



МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ  
ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования

«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ  
ГУМАНИТАРНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
(ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ»)

ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГИИ

КАФЕДРА ТЕОРЕТИЧЕСКОЙ И ПРИКЛАДНОЙ ПСИХОЛОГИИ

Формирование смысложизненных ориентаций старшеклассников

Выпускная квалификационная работа  
по направлению 44.04.02 Психолого-педагогическое образование  
Направленность программы магистратуры  
«Психология безопасности личности»  
Форма обучения заочная

Проверка на объем заимствований:

81 % авторского текста

Работа магистерская к защите  
рекомендована/не рекомендована

« 5 » февраля 2020 г.

зав. кафедрой ТиПП

[подпись] Кондратьева О.А.

Выполнила:

студентка группы ЗФ-310/133-2-1  
Кобызева Дарья Александровна

Научный руководитель:

кандидат психологических наук, доцент  
Гольева Галина Юрьевна

[подпись]

Челябинск  
2020

## СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ .....	4
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПРЕДПОСЫЛКИ ИССЛЕДОВАНИЯ ФОРМИРОВАНИЯ СМЫСЛОЖИЗНЕННЫХ ОРИЕНТАЦИЙ СТАРШЕКЛАССНИКОВ.....	9
1.1 Феномен смысложизненных ориентаций в теоретических исследованиях .....	9
1.2 Особенности формирования смысложизненных ориентаций старшекласников.....	17
1.3 Теоретическое обоснование модели формирования смысложизненных ориентаций старшекласников .....	25
ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОГО ИССЛЕДОВАНИЯ ФОРМИРОВАНИЯ СМЫСЛОЖИЗНЕННЫХ ОРИЕНТАЦИЙ СТАРШЕКЛАССНИКОВ .....	34
2.1 Этапы, методы и методики исследования формирования смысложизненных ориентаций старшекласников .....	34
2.2 Характеристика выборки и анализ результата констатирующего эксперимента смысложизненных ориентаций старшекласников .....	42
ГЛАВА 3. ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ СМЫСЛОЖИЗНЕННЫХ ОРИЕНТАЦИЙ СТАРШЕКЛАССНИКОВ .....	53
3.1 Программа формирования смысложизненных ориентаций старшекласников.....	53
3.2 Анализ результатов опытно-экспериментального исследования.....	63
3.3 Психолого-педагогические рекомендации по формированию смысложизненных ориентаций для старшекласников, учителей, родителей.....	70
3.4 Технологическая карта внедрения результатов исследования в практику.....	77
ЗАКЛЮЧЕНИЕ .....	86

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ .....	89
ПРИЛОЖЕНИЕ 1 Методики исследования смысловых ориентаций старшеклассников .....	97
ПРИЛОЖЕНИЕ 2 Результаты констатирующего эксперимента .....	104
ПРИЛОЖЕНИЕ 3 Программа формирования смысловых ориентаций у старшеклассников .....	108
ПРИЛОЖЕНИЕ 4 Результаты формирующего эксперимента .....	112
ПРИЛОЖЕНИЕ 5 Технологическая карта внедрения результатов исследования в практику .....	117

## ВВЕДЕНИЕ

Актуальность проблемы формирования смысложизненных ориентаций старшеклассников обусловлена кардинальными преобразованиями в политической, экономической, духовной сферах нашего общества. Глубокие преобразования, происходящие в обществе на рубеже XX-XXI вв., привели к переоценке ценностей личности в различных сферах жизнедеятельности человека, изменению отношения к ним.

В условиях духовно-ценностного вакуума, заполняемого маскультурой, во взрослую жизнь вступило поколение молодых людей, имеющих эклектическую систему ценностных ориентаций, что характеризует ограниченность их социализации, потерю доверия к предметному и природному миру, деформацию социальных отношений, нарастание растерянности в социальной ориентации личности.

В юношеском возрасте смысловая сфера охарактеризована формированием мировоззрения, профессиональным самоопределением, составлением жизненных планов, формированием новой сферы общения. Именно в этом возрасте ценности личности становятся наиболее осознанными, чем были ранее, и отражаются в сознании в виде смысложизненных ориентаций, которые способствуют регуляции поведения индивида. Они формируются в социокультурной среде и усваиваются совместно с социальным опытом, проявляя себя в убеждениях, целях, интересах, идеалах.

Проблема смысложизненного определения учащихся старших классов сопряжена с поиском ответов на вопросы о сущности смысла жизни, ценностных ориентаций, смыслообразования. Возникая и развиваясь, смысложизненные ориентации обладают особенностями, связанными с возрастом субъекта, условиями его жизнедеятельности, формирования личности, профессионального становления.

В исследованиях отечественных и зарубежных ученых накоплен довольно большой теоретический и эмпирический материал изучения смысложизненных ориентаций.

Первые попытки осмысления смысла жизни с психологической точки зрения предприняты представителями психоанализа. В работах А. Адлера и К.Г. Юнга смысл характеризуется как базовое личностное образование, которое определяет содержание и направленность деятельности личности. В дальнейшем смысл жизни начинает активно изучаться представителями других психологических школ и направлений, в частности, К. Левиным, Э. Толменом, Дж. Ройсом и другими, но наибольшее развитие получил в рамках экзистенциальной психологии (В. Франкл, А. Камю и другие) и, возникшей на ее основе, гуманистической психологии (А. Маслоу, Р. Мэй и другие).

В отечественной психологии проблема смысла затронута в работах А.Г. Асмолова, Б.С. Братуся, Ф.Е. Василюка, Л.С. Выготского, Б.В. Зейгарник, Д.А. Леонтьева, В.Э. Чудновского и других. Ценностно-смысловая сфера, смысложизненные ориентации личности в отечественной психологии исследуется многими авторами и рассматривается как функциональная система, формирующая смыслы и цели жизнедеятельности человека и регулирующая способы их достижения (Б.С. Братусь, А.Н. Леонтьев, Н.И. Непомнящая, С.Л. Рубинштейн); исследуются структурные компоненты ценностно-смысловой сферы личности: ценностные ориентации, личностные смыслы и установки (А.Г. Асмолов, Е.А. Березина, Б.С. Братусь, А.В. Серый), ценностно-смысловые образования (Ю.М. Кузнецова), ценностное отношение (Ф.Ф. Василюк, Б.И. Додонов, Д.А. Леонтьев), смыслообразование (А.Г. Асмолов, Б.С. Братусь) и регуляция (А.Г. Здравомыслов, В.Б. Ольшанский, М.С. Яницкий).

При этом в научной литературе отмечается, что исследование ценностно-смысловой сферы личности связано с рядом трудностей

методологического характера, среди которых важнейшими являются: многозначность толкования понятия «смыслоразностные ориентации»; противоречивость подходов к методам ее исследования, недостаточное внимание к проблемам онтогенеза ценностей; недостаточная изученность проблемы формирования ценностно-смысловой сферы у старшекласников.

Таким образом, актуальность данной проблемы, ее недостаточная разработанность обусловили выбор темы исследования: «Формирование смыслоразностных ориентаций старшекласников».

Цель исследования: теоретически обосновать и экспериментально проверить эффективность реализации психолого-педагогической программы формирования смыслоразностных ориентаций старшекласников.

Объект исследования: смыслоразностные ориентации старшекласников.

Предмет исследования: формирование смыслоразностных ориентаций старшекласников.

Гипотеза исследования: формирование смыслоразностных ориентаций старшекласников представляет собой целенаправленный процесс, успешность которого повысится, если:

– сконструировать модель формирования смыслоразностных ориентаций старшекласников;

– разработать и реализовать программу, включающую не только традиционные методы воздействия (лекции, беседы, демонстрация видеоряда), но и активные методы взаимодействия (тренинг, игровые упражнения, моделирование ситуаций и т.д.).

Задачи исследования:

1. Рассмотреть феномен смыслоразностных ориентаций в теоретических исследованиях.

2. Проанализировать особенности формирования смысложизненных ориентаций старшеклассников.

3. Теоретически обосновать модель формирования смысложизненных ориентаций старшеклассников.

4. Определить этапы, методы и методики исследования формирования смысложизненных ориентаций старшеклассников.

5. Охарактеризовать выборку исследования и проанализировать результаты констатирующего экспериментального исследования смысложизненных ориентаций старшеклассников.

6. Разработать программу формирования смысложизненных ориентаций старшеклассников.

7. Проанализировать результаты опытно-экспериментального исследования.

8. Разработать психолого-педагогические рекомендации по формированию смысложизненных ориентаций для старшеклассников, учителей, родителей.

9. Составить технологическую карту внедрения результатов исследования в практику.

Методы исследования:

1) теоретические: теоретический анализ психолого-педагогической литературы по выдвинутой проблеме, синтез, моделирование, целеполагание;

2) эмпирические: констатирующий эксперимент, формирующий эксперимент, тестирование по методикам: «Смысложизненные ориентации» Д.А. Леонтьева, «Опросник ценностных ориентаций» И.С. Сенина;

3) методы статистической обработки данных: критерий Вилкоксона.

Экспериментальная база исследования: МБОУ СОШ № 144 г. Челябинска, учащиеся старших классов в количестве 30 человек.

Научная и теоретическая значимость исследования:

– выявлены особенности формирования смысложизненных ориентаций старшеклассников;

– разработана психолого-педагогическая программа формирования смысложизненных ориентаций учащихся старших классов.

Практическая значимость исследования заключается в возможности использования разработанной психолого-педагогической программы в работе по формированию и изменению смысложизненных ориентаций старшеклассников.

Структура исследования: выпускная квалификационная работа включает в себя введение, три главы, заключение, список использованной литературы, приложения.



# ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПРЕДПОСЫЛКИ ИССЛЕДОВАНИЯ ФОРМИРОВАНИЯ СМЫСЛОЖИЗНЕННЫХ ОРИЕНТАЦИЙ СТАРШЕКЛАССНИКОВ

## 1.1 Феномен смысложизненных ориентаций в теоретических исследованиях

Понятие смысложизненных ориентаций личности активно изучается в научной литературе, существуют различные подходы к определению и выделению видов ведущих ценностей, смыслов, ценностных ориентаций.

Понятие «ценность» впервые стало использоваться в философии, его ввел в 60-е годы XIX века Р.Г. Лотце. По его мнению, ценность – это значимость как самостоятельный, независимый от опыта критерий истины в познании [цит. по 4, с. 25]. В дальнейшем в философии появилось отдельное направленное – аксиология, или теория ценностей.

Само понятие ценности было введено в научную лексику в 60-е годы XIX века, однако впервые вопрос о ценностях был поставлен Сократом, сделавшим его центральным пунктом своей философии и сформулированный им в виде вопроса о том, что есть благо. Для философа, благо есть реализованная ценность – полезность, ценность и польза для него – две стороны одной и той же медали.

В античной и средневековой философии вопрос о ценностях был непосредственно включен в структуру вопроса о бытии: полнота бытия понималась как абсолютная ценность для человека, выражавшая одновременно этические и эстетические идеалы. В концепции Платона Единое или Благо было тождественно Бытию, Добру и Красоте. Такой же онтологической и холистической трактовки относительно природы ценностей придерживается и вся платоническая ветвь философии, вплоть до Гегеля и Кроче [цит. по 1, с. 64].

В современном мире данное понятие является общенаучным и используется философией, социологией, психологией, педагогикой для

обозначения в большинстве своем идей, которые воплощают в себе общественные идеалы. Понятие «ценность» стоит в одном ряду с такими словами как «достоинство», «дорогой», «оценка», «стоящий много» [2, с. 19].

Ценности являются объектом изучения аксиологии – раздела философии, который рассматривает «вопросы, связанные с природой ценностей, их месте в реальности и о структуре ценностного мира, т.е. о связи различных ценностей между собой, с социальными и культурными факторами и структурой личности» [56, с. 22]. Выступая интегральной личностной характеристикой, отражающей отношение личности к различным сторонам социальной действительности, ценностные ориентации являются, по выражению В.Г. Алексева, «...общим центром, в котором сходятся исследования социологов, социальных психологов и психологов» [1, с. 67].

Более того, по мнению А.А. Гусейнова и Р. Г. Апресян, «мир человека – это мир ценностей. Ценности – это значимые для человека объекты (материальные или идеальные), это обобщенные, устойчивые представления о чем-то как о предпочитаемом, как о благе, т. е. о том, что отвечает каким-то потребностям, интересам, намерениям, целям, планам человека (или группы людей, общества)» [цит. по 56, с. 69].

Изучение трудов ученых по исследуемой проблеме (А.В. Агеева, В.Г. Алексева, М.С. Каган, В.А. Сластенин, Г.И. Чижаква и др.) позволил выделить несколько подходов к определению понятия ценности: философский, социальный, психологический и педагогический.

Философская трактовка ценностей предполагает их эмоциональное восприятие, понимание конкретного смысла в соотношении оцениваемого объекта и ценности. Так, определяя на данный подход, «Философский словарь» под редакцией И.Т. Фролова дает свое определение ценности в качестве «специфических социальных определений объектов окружающего мира, выявляющих их положительное или отрицательное

значение для человека и общества (благо, добро и зло, прекрасное и безобразное), заключенные в явлениях общественной жизни и природы [61, с. 510].

Представители социального подхода к понятию ценность (Ю. Афанасьев, Э. Дюркгейм, С.А. Кравченко, О. Конт, Б. Малиновский, К. Юнг) особо выделяют ценности социальные, под которыми они понимают «более или менее общепризнанные поведенческие стандарты, т.е. разделяемые обществом или социальной группой убеждения по поводу целей, которые необходимо достигнуть, и тех основных путей и средств, которые ведут к этим целям» [58, с. 67].

В психологии ценность характеризуется как умственный акт, являющийся результатом оценочного отношения к предмету, при этом эмоции и установки могут выступать в качестве самодовлеющих ценностей, которые в значительной степени влияют на структуру личности (Я.Л. Коломенский). В психологическом подходе к понятию ценность подчеркивается личностное определение человеком важнейших для него ценностных ориентаций [31, с. 9].

Педагогический подход к феномену ценности был обоснован в педагогической аксиологии. Как полагает ряд современных ученых (Е.В. Бондаревская, И.Ф. Исаев, В.А. Караковский), именно ценности определяют сущность образования и воспитания человека. В их работах отмечается, что первоосновой воспитания с акцентом на аксиологическую составляющую выступает «формирование у учащихся нравственного сознания, которое предполагает раскрытие значимости общечеловеческих ценностей» [цит. по 33, с. 22].

Дискуссионным в науке является не только определение ценностей, но и вопрос по их классификации. Существует большое количество классификаций ценностей, где они различаются по предмету или содержанию объектов, на которые они направлены (экономические,

нравственные, эстетические), по субъекту отношения (человечество, социум, коллектив, индивид).

Во многих классификациях подчеркивается универсальный характер ценностей. С понятием «ценности» тесно связано понятие «ориентация». В педагогике понятие «ориентация» рассматривают в двух аспектах, означающих процесс и результат активности человека. Термин «ценностные ориентации» был впервые использован У. Томасом и Ф. Знанецким [цит. по 29, с. 116]. Однако до настоящего времени не существует единого определения понятия «ценностные ориентации», что обусловлено различными подходами при его изучении.

Значительный вклад в изучение проблемы ценностных ориентаций и смыслов внес Д.А. Леонтьев. Под личностными ценностями Д.А. Леонтьев понимает компоненты смысловой сферы личности, которые являются источниками формирования смысла жизни. Личностные ценности характеризуются такими показателями, как надеждательность и транситуативность, то есть личностные ценности входят в высший уровень иерархии в системе смысловой регуляции поведения личности. Именно личностные ценности являются одними из главных структур смысловой сферы и выступают как смыслообразующие компоненты [27, с. 46].

А.Г. Асмолов в понимании личностных ценностей выделяет понятие смысла. В контексте проблемы воспитания автор раскрывает личностные ценности как наиболее значимые для человека целевые ориентиры, мотивы, знания, которые характеризуются относительной устойчивостью, осознанностью. Ценностные ориентации и личностный смысл реализуются и проявляются в поведении и деятельности человека.

Первые попытки осмысления смысла жизни с психологической точки зрения предприняты представителями психоанализа. В работах А. Адлера и К.Г. Юнга смысл характеризуется как базовое личностное образование, которое определяет содержание и направленность

деятельности личности. В дальнейшем смысл жизни начинает активно изучаться представителями других психологических школ и направлений, в частности, К. Левиным, Э. Толменом, Дж. Ройсом и другими, но наибольшее развитие получил в рамках экзистенциальной психологии (В. Франкл, А. Камю и другие) и, возникшей на ее основе, гуманистической психологии (А. Маслоу, Р. Мэй и другие).

Значительный вклад в развитие проблемы смысла жизни внес Д.А. Леонтьев, который ввел понятие «осмысленность жизни» как индивидуальную характеристику смысловой сферы личности, как количественную меру «степени и устойчивости направленности жизнедеятельности субъекта на какой-то смысл» [27, с. 21]. Осмысленность жизни – это суммарный показатель выраженности смысложизненных ориентаций, в которые входят ориентации, связанные с временной локализацией смысловых ориентиров (в настоящем, прошлом или будущем времени), и ориентации, которые описывают преобладающий локус контроля (экстернальный либо интернальный).

С.Л. Рубинштейн считает, что смысл жизни – это интеграция личной и социальной действительности. Центральным понятием в концепции ученого является понятие «субъект жизненного пути». Человек – это личность, которая направляет свою жизнь, изменяет ее и объективирует себя в ней. Смысл жизни проявляется в смысложизненных ориентациях, в процессе поиска и обретения смысла в ходе установления определенного отношения к себе и окружающему миру [54, с. 83].

По мнению В.Э. Чудновского, смысл жизни – это личностная значимость для человека того, что для него является главным, основным, того, что доминирует над второстепенным. В соответствии с этим смысложизненные ориентации личности есть определенный набор, совокупность ценностей и целей, которые свойственны данной конкретной личности, и которые являются основополагающими в процессе его существования [67, с. 14].

Смысл как важнейшая категория в психологии раскрывается в работах многих исследователей. Так, например, А.В. Абакумова отмечает, что смысл жизни – это психологическая категория, которая формировалась в науке на протяжении нескольких этапов:

а) первый этап формирования теории смысла происходит в результате первоначальной постановки вопроса о том, что это такое и каким образом смысл как компонент структуры личности влияет на ее поведение;

б) второй этап формирования теории смысла связан с необходимостью развития и накопления идей в результате научного поиска и накопления опыта экспериментальных исследований;

в) третий этап формирования теории смысла направлен на систематизацию имеющихся знаний, выстраивания определенной концепции смыслообразования [65, с. 6].

Смысл жизни в теории М. Рокича тесно связывается с другими компонентами ценностно-смысловой сферы личности, в первую очередь это относится к ценностным ориентациям. Смысл и ценности, а также другие компоненты, такие как знания (когнитивный), мотивы и потребности (мотивационный) и эмоциональное отношение (аффективный) составляют сущность ценностно-смысловой сферы. При этом ценности и смысл жизни, по мнению М. Рокича, выполняют ряд важнейших функций, таких как самоопределение личности, выбор религиозной направленности, адаптивную функцию, защитную и другие функции.

Функции ценностей и смысла жизни также рассматривает Ю.М. Кузнецова. По ее мнению, ценности и смысл выполняют такие функции, как защитная, побуждающая, адаптивная, системообразующая, контролирующая и другие. Именно через данные функции, по мнению Ю.М. Кузнецовой, осуществляется регуляция поведения и деятельности личности [цит. по 29, с. 81].

Ценностные ориентации и смысл жизни, по мнению С.С. Бубнова, при реализации своих функций охватывают три уровня:

- а) ценности-идеалы;
- б) ценности-свойства;
- в) ценности-способы.

Ценности-идеалы направлены на реализацию каких-либо общих задач, например, социального и духовного развития личности. Ценности-свойства – это вид ценностей, в которых проявляются уникальные особенности личности, отличающие ее от других. Ценности-способы – это ценности, посредством которых осуществляется регуляция поведения и реализация ценностей-свойств личности [13, с. 83].

Д.А. Леонтьев считает, что ценности и смысл – понятия, очень тесно связанные между собой. По его мнению, ценностные ориентации – это комплекс представлений о том, что для личности представляет значимость, что для нее особенно ценно и важно. К этим представлениям Д.А. Леонтьев относит:

а) ценностные стереотипы – это определенные представления-ожидания, которые формируются по отношению к определенным явлениям, группам или обществу в целом;

б) ценностные идеалы – это представления, которые выступают ориентирами для развития системы ценностей и которые являются ориентиром для проектирования собственного развития;

в) ценностные перспективы – это представления личности о том, как будут реализованы ценностные идеалы в будущем, как будут достигнуты значимые личностные ориентиры [26, с. 5].

К.А. Абульханова-Славская и А.В. Брушлинский, рассматривая проблему смысла жизни и ценностных ориентаций личности, отмечают важную роль представлений личности о том, что для него является значимым. В процессе развития данных представлений происходит

принятие либо отрицание определенных ценностей, их реализация и удержание либо потеря в процессе жизнедеятельности [цит. по 16, с. 141].

Б.С. Братусь отмечает, ценности – это принятые и осознанные личностью общие смысловые представления. В структуре ценностей автор выделяет личные, внутренние ценности и внешние, навязанные извне, которые не всегда отражают внутреннее состояние человека и не совпадают с его системой смыслов [56, с. 45].

С точкой зрения Б.С. Братуся согласны Л.Г. Будинайте и Т.В. Корнилова, которые также подчеркивают важность внутреннего принятия ценностей и смыслов. Только те ценности, которые осознаны и приняты личностью будут обладать высоким уровнем значимости. Внутреннее принятие смыслов, таким образом, выступает условием образования личностных ценностей [цит. по 50, с. 162].

Изучив различные точки зрения на ценности и личностный смысл, можно выделить следующие виды ценностей.

Ценности-знания – это ценности, которые в сознании личности представлены как комплекс представлений о том, что является важным. При этом ценности-знания не всегда являются побудительными источниками поведения и регуляции деятельности, так как знание ценностей еще не является условием их внутреннего принятия.

Ценности-мотивы – это ценности, которые являются более осмысленными и осознанными. Данные ценности выступают уже в роли регулятора поведения, направленности деятельности, источника активности и составляют основу ценностных ориентаций и личностных смыслов. Ценности-мотивы детерминируют поведение личности, так как внутренне приняты.

Ценности-цели – это ценности, которые направляют поведение и деятельность личности, обеспечивают направленность в достижении определенного результата. Ценности-цели – это ориентиры для выражения стремлений личности к достижению поставленных задач.



Ценности-смыслы – это ценности, которые отражают не только ценностные ориентации, но и смысловые ориентации личности. Это комплекс ценностей и смысла жизни, которые являются отражением в единстве жизненных целей, ценностей-знаний и мотивов.

Таким образом, смысложизненные ориентации – это направленность личности на реализацию жизненных ценностей и смысла жизни, которая формирует цели и деятельность личности, а также посредством этого оказывает влияние на взаимоотношения личности и окружающему ее миру, особенности поведения личности. Анализ исследований, посвященных проблеме формирования смысложизненных ориентаций (СЖО), можно условно разделить на две группы. Авторы работ первой группы, рассматривая смысл как интегративную основу личности, продолжают заложенную К. Юнгом и А. Адлером традицию, согласно которой принципиальной особенностью человека является его направленность на поиск и реализацию смысла. Вторая группа подходов рассматривает смысл как структурный элемент процессов сознания и деятельности человека. Исследование ценностных и смысложизненных ориентаций важное значение приобретает в юношеском возрасте, поскольку именно в этот период формируется система ценностей и смыслов, определяющая в дальнейшем направленность личности, ее жизненный путь.

## 1.2 Особенности формирования смысложизненных ориентаций старшеклассников

Обучение в старших классах приходится на ранний юношеский возраст. В этот период перехода от детства к взрослости возникает необходимость самоопределения и выбора жизненного пути после окончания школы и профессиональное становление личности в период обучения в профессиональной образовательной организации [15, с. 329].

Новообразованием юношеского возраста является формирование социальной зрелости, устойчивого самознания. В юношеском возрасте ярко проявляется стремление подчеркнуть индивидуальность, уникальные черты, как внешние, так и внутренние. Также важным для юношей и девушек становится интерес личностным особенностям, качества окружающих их людей.

И.С. Кон считает главным психологическим приобретением ранней юности открытие своего внутреннего мира, осознание своей уникальности, неповторимости и непохожести на других. Это открытие непосредственно связано с обособлением личности и переживается старшеклассниками как ценность [24, с. 51].

В отечественной социально-психологической и психолого-педагогической литературе выделяют такие источники социализации юношей и девушек:

– первичный опыт, связанный с периодом раннего детства, с формированием основных психических функций и элементарных форм общественного поведения в семье, в общем собственный индивидуальный опыт личности (стереотипы поведения формируются путем сигнально наследственности, т.е. через подражание взрослых и являются достаточно устойчивыми, может стать причиной психологической несовместимости, асоциальны поведения и т.д.);

– культурно-социальный опыт, который целенаправленно передается через различные социальные институты, прежде всего через систему образования, обучения и воспитания (в ранней юности – через профессиональные образовательные организации);

– активность самой личности в выборе знаний и их осмыслении умение сравнить разные взгляды и критически их оценить; активное участие в практической, преобразовательные деятельности и общении.

В раннем юношеском возрасте устанавливается довольно прочная связь между профессиональными и учебными интересами. Если у

подростка учебные интересы определяют выбор профессии, то у старших школьников наблюдается обратное: выбор профессии способствует формированию учебных интересов, они начинают интересоваться теми предметами, которые им нужны в связи с выбранной профессией. Выбор профессии способствует изменению отношения к учебной деятельности. Юноши и девушки начинают рассматривать учебу как необходимую базу, предпосылку будущей профессиональной деятельности. Наибольший интерес проявляют к тем предметам, которые будут важны в выбранной профессии [17, с. 22].

В юношеском возрасте формируется самооценка как важнейших компонент в структуре самосознания. Самооценка включает представления о себе как соотношении идеального и реального образа «я». При этом идеальное «я» еще находится в процессе формирования и не всегда соответствует реальным представлениям о себе. На основе этого в юношеском возрасте формируется противоречие в развитии личности, что в свою очередь может вызывать различные поведенческие реакции в форме агрессивности либо неуверенности в себе и т.д.

Особенностью развития самосознания в юношеском возрасте является поиск ответов на различные вопросы, в том числе вопросы, связанные с поиском смысла, понимания своей роли и своего места в системе социальных и межличностных отношений [16, с. 25]. Юношеский возраст является периодом самоутверждения и активного поиска путей своего дальнейшего жизненного пути [48, с. 52].

Д.И. Фельдштейн отмечает, что важнейшей характеристикой юношества является самоопределение – личностное и профессиональное. Перед юношами и девушками встает вопрос о дальнейшей самореализации с учетом имеющейся системы потребностей и смысловых ориентиров. Важным вопросом становится проблема выбора профессии, выработки определенной траектории развития не только в плане обучения, овладения профессией, но и в плане личностного роста [60, с. 89].

По мнению Э. Эриксона, в юношеском возрасте происходит кризис идентичности личности, который включает индивидуальные личностные и социальные выборы с целью самоопределения и идентификации. При затруднении в осуществлении данного комплекса выборов могут возникнуть следующие негативные проявления в развитии личности:

а) трудности в реализации межличностных контактов и взаимодействий с окружающими людьми;

б) трудности в построении жизненных планов, размытые личностные цели, страх перемен, страх взросления;

в) трудности в реализации своего творческого потенциала, мобилизации внутренних ресурсов для самореализации;

г) трудности в самоопределении, создание условий для нарушений личности на основе выбора отрицательных образов для подражания.

Гаррисон считает, что в юношеском возрасте значительные изменения касаются мотивационно-потребностной сферы личности. В первую очередь изменяются потребности низшего уровня – физиологические потребности и потребности в безопасности (по А. Маслоу). Физиологические потребности включают стремление юношей и девушек к физической и сексуальной активности, положительной оценке своих внешних данных.

В юношеском возрасте формируются и потребности более высокого уровня – это потребность в независимости, потребность в любви, потребность в достижении успеха. Требования со стороны родителей, общества выступают ориентирами для формирования потребности в независимости, преодолению ограничений и росту самостоятельности. Также ярко проявляется потребность в любви, привязанности, особенно от лиц противоположного пола, что вызвано результатом полового созревания и потребности в реализации сексуальной активности.

Потребность в достижении успеха также активно формируется в юношеском возрасте и отражает стремление молодых людей реализовать

себя в различных видах деятельности, раскрыть свой потенциал и способности. В реализации потребности достижения проявляются мотивы получения положительной социальной оценки со стороны значимых взрослых и сверстников, желание добиться уважения, произвести положительное впечатление, в том числе на противоположный пол.

Потребностью высшего порядка является потребность в самореализации. Это выражается через стремление саморазвития, поиска себя в различных сферах, развития своих способностей, дальнейшего совершенствования знаний и умений. Реализация данной потребности связана с мотивацией достижения и потребностью быть признанным как члена общества.

Период юношества – это формирование целей, осознание своего места в обществе, постановка определенных задач на будущее. При благоприятных условиях развития юноша и девушка стремятся в будущее не потому, что им плохо в настоящем, а потому, что хочется, чтобы впереди было лучше. Это период стабилизации личности, время, когда складываются устойчивые взгляды на мир и стремление найти свое место в нем [15, с. 43].

Для раннего юношеского возраста важными являются задачи самосознания и поиска себя, саморефлексии. Саморефлексия представляет собой поиск и осознание своей индивидуальности, готовность к личностному и профессиональному самоопределению, формирование установки на построение своей будущей жизни, постепенное освоение различных сфер жизнедеятельности [40, с. 144].

В юношеском возрасте формируются цели и жизненные планы. На основе осознания и постановки жизненных целей молодые люди ставят перед собой определенные задачи по их достижению, тем самым формируя определенный план. В ходе выстраивания жизненных планов происходит трансформация мотивационно-потребностной и ценностно-смысловой сферы личности. Мотивы становятся более осознанными, выстраивается

определенная иерархия потребности, на реализацию которых направлено поведение и деятельность [2, с. 84].

Формирование жизненных планов происходит в результате размышлений, самоанализа, саморефлексии, когда возникает определенный образ желаемой цели и определяются способы ее достижения. Для этого определяются различные ресурсы – субъективные и объективные.

Жизненный план следует отличать от других способов представления будущего, например, от мечты. Мечта может как созерцательной, так и активной, а жизненный план предполагает конкретный перечень действий, шагов, которые позволят реализовать поставленные цели и задачи. Наиболее полно жизненный план проявляется в построении своего профессионального обучения и начала карьеры, а также выстраивания личных отношений с близкими, построение будущей семьи и т.п.

Построение жизненных планов в юношеском возрасте опирается на модели поведения, которые заложены, в первую очередь, в семье. Часто юноши и девушки проектируют свою будущую жизнь по модели родителей, под их влиянием. Также на формирование жизненных планов влияют сверстники, значимые для юношей и девушек знаменитости, а также люди, на которых молодежь ориентируется. Это могут быть родственники, педагоги и другие значимые взрослые [3, с. 34].

Личностное самоопределение в юношеском возрасте происходит в результате формирования таких качеств, как автономность, рефлексивность, стремление к индивидуальности, умение осуществлять выбор, ставить цели и строить жизненные планы, достигать поставленные задачи, реализовывать значимые для себя потребности. Личностное самоопределение в юношеском возрасте осуществляется посредством:

– потребности к выявлению и развитию своих возможностей, потенциала, к самореализации, самостоятельности, к выработке своего

мнения и активной жизненной позиции как полноценного члена социума, имеющего собственную независимость не только суждениях, но и в поведении и деятельности;

– осознание социальных норм и правил, их принятие, формирование чувства социальной и личностной ответственности за свои поступки и поведение, умение прогнозировать последствия своей деятельности;

– развитие навыков самокритики, адекватного самооценивания, осознания чувства ответственности, принятия конструктивной критики от ближайшего окружения;

– расширение социальных контактов, осваивание новых для себя социальных ролей, включение в сложную систему социальных и межличностных отношений;

– формирование положительного самоотношения – эмоционального принятия себя, своей уникальности, самоуважение, а также требование положительного отношения к себе от других людей;

– стремление к преодолению трудности, упорство в достижении поставленных целей и задач, развитие важных личностных качеств (самостоятельность, инициативность, активность);

– готовность брать на себя ответственность за свое поведение, анализировать свои ошибки, исправлять их, корректировать свою деятельность в условиях социального взаимодействия (формирование внутреннего локус-контроля).

Помимо личностного самоопределения в период юности актуальным становится и профессиональное самоопределение. Юноши и девушки, заканчивая обучение в школе, поступают в профессиональные образовательные организации для получения профессии. Выбор профессии может осуществляться под влиянием родителей, сверстников и других внешних факторов (престиж профессии, ее значимость).

Зачастую выбор профессии происходит без учета отдаленных последствий принятого решения, в связи с чем не всегда поставленные

задачи реализуются после окончания учебного заведения. В этом случае жизненные цели и планы трансформируются, изменяются с учетом новых обстоятельств. В связи с этим на данном этапе необходимо оказать значительную поддержку со стороны родителей, педагогов с целью формирования представлений о себе, своих жизненных перспективах, о смысловых и ценностных ориентациях [45, с. 25].

В современных социально-психологических и психолого-педагогических исследованиях признается, что окончательное становление смысложизненных ориентаций происходит в юношеский период. Учащиеся старших классов находятся на этапе становления профессионального самоопределения и выбора дальнейшей профессиональной деятельности.

Юношеский возраст характеризуется такими центральными новообразованиями, как личностное и профессиональное самоопределение. Личностное самоопределение – это определение себя как личности; существующее каждое мгновение ощущение самости относительно собственного внутреннего Я. Профессиональное самоопределение – это одна из форм личностного самоопределения, процесс формирования отношения к профессиональной деятельности, способ его реализации через согласование личностных и социально-профессиональных потребностей.

В ходе личностного и профессионального самоопределения человек начинает воспринимать себя социальной единицей общества, происходит объединение смысложизненных ориентаций в систему связей, из которых формируется мировоззрение. Именно потому возникает необходимость весьма важного звена личностного развития в этот возрастной период – формирование ценностно-смыслового отношения к жизни в целом, жизненной позиции в выборе профессии, которая в дальнейшем должна занять значимое место в структуре смысложизненных ориентаций.



К тому же в этот период наблюдается возникновение новых целей и освоение новых социальных ролей, функционирует процесс дальнейшей возрастной социализации. Изменение самосознания сопровождается формированием качественно новых социальных и личностных смыслов. Результатом данного преобразования выступает уникальная система связанных между собой смысложизненных ориентаций.

Таким образом, важной предпосылкой успешной самореализации личности выступает согласованная с общественными целями и личностным смыслом система смысложизненных ориентаций, определяющая поведение, выбор, направленность и интересы каждого отдельного человека. Ранняя юность – один из самых сложных и наиболее важных и ответственных в плане формирования личности периодов, так это этап формирования смысложизненных ориентаций. Особенности смысложизненных ориентаций старшеклассников заключаются в том, что они формируются в условиях личностного и профессионального самоопределения. В старшем школьном возрасте смысл жизни которое развивается на основе становления главного мотива (жизненной цели), выявления и формулирования главной задачи, связанной с получением профессии.

### 1.3 Теоретическое обоснование модели формирования смысложизненных ориентаций старшеклассников

Для того, чтобы разработать программу формирования смысложизненных ориентаций старшеклассников, необходимо теоретическое обоснование модели.

Под моделированием понимается совокупность действий по построению, преобразованию и использованию наглядно воспринимаемой модели. Модель – это система определенных объектов, позволяющих воспроизвести оригинал посредством различных знаков и символов [10, с. 429].

На подготовительном этапе были определены цели работы по формированию смысложизненных ориентаций старшеклассников. Для определения целей был использован метод целеполагания, разработанный В.И. Долговой.

Метод целеполагания представляет собой разработку «дерева целей», или графического изображения направлений деятельности, которые приближают к достижению определенных результатов [21, с. 19]. В структуре дерева целей выделяется генеральная цель, а также частные цели, которые задают направления работы по формированию смысложизненных ориентаций старшеклассников.

«Дерево целей» исследования проблемы формирования смысложизненных ориентаций старшеклассников представлено на рисунке 1.

