Методика. “Уровень субъективного контроля” (Е.Ф. Бажин, Е.А. Гольнкина, Л.М. Эткин). Локус контроля является важной интегральной характеристикой личности, показателем взаимосвязи отношения к себе и отношения к окружающему миру. Возможны два полярных типа такой локализации: экстернальный (внешний локус) и интернальный (внутренний локус). Результаты исследования показали, что у студентов со средним уровнем СЖО преобладает низкий уровень локализации субъективного контроля в области *семейной, межличностной, достижений*, что требует коррекционно-развивающей работы. В этот период последовательно формируется ряд сложных механизмов, знаменующих переход от внешней детерминации жизни и деятельности к личностной саморегуляции и самодетерминации, кардинальную смену движущих сил личностного развития [11].

Исследование показало необходимость коррекционно-развивающей работы. Определенная разработка в этом направлении была проведена В.Э. Чудновским и под его руководством его учениками (1997, 2001, 2003). Во-первых, В.Э. Чудновский подчеркивает необходимость введения учебного курса как одного из вариантов психолого-педагогической поддержки процесса становления смысложизненных ориентаций в подростково-юношеском возрасте. По мнению В.Э. Чудновского, именно преподаватели практически всех учебных предметов могут принять участие в создании целостного конкретного представления студентов о собственном будущем, на которое можно активно воздействовать, “выстраивая” его, продвигаясь к намеченной цели и видеть в этом смысл своего существования [11, с. 641].

Во-вторых, В.Э. Чудновским был разработан комплексный метод, включающий в себя цикл сочинений и бесед с их авторами. Метод позволяет, с одной стороны, постепенно все больше включать респондента в исследуемую проблему, с другой – получать более полное представление о нем [11, с. 527].

В-третьих, сотрудниками В.Э. Чудновского разработан и апробирован комплекс программ: спецпрактикум “Смысл жизни” (Е.В. Мартынова) в основе которого техники: составление генограммы – “Послание предков”, “Путешествие по мирам потерянного и непотерянного времени”, “Построение графика своего жизненного пути”, “Письмо самому себе через 25 лет”; модель профессионального развития личности (Л.М. Митина) [1].

Под руководством Л.В. Сохань разработана концепция жизнотворчества, в основу которой положено представление о жизни человека как творческом процессе. В основе концепции лежит понятие “активации”, т. е. психологического возбуждения или напряжения, вызываемого состоянием физиологического возбуждения в обусловленном центре мозга [16].

Таким образом, данные программы дают практическое направление исследователю для разработки собственного коррекционного курса психолого-педагогической поддержки процесса становления смысложизненных ориентаций студентов.

Вывод. Теоретический анализ и проведенное исследование показали тесную связь и взаимообусловленность личностных особенностей и смысложизненных ориентаций как необходимого условия оптимального становления личности и подготовки человека к профессиональной деятельности. Однако поиск смысла жизни – мыслительный процесс, предполагающий не просто

принятие определенной цели, идеи, но и ее понимание, логический анализ, аргументацию. Глубина понимания и осмысления зависит от сформированности метакогнитивных процессов [11; 17]. Психологическое воздействие на выявленные в ходе исследования личностные особенности студентов будут способствовать процессу становления смысложизненных ориентаций: необходимо напоминать размышлять о смысле жизни; расширять сознание; формировать умения активного преодоления стресса; формулирования близких и далеких целей деятельности; развивать интеллектуальные ресурсы в процессе обучения; изменять ценностные ориентации и формировать их в социокультурном контексте.

Литература

1. Чудновский В.Э. К вопросу о необходимости учебного курса формирования смысложизненных ориентаций старшеклассников / В.Э. Чудновский // Вестник МГОУ. Серия: Психологические науки. 2015. № 1. С. 66–72.
2. Франкл В. Человек в поисках смысла / В. Франкл. М.: Прогресс, 1990.
3. Иванова В.П. Базовые интеллектуальные качества студентов – будущих профессионалов: опыт теоретико-экспериментального исследования / В.П. Иванова. Бишкек: Изд-во КРСУ, 2011.
4. Ганжин В.Т. Смыслы в поисках человека: психологические, философские и религиозные аспекты смысла жизни / В.Т. Ганжин. М., 2000. С. 54–67.
5. Психология личности: тексты / под ред. Ю.Б. Гиппенрейтер, А.А. Пузыря. М.: Изд-во Моск. ун-та, 1982. 288 с.
6. Иванова В.П. Введение в психологию понимания: учеб. пособ. / В.П. Иванова, С.В. Дорохова, В.В. Еременко; под общ. ред. В.П. Ивановой. Бишкек: Изд-во КРСУ, 2011. 246 с.
7. Брудный А.А. Наука понимать / А.А. Брудный. Бишкек, 1996.
8. Леонтьев Д.А. Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой реальности / Д.А. Леонтьев. М.: Смысл, 2003.
9. Цыбов Н.Н. Сонастройка аспектов осознания на восприятие энергоинформационного потока новых знаний в технических вузах / Н.Н. Цыбов // Научная перспектива. Научно-аналитический журнал. Уфа, 2016. № 9 (79). С. 51–58.
10. Франкл В. Основы логотерапии: психотерапия и религия / В. Франкл. СПб.: Речь, 2000. 286 с.

11. Чудновский В.Э. Становление личности и проблема смысла жизни: избр. тр. / В.Э. Чудновский. М.: Изд-во МПС; Воронеж: Изд-во НПО "МОДЭК", 2006.
12. Сулайманова А.И. Представление студентов о смысле жизни / А.И. Сулайманова // Вестник КРСУ. 2016. Т. 16. № 4. С. 107–110.
13. Сулайманова А.И. Взаимосвязь личностных особенностей студентов с их смысложизненными ориентациями / А.И. Сулайманова // Инновационные исследования: проблемы внедрения результатов и направления развития: сб. статей Междунар. науч.-практ. конф. Ч. 2. Уфа: МЦИИ ОМЕГА САЙНС, 2016. 183 с.
14. Сулайманова А.И. Особенности смысложизненных ориентаций студентов и их взаимосвязь с базовыми смысловыми установками / А.И. Сулайманова // Наука, образование и инновации: сборник статей Междунар. науч.-практ. конф. Ч. 3. Уфа: АЭТЕРНА, 2016. 269 с.
15. Никифоров Г.С. Психология здоровья: учебник для вузов / Г.С. Никифоров. СПб.: Питер, 2006. 607 с.
16. Сохань Л.В. Жизненная программа личности: структура и динамика жизненных целей / Л.В. Сохань // Жизнь как творчество / под ред. Л.В. Сохань. Киев: Наукова думка, 1985. С. 56–89.
17. Иванова В.П. Развитие интеллектуальных ресурсов студентов в процессе обучения / В.П. Иванова // Вестник КРСУ. 2011. Т. 11. № 8. С. 102–106.