

Психологические особенности смысло-жизненных ориентаций в старшем школьном возрасте

О.С. Попова, кандидат психологических наук,
проректор по научно-методическому обеспечению
воспитательной работы УО РИПО

Статья представляет опыт исследования психологических особенностей ценностных ориентаций учащихся на этапе их жизненного самоопределения. Приводится описание методики и основных результатов исследования. Эмпирические данные позволяют оценить особенности локуса контроля личности, отношение учащегося к своему прошлому, настоящему и будущему, а также общую ориентацию во времени.

The article is represented the experience of the study of the psychological special features of the value orientations of students in the stage of their vital self-determination. The description of procedure and basic results of a study is given. Empirical data make it possible to estimate the special features of the locus of the control of personality, the attitude of student toward their past, present and future, and also general orientation in the time.

Ключевые слова: психологическое сопровождение, осмысленность жизни, локус контроля-Я, локус контроля-Жизнь, цель, процесс, результат жизни, ориентация во времени, личностное и социальное самоопределение.

Введение

Гуманизация современного образования неразрывно связана с формированием системы ценностных ориентаций, интересов, потребностей, личностного смысла подрастающего поколения. По мнению Е.Н. Шиянова гуманизация является условием (фактором) гармоничного развития личности, обогащения творческого потенциала, роста сущностных сил и способностей. Она представляет собой процесс, направленный на развитие личности как субъекта творческой деятельности [5].

Одним из путей оптимизации личностного и социального развития и саморазвития современных юношей и девушек является психологическое сопровождение учебно-воспитательного процесса. Оно направлено на превращение учащегося из объекта педагогических воздействий в субъекта обучения и воспитания. Сопровождение предполагает поиск скрытых ресурсов развития человека, опору на собственные возможности и создание на этой основе психологических условий для восстановления отношений с окружающими.

Психологическое сопровождение поможет преодолеть имеющиеся противоречия между стремлением индивида к личностному росту и ограничением его возможностей и ролевых позиций в учебно-

воспитательном процессе; между осознанием учащимися собственных индивидуально-психологических качеств и поиском адекватных путей их развития; между стремлением юношей и девушек к субъектности и отсутствием готовности к принятию данной позиции со стороны педагогов.

Организация исследования и обсуждение результатов

В системе образования актуальными становятся тенденции, направленные на использование потенциала становящейся личности, на обучение его умениям и навыкам опережающего отражения себя на социальном и личностном уровне. В особой социально-психологической адаптации к меняющемуся миру нуждаются дети подросткового и раннего юношеского возраста. Поэтому школа не только обеспечивает качественное и опережающее образование, но и подготовку к будущему, создает условия для личностного, социального, профессионального развития и саморазвития обучающихся.

Признание необходимости включения самого индивида в процесс развития, совершенствования позволил ученым начать широкое применение средств практической психологии в формировании субъектной позиции человека, в поиске путей его самоактуализации. Возможно в связи с этим, в первой половине 90-х гг. в работах ученых и практиков, занимающихся проблемами совершенствования воспитания и развития подрастающего поколения, стали широко использоваться понятия «психолого-педагогическая поддержка», «социально-психологическая адаптация», «упреждающая адаптация», «психологическое обеспечение», «социально-педагогическая поддержка», «психологическая помощь».

Исходным положением для формирования теоретических основ психологического сопровождения стал личностноориентированный подход, в логике которого большинство ученых рассматривают развитие как выбор и освоение субъектом путей личностного, социального становления [4]. В этом смысле сопровождение трактуется как помощь субъекту в формировании ориентационной основы развития, ответственности за себя и результаты деятельности. Важнейшим положением данного подхода является приоритет опоры на внутренний потенциал субъекта, его право совершать самостоятельный выбор и нести ответственность.

Психологическое сопровождение рассматривается как создание учащимся возможностей для продуктивного решения центральных задач возраста и психологически грамотного введения их в смыслы, ценности, содержание ведущих видов деятельности, особенности ее освоения и реализации. Психологическое сопровождение направлено на обеспечение превращения учащегося из объекта педагогических воздействий в субъекта собственного развития.

По мнению российских ученых психологическое сопровождение ребенка на разных ступенях образования решает различные задачи. Старшая школа – помощь в профильной ориентации и самоопределении, поддержка в решении экзистенциальных проблем (самопознание, поиск

смысла жизни, достижение личной идентичности), развитие временной перспективы, способности к целеполаганию, развитие психосоциальной компетентности, профилактика девиантного поведения. Психологическая работа со старшим подростковым и ранним юношеским возрастом, по мнению исследователей, должна быть ориентирована на развитие самосознания, выработку собственного мировоззрения, определение жизненной позиции, активизацию личностного самоопределения и самопознания. [1, 2].

Развитие и саморазвитие личности проявляется в поиске смысла своего существования, определения жизненных целей. Особую важность проблема поиска смысла жизни приобретает в юношеском возрасте в связи с актуализацией проблемы личностного самоопределения. Наличие смысла жизни является показателем того, насколько человек готов управлять своей жизнью и независим от внешних обстоятельств. Смысл определяет развитость самосознания индивида, способность выбирать ту систему ценностей и целей, которую он будет реализовывать в своей жизни.

Для изучения этих параметров мы использовали тест смысложизненных ориентаций (СЖО), разработанный Д.А. Леонтьевым [3]. Он представляет собой набор из 20 шкал, каждая из которых на своих полюсах имеет два противоположных утверждения, между которыми расположена шкала предпочтения с семью симметричными градациями. Наряду с общим показателем осмысленности жизни (ОЖ), методика включает также пять субшкал. Три субшкалы отражают конкретные смысложизненные ориентации: цель в жизни, ее насыщенность, удовлетворенность самореализацией. Эти три категории соотносятся с целью (будущим), процессом (настоящим) и результатом (прошлым). Две другие субшкалы характеризуют внутренний локус контроля (убеждение человека в том, что контроль возможен, и в своей способности осуществлять такой контроль).

В нашем исследовании независимой переменной выступило психологическое сопровождение образовательного процесса, которое обеспечивает развитие и саморазвитие личности (концепция и программа воспитания личности, мониторинг качества воспитания, деятельность социально-педагогической и психологической службы, психолого-педагогическая подготовка субъектов учебно-воспитательного процесса). Зависимая переменная - особенности развития и саморазвития личности учащихся, которые выступили в качестве показателей (единиц анализа), позволяющих оценить динамику экспериментальной группы по сравнению с контрольной. В эксперименте приняли участие 260 испытуемых в возрасте 15-16,5 лет. (по 130 человек в каждой группе). Для количественного анализа полученных результатов нами использовался t-критерий Стьюдента для независимых выборок. Количественные данные обрабатывались в пакете Statistica (версия 6.0).

Сравнительный анализ результатов экспериментальной и контрольной групп по методике «Смысложизненные ориентации» показывает, что по всем

шкалам средние значения в экспериментальной группе выше, чем в контрольной

По шкале «Цели в жизни» высокие результаты выявлены у 28% учащихся экспериментальной и у 15% учащихся контрольной группы (рис.1). В жизни этих учащихся присутствуют достаточно ясные цели и намерения. Будущее кажется вполне осмысленным и понятным. Они способны проектировать свое будущее, точно формулировать свои потребности и желания, формируя временную перспективу собственного развития. Прожитую часть жизни считают осмысленной и интересной, они считают, что нашли свое призвание в профессии. Постановка целей "питает" таких учащихся, двигает вперед, помогает осознать, чего он хотел бы достичь, способствуя саморазвитию, достижению целей и выработке позитивного мировоззрения. Низкие баллы по шкале «Цели в жизни» выявлены у 14% учащихся экспериментальной и у 21% контрольной группы, что присуще людям, живущим сегодняшним или вчерашним днем. В жизни данных учащихся отсутствуют цели, которые придали бы ей осмысленность, направленность и временную перспективу, нет четкого представления о том, кем они станут в жизни, чем будут заниматься в будущем. Отсутствие цели и смысла собственной жизни приводит человека к ощущению внутренней пустоты и скуки. Поэтому человек может уходить в мир иллюзий, терять связь с реальностью. Отсутствие целей в жизни может привести к низкому уровню потребностей, зависимостям (наркомания, пьянство), асоциальному поведению.

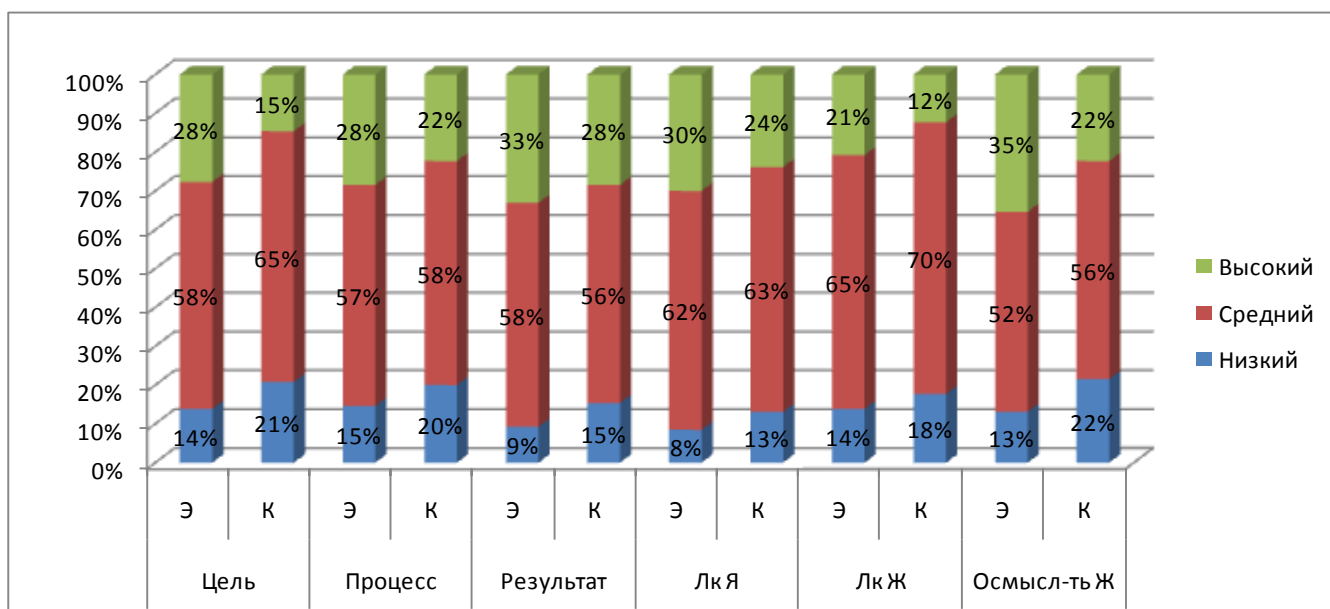


Рисунок 1 – Уровни распределения СЖО учащихся экспериментальной и контрольной групп

По шкале «Процесс жизни или интерес и эмоциональная насыщенность жизни» высокие баллы выявлены у 28% учащихся экспериментальной и у

22% учащихся контрольной группы. Учащиеся с высокими баллами по шкале полны энергии, удовлетворены своей жизнью в настоящем, воспринимают сам процесс своей жизни как интересный, эмоционально насыщенный и наполненный смыслом, получают удовольствие от жизни. Смысл жизни такие учащиеся видят в том, чтобы жить. Эти учащиеся умеют радоваться жизни, испытывают счастье, наслаждение жизнью, ощущают ее полноту, воодушевление, верят в свои силы и возможности, в будущее. Они считают, что их жизнь наполнена интересными делами и складывается так, как они этого хотят. У 15% учащихся экспериментальной и у 20% учащихся контрольной группы выявлены признаки неудовлетворенности своей жизнью в настоящем; при этом, однако, ей могут придавать полноценный смысл воспоминания о прошлом или нацеленность в будущее, что может быть связано с эмоционально тяжелыми событиями в жизни обследуемых. У этих учащихся отсутствует радость от процесса жизни. Они живут не так, как им хочется, а постоянно подстраивают свою жизнь - свою внешность, поведение, чувства, отношение к людям – под ожидания окружающих, ограничивает себя в угоду им. Они подавляют стороны своей личности, которые обычно не находят одобрения у окружающих, и проявляет те, которые принимаются. Жизнь кажется рутинной, бессмысленной, неинтересной и складывается не так, как хотелось бы испытуемым.

По шкале «Результативность жизни или удовлетворенность самореализацией» высокие баллы выявлены у 33% учащихся экспериментальной и у 28% учащихся контрольной группы, что характеризует их как людей, оценивающих пройденную часть жизни как весьма продуктивную и осмысленную. Таких учащихся сопровождает ощущение успешности осуществления своих планов в жизни, в повседневной деятельности. Даже повседневные дела приносят удовольствие и удовлетворение. Продуктивная самореализация сопровождается чувством удовлетворенности, ощущением полноты бытия. У 9% учащихся экспериментальной и у 15% учащихся контрольной группы выявлены низкие баллы по шкале. Эти учащиеся оценивают пройденную часть жизни как малопродуктивную, а уровень достижений как недостаточный, и в целом неудовлетворенны прожитой частью жизни. Нет ощущения успешности осуществления самого себя в жизни, в повседневной деятельности. Жизнь считают пустой и неинтересной, не видят смысла жизни. Зачастую испытывают чувство растерянности и беспокойства, для повседневных дел характерно ожидание неприятностей.

По шкале «Локус контроля – Я» высокие баллы выявлены у 30% учащихся экспериментальной и у 24% учащихся контрольной группы. Учащиеся с высокими баллами по шкале уверены в своей способности контролировать события собственной жизни, считают себя сильной личностью, обладающей достаточной свободой выбора, чтобы построить свою жизнь в соответствии со своими целями и представлениями о ее смысле. Они полны энергии, способны принимать самостоятельные решения. Относят себя к целеустремленным людям и считают, что в жизни

нашли свое призвание, имеют свой взгляд на жизнь и способны строить ее в соответствии с своими устремлениями. У 8% учащихся экспериментальной и у 13% учащихся контрольной группы выявлены низкие баллы, этим учащимся свойственно неверие в свои силы, чтобы контролировать события собственной жизни, они полагают, что жизнь им не подвластна и управляется внешними событиями. Испытывают чувство скуки, не способны отвечать за себя.

По шкале «Локус контроля–жизнь» у 21% учащихся экспериментальной и у 12% контрольной группы выявлен высокий уровень управляемости жизнью. Эти учащиеся убеждены в том, что можно контролировать события собственной жизни, осуществлять свой жизненный выбор по своему желанию, находить интересные цели, свободно принимать решения и воплощать их в жизнь. Учащихся характеризует общее убеждение в том, что контроль жизни возможен, что им удалось найти свое призвание и интересные цели в жизни, они ощущают свою силу, достоинство, ответственность за происходящее. Уверены, что большинство важных событий в их жизни было результатом их собственных действий, что они могут ими управлять и чувствуют ответственность за эти события, и за то, как складывается их жизнь в целом. Они считают, что им удалось найти призвание и интересные цели в жизни, а свои жизненные поступки считают осмысленными. Это является критерием социальной зрелости и самостоятельности личности.

14% учащихся экспериментальной и 18% учащихся контрольной группы показали низкие баллы по шкале, что характеризует их как фаталистов. Этим учащимся присуща убежденность в том, что жизнь человека неподвластна сознательному контролю и управляется внешними событиями, что невозможно осуществлять свой жизненный выбор по своему желанию, свобода выбора иллюзорна, и бессмысленно что-либо загадывать на будущее. Не видят смысла в пройденном жизненном пути, считают, что человек лишен возможности выбирать из-за влияния обстоятельств.

Для анализа результатов личностной динамики смысложизненных ориентаций испытуемых важное значение имеет обобщающая шкала «Осмысленность жизни», которая выражает ощущение успешности осуществления самого себя в жизни и повседневной деятельности. Осмысленность жизни личности не является внутренне однородной структурой. Полученные факторы рассматриваются как составляющие смысла жизни личности. Это собственно смысложизненные ориентации: цели в жизни, насыщенность жизни и удовлетворенность самореализацией. Они соотносятся с целью (будущим), процессом (настоящим) и результатом (прошлым). А также внутренний локус контроля, характеризующий общее убеждение в том, что контроль возможен и веру в собственную способность осуществлять такой контроль.

По данной шкале высокие баллы выявлены у 35% учащихся экспериментальной и у 22% учащихся контрольной группы. Эти учащиеся оценивают свою жизнь как вполне осмысленную, считают свою жизнь

полноценной, удовлетворены ей. Жизнь кажется волнующей и захватывающей, каждый день открывается новыми гранями, не вызывая беспокойства и растерянности. Их сопровождает ощущение наличия смысла и целей в жизни, уверенность в возможности их найти. Респонденты считают, что нашли свое призвание и цели, их жизнь сложилась именно так, как была запланирована. Таких учащихся характеризует высокий уровень рефлексивности, ответственности, выраженная ориентация на будущее. Они уверены в своих базовых ценностях и ощущают, что их жизнь имеет смысл. Осмысленность проявляется в умении выполнять стоящие задачи, означает находить в ситуации все самое ценное и стараться это ценное реализовать. Жить осмысленно для этой группы испытуемых означает проявлять определенную гибкость в восприятии ценностей. Они считают, что это является необходимым и достаточным условием развития человека, непрерывно развивающейся личности.

У 13% учащихся экспериментальной и у 22% учащихся контрольной группы выявлены низкий уровень осмысленности жизни. Эти учащиеся не удовлетворены той жизнью, какой они живут, у них отсутствует понимание смысла своего существования, для них характерен низкий уровень ответственности и рефлексивности. Неспособность развернуть и расширить свою временную перспективу, фиксированное смысловое состояние приобретает статус личностного свойства и может выразиться в акцентуировании личностных черт, в формировании пограничных состояний.

При сравнении результатов по шкале «Осмысленность жизни», обнаружены значимые различия в экспериментальной ($x=104,1$) и контрольной групп ($x=98,3$). Следовательно, учащиеся экспериментальной группы в большей мере достигли осмысленной полноценной жизни, удовлетворенности своей жизнью, их сопровождает ощущение наличия смысла и целей в жизни, уверенность в возможности их найти. Для них характерен более высокий уровень рефлексивности, ответственности, выраженная ориентация на будущее, по сравнению с контрольной ($|t|=2,47; p<0,05$).

Выводы

Таким образом, наше исследование показало, что учащиеся экспериментальной группы в большей мере понимают экзистенциальную ценность жизни «здесь и теперь», способны жить настоящим, переживать настоящий момент своей жизни во всей его полноте, независимы в своих поступках, стремятся руководствоваться в жизни собственными целями, свободны в выборе, стремятся к выявлению и развитию своих способностей. Учащиеся экспериментальной группы более гибки в реализации своих ценностей, во взаимодействии с окружающими людьми, способны быстро и адекватно реагировать на изменяющуюся ситуацию, спонтанно и непосредственно выражать свои чувства, ведут себя более естественно и раскованно, не пытаясь произвести впечатления на окружающих. В жизни присутствуют более ясные цели и намерения, придающие их жизни осмысленность, направленность и временную перспективу, они убеждены в

возможности контролировать события собственной жизни, находить интересные цели, свободно принимать решения и воплощать их в жизнь; Их характеризует более высокий уровень осмысленности жизни, рефлексивности, ответственности, выраженная ориентация на будущее.

В результате исследования мы можем констатировать, что модель психологического сопровождения, включающая совокупность факторов: программа воспитания, направленная на развитие и саморазвитие учащихся; мониторинг качества воспитания, деятельность социально-педагогической и психологической службы, психолого-педагогическая подготовка и скоординированное взаимодействие основных организаторов образовательного процесса, является эффективной и выступает в качестве необходимого условия личностного, профессионального и социального развития и саморазвития в раннем юношеском возрасте.

Список цитированных источников

1. Дубровина, И.В. Теоретические основы и прикладные аспекты развития школьной психологической службы: автореф. дис. ... д-ра психол. наук: 19.00.07 / И.В. Дубровина. М., 1988. – 360 с.
2. Концепция модернизации российского образования на период до 2010 года / Т.В. Волосовец, А.В. Егорова; М-во образования РФ. М., 2004. – 24 с.
3. Леонтьев, Д.А. Тест смысложизненных ориентации. М.: Смысл, 1992. – 16 с.
4. Слободчиков, В.И. Психологические основы личностно-ориентированного образования / В.И. Слободчиков // Мир образования – образование в мире. 2001. № 1. – С. 14–21.
5. Шиянов, Е.Н. Педагогическое образование для XXI века / Е.Н. Шиянов. М., 1994. – С. 47–48.