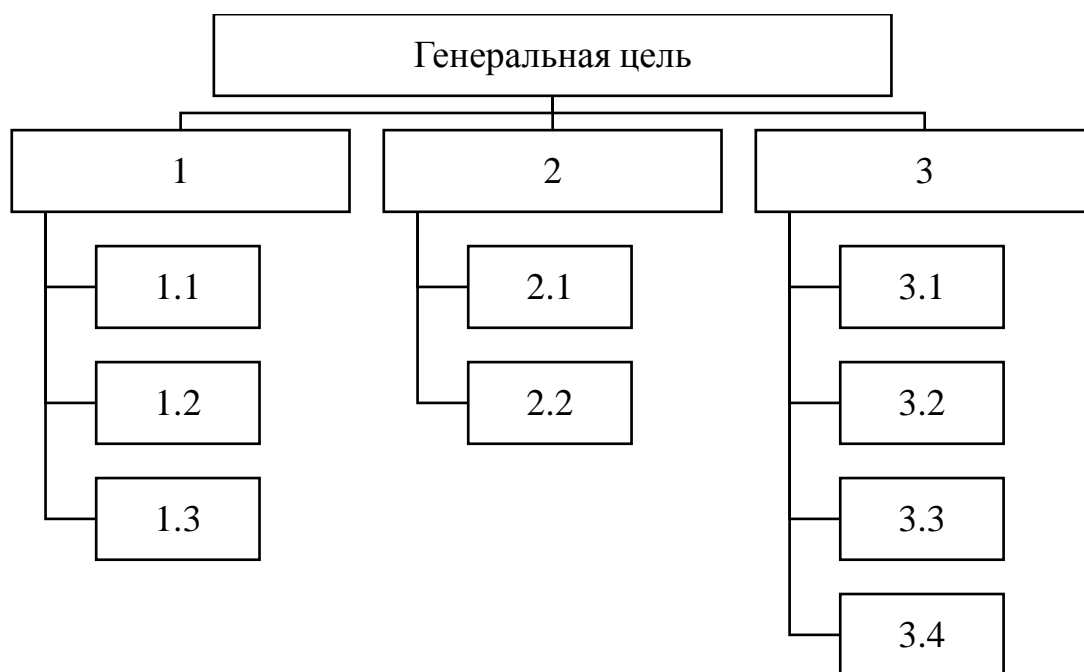


Рисунок 1 – «Дерево целей» исследования проблемы формирования смысложизненных ориентаций старшеклассников

Генеральная цель: теоретически обосновать и экспериментально проверить программу формирования смысложизненных ориентаций старшеклассников.

1. Изучить теоретические предпосылки исследования формирования смысложизненных ориентаций старшеклассников.

1.1. Рассмотреть феномен смысложизненных ориентаций в теоретических исследованиях.

1.2. Проанализировать особенности формирования смысложизненных ориентаций старшеклассников.

1.3. Теоретически обосновать модель формирования смысложизненных ориентаций старшеклассников.

2. Организовать опытно-экспериментальное исследование проблемы формирования смысложизненных ориентаций старшеклассников.

2.1. Определить этапы, методы и методики исследования формирования смысложизненных ориентаций старшеклассников.

2.2. Охарактеризовать выборку исследования и проанализировать результаты констатирующего экспериментального исследования смысложизненных ориентаций старшеклассников.

3. Проанализировать результаты формирующего опытно-экспериментального исследования смысложизненных ориентаций старшеклассников.

3.1. Разработать программу формирования смысложизненных ориентаций старшеклассников.

3.2. Проанализировать результаты опытно-экспериментального исследования.

3.3. Разработать психолого-педагогические рекомендации по формированию смысложизненных ориентаций для старшеклассников, учителей, родителей.

3.4. Составить технологическую карту внедрения результатов исследования в практику.

В соответствии с поставленными целями была разработана модель формирования смысложизненных ориентаций старшеклассников. Модель включает пять блоков:

- целевой;
- теоретический;
- диагностический;
- формирующий;
- аналитический;
- результативный (рисунок 2).

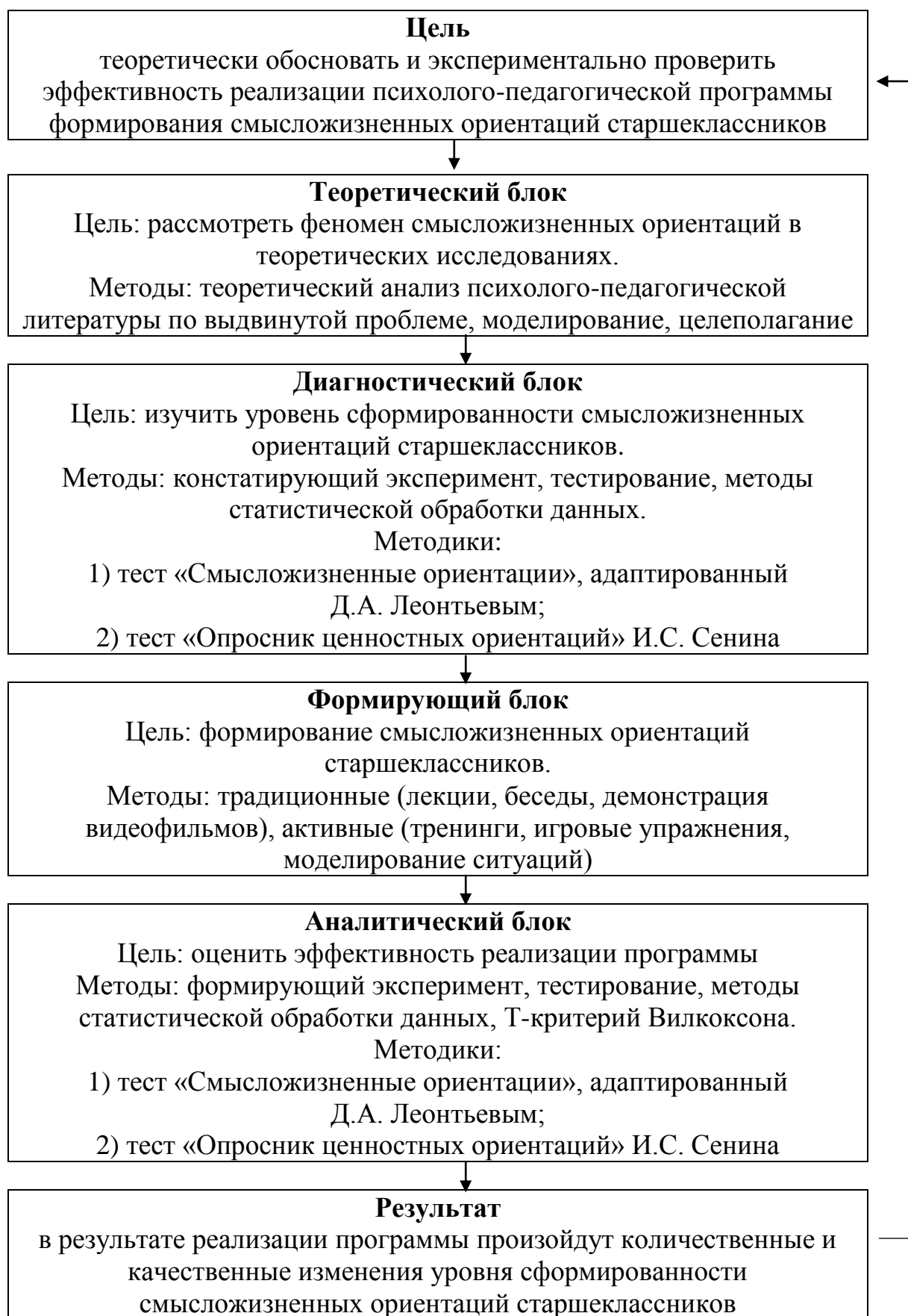


Рисунок 2 – Модель формирования смысложизненных ориентаций старшеклассников

Целевой блок модели включает цель и задачи формирования смысложизненных ориентаций старшеклассников.

Цель – теоретически обосновать и экспериментально проверить эффективность реализации психолого-педагогической программы формирования смысложизненных ориентаций старшеклассников.

Задачи формируются в соответствии с этапами проводимой работы и включают:

– мониторинг уровня смысложизненных ориентаций старшеклассников;

– создание благоприятных условий для формирования смысложизненных ориентаций старшеклассников.

Теоретический блок направлен на изучение феномена смысложизненных ориентаций в теоретических исследованиях посредством следующих методов: изучение и теоретический анализ психолого-педагогической литературы по выдвинутой проблеме, моделирование, целеполагание.

В ходе анализа теоретических исследований выявлено, что для изучения смысложизненных ориентаций можно использовать различные диагностические методики, среди которых наиболее часто используются тест СЖО Д.А. Леонтьева и опросник И.С. Сенина. В соответствии с этим был определен диагностический блок модели, который направлен на диагностику смысложизненных ориентаций старшеклассников с помощью данных методик.

Тест СЖО разработан Д.А. Леонтьевым в процессе адаптации методики «Цель в жизни» (Purpose-in-Life Test, PIL) Дж. Крамбо и Л. Махолика. Тест позволяет получить баллы по следующим субшкалам – цель в жизни, процесс жизни, или интерес и эмоциональная насыщенность жизни, результативность жизни, или удовлетворенность самореализацией, локус контроля-Я, локус контроля-жизнь, или управляемость жизни.

Среди методик изучения системы ценностных ориентаций личности является опросник М. Рокича. В ходе ранжирования ответов выделяется рейтинг ценностей-целей (терминальные ценности) и ценностей-средств (инструментальные ценности). Данный опросник в отечественной психологии был адаптировать А.А. Гоштаутасом, А.А. Семеновым, В.А. Ядовым и модифицирован Д.А. Леонтьевым. Адаптация теста позволила учесть культурологические различия в системе ценностей жителей России и США.

На основе методики М. Рокича был разработан опросник терминальных ценностей (ОТеЦ), автор И.Г. Сенин. Данный тест позволяет оценить сформированность терминальных ценностей личности, в частности материального положения, саморазвития, престижа и других, и их выраженность в различных сферах жизни – в профессиональной деятельности, в семье, увлечениях и так далее.

Тест смысложизненных ориентаций применяется, начиная с юношеского возраста. Старший школьный возраст, или ранняя юность – это переход к взрослости, но в то же время личность старшеклассников еще недостаточно сформирована. На этой стадии развития у молодых людей на первый план выходят вопросы профессионального самоопределения, интимно-личностные отношения, определение жизненных целей и перспектив [26, с. 9].

Ведущим фактором формирования смысложизненных ориентаций старшеклассников является учебный процесс, так как юноши и девушки еще продолжают учиться в школе, для них открыты вопросы их будущей профессиональной деятельности. Смысложизненные ориентации формируются под воздействием личностных особенностей старшеклассников, системы их интересов и ценностей, а также под влиянием факторов внешней среды, ценностей окружающих людей.

Следующий блок модели – формирующий, который направлена на формирование смысложизненных ориентаций старшеклассников. Работа

по формированию смысложизненных ориентаций старшеклассников осуществляется в соответствии со следующими принципами:

- принцип учета психологических особенностей участников;
- принцип деятельности: формирование смысложизненных ориентаций старшеклассников в различных видах деятельности;
- принцип обратной связи, предполагающий рефлексию, мониторинг уровня развития самоотношения до и после коррекционной работы;
- принцип системности, постепенного усложнения и этапности коррекционной работы.

К формам психолого-педагогической работы формирования смысложизненных ориентаций старшеклассников мы отнесли групповые занятия, которые включают такие методы работы, как игры, упражнения, беседы, различные психотерапевтические техники.

Оценка эффективности данных форм психолого-педагогической работы формирования смысложизненных ориентаций старшеклассников осуществляется после проведенной работы. Аналитический блок включает в себя проведение итоговой диагностики на основе тех же методов и методик, которые выбраны на диагностическом этапе. Для выявления статистически значимых различий между смысложизненными ориентациями до и после реализации программы используется T-критерий Вилкоксона.

Реализация модели предполагает повышение уровня сформированности смысложизненных ориентаций старшеклассников. Для этого в модели выделен результативный блок модели представляет собой достижение поставленной цели – переход от низкого уровня к среднему, от среднего – к высокому уровню сформированности смысложизненных ориентаций старшеклассников.

Таким образом, работа по формированию смысложизненных ориентаций старшеклассников должна строиться поэтапно, на основе определенных принципов, в форме групповых занятий, посредством



различных методов. В контексте разработанной модели определены целевой, теоретический, диагностический, формирующий, аналитический и результативный блоки, отражающие основные направления формирования смысложизненных ориентаций старшеклассников.

#### Выводы по 1 главе

Смысложизненные ориентации – это направленность личности на реализацию жизненных ценностей и смысла жизни, которая формирует цели и деятельность личности, а также посредством этого оказывает влияние на взаимоотношения личности и окружающему ее миру, особенности поведения личности.

Исследование ценностных и смысложизненных ориентаций важное значение приобретает в юношеском возрасте, поскольку именно в этот период формируется система ценностей и смыслов, определяющая в дальнейшем направленность личности, ее жизненный путь. Особенности смысложизненных ориентаций старшеклассников заключаются в том, что они формируются в условиях личностного и профессионального самоопределение. В старшем школьном возрасте смысл жизни которое развивается на основе становления главного мотива (жизненной цели), выявления и формулирования главной задачи, связанной с получением профессии.

Работа по формированию смысложизненных ориентаций старшеклассников должна строиться поэтапно, на основе определенных принципов, в форме групповых занятий, посредством различных методов. В контексте разработанной модели определены целевой, теоретический, диагностический, формирующий, аналитический и результативный блоки, отражающие основные направления формирования смысложизненных ориентаций старшеклассников.

## ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОГО ИССЛЕДОВАНИЯ ФОРМИРОВАНИЯ СМЫСЛОЖИЗНЕННЫХ ОРИЕНТАЦИЙ СТАРШЕКЛАССНИКОВ

### 2.1 Этапы, методы и методики исследования формирования смысложизненных ориентаций старшеклассников

Исследование смысложизненных ориентаций старшеклассников проводилось на базе МБОУ СОШ № 144 г. Челябинска, в исследовании приняли учащиеся 10 класса в количестве 30 человек.

Эксперимент проводился в три этапа.

1. Поисково-подготовительный: изучение понятия смысложизненных ориентаций в психолого-педагогической литературе, выявление психологических особенностей смысложизненных ориентаций старшеклассников, теоретическое обоснование модели формирования смысложизненных ориентаций старшеклассников, определение базы экспериментального исследования, этапов, методов и методик.

2. Опытно-экспериментальный: проведение констатирующего эксперимента с целью выявления уровня сформированности смысложизненных ориентаций старшеклассников, обработка результатов путем интерпретации полученных результатов и последующей формулировки выводов, разработка психолого-педагогической программы с учетом выявленных особенностей формирования смысложизненных ориентаций у старшеклассников; проведение формирующего эксперимента с целью выявления уровня сформированности смысложизненных ориентаций у старшеклассников после реализации психолого-педагогической программы.

3. Контрольно-обобщающий: осуществление качественного и количественного анализа полученных результатов по итогам проведения констатирующего и формирующего экспериментов; проведение статистической обработки полученных данных и их теоретическое

обоснование; анализ изменений смысложизненных ориентаций у старшеклассников после реализации психолого-педагогической программы; формулировка выводов и разработка рекомендаций для педагогов и родителей по формированию смысложизненных ориентаций старшеклассников.

Для достижения задач, поставленных на каждом этапе экспериментального исследования, использовались такие методы, как:

1) теоретические: анализ психолого-педагогической литературы по выдвинутой проблеме, синтез, моделирование, целеполагание;

2) эмпирические: констатирующий эксперимент, формирующий эксперимент, тестирование по методике «Смысложизненные ориентации», адаптированный Д.А. Леонтьевым, методика «Опросник ценностных ориентаций» И.С. Сенина;

3) методы статистической обработки данных: критерий Вилкоксона.

Охарактеризуем использованные методы и методики исследования.

Анализ – это теоретический метод исследования, в основе которого лежит процесс разложения предмета на составные части. Метод анализа предполагает выяснение того, из каких частей состоит изучаемый объект, каковы его свойства и признаки. Виды анализа: классификационный, структурный (выявляются отношения и взаимосвязи), функциональный (определяются функциональные зависимости), причинный (раскрывается причинная обусловленность явлений) [10, с. 315].

Анализ литературы – это метод научного исследования, предполагающий операцию мысленного или реального расчленения изучаемого объекта исследования на составные части, изучение этих частей, их свойств и признаков [61, с. 89].

Метод анализа научной литературы в процессе исследования выполняет несколько функций: определение актуальности предполагаемого исследования, степени разработанности проблемы в науке и отражение ее в научных публикациях; соотнесение теоретических

разработок с направлениями нашей научно-исследовательской работы; критическая оценка ранее проведенных исследований; уточнение понятийного аппарата исследования.

Синтез – это теоретический метод исследования, который состоит в соединении разнообразных явлений, вещей, качеств, противоположностей или противоречивого множества в единство, в котором противоречия и противоположность сглаживаются или снимаются. Синтез представляет собой соединение полученных при анализе частей в нечто целое. В результате применения синтеза происходит соединение знаний, полученных в результате использования анализа в единую систему [61, с. 92].

Анализ и синтез тесно взаимосвязаны, поэтому у исследователя должны быть в равной степени развиты навыки владения ими. Прямые (эмпирические) анализ и синтез применяются на стадии поверхностного ознакомления с объектом. При этом осуществляется выделение отдельных частей объекта, обнаружение его свойств, простейшие измерения, фиксация непосредственно данного, лежащего на поверхности общего [10, с. 397].

Метод моделирования – это научный метод, который позволяет изучить объект познания как определенную мысленно представленную систему, которая отражает сущностные характеристики данного объекта. Другими словами, моделирование – это исследование объекта в образе модели. В процессе моделирования результат научного исследования переносится с самого объекта на его модель [21, с. 38].

Научная модель – это мысленное представление объекта научного исследования в форме определенной системы его качественных характеристик. Модель позволяет отразить объект исследования и замещать его, что позволяет получить новую информацию о самом объекте. Важным преимуществом моделирования как метода научного

исследования является возможность целостного видения объект и получения научной информации [10, с. 249].

Моделирование в процессе научного исследования применяется для разработки процесса формирования определенного качества, диагностики свойств объекта, управления процессами (образовательными, познавательными и другими), а также для прогнозирования и проектирования дальнейшего развития изучаемого предмета или явления.

Среди разнообразия целей, которые можно достигнуть посредством метода моделирования, можно выделить следующие:

а) эвристическая цель – получение научных данных об изучаемом объекте, построение классификации, выведение новых законов, поиск закономерностей определенного процесса, выработка новых концепций и теорий;

б) экспериментальная цель – верификация, или проверка, выдвинутой гипотезы, предположения о влиянии определенных факторов на изучаемый объект через разработку и реализацию модели;

в) вычислительная цель – получение определенных количественных данных и их интерпретация.

Модель – специальные, искусственно созданные объекты, по своим определенным характеристикам сходные с реальными объектами, подлежащими изучению.

Целеполагание – это метод теоретического исследования, предусматривающий постановку генеральной цели и совокупности целей (дерева целей) и анализ методов их достижения.

Целеполагание – это смыслообразующее содержание практики, состоящее в формировании цели как субъективно-идеального образа желаемого и воплощении ее в объективно-реальном результате деятельности. Целеполагание – процесс выбора одной или нескольких целей с установлением параметров допустимых отклонений для управления процессом осуществления идеи [21, с. 38].

Эксперимент – это метод научного исследования, который предполагает создание определенных условий и изучение их влияния на объект исследования. Эксперимент классифицируется по разным основаниям. В педагогике и психологии распространенной является классификация видов эксперимента на констатирующий, формирующий и контрольный. В данном исследовании применялся констатирующий и формирующий эксперимент.

Констатирующий эксперимент – это эксперимент, устанавливающий наличие какого-либо непреложного факта или явления. Эксперимент является констатирующим, если исследователь ставит задачу выявления наличного состояния и уровня выраженности некоторого свойства или параметра, то есть определяется актуальный уровень развития изучаемого свойства у испытуемого или группы испытуемых.

Формирующий эксперимент – это метод прослеживания изменения психики испытуемых в процессе активного воздействия исследователя. В нашем исследовании использовался с целью психолого-педагогического формирования смысложизненных ориентаций у старшеклассников.

Тестирование – это стандартизованное, ограниченное во времени испытание, с помощью которого измеряется уровень развития или степень выраженности каких-либо психических свойств личности. Тестирование – это метод психодиагностики, использующий стандартизованные вопросы и задачи – тесты, имеющие определенную шкалу значений [10, с. 614].

Тест – это стандартный набор заданий и материала, с которым работает испытуемый. В нашем исследовании использовались следующие тестовые методики:

1. Тест «Опросник терминальных ценностей – ОТеЦ» И.Г. Сенина – исследование ценностных ориентаций старшеклассников.
2. Тест «СЖО» Д.А. Леонтьева – исследование смысложизненных ориентаций старшеклассников.

Рассмотрим каждую методику.

На первом этапе проведено исследование ценностных ориентаций по опроснику И.С. Сенина.

Цель: выявить сформированность ценностных ориентаций старшеклассников и сферы жизни, в которых они реализуются.

В список ценностных ориентаций включены такие ценности, как:

- креативность;
- активные социальные контакты;
- престиж;
- материальное положение;
- развитие себя;
- достижения;
- сохранение собственной индивидуальности;
- духовное удовлетворение.

Также оценивались сферы жизни, в которых реализуются данные ценностные ориентации:

- сфера увлечений;
- семейной жизни;
- будущей профессиональной деятельности;
- обучения и образования;
- общественной жизни.

Опросник состоит из 80 утверждений. Старшеклассникам предлагалось оценить каждое из предложенных утверждений по пятибалльной шкале, где 5 баллов – это важное значение, а 1 балл – отсутствие значения, важности для личности. Аналогично оцениваются и сферы жизни старшеклассников (Приложение 1).

Методика СЖО Д.А. Леонтьева позволяет оценить «источник» смысла жизни, который может быть найден человеком либо в будущем (цели), либо в настоящем (процесс) или прошлом (результат), либо во всех трех составляющих жизни.

Цель: определить и выявить уровень смысложизненных ориентаций старшекласников.

Материалы: бланк теста СЖО содержит 20 пар противоположных утверждений, отражающих представление о факторах осмысленности жизни личности (Приложение 1).

Тест СЖО, разработанный Д.А. Леонтьевым, позволяет получить баллы по следующим субшкалам – цель в жизни, процесс жизни, или интерес и эмоциональная насыщенность жизни, результативность жизни, или удовлетворенность самореализацией, локус контроля-Я, локус контроля-жизнь, или управляемость жизни.

Обработка результатов сводится к суммированию числовых значений для всех шкал и переводу суммарного балла в стандартные значения. Далее определяется уровень сформированности СЖО по каждой шкале.

Для проверки гипотезы использовался Т-критерий Вилкоксона.

Критерий был впервые предложен в 1945 году американским статистиком и химиком Фрэнком Вилкоксоном для оценки различий между двумя рядами измерений, выполненных для одной и той же совокупности исследуемых, но в разных условиях или в разное время. Данный тест способен выявить направленность и выраженность изменений.

Т-критерий Вилкоксона применяется для сравнения данных, полученных до и после определенного воздействия на испытуемых. Изначально Фрэнк Вилкоксон использовал разработанный им критерий для изучения эффективности лекарственного средства в реабилитации больных с гипертонией, для этого он сравнивал артериальное давление до приема препарата и после приема.

Критерий Вилкоксона является непараметрическим критерием, поэтому, в отличие от парного t-критерия Стьюдента, не требует наличия нормального распределения сравниваемых совокупностей. Число



исследуемых при использовании Т-критерия Вилкоксона должно быть не менее 5 и не более 50.

Изучаемый признак может быть измерен как в количественной непрерывной, так и в порядковой шкале (число баллов). Данный критерий используется только в случае сравнения двух рядов измерений. Аналогом Т-критерия Вилкоксона для сравнения трех и более связанных совокупностей является критерий Фридмана.

Порядок расчета Т-критерия Вилкоксона включает в себя несколько шагов.

Первый шаг – это получение значений исследуемого признака до и после реализации формирующего эксперимента. В результате сравнения парных измерений получается разность чисел.

Второй шаг – это определение, какие из полученных разностей являются типичными, а какие не типичными. Типичные разности – это соответствие преобладающему по частоте направлению изменение исследуемого показателя.

Третий шаг – это установление ранга между полученными парными значения по их абсолютным показателям, без учета положительного или отрицательного значения, полученного в ходе получения разности. Далее полученные разности получают определенный ранг, при этом ранжирование происходит от меньшего значения к большему.

Четвертый шаг – это расчет суммы рангов, которые представляют собой нетипичные сдвиги.

Пятый шаг – это анализ полученного значения, которое сравнивается с критическим по таблице для избранного уровня статистической значимости ( $p=0,05$  или  $p=0,01$ ) при заданной численности сопоставляемых выборок  $n$ .

Если расчетное (эмпирическое) значение  $T_{эмп}$  меньше табличного  $T_{кр}$  или равно ему, то признается статистическая значимость изменений показателя в типичную сторону (принимается альтернативная гипотеза).

Достоверность различий тем выше, чем меньше значение  $T$ . Если  $T_{эмп}$  больше  $T_{кр}$ , принимается нулевая гипотеза об отсутствии статистической значимости изменений показателя.

Таким образом, нами определены этапы исследования, методы и методики, позволяющие определить уровень сформированности смысложизненных ориентаций старшеклассников. Исследование проводилось в три этапа: поисково-подготовительный, опытно-экспериментальный и контрольно-обобщающий. Были использованы такие теоретические методы, как анализ психолого-педагогической литературы по выдвинутой проблеме, синтез, моделирование, целеполагание, а также эмпирические методы, такие как тестирование по методикам «Смысложизненные ориентации» Д.А. Леонтьева, «Опросник ценностных ориентаций» И.С. Сенина. Для анализа экспериментальных данных использовались методы статистической обработки (критерий Вилкоксона).

## 2.2 Характеристика выборки и анализ результата констатирующего эксперимента смысложизненных ориентаций старшеклассников

В соответствии с темой исследования выборка состоит из категории школьников старших классов. Исследование проведено в 10 классе МБОУ СОШ 144 г. Челябинска, возраст учащихся – 16-17 лет, количество учащихся в классе – 30 человек. Из них 17 девушек и 13 юношей.

Психологический климат в коллективе благоприятный, отношения между учениками дружеские, в коллективе хорошо развито взаимопонимание и взаимопомощь. Обучающиеся уважают друг друга и придерживаются правил поведения в группе. Устойчивых антипатий в классе нет. Учеников сближают как формальное, так и неформальное взаимодействие – в формальном их объединяют общие цели, задачи, учебная деятельность, в неформальном их объединяют дружеские отношения.

Дисциплина на уроках хорошая, учащиеся активны, дисциплинированы, работоспособны, открыты и мотивированы к получению новых знаний. Учеников объединяют общие интересы, активное участие в жизни коллектива, школы. Совместно с классным руководителем и родителями часто проводятся внеурочные и внешкольные мероприятия – досуговые, профориентационные, спортивные. Многие ученики занимаются в секциях, кружках, дополнительных занятиях по подготовке к экзаменам. Важное место в системе ценностных ориентаций занимает окончание школы и поступление в высшее учебное заведение.

Для изучения особенностей смысложизненных ориентаций старшеклассников было проведено исследование по методикам «СЖО» Д.А. Леонтьева, опросник терминальных ценностей (ОТеЦ) И.Г. Сенина, результаты по каждой методике оформлялись в протоколы, которые представлены в Приложении 2.

На первом этапе проведено исследование ценностных ориентаций по опроснику И.С. Сенина. Данный опросник использовался для того, чтобы определить, какое место занимают ценности в структуре личности старшеклассников.

Результаты тестирования по методике опросник терминальных ценностей (ОТеЦ) И.Г. Сенина представлены на рисунке 3.

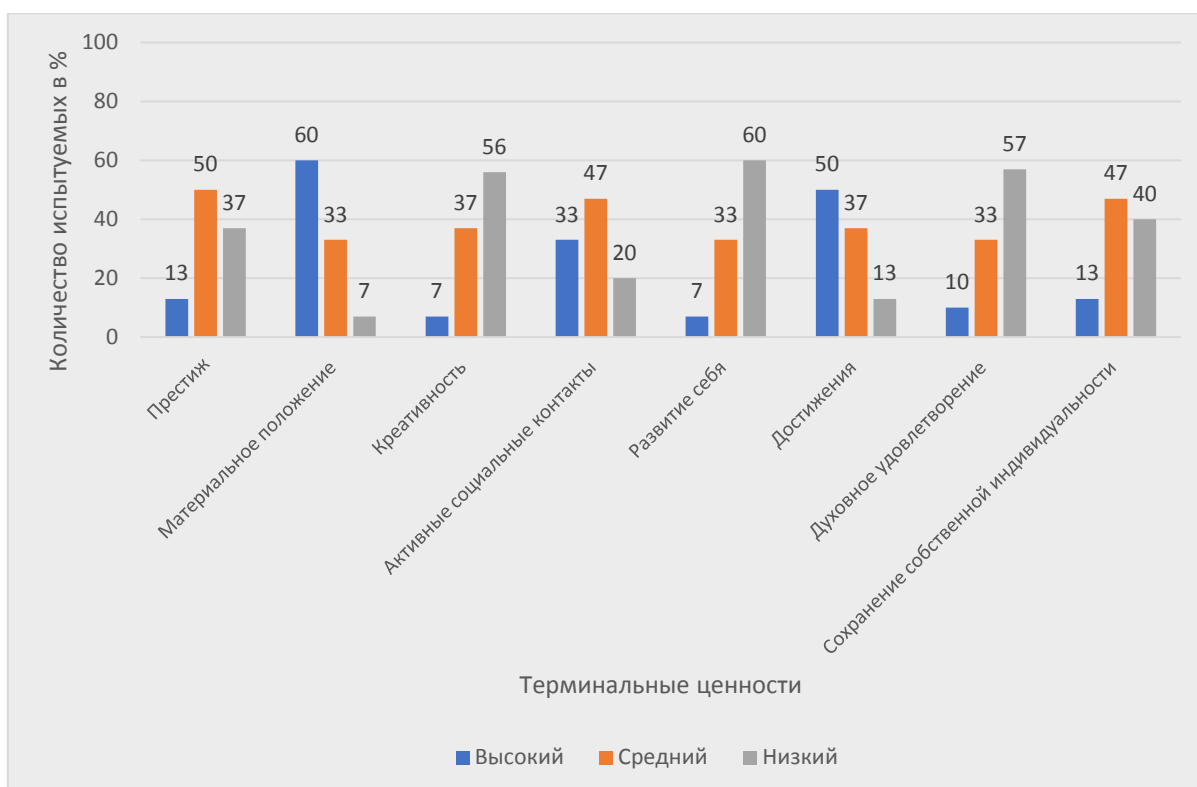


Рисунок 3 – Результаты исследования терминальных ценностей старшеклассников по методике И.Г. Сенина

По показателю «престиж» получены следующие результаты: высокий уровень у 4 человек (13%), средний – у 15 человек (50%), низкий – у 11 человек (37%). Для испытуемых, у которых высокие и средние показатели, важно мнение окружающих о себе, они нуждаются в похвале и одобрении социума.

«Высокое материальное положение» имеет высокую значимость для 18 испытуемых (60%), средний уровень показали 10 человек (33%), низкий – у 2 человек (7%). Для большинства опрошенных материальная обеспеченность играет существенную роль и занимает одно из главных мест в структуре ценностей.

По показателю «креативность» получены следующие результаты: высокий уровень у 2 человек (7%), средний – у 11 человек (37%), низкий – у 17 человек (56%). Ценность творчества, творческого развития себя как личности у большинства испытуемых еще недостаточно сформирована и уступает другим, материальным ценностям. Стремление развиваться

творчески сформировано у незначительного количества старшеклассников в данной выборке.

По ценности «активные социальные контакты» высокий уровень выявлен у 10 человек (33%), средний – у 14 человек (47%), низкий – у 6 испытуемых (20%). Полученные данные свидетельствуют о том, что класс дружный, в коллективе благоприятный психологический климат, доброжелательные отношения, поэтому стремление к общению и социальному взаимодействию сформировано у большинства опрошенных.

Следующий показатель «развитие себя». Здесь высокий уровень показали 2 человека (7%), средний – 10 человек (33%), низкий – 18 человек (60%). Высокие показатели по данной ценности способствуют успешной будущей профессиональной деятельности. Но полученные данные говорят о недостаточной сформированности стремления опрошенных развиваться, получать профессию и двигаться в направлении успеха.

Высокий уровень показателя «достижения» выявлен у 15 человек (50%), средний – 11 человек (37%), низкий – 4 человека (13%). Шкала демонстрирует желание опрошенных достигать высоких результатов в различных видах деятельности, в первую очередь в учебной, а также в будущей профессиональной деятельности.

«Духовное удовлетворение» имеет высокое значение для 2 человек (10%), среднее для 10 человек (33%) и низкое значение для 17 испытуемых (57%). Данная ценность у большинства опрошенных не сформирована, что говорит о том, что у старшеклассников потребность в духовном развитии, самопознании, самореализации находится еще в стадии формирования.

И последняя ценность «сохранение собственной индивидуальности». Здесь высокий уровень у 3 человек (13%), средний – у 14 человек (47%), низкий – у 13 человек (40%). Проведенный анализ позволяет говорить о том, что половина опрошенных стремится быть независимыми от окружающих. Многие из старшеклассников не хотят быть похожими на

других людей и зависеть от влияния социума, они стремятся к оригинальности мышления и собственной неповторимости.

Анализ полученных результатов по методике «Опросник терминальных ценностей» показал, что большое число старшеклассников получили высокий балл по показателю «достижения», «высокое материальное положение», «активные социальные контакты». Это означает, что материальное благосостояние оказывается для старшеклассников основанием для развития чувства собственной значимости и положительного отношения к себе.

Заинтересованность старшеклассников в высоком уровне материального благосостояния объясняется высокими потребностями этого возраста и низкой социальной защищенностью старшеклассников. Немногие старшеклассники ставят удовлетворение своих духовных потребностей выше материальных.

Далее перейдем к анализу значимости жизненных сфер старшеклассников с точки зрения реализации терминальных ценностей. Результаты исследования представлены на рисунке 4.

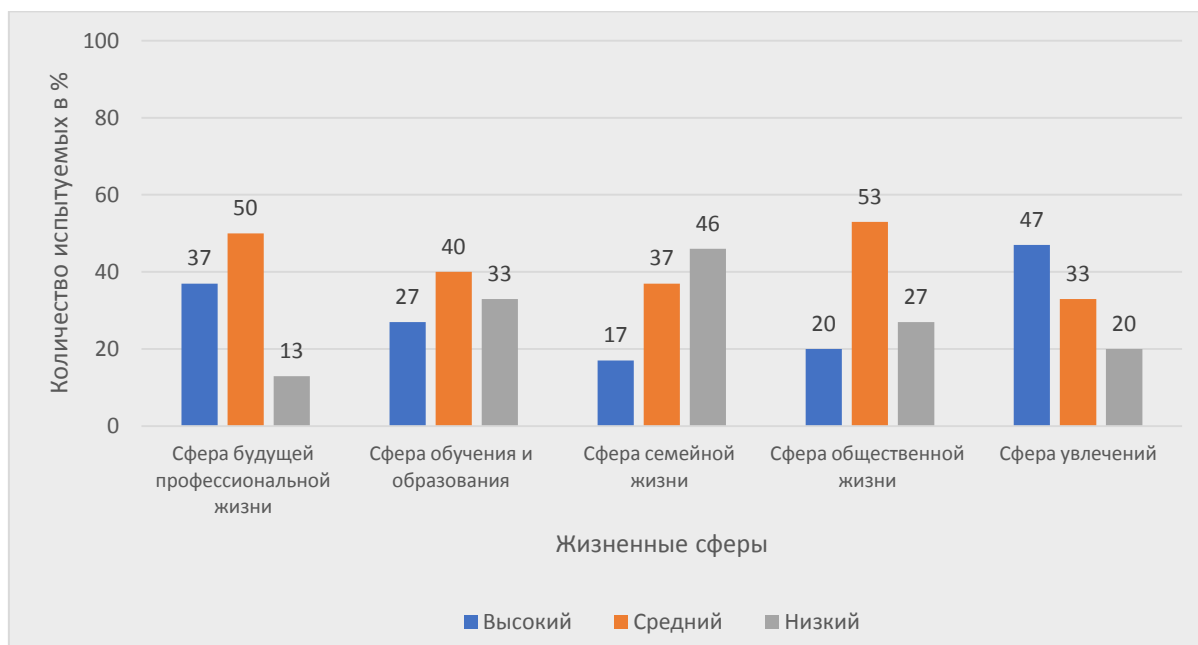


Рисунок 4 – Результаты исследования значимости жизненных сфер старшеклассников по методике И.Г. Сенина

По шкале «Сфера будущей профессиональной жизни» высокий показатель имеют 12 человек (37%), средний – 15 человек (50%), низкий – 3 человека (13%).

По шкале «Сфера обучения и образование» высокий уровень выявлен у 8 человек (27%), средний – у 12 человек (40%), низкий – у 10 человек (33%). Большое количество высоких и средних значений по данной сфере говорит о стремлении расширять свой кругозор и повышать уровень своей образованности.

По шкале «Сфера семейной жизни» высокий уровень у 5 человек (17%), средний – у 11 испытуемых (37%), низкий – у 14 человек (46%). Отсутствие по данному показателю высоких баллов свидетельствует о недостаточно высокой значимости для старшеклассников сферы семейной жизни.

По шкале «Сфера общественной жизни» высокий уровень значимости у 6 человек (20%), средний – у 16 человек (53%), низкий – у 8 испытуемых (27%). Низкие показатели по данной сфере говорят о недостаточно сформированном активном интересе старшеклассников к проблемам общественной жизни.

По шкале «Сфера увлечений» высокий уровень у 14 человек (47%), средний – у 10 человек (33%), низкий – у 6 испытуемых (20%). Сфера увлечений также важна для испытуемых, ведь без увлечений жизнь человека может стать пресной.

Полученные результаты свидетельствуют о том, что наиболее значимыми сферами жизнедеятельности для всех старшеклассников являются сфера будущей профессиональной жизни, сфера обучения и сфера увлечений.

Таким образом, по результатам исследования ценностных ориентаций по методике И.С. Сенина выявлена направленность обследованных старшеклассников на материальные ценности и ценности достижения. Для учащихся на первый план выходят ценности достижения,

материального положения и сохранения собственной индивидуальности. Среди жизненных сфер первое место занимают сфера будущей профессиональной жизни, сфера обучения и сфера увлечений.

На втором этапе мы изучили особенности смысложизненных ориентаций старшеклассников по методике Д.А. Леонтьева. Результаты представлены на рисунке 5, где отражены данные по количеству старшеклассников с разным уровнем сформированности смысложизненных ориентаций по методике Д.А. Леонтьева (цели в жизни, процесс жизни, результат жизни, локус контроля и осмысленность жизни как интегральный показатель смысложизненных ориентаций старшеклассников).

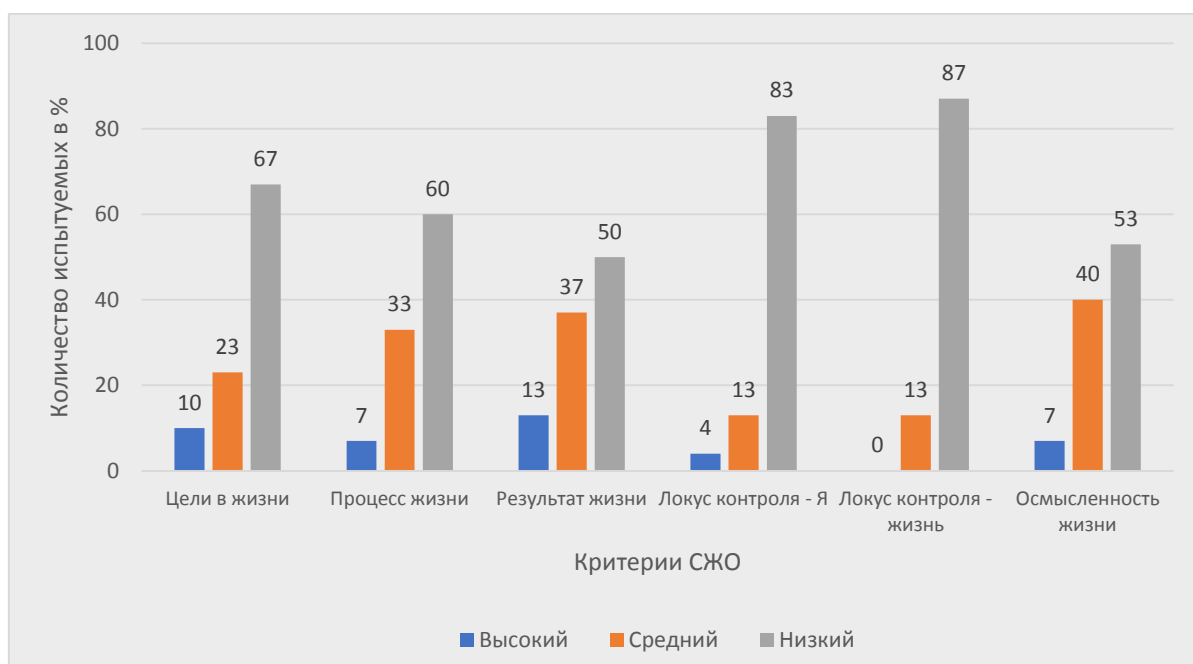


Рисунок 5 – Результаты исследования смысложизненных ориентаций старшеклассников по методике Д.А. Леонтьева

По шкале «Цели в жизни» получены следующие данные: высокий уровень выявлен у 3 старшеклассников (10%), средний – у 7 человек (23%), низкий – у 20 опрошенных (67%). Высокий уровень показывает, что у старшеклассников сформированы четкие жизненные цели и планы. Средний уровень отражает недостаточную сформированность жизненных



целей, их развитие и становление. Низкий уровень – это отсутствие жизненных планов и перспектив.

По шкале «Процесс жизни или интерес и эмоциональная насыщенность жизни» выявлено, что только 2 опрошенных (7%) имеют высокий уровень восприятия своей жизни как эмоционально насыщенной, интересной, наполненной смыслом. Средний уровень имеют 10 человек (33%). Низкие показатели насыщенности жизни выявлены у большинства опрошенных – у 18 старшеклассников (60%).

По шкале «Результативность жизни или удовлетворенность самореализацией» только 4 человека (13%) показали высокий уровень, что означает осмысление ими своей жизни как продуктивной и осмысленной. Средний уровень выявлен у 11 человек (37%), низкий – у 15 человек (50%). У половины опрошенных результативность жизни оценивается низко, что отражает их неудовлетворенность самореализацией.

По шкале «Локус контроля – Я (Я – хозяин жизни)» высокие баллы получил только 1 испытуемый (4%). Это отражает такие характеристики личности, как умение осуществлять выбор, проявлять силу и характер, строить свою жизнь самостоятельно в соответствии с принятыми жизненными целями и ориентирами. Средний уровень показали 4 старшеклассников (13%), низкий – 25 старшеклассников (83%). Полученные данные показывают, что у большинства юношей и девушек локус контроля не сформирован, отсутствуют умения контролировать события своей жизни.

По шкале «Локус контроля – жизнь или управляемость жизни» получены следующие данные. В данной выборке высокие баллы отсутствуют, средний уровень выявлен у 10 человек (33%), низкий – у 20 человек (67%). Низкие баллы, полученные большинством старшеклассников, отражают несформированность умений самостоятельного принятия решений, осуществления самоконтроля, убежденность во внешней регуляции своей деятельности и поведения.

По общему показателю осмысленности жизни было установлено, что только 2 старшеклассников имеют высокий уровень (7%). Для старшеклассников с высоким уровнем осмысленности жизни характерны следующие особенности:

- жизнь считается осмысленной, есть определенные цели;
- старшеклассники получают внутреннее удовлетворение при реализации жизненных целей;
- сформирована уверенность в собственных умениях и способностях, которые необходимы для достижений целей;
- планы основаны на понимании реальности в настоящее время и подкреплены личной ответственностью за их реализацию;
- старшеклассники умеют анализировать различные жизненные ситуации, извлекать из них уроки, делать выводы, осуществлять самоконтроль и определять дальнейшие перспективы своего личностного развития.

У 12 старшеклассников выражен средний уровень осмысленности жизни (40%). Это говорит о том, что старшеклассники:

- оценивают пройденный этап жизни как продуктивный, наполненный интересными событиями, делами, которые приносят удовлетворение и удовольствие;
- умеют ставить различные цели, стремятся их реализовывать, но при этом, если цель оказывается слишком сложной, то подвергаются сомнениям по их достижению;
- подвержены определенным сомнениям, некоторой неуверенности в своих силах, что в дальнейшем может привести к отказу от цели или ее трансформации;
- ориентированы на социальные ценности, на достижение целей в собственными внутренними убеждениями.

Низкий уровень осмысленности жизни выявлен у 16 старшеклассников (53%), что проявляется в:

- неудовлетворенности своей жизнью во всех временных отрезках – в прошлом, настоящем и будущем;
- отсутствию четких целей на будущее, которые бы придавали осмысленность и направленность жизнедеятельности старшеклассников;
- несформированности мотивации на саморазвитие, самореализацию, обучение, поиска интересных занятий в соответствии со своими потребностями;
- ориентации на свободное времяпровождение, не утруждающее заботами и планами.

Таким образом, для изучения особенностей развития смысложизненных ориентаций старшеклассников было проведено исследование. Результаты проведенного исследования показали, что для большинства старшеклассников характерен низкий уровень сформированности смысложизненных ориентаций. Полученные данные обусловили необходимость проведения работы по повышению уровня смысложизненных ориентаций старшеклассников в рамках специально разработанной программы, направленной на формирование ценностей образования, творческого развития, смысла жизни, цели жизни и других составляющих смысложизненных ориентаций.

#### Выводы по 2 главе

Для изучения особенностей развития смысложизненных ориентаций старшеклассников было проведено опытно-экспериментальное исследование. Были определены этапы исследования, методы и методики, позволяющие определить уровень сформированности смысложизненных ориентаций старшеклассников.

Исследование проводилось в три этапа: поисково-подготовительный, опытно-экспериментальный и контрольно-обобщающий. Были использованы такие теоретические методы, как анализ психолого-педагогической литературы по выдвинутой проблеме, синтез,

моделирование, целеполагание, а также эмпирические методы, такие как тестирование по методикам «Смысложизненные ориентации» Д.А. Леонтьева, «Опросник ценностных ориентаций» И.С. Сенина.

Анализ полученных результатов по методике «Опросник терминальных ценностей» показал, что большое число старшеклассников получили высокий балл по показателю «достижения», «высокое материальное положение», «активные социальные контакты». Материальное благосостояние оказывается для старшеклассников основанием для развития чувства собственной значимости и положительного отношения к себе. Немногие старшеклассники ставят удовлетворение своих духовных потребностей выше материальных.

Анализ полученных результатов по методике «СЖО» показал, что для большинства старшеклассников характерен низкий уровень сформированности смысложизненных ориентаций. У каждого второго испытуемого выявлен низкий уровень осмысленности жизни, что проявляется в неудовлетворенности своей жизнью, отсутствии четких целей, несформированности мотивации на саморазвитие, самореализацию, обучение, поиска интересных занятий в соответствии со своими потребностями.

Полученные данные обусловили необходимость проведения работы по повышению уровня смысложизненных ориентаций старшеклассников в рамках специально разработанной программы, направленной на формирование ценностей образования, творческого развития, смысла жизни, цели жизни и других составляющих смысложизненных ориентаций.

## ГЛАВА 3. ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ СМЫСЛОЖИЗНЕННЫХ ОРИЕНТАЦИЙ СТАРШЕКЛАССНИКОВ

### 3.1 Программа формирования смысложизненных ориентаций старшекласников

Актуальность программы формирования смысложизненных ориентаций старшекласников обусловлена тем, что старший школьный возраст – это период активного формирования жизненных целей, личностного и профессионального самоопределения.

При разработке программы формирования смысложизненных ориентаций старшекласников мы опирались на исследования Е.И. Головахи [19], В.И. Долговой [22], Р.В. Овчаровой [38], Н.С. Пряжникова [46], И.А. Фурманова [63], Т.А. Шульгиной [69] и др.

Программа разработана с целью формирования смысложизненных ориентаций старшекласников.

Задачи программы:

1. Способствовать формированию системы знаний о смысле жизни, смысложизненных ориентациях, ценностях.
2. Способствовать формированию интереса к учению, личностному и профессиональному самоопределению.
3. Способствовать формированию умений старшекласников формулировать свои цели, расставлять приоритеты.
4. Способствовать формированию ответственности за свое личностное становление и выбор профессионального пути.

Принципы работы:

- принцип учета психологических особенностей старшекласников;
- принцип деятельности: формирование смысложизненных ориентаций старшекласников в различных видах деятельности;
- принцип обратной связи, предполагающий рефлекссию, мониторинг уровня развития самоотношения до и после программы;

– принцип системности, постепенного усложнения и этапности работы по формированию СЖО.

Основная форма работы – групповое занятие.

Направления работы и соответствующие методы:

- диагностика;
- тренинг;
- игры;
- упражнения;
- арт-терапия;
- психогимнастика;
- релаксационные методы;
- продуктивно-творческая деятельность.

Условия проведения занятий по программе формирования СЖО старшеклассников:

1) психолого-педагогические:

- создание на школы среды творческой деятельности, свободного общения, комфортного психологического состояния для участников;
- обеспечение постоянного контакта между ведущим программы и ее участниками;

2) материально-технические:

- учебная аудитория для проведения занятий;
- столы, расставленные по периметру аудитории, стулья;
- настенная доска для наглядной схематизации некоторых обсуждаемых моментов;
- проектор, ноутбук для просмотра презентаций;
- бумага, канцелярские принадлежности.

Программа предусматривает проведение двух занятий в неделю на протяжении 6 недель, всего 12 занятий.

Этапы реализации программы:

1. Вступительный (ознакомительный) (1 занятие). Включает в себя психотехнические упражнения, направленные на знакомство участников с ведущим, с целями и задачами программы.

2. Основной (практический) (10 занятий). Этап выстроен в форме группового психологического тренинга, включающего в себя психотехнические упражнения, игры и т.д.

3. Заключительный (закрепляющий) (1 занятие). Включает в себя рефлекссию, обмен чувствами и мнениями, оценку удовлетворенности занятиями по программе.

В каждое занятие включены:

– приветствие, установка на предстоящее занятие, объяснение цели занятия;

– разминка;

– основная часть: игры и упражнения, направленные на формирование СЖО, тренинг, продуктивно-творческая деятельность и т.д.;

– подведение итогов, рефлексия. Участникам занятия предлагается ответить на вопросы: «Что нового узнали?», «Что понравилось?»;

– ритуал прощания.

Продолжительность занятия – 45 минут.

Рассмотрим основные цели занятий, направленных на формирование смысложизненных ориентаций старшеклассников.

Занятие 1.

Цель: создать атмосферу сотрудничества, взаимопонимания, психологической безопасности, раскрыть правила общения в группе.

1. Приветствие.

2. Разминка. «Здравствуй, а вот и я».

Цель: развитие навыков самопрезентации, налаживания позитивного настроения на предстоящее общение.

3. Основная часть.

Упражнение «Нарисуй свое имя».

Цель: преодоление барьеров контакта.

Упражнение «Правило нашей группы».

Цель: фиксация группы как основы работы в тренинге.

Упражнение «Качество, которое я ценю в людях».

Цель: создание условий для лучшего восприятия друг друга в процессе работы, развитие творческого воображения.

Упражнение «Пожелание друга».

Цель: осознание участником группы необходимости пребывания в данной тренинговой группе.

4. Рефлексия.

5. Прощание.

Занятие 2.

Цель: дать возможность участникам почувствовать свой внутренний мир; понять самого себя и свое место в системе межличностных отношений.

1. Приветствие.

2. Разминка. «Я и мое тело», «Я и другие».

Цель: осознание себя как уникальной личности.

3. Основная часть.

Упражнение «Взаимное представление».

Цель: познакомить участников друг с другом, а также с правилами работы в тренинге; конкретизировать цели участия в тренинге каждого участника.

Упражнение «Разноцветные листы».

Цель: увязывание собственных целей с целями остальных участников группы.

Упражнение «Конкретизация ожиданий от тренинга».

Цель: определить интересы и запросы участников тренинга, формировать умения высказывать свои ожидания.

Упражнение «Мои авторитеты».



Цель: анализ качеств личности, которые участник ценит больше всего подобрать литературных героев, которые отражали бы те качества личности, которые участник ценит больше всего.

4. Рефлексия.

5. Прощание.

Занятие 3.

Цель: формировать представления о роли эмоций и чувств в поведении и деятельности, эмоционального отношения к жизни и ценностям.

1. Приветствие.

2. Разминка. «Поздороваемся друг с другом».

3. Основная часть.

Упражнение «Угадай эмоцию».

Цель: развивать умение идентифицировать чувства и разные эмоциональные состояния.

Упражнение «Наши мысли, чувства и поведение».

Цель: научиться отличать мысли от эмоционального состояния и конструктивно выражать негативные чувства.

Упражнение «Книга моих чувств».

Цель: научить старшеклассников понимать свои чувства и использовать их в своей жизни конструктивно.

Упражнение «Радуга эмоций».

Цель: научиться синтезировать свои чувства.

Упражнение «Я – высказывание».

Цель: учить высказывать (выражать) свои чувства.

4. Рефлексия.

5. Прощание.

Занятие 4.

Цель: формирование представлений о смысле жизни.

1. Приветствие.

2. Разминка. «Угадай эмоцию».

3. Основная часть.

Дискуссия «Смысл жизни».

Цель: создать условия для коллективного обсуждения понятия «СМЫСЛ ЖИЗНИ».

Написание мини-сочинения «Я в поисках смысла».

Цель: актуализировать представления о смысле жизни.

4. Рефлексия.

5. Прощание.

Занятие 5.

Цель: формировать умения формулировать цели.

1. Приветствие.

2. Разминка. «Меняются местами те, кто...».

3. Основная часть.

3. Основная часть.

Упражнение «Смятая бумага».

Цель: показать важность постановки целей.

Упражнение «Мое цели».

Цель: формировать умения расставлять приоритеты и намечать последовательность их реализации.

Упражнение «Карта будущего».

Цель: способствовать осознанию жизненных целей.

4. Рефлексия.

5. Прощание.

Занятие 6.

Цель: продолжить работу по формированию умения формулировать цели.

1. Приветствие.

2. Разминка. «Свободные ассоциации».

3. Основная часть.

Упражнение «Колесо жизни».

Цель: помочь участникам группы разобраться со своими жизненными приоритетами, сформулировать собственные цели, наглядно показать, в какие сферы жизни им сейчас важнее всего вкладываться.

4. Рефлексия.

5. Прощание.

Занятие 7.

Цель: формировать представления о ценностях, ценностных ориентациях.

1. Приветствие.

2. Разминка. «Воздушный шар».

3. Основная часть.

Упражнение «Мои ценности».

Цель: помочь осознать и почувствовать важность построения собственной иерархии ценностей.

Упражнение «Поиск ценностей».

Цель: исследование и нахождение новых ценностей, повышение своего достоинства, своей значимости.

Упражнение «Три года».

Цель: новое понимание ценности своей жизни.

4. Рефлексия.

5. Прощание.

Занятие 8.

Цель: осознание и рефлексия своих положительных и отрицательных качеств.

1. Приветствие.

2. Разминка. «Я учусь у тебя».

Цель: развитие навыков самопрезентации, налаживания позитивного настроения на предстоящее общение.

3. Основная часть.

Упражнение «Чемодан».

Цель: выявить положительные качества участников и скорректировать отрицательные.

Упражнение «Мой портрет в лучах солнца»

Цель: способствовать углублению процессов самораскрытия, учить находить в себе главные индивидуальные особенности, определять свои личностные особенности.

Упражнение «Дерево достижений».

Цель: развитие рефлексивного самосознания, формирование умения сотрудничать, проявлять свои положительные качества.

4. Рефлексия.

5. Прощание.

Занятие 9.

Цель: формирование способностей к самопознанию, саморазвитию и самореализации, развитие мотивации к достижению позитивных целей.

1. Приветствие.

2. Разминка. «Моментальная фотография».

Цель: развитие навыков самопрезентации, налаживания позитивного настроения на предстоящее общение.

3. Основная часть.

Упражнение «Какой я?».

Цель: создание доброжелательной рабочей атмосферы, развитие умения понимать друг друга, обращая внимание на невербальные средства общения.

Упражнение «Пустое место».

Цель: развитие умения видеть в людях отличительные особенности и адекватно принимать мнение о себе со стороны других.

Упражнение «Друг для друга».

Цель: развитие представлений о своей полезности для других людей.

Упражнение «Бумажные мячики».

Цель: достижение эмоциональной разрядки.

Занятие 10.

Цель: совместно с участниками провести диагностику СЖО и проанализировать результаты.

1. Приветствие.

2. Разминка. «Узнай по рукопожатию».

3. Основная часть.

Диагностика ценностных ориентаций.

Цель: из списка ценностей выбрать наиболее важные и составить рейтинг ценностей.

Дискуссия «Ценности – какие они бывают».

Цель: обсудить результаты диагностики, определить, какие ценности наиболее важны.

Упражнение «Ценность жизни».

Цель: представление ценности жизни, визуализация понятия «ценность», «дерево жизни», «дерево целей» (творческая деятельность).

4. Рефлексия.

5. Прощание.

Занятие 11.

Цель: развитие способности видеть перспективу своей будущей жизни, определение целей своей жизни.

1. Приветствие.

2. Разминка. «Немного лучше».

3. Основная часть.

Упражнение «Аукцион».

Цель: работа с ценностными ориентациями, влияние на процесс становления ценностных ориентаций.

Игра «20 000 дней».

Цель: Осознание своего жизненного плана, построение или вынесение во внешний план иерархии ценностных ориентаций, а также их «апробирование» в столкновении с «реалиями» игровой ситуации.

Игра «Пять шагов».

Цель: повышение готовности участников выделять приоритеты при планировании своих жизненных и профессиональных перспектив, а также готовность соотносить свои профессиональные цели и возможности.

4. Рефлексия.

5. Прощание.

Занятие 12.

Цель: подведение итогов.

1. Приветствие.

2. Разминка. «Я падаю».

3. Основная часть.

Упражнение «Дерево достижений».

Цель: развитие рефлексивного самосознания, формирование умения сотрудничать.

Упражнение «Чему я научился».

Цель: рефлексия приобретенных навыков, умений, полезной информации в рамках реализации программы.

Упражнение «Пожелание».

Цель: создание эмоционально благоприятного микроклимата.

4. Рефлексия.

5. Прощание.

Описание игр и упражнений представлено в Приложении 3.

Таким образом, разработанная программа направлена на формирование смысло-жизненных ориентаций старшеклассников. Основной формой работы является групповое занятие. Основное содержание групповой работы составляют игры и упражнения, которые направлены на формирование системы знаний о смысле жизни,

смыслоразностных ориентациях, ценностях, интереса к обучению, личностному и профессиональному самоопределению, умений формулировать свои цели, расставлять приоритеты, ответственности за свое личностное становление и выбор профессионального пути.

### 3.2 Анализ результатов опытно-экспериментального исследования

После завершения работы по формированию смыслоразностных ориентаций у старшеклассников проводилось повторное исследование при помощи методик, применявшихся в ходе констатирующего эксперимента («СЖО» Д.А. Леонтьева, опросник терминальных ценностей И.Г. Сенина). Результаты по каждой методике оформлялись в протоколы, которые представлены в Приложении 4.

На первом этапе проведено исследование ценностных ориентаций по опроснику И.С. Сенина. Результаты тестирования по методике опросник терминальных ценностей (ОТеЦ) И.Г. Сенина представлены на рисунке 6.

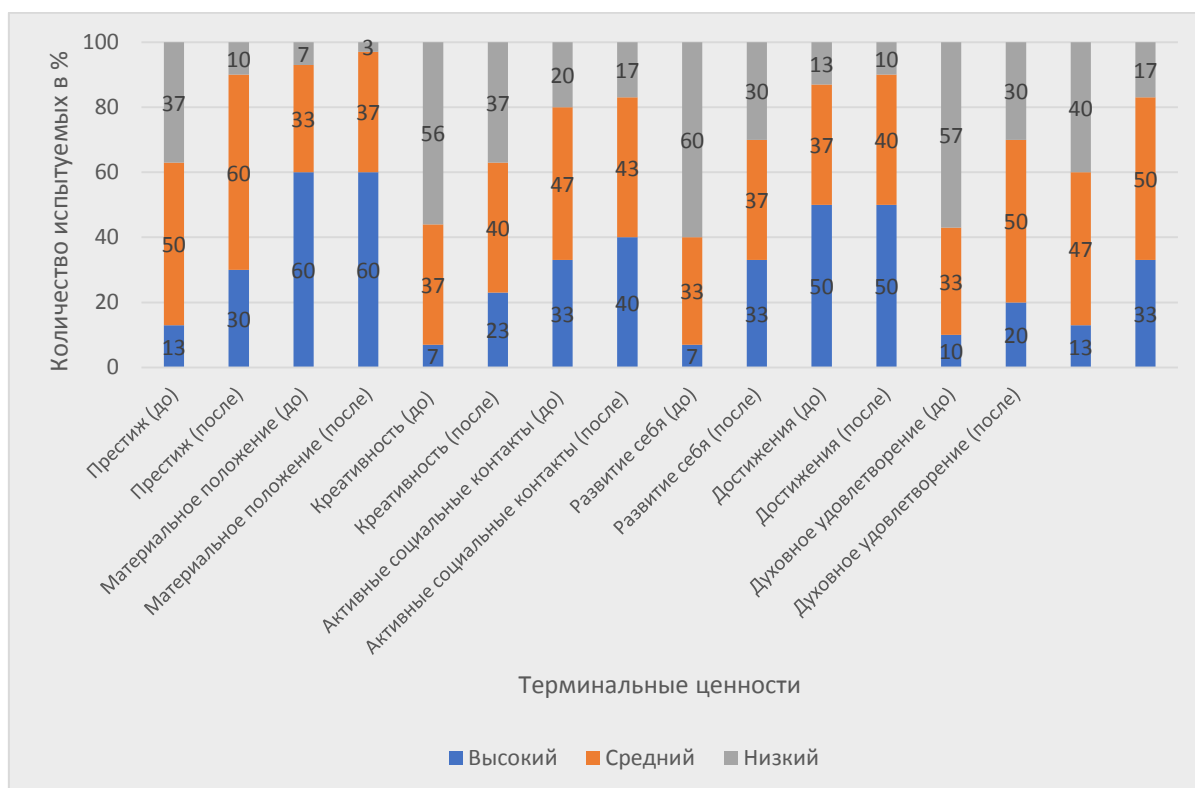


Рисунок 6 – Результаты исследования терминальных ценностей старшеклассников по методике И.Г. Сенина

По показателю «престиж» количество испытуемых с высоким уровнем увеличилось на 17%. Для испытуемых важно мнение окружающих о себе, они нуждаются в похвале и одобрении социума как личности, как члена социальной группы, занимающего важное положение.

«Высокое материальное положение» имеет высокую значимость для 18 испытуемых (60%), средний уровень показали 11 человек (37%), низкий – у 1 человека (3%). Для большинства опрошенных материальная обеспеченность по-прежнему занимает одно из главных мест в структуре ценностей.

По показателю «креативность» количество опрошенных с высоким уровнем увеличилось на 3%, со средним – на 7%. Ценность творчества, творческого развития себя как личности стал более выраженным, появилось понимание креативности как одной из важнейших ценностей личности.

По показателю «активные социальные контакты» количество опрошенных с высоким уровнем увеличилось на 7%. Полученные данные свидетельствуют о том, что стремление к общению и социальному взаимодействию сформировано у большинства опрошенных и является одной из важнейших терминальных ценностей.

Следующий показатель «развитие себя» по итогам повторного тестирования также продемонстрировал положительную динамику: количество старшеклассников с высоким уровнем увеличилось на 26%. Благодаря занятиям у опрошенных сформировалось стремление развиваться, получать профессию, заниматься самообразованием.

Высокий уровень показателя «достижения» выявлен у 15 человек (50%), при этом количество опрошенных со средним уровнем увеличилось на 3%. Шкала демонстрирует желание опрошенных достигать высоких результатов в различных видах деятельности, в первую очередь в учебной, а также в будущей профессиональной деятельности.

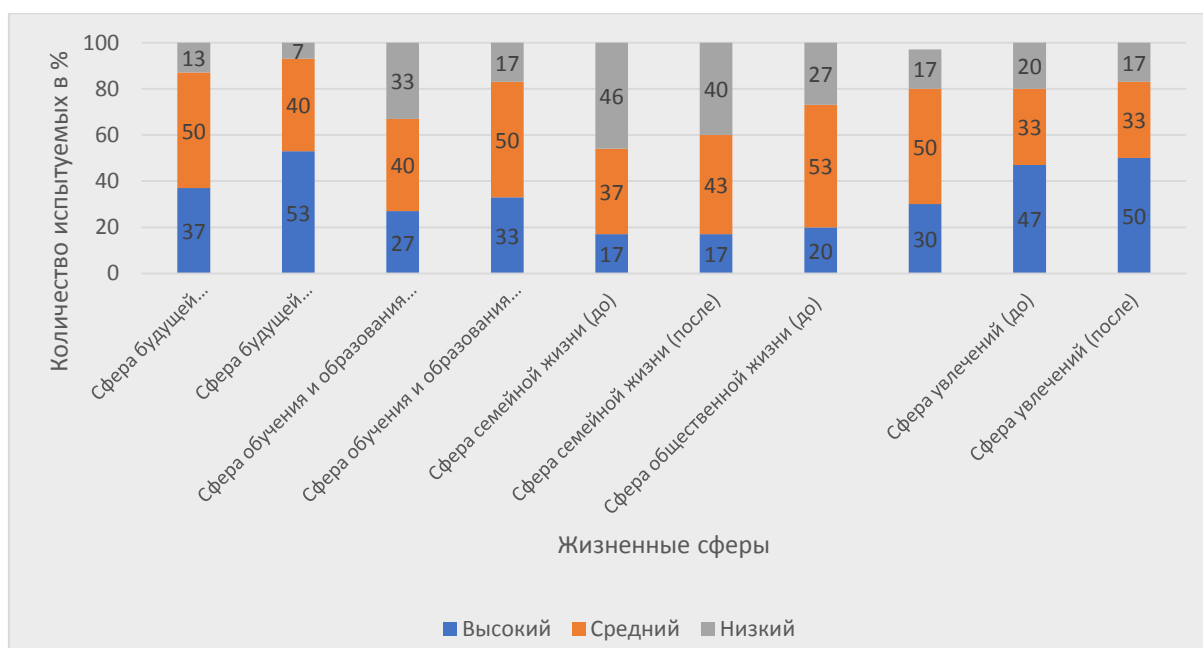


«Духовное удовлетворение» имеет высокое значение для 6 человек (20%), что выше на 10% по сравнению с констатирующим этапом исследования. Данная ценность у старшеклассников находится в стадии формирования, но положительная динамика говорит о том, что испытуемые задумались над проблемой духовного развития.

И последняя ценность «сохранение собственной индивидуальности» стала более выраженной у 10 человек (33%), что выше на 20% по сравнению с констатирующим этапом. Многие из старшеклассников не хотят быть похожими на других людей и зависеть от влияния социума, они стремятся к оригинальности мышления и собственной неповторимости.

Анализ полученных результатов по методике «Опросник терминальных ценностей» показал, что помимо таких ценностей, как «достижения», «высокое материальное положение», «активные социальные контакты», у старшеклассников стали более выраженными ценности, направленные на развитие себя, достижение, развитие собственной индивидуальности.

Далее перейдем к анализу значимости жизненных сфер старшеклассников с точки зрения реализации терминальных ценностей. Результаты исследования представлены на рисунке 7.



## Рисунок 7 – Результаты исследования значимости жизненных сфер старшеклассников по методике И.Г. Сенина

По шкале «Сфера будущей профессиональной жизни» увеличилось количество старшеклассников на 16%. Также положительная динамика выявлена по шкале «Сфера обучения и образование»: высокий уровень имеют 33% опрошенных, что выше на 6% по сравнению с констатирующим этапом. Большое количество высоких и средних значений по данным сферам говорит о стремлении расширить свой кругозор и повышать уровень своей образованности с целью получения будущей профессии.

По шкале «Сфера семейной жизни» результаты следующие: высокий уровень у 5 человек (17%), средний – у 13 испытуемых (43%), низкий – у 2 человек (40%). Отсутствие по данному показателю высоких баллов свидетельствует о недостаточно высокой значимости для старшеклассников сферы семейной жизни.

По шкале «Сфера общественной жизни» высокий уровень значимости у 30% опрошенных, что выше на 10% по сравнению с констатирующим этапом. Полученные данные по данной сфере говорят о том, что благодаря программе у старшеклассников начал формироваться более устойчивый интерес к проблемам общественной жизни и самореализации в данном направлении.

По шкале «Сфера увлечений» высокий уровень у 15 человек (50%), средний – у 10 человек (33%), низкий – у 5 испытуемых (17%). Сфера увлечений также важна для испытуемых.

Полученные результаты свидетельствуют о том, что наиболее значимыми сферами жизнедеятельности для всех старшеклассников являются сфера будущей профессиональной жизни, сфера обучения и сфера увлечений, при этом интерес у опрошенных начал проявляться к сфере общественной жизни.

Таким образом, по результатам исследования ценностных ориентаций по методике И.С. Сенина выявлена направленность обследованных старшеклассников не только на материальные ценности и ценности достижения, но и на ценности духовного развития, развития себя, сохранения собственной индивидуальности. Среди жизненных сфер первое место занимают сфера будущей профессиональной жизни, сфера обучения и сфера увлечений.

На втором этапе мы изучили особенности смысложизненных ориентаций старшеклассников по методике Д.А. Леонтьева. Результаты представлены на рисунке 8.

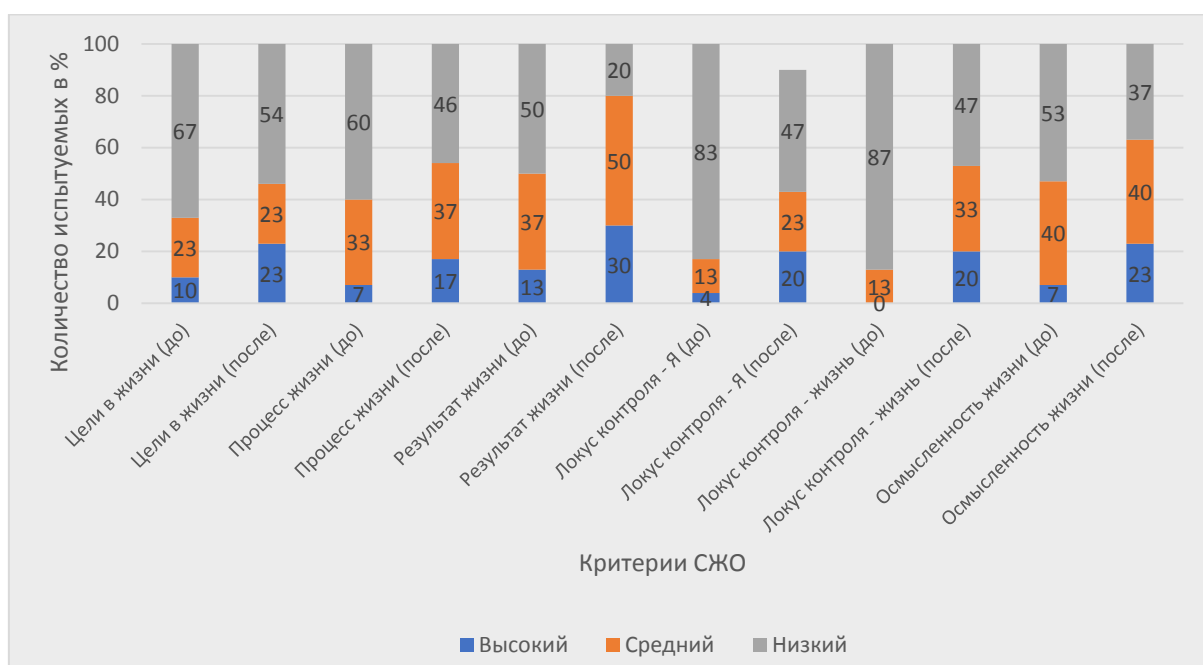


Рисунок 8 – Результаты исследования смысложизненных ориентаций старшеклассников по методике Д.А. Леонтьева

По шкале «Цели в жизни» получены данные, которые указывают на наличие у них четких жизненных целей и перспектив у 23% опрошенных, что выше на 13% по сравнению с констатирующим этапом.

По шкале «Процесс жизни или интерес и эмоциональная насыщенность жизни» выявлено, что процесс жизни рассматривается как осмысленный, эмоционально положительный и насыщенный у 17% старшеклассников.

По шкале «Результативность жизни или удовлетворенность самореализацией» высокий уровень выявлен у 30% опрошенных старшеклассников, что выше на 17% по сравнению с констатирующим этапом эксперимента. Высокий уровень результативности жизни показывает, что старшеклассники стали более четко представлять себе ценность своей жизни, продуктивность пройденного этапа.

По шкале «Локус контроля – Я (Я – хозяин жизни)» количество старшеклассников с высоким уровне увеличилось на 16% по сравнению с констатирующим этапом. Это говорит о том, что опрошенные стали более полно представлять себе смысл жизни, возможности осуществлять выбор, ставить определенные цели, строить жизненные планы как «хозяина» своей судьбы.

По шкале «Локус контроля – жизнь или управляемость жизни» высокий уровень показали 20% опрошенных старшеклассников. У них сформированы умения свободно принимать решения, реализовывать свой выбор, воплощать его в жизни, то есть управлять своим поведением и деятельностью.

По общему показателю осмысленности жизни было установлено, что высокий уровень имеют 23%, что выше на 16% по сравнению с констатирующим этапом.

Для статистической проверки гипотезы исследования о том, что уровень развития смысложизненных ориентаций может измениться в результате реализации программы, выполнена математическая обработка экспериментальных данных с помощью Т-критерия Вилкоксона. Сопоставлены показатели уровня развития смысложизненных ориентаций до и после реализации программы по тесту СЖО Д.А. Леонтьева (показатель общей осмысленности жизни) (Приложение 4).

Гипотезы:

Но – интенсивность сдвигов в направлении высокого уровня сформированности смысложизненных ориентаций старшеклассников не превосходит интенсивности сдвигов в направлении низкого уровня.

Н1 – интенсивность сдвигов в направлении высокого уровня сформированности смысложизненных ориентаций старшеклассников превосходит интенсивность сдвигов в направлении низкого уровня.

$$T_{эмп} = 4$$

$$n=30$$

$$T_{кр}=120 (p \leq 0.01)$$

$$T_{кр}=151 (p \leq 0.05)$$



Рисунок 9 – Ось значимости

Анализ результатов показал, что в исследуемой группе выявлен только один нетипичный сдвиг, то есть только у одного из опрошенных показатель осмысленности жизни не повысился в результате реализованной программы формирования смысложизненных ориентаций.

$T_{эмп} < T_{кр}$  при  $p=0,01$ , следовательно, гипотеза  $H_0$  отвергается и принимается гипотеза  $H_1$ : интенсивность сдвигов в направлении высокого уровня сформированности смысложизненных ориентаций старшеклассников превосходит интенсивность сдвигов в направлении низкого уровня.

Таким образом, полученные данные опытно-экспериментального исследования подтвердили выдвинутую нами гипотезу о том, что смысложизненные ориентации у старшеклассников изменятся. В результате реализации программы произошли количественные и качественные изменения уровня сформированности смысложизненных

ориентаций старшеклассников. Полученные данные были обработаны посредством методов математической статистики, в результате была доказана эффективность реализованной программы формирования смысложизненных ориентаций, что положительно отразилось на всех исследуемых характеристиках.

### 3.3 Психолого-педагогические рекомендации по формированию смысложизненных ориентаций для старшеклассников, учителей, родителей

Процесс формирования смысложизненных ориентаций старшеклассников должен осуществляться с учетом особенностей развития их личностной сферы, структуры значимых ценностных смыслов, а также с учетом результатов диагностики СЖО, полученных в ходе экспериментального исследования.

В процесс формирования смысложизненных ориентаций старшеклассников должны быть вовлечены все субъекты воздействия – сами старшеклассники, педагоги и родители. Работа должна осуществляться параллельно, чтобы охватить всех участников и заинтересовать в проводимой работе.

В практической работе со старшеклассниками рекомендуется использовать методы обучения и воспитания, имеющие значение для формирования смысложизненных ориентаций личности:

- тренинг;
- индивидуальная беседа;
- групповая беседа рефлексивного характера;
- иллюстрирование притч, сказок, произведений русских и советских писателей и т.п.;
- создание художественного образа своих «Я»;
- сюжетно-ролевая игра;
- игра-фантазия;

- игра-размышление;
- упражнения-ассоциации;
- решение нравственных задач;
- профориентационные игры.

Особенности формирования смысложизненных ориентаций личности старшеклассника в педагогическом взаимодействии:

- создание ценностного пространства, способствующего формированию смысложизненных ориентаций старшеклассников;

- актуализация личностно-утверждающих ситуаций: внешних (диалогизация, проблематизация педагогического процесса) и внутренних (критическое мышление, потребности, смысловые установки), развивающих «Я-концепцию» старшеклассника с помощью механизмов самовыражения, самопознания, рефлексии и целеполагания;

- обеспечение педагогического взаимодействия (педагог – старшеклассники – родители) на принципах целевой обусловленности, рефлексивной деятельности, осознанной перспективы.

- создание ценностного пространства, способствующего формированию смысложизненных ориентаций старшеклассников.

Рекомендации старшеклассникам по формированию смысложизненных ориентаций:

1. Стремиться более углубленно понять себя, разобраться в своих чувствах, настроениях, мнениях, отношениях.

2. Стремиться заполнить жизнь какими-то содержательными отношениями, интересами, переживаниями.

3. Стараться сформировать определенный круг интересов, который постепенно приобретет известную устойчивость, что в свою очередь является психологической базой ценностных ориентаций.

4. Развивать интерес к вопросам мировоззрения, религии, морали, эстетики, психологическим переживаниям других людей и к своим собственным.

5. Стараться саморазвиваться, заниматься самообразованием, самообучением.

Важную роль в формировании смысложизненных ориентаций старшеклассников играют педагоги образовательной организации. В этом процессе следует задействовать, в первую очередь, классного руководителя.

Классный руководитель – это педагог, который непосредственно общается с учащимися, проводит воспитательную работу, помогает в решении не только учебных, но и личностных проблем.

В работе со старшеклассниками классный руководитель может использовать различные формы и методы взаимодействия. Это могут быть беседы, собрания с целью обсуждения, дискуссии по определенным проблемам, классные и общешкольный мероприятия [21, с. 41].

В процессе бесед, консультирования старшеклассников классный руководитель должен:

- ориентировать учащихся на саморазвитие, самообразование, профессиональное и личностное самоопределение;
- поддерживать инициативу и творческие стремления учащихся, направленных на самореализацию;
- проводить постоянную работу по формированию ценностных ориентаций;
- помогать в определении жизненных целей и задач, способствовать их пониманию и осознанию;
- формировать представления о значимости обучения и профессионального становления;
- помогать осваивать различные социальные роли через организацию воспитательных мероприятий, экскурсий, бесед;
- быть примером для подражания, старшим товарищем и помощником.



В работе со старшеклассниками необходимо учитывать особенности их личностного развития – формирование самосознания, рефлексии, самооценки, стремление к независимости, автономии, потребности в достижении успеха.

Классный руководитель посредством различных мероприятий должен правильно определять интересные для старшеклассников темы, направления совместной деятельности, которые входили бы в круг их приоритетов [38, с. 109].

Взаимодействие со старшеклассниками нужно строить как индивидуально, так и посредством групповой работы. В индивидуальных беседах можно оказать помощь в определении жизненных целей, подсказать направления для личностного роста и развития, скорректировать какие-либо трудности в поведении, учебной деятельности, межличностных отношениях с педагогами, родителями, одноклассниками.

Групповые формы совместной деятельности позволяют старшеклассникам раскрыть свои способности, реализовать организаторские и коммуникативные умения, стремление к общению и взаимодействию со сверстниками. В процессе групповых мероприятий старшеклассники имеют возможность сравнить себя с другими, увидеть свои сильные и слабые стороны, оценить себя.

Помимо классного руководителя в работу по формированию смысложизненных ориентаций старшеклассников можно привлечь и других педагогов школы – заместителя по воспитательной работе, педагога-психолога, социального педагога.

Координировать работу педагогического коллектива должен заместитель по воспитательной работе. Его задачами являются следующие направления деятельности:

– определение стратегии взаимодействия педагогического коллектива, члены которого задействованы в работе со старшеклассниками

и которые реализуют различные направления воспитательной работы с учащимися старшего звена;

- налаживание контактов с социальными партнерами образовательного учреждения – с учреждениями дополнительного образования, с учреждениями спорта, культуры, досуга с целью более эффективной и разносторонней деятельности для решения задач формирования смысложизненных ориентаций;

- планирование воспитательной работы, направленной на формирование нравственных качеств личности, приобщения к общечеловеческим ценностям, нормам поведения и деятельности, принятым в обществе;

- организация работы по профессиональной ориентации, личностному и профессиональному самоопределению старшеклассников в ходе воспитательных мероприятий, оказание помощи в выборе профессии, дальнейшего пути;

- организация педагогических совещаний, педагогических советов по проблеме формирования смысложизненных ориентаций старшеклассников, определение путей достижения поставленных задач, разработка планов, программ;

- организация эффективной методической работы в школе, повышение уровня компетентности педагогов в вопросах воспитания старшеклассников.

Педагогический коллектив организует работу со старшеклассниками посредством следующих форм:

- профориентационные беседы;

- диспуты, дискуссии, конференции;

- деловая и ролевая игра;

- коллективные творческие дела;

- разработка индивидуальной траектории развития, программы самообразования;

- консультации;
- творческие мероприятия с приглашенными специалистами;
- тематические вечера.

В рамках своих предметов работу по формированию смысложизненных ориентаций могут проводить учителя-предметники, в задачи которых входит:

- формирование познавательной активности, интереса к умению, творческой реализации;
- организация не только традиционных форм обучения, но и активных – игр, дискуссий, олимпиад, конкурсов, проектной деятельности и т.д.;
- реализация не только обучающих, но и воспитательных задач на уроках, а также по возможности обеспечение профориентационной направленности уроков;
- создание условий для развития личности школьника, формирования уверенности в себе, адекватной самооценки, мотивации достижения успеха, самоконтроля.

Важную роль в формировании смысложизненных ориентаций старшеклассников играет педагог-психолог школы. В его задачи входит организация следующих мероприятий:

- диагностика личности ученика, выявление способностей и интересов, мониторинг профессиональной направленности, выявление проблем;
- разработка на основе результатов диагностики планов и программ индивидуальной и групповой работы по развитию личности старшеклассников, формированию определенных личностных качеств, умений и навыков;
- оказание консультативной помощи старшеклассникам, их родителям, а также педагогам по вопросам развития ценностных ориентаций;

- организация и проведение игровых, тренинговых занятий по формированию ценностных и личностных смыслов;
- проведение бесед, оказание психологической поддержки;
- коррекция негативных проявлений поведения, нарушений дисциплины;
- оказание помощи по личностному и профессиональному самоопределению старшеклассников [69, с. 59].

Важный вклад в развитие смысложизненных ориентаций старшеклассников вносит семья и ее окружение. В зависимости от ориентированности старшеклассника на определенные образцы взрослости происходит формирование жизненных ценностей, общее направление в формировании личности. Юноши и девушки осваивают семейные ценности: нормы, общественные требования, способы поведения, на основе чего формируется мировоззрение и смысложизненные ориентации.

Рекомендации родителям:

1. Формировать социально устойчивые, нравственно ориентированные взгляды и убеждения.
2. Ориентировать, морально подготавливать к различным жизненным ситуациям.
3. Формировать жизненный опыт, моральные убеждения; умение различить жизненные ценности от мнимых, искусственных.
4. Поддерживать своего ребенка в самоутверждении, в дружбе, в стремлении занять достойное место в коллективе, в общении со сверстниками.
5. Всегда находить время для общения с ребенком, особенно когда он в этом остро нуждается. Учитывать то, что ему нужен взрослый друг, с которым он мог бы обсуждать свои жизненные проблемы, делиться своими сомнениями, тревогами, рассчитывать на его помощь и поддержку.

Таким образом, в работе по формированию смысложизненных ориентаций необходимо задействовать старшеклассников, педагогов и

родителей. Для них были разработаны соответствующие рекомендации, которые, по нашему мнению, будут способствовать формированию ценностных ориентаций и смысла жизни обучающихся.

#### 3.4 Технологическая карта внедрения результатов исследования в практику

Результаты исследования были внедрены в практику работы образовательного учреждения, технологическая карта внедрения представлена в Приложении 5.

Первый этап «Целеполагание внедрения программы формирования СЖО старшеклассников.

1. Изучение нормативной документации, ФЗ и Законов РФ, Закона «Об образовании в РФ», Постановлений Правительства РФ в области образования и безопасности среды и личности в РФ, документации ОУ.

Цель: изучить документацию по предмету внедрения (Программа формирования СЖО старшеклассников).

Методы: обсуждение, анализ, изучение документации и нормативных источников по теме, наблюдение.

Формы: анализ литературы, работа психологом в ОУ, осуществление психологического сопровождения учебно-воспитательного процесса в ОУ, обсуждение на педагогическом совете ОУ, самообразование, обучение на факультете психологии ЮУрГГПУ.

2. Выдвижение и обоснование целей внедрения модели формирования СЖО старшеклассников.

Цель: поставить цели внедрения программы формирования СЖО старшеклассников.

Методы: разработка «Дерева целей» исследования, обсуждение, разработка модели и программы, анализ материалов по цели внедрения Программы, работа психологической службы ОУ.

Формы: работа психологической службы ОУ, консультация с научным руководителем и администрацией ОУ, наблюдение, беседа.

3. Изучение и анализ содержания этапов внедрения Программы, ее задач, принципов, критериев и показателей эффективности.

Цель: разработать этапы внедрения Программы формирования СЖО старшекласников.

Методы: анализ Модели и программы внедрения, анализ готовности ОУ к инновационной деятельности по внедрению модели.

Формы: работа психологической службы ОУ, совещание, анализ документации, работа по составлению Программы внедрения.

4. Анализ уровня подготовленности педагогического коллектива к внедрению инноваций, анализ работы ОУ по теме внедрения, подготовка методической база внедрения Программы.

Цель: разработать программно-целевой комплекс внедрения программы формирования СЖО старшекласников.

Методы: анализ модели и программы внедрения, анализ готовности ОУ к инновационной деятельности по внедрению модели.

Формы: работа психологической службы ОУ, совещание, анализ документации, работа по составлению Программы внедрения.

Второй этап «Формирование положительной психологической установки на внедрение Программы формирования СЖО старшекласников».

1. Формирование готовности внедрить Программу в ОУ, психологический подбор и расстановка субъектов внедрения.

Цель: выработать состояние готовности к освоению предмета внедрения у администрации ОУ и заинтересованных субъектов внедрения.

Методы: обоснование значимости программы, тренинги, беседы, обсуждения, популяризация идеи внедрения программы.

Формы: индивидуальные беседы с заинтересованными субъектами внедрения Программы, работа психологической службы ОУ, участие в семинарах со смежной тематикой.

2. Пропаганда передового опыта по внедрению инновационных технологий в ОУ и их значимости для ОУ, значимости и актуальности внедрения Программы.

Цель: сформировать положительную установку на предмет внедрения Программы у педагогического коллектива ОУ.

Методы: беседы, обсуждение, семинары.

Формы: беседы, семинары, изучение передового опыта внедрения инновационных технологий в ОУ.

3. Пропаганда передового опыта по внедрению инновационных технологий вне ОУ и их значимости для системы образования, значимости и актуальности внедрения Программы.

Цель: сформировать уверенность по внедрению инновационной технологии в ОУ.

Методы: постановка проблемы, обсуждение, тренинг, консультации с научным руководителем диссертационного исследования.

Формы: беседы, консультации, самоанализ.

Третий этап «Изучение предмета внедрения «Программа формирования СЖО старшекласников».

1. Изучение материалов и документов о предмете внедрения инновационной Программы и документации ОУ.

Цель: изучить необходимые материалы и документы о предмете внедрения (формирование СЖО старшекласников).

Методы: фронтально.

Формы: семинары, работа с литературой и информационными источниками.

2. Освоение системного подхода в работе над темой изучения предмета внедрения, его задач, принципов, содержания, форм и методов.

Цель: изучить сущность предмета внедрения инновационной программы в ОУ.

Методы: фронтально и в ходе самообразования.

Формы: семинары, тренинги (развития, готовности к инновационной деятельности).

3. Освоение системного подхода в работе над темой.

Цель: изучить методику внедрения темы Программы.

Методы: фронтально и в ходе самообразования.

Формы: семинары, тренинги (целеполагания, внедрения).

Четвертый этап «Опережающее (пробное) освоение предмета внедрения «Программы формирования СЖО старшеклассников».

1. Определение состава инициативной группы.

Цель: создать инициативную группу для внедрения программы.

Методы: наблюдение, анализ, консультирование, собеседование, обсуждение.

Формы: работа психологической службы ОУ, тематические мероприятия, уроки.

2. Изучение теории предмета внедрения, теории систем и системного подхода, методики внедрения.

Цель: закрепить и углубить знания и умения, полученные на предыдущем этапе.

Методы: самообразование, научно-исследовательская работа, обсуждение.

Формы: беседы, консультации, работа психологической службы ОУ.

3. Анализ создания условий для опережающего внедрения инновационной Программы.

Цель: обеспечить инициативной группе условия для успешного освоения методики внедрения Программы формирования СЖО старшеклассников.



Методы: анализ создания условий для опережающего внедрения инновационной Программы.

Формы: изучение состояния дел в ОУ по теме внедрения Программы, обсуждения, экспертная оценка, самооценка

4. Работа инициативной группы по новой методике.

Цель: проверить методику внедрения Программы.

Методы: изучение состояния дел в ОУ, внесение изменений и дополнений в программу.

Формы: изучение состояния дел в ОУ, внесение изменений и дополнений в программу.

Пятый этап «Фронтальное освоение предмета внедрения «Программы формирования СЖО старшеклассников».

1. Анализ работы инициативной группы по внедрению Программы.

Цель: активизировать педагогический коллектив ОУ на внедрение инновационной Программы.

Методы: сообщение о результатах работы по инновационной технологии, тренинги (внедрения, готовности к инновационной деятельности), работа психологической службы ОУ.

Формы: педсовет, работа психологической службы ОУ.

2. Обновление знаний о предмете внедрения Программы, теории систем и системного подхода, методики внедрения

Цель: развить знания и умения, сформированные на предыдущем этапе.

Методы: обмен опытом внедрения инновационных программ, самообразование, тренинги (готовности к инновационной деятельности, саморегуляции), работа психологической службы ОУ.

Формы: наставничество, консультации, работа психологической службы ОУ, семинар.

3. Анализ состояния условий для фронтального внедрения программы в ОУ.

Цель: обеспечить условия для фронтального внедрения Программы.

Методы: изучение состояния дел в ОУ по теме внедрения Программы, обсуждения, работа психологической службы ОУ.

Формы: работа психологической службы ОУ, производственное собрание, анализ документов ОУ.

#### 4. Фронтальное освоение Программы.

Цель: освоить всем педагогическим коллективом предмет внедрения.

Методы: наставничество, обмен опытом, анализ и корректировка технологии внедрения Программы.

Формы: работа психологической службы ОУ, педсовет, консультации, работа метод. Объединений.

Шестой этап «Совершенствование работы над темой формирования СЖО старшеклассников».

##### 1. Совершенствование знаний и умений по системному подходу.

Цель: совершенствовать знания и умения, сформированные на предыдущем этапе.

Методы: наставничество, обмен опытом, корректировка методики.

Формы: конференция, конгресс по теме внедрения, анализ материалов, работа психологической службы ОУ.

2. Анализ зависимости конечного результата по 1-му полугодю от создания условий для внедрения Программы.

Цель: Обеспечить условия совершенствования методики работы по внедрению Программы.

Методы: анализ состояния дел в ОУ по теме внедрения Программы, доклад.

Формы: совещание, анализ документации ОУ, работа психологической службы ОУ.

3. Формирование единого методического обеспечения освоения внедрения Программы.

Цель: совершенствовать методику освоения внедрения Программы.

Методы: анализ состояния дел в ОУ по теме внедрения Программы, методическая работа.

Формы: работа психологической службы ОУ, методическая работа.

Седьмой этап «Распространение передового опыта освоения внедрения «Программы формирования СЖО старшеклассников».

1. Изучение и обобщение опыта работы по инновационной технологии.

Цель: изучить и обобщить опыт внедрения инновационной технологии.

Методы: наблюдение, изучение документов ОУ, посещение уроков.

Формы: работа психологической службы ОУ, стенды, буклеты, внеурочные формы работы.

2. Обучение психологов и педагогов других ОУ работе по внедрению Программы.

Цель: осуществить наставничество над другими ОУ, приступающими к внедрению Программы.

Методы: наставничество, обмен опытом, консультации, семинары.

Формы: выступление на семинарах, работа психологической службы ОУ.

3. Пропаганда внедрения Программы в районе/городе.

Цель: осуществить пропаганду передового опыта по внедрению Программы в ОУ.

Методы: выступления на семинарах, конференциях.

Формы: участие в конференциях, конгрессах, написание статей и научной работы по внедрению Программы.

4. Обсуждение динамики работы над темой, научная работа по теме внедрения Программы.

Цель: сохранить и углубить традиции работы над темой, сложившееся на предыдущих этапах.

Методы: наблюдение, анализ, работа психологической службы ОУ, научная деятельность.

Формы: семинары, написание научной работы, статей по теме внедрения Программы.

### Выводы по 3 главе

Программа направлена на формирование смысложизненных ориентаций старшеклассников. В основе работы со старшеклассниками лежит групповое занятие. Формирование смысложизненных ориентаций осуществляется через игры и упражнения, которые направлены на формирование системы знаний о смысле жизни, смысложизненных ориентациях, ценностях, интереса к учению, личностному и профессиональному самоопределению, умений формулировать свои цели, расставлять приоритеты, ответственности за свое личностное становление и выбор профессионального пути.

Для оценки эффективности реализации программы формирования смысложизненных ориентаций старшеклассников проведено повторное диагностическое исследование. Полученные данные опытно-экспериментального исследования подтвердили выдвинутую нами гипотезу о том, что смысложизненные ориентации у старшеклассников изменятся. В результате реализации программы произошли количественные и качественные изменения уровня сформированности смысложизненных ориентаций старшеклассников.

Для педагогов образовательного учреждения, а также для родителей и старшеклассников разработаны психолого-педагогические рекомендации, которые могут быть использованы в процессе работы по формированию смысложизненных ориентаций.

Результаты исследования были внедрены в практику работы образовательного учреждения, процесс внедрения включал такие этапы, как целеполагание внедрения программы формирования СЖО старшеклассников, формирование положительной психологической установки на внедрение программы, изучение предмета внедрения, пробное и фронтальное освоение предмета внедрения, совершенствование

работы над темой исследования, распространение передового опыта освоения темы.

## **ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

Смысложизненные ориентации – это направленность личности на реализацию жизненных ценностей и смысла жизни, которая формирует цели и деятельность личности, а также посредством этого оказывает влияние на взаимоотношения личности и окружающему ее миру, особенности поведения личности.

Исследование ценностных и смысложизненных ориентаций важное значение приобретает в юношеском возрасте, поскольку именно в этот период формируется система ценностей и смыслов, определяющая в дальнейшем направленность личности, ее жизненный путь. Особенности смысложизненных ориентаций старшеклассников заключаются в том, что они формируются в условиях личностного и профессионального самоопределение. В старшем школьном возрасте смысл жизни которое развивается на основе становления главного мотива (жизненной цели), выявления и формулирования главной задачи, связанной с получением профессии.

Работа по формированию смысложизненных ориентаций старшеклассников должна строиться поэтапно, на основе определенных принципов, в форме групповых занятий, посредством различных методов. В контексте разработанной модели определены целевой, теоретический, диагностический, формирующий, аналитический и результативный блоки, отражающие основные направления формирования смысложизненных ориентаций старшеклассников. Для изучения особенностей развития смысложизненных ориентаций старшеклассников было проведено опытно-экспериментальное исследование. Были определены этапы исследования, методы и методики, позволяющие определить уровень сформированности смысложизненных ориентаций старшеклассников.

Исследование проводилось в три этапа: поисково-подготовительный, опытно-экспериментальный и контрольно-обобщающий. Были использованы такие теоретические методы, как анализ психолого-педагогической литературы по выдвинутой проблеме, синтез, моделирование, целеполагание, а также эмпирические методы, такие как тестирование по методикам «Смысложизненные ориентации» Д.А. Леонтьева, «Опросник ценностных ориентаций» И.С. Сенина.

Анализ полученных результатов по методике «Опросник терминальных ценностей» показал, что большое число старшеклассников получили высокий балл по показателю «достижения», «высокое материальное положение», «активные социальные контакты». Материальное благосостояние оказывается для старшеклассников основанием для развития чувства собственной значимости и положительного отношения к себе. Немногие старшеклассники ставят удовлетворение своих духовных потребностей выше материальных.

Анализ полученных результатов по методике «СЖО» показал, что для большинства старшеклассников характерен низкий уровень сформированности смысложизненных ориентаций. У каждого второго испытуемого выявлен низкий уровень осмысленности жизни, что проявляется в неудовлетворенности своей жизнью, отсутствии четких целей, несформированности мотивации на саморазвитие, самореализацию, обучение, поиска интересных занятий в соответствии со своими потребностями.

Полученные данные обусловили необходимость проведения работы по повышению уровня смысложизненных ориентаций старшеклассников в рамках специально разработанной программы, направленной на формирование ценностей образования, творческого развития, смысла жизни, цели жизни и других составляющих смысложизненных ориентаций. Программа направлена на формирование смысложизненных ориентаций старшеклассников. В основе работы со старшеклассниками

лежит групповое занятие. Формирование смысложизненных ориентаций осуществляется через игры и упражнения, которые направлены на формирование системы знаний о смысле жизни, смысложизненных ориентациях, ценностях, интереса к учению, личностному и профессиональному самоопределению, умений формулировать свои цели, расставлять приоритеты, ответственности за свое личностное становление и выбор профессионального пути.

Для оценки эффективности реализации программы формирования смысложизненных ориентаций старшеклассников проведено повторное диагностическое исследование. Полученные данные опытно-экспериментального исследования подтвердили выдвинутую нами гипотезу о том, что смысложизненные ориентации у старшеклассников изменятся. В результате реализации программы произошли количественные и качественные изменения уровня сформированности смысложизненных ориентаций старшеклассников.

Для педагогов образовательного учреждения, а также для родителей и старшеклассников разработаны психолого-педагогические рекомендации, которые могут быть использованы в процессе работы по формированию смысложизненных ориентаций.

Результаты исследования были внедрены в практику работы образовательного учреждения, процесс внедрения включал такие этапы, как целеполагание внедрения программы формирования СЖО старшеклассников, формирование положительной психологической установки на внедрение программы, изучение предмета внедрения, пробное и фронтальное освоение предмета внедрения, совершенствование работы над темой исследования, распространение передового опыта освоения темы.



## СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Алексеева, В. Г. Ценностные ориентации как фактор жизнедеятельности и развития личности [Текст] / В. Г. Алексеева // Психологический журнал. – 1984. – Т. 5, № 5. – С. 63–70.
2. Апанасенко, О. Н. Формирование ценностных ориентаций старшеклассников [Текст] : монография / О. Н. Апанасенко. - Бийск : БПГУ им. В. М. Шукшина, 2006. – 155 с.
3. Бабинцев, В. П. Динамика ценностей и жизненных целей российской молодежи [Текст] / В. П. Бабинцев, Г. Ф. Ушамирская, А. Э. Ушамирский // Научные ведомости Белгородского государственного университета. Серия : Философия. Социология. Право. – 2015. – Т. 33, № 14 (211). – С. 34–40.
4. Бадашкеев, М. В. Личностное самоопределение в зарубежной теории и практике [Текст] / М. В. Бадашкеев // Актуальные направления научных исследований : от теории к практике. – 2016. – № 3 (9). – С. 25–26.
5. Бадашкеев, М. В. Особенности личностного самоопределения в отечественной теории и практике [Текст] / М. В. Бадашкеев // Образовательная среда сегодня: стратегии развития. – 2016. – № 3 (7). – С. 8–10.
6. Бадашкеев, М. В. Психологические аспекты личностно-профессионального самоопределения учащихся в условиях сельской школы [Текст] / М. В. Бадашкеев // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. – 2016. – № 2. – С. 78–87.
7. Бобер, Е. А. Специфика профессиональных личностных особенностей студентов медицинского колледжа как фактор качества подготовки специалиста [Текст] / Е. А. Бобер // Молодой ученый. – 2013. – № 3. – С. 460–463.
8. Бонкало, С. В. Личностное самоопределение старшеклассника как необходимое условие развития его социальной компетентности [Текст]

/ С. В. Бонкало // Вестник университета (государственный университет управления). – 2011. – № 21. – С. 17–19.

9. Брыжинская, Г. В. Девиантное поведение подростков и молодежи [Текст] / Г. В. Брыжинская, И. А. Мясникова // Новая наука : Современное состояние и пути развития. – 2016. – № 6-3 (86). – С. 101–103.

10. Булыко, А. Н. Современный словарь иностранных слов [Текст] / А. Н. Булыко. – Москва : Мартин, 2015. – 848 с.

11. Василенко, Т. Д. Жизненный путь личности : время и смысл человеческого бытия [Текст] / Т. Д. Василенко. – Курск : Изд-во Курского гос. мед. ун-та, 2011. – 575 с.

12. Вдовина, С. А. Психолого-педагогическое содействие в профессионально-личностном самоопределении старшеклассников [Текст] / С. А. Вдовина, Е. А. Вдовина // Концепт. – 2013. – № 4. – С. 2–7.

13. Веденкина, В. А. Психологическое сопровождение развития ценностных ориентаций подростков в условиях музейной среды [Текст] : монография / В. А. Веденкина. – Нижний Новгород : Кириллица, 2013. – 167 с.

14. Волкова, Н. Н. Ценностные ориентации молодежи в полиэтнической среде [Текст] : монография / Н. Н. Волкова. – Москва : Восход-А, 2011. – 150 с.

15. Выготский, Л. С. Психология [Текст] / Л. С. Выготский. – Москва : ЭКСМО-Пресс, 2015. – 1008 с.

16. Гендин, А. М. Образовательные ценности старшеклассников и социокультурный контекст их формирования и реализации [Текст] : монография / А. М. Гендин, Н. И. Дроздов, Е. В. Валяева. – Красноярск : Красноярский гос. пед. ун-т им. В. П. Астафьева, 2012. – 283 с.

17. Гинзбург, М. Р. Личностное самоопределение как психологическая проблема [Текст] / М. Р. Гинзбург // Вопросы психологии. – 1988. – № 2. – С. 19–26.

18. Гинзбург, М. Р. Психологическое содержание личностного самоопределения [Текст] / М. Р. Гинзбург // Вопросы психологии. – 1994. – № 3. – С. 43–52.
19. Головаха, Е. И. Жизненная перспектива и профессиональное самоопределение молодежи [Текст] / Е. И. Головаха. – Киев, 1998. – 326 с.
20. Гутник, И. Ю. Педагогическая диагностика как условие сопровождения самоопределения школьника [Текст] / И. Ю. Гутник // Научное мнение. – 2015. – № 6-2. – С. 43–49.
21. Долгова, В. И. Инновационные психолого-педагогические технологии в работе со старшеклассниками [Текст] : монография / В. И. Долгова, Е. В. Барышникова, Е. В. Попова. – Москва : Перо, 2015. – 208 с.
22. Долгова, В. И. Смыслжизненные ориентации : формирование и развитие [Текст] / В. И. Долгова, Н. И. Аркаева. – Челябинск : Искра-Профи, 2012. – 229 с.
23. Климов, Е. А. Психология профессионального самоопределения [Текст] / Е. А. Климов. – Москва : Академия, 2004. – 304 с.
24. Кон, И. С. Психология ранней юности : книга для учителя [Текст] / И. С. Кон. – Москва : Просвещение, 1989. – 255 с.
25. Кубарев, В. С. Психология субъективности : опыт неклассического осмысления человека. Психотехническая теория смысла жизни [Текст] : монография / В. С. Кубарев. – Омск : Изд-во ОмГТУ, 2010. – 235 с.
26. Леонтьев, Д. А. Методика изучения ценностных ориентаций [Текст] / Д. А. Леонтьев. – Москва : Смысл, 1992. – 17 с.
27. Леонтьев, Д. А. Психология смысла : природа, строение и динамика смысловой реальности [Текст] : учеб. пособие / Д. А. Леонтьев. – Москва : Смысл, 2003. – 486 с.

28. Лоскутова, А. В. Профессиональное и личностное самоопределение личности [Текст] / А. В. Лоскутова // Сборники конференций НИЦ Социосфера. – 2011. – № 22. – С. 22–24.

29. Лотова, И. П. Психология смысла жизни [Текст] / И. П. Лотова. – Москва, 2011. – 454 с.

30. Лучинина, А. О. Личностно-профессиональное самоопределение учащихся в профильном обучении : теоретические подходы [Текст] / А. О. Лучинина // Профильная школа. – 2011. – №1. – С. 32–35.

31. Матевосян, Н. М. Ценностные ориентации как предмет психологического исследования [Текст] : учеб.-методическое пособие / Н. М. Матевосян. – Москва : СГИ, 2006. – 14 с.

32. Мельник, Е. В. Проблема формирования смысложизненных ориентаций у офисных работников [Текст] : монография / Е. В. Мельник, С. А. Самаркина. – Челябинск : Цицеро, 2017. – 143 с.

33. Милешина, Л. В. Чтение современной литературы как условие развития ценностных ориентаций старшеклассников [Текст] / Л. В. Милешина, Н. В. Седова // Чтение как способ решения актуальных педагогических задач / Э. В. Балакирева и др. ; науч. ред. Т. Г. Галактионова, И. Ю. Гутник. – Санкт-Петербург : Свое изд-во, 2014. – С. 21–23.

34. Молчан, Э. М. Диалогический аспект в формировании духовно-нравственных ценностей старшеклассников : [монография] / Э. М. Молчан. – Брянск : Ладомир, 2009. – 182 с.

35. Морозова, Н. Н. Особенности личностного и профессионального самоопределения в юношеском возрасте [Текст] / Н. Н. Морозова, Е. Г. Пешехнова // Актуальные проблемы и перспективы развития современной психологии. – 2014. – № 1. – С. 121–126.

36. Моторная, С. Е. Проблема осуществления жизненной цели и формирование ценностной шкалы современной молодежи в процессе образования [Текст] / С. Е. Моторная // Международный журнал

прикладных и фундаментальных исследований. – 2015. – № 1-1. – С. 141–145.

37. Обидина, Т. В. О самореализации и личностном самоопределении юношества в интернете [Текст] / Т. В. Обидина // Информация и образование : границы коммуникаций. – 2015. – № 7 (15). – С. 207–208.

38. Овчарова, Р. В. Практическая психология образования [Текст] / Р. В. Овчарова. – Москва : Академия, 2005. – 448 с.

39. Осипов, Ф. М. Психологические аспекты развития смысложизненных ориентаций у будущих психологов в высшей школе [Текст] : монография / Ф. М. Осипов, Е. А. Сорокоумова. – Нижний Новгород : НИУ РАНХиГС, 2013. – 151 с.

40. Осипова, Л. Б. Ценностные ориентации школьников старшего подросткового возраста [Текст] / Л. Б. Осипова. – Тюмень : ТюмГНГУ, 2011. – 175 с.

41. Пахарь, А. М. Цель жизненного пути личности в свете теории самоактуализации [Текст] / А.М. Пахарь // Приоритетные научные направления : от теории к практике. – 2013. – № 6. – С. 43–46.

42. Повзун, В. Д. Ориентация старшеклассников на ценности гражданского общества [Текст] : монография / В. Д. Повзун, О. Ю. Иванова. – Екатеринбург : Гриф, 2011. – 194 с.

43. Попов, Б. Н. Человек: счастье и смысл жизни [Текст] : учеб. пособие / Б. Н. Попов. – Якутск : Изд-во ЯГУ, 2008. – 208 с.

44. Пронская, М. Г. Личностное самоопределение обучающихся в контексте Федеральных государственных образовательных стандартов второго поколения [Текст] / М. Г. Пронская // Право и образование. – 2016. – № 4. – С. 170–175.

45. Пронская, М. Г. Формирование готовности к личностному самоопределению в современной школе [Текст] / М. Г. Пронская // Проблемы и перспективы образования XXI века. – 2015. – № 6. – С. 25–28.

46. Пряжников, Н. С. Методы активизации профессионального и личностного самоопределения [Текст] : учеб. пособие / Н. С. Пряжников. – Москва : Центр, 2002. – 234 с.
47. Пряжникова, Е. Ю. Профорентация [Текст] / Е. Ю. Пряжникова, Н. С. Пряжников. – Москва : Академия, 2005. – 496 с.
48. Психология подростка [Текст] / под ред. А. А. Реана. – Санкт-Петербург : Прайм-еврознак, 2016. – 480 с.
49. Психология подросткового возраста и жизненного самоопределения [Текст] : учеб.-метод. пособие / сост. В. В. Коренева. – Красноярск : Сиб. федер. ун-т, 2014. – 93 с.
50. Психолого-педагогические и философские аспекты проблемы смысла жизни [Текст] / ред. : В. Э. Чудновский, А. А. Бодалев, Н. Л. Карпова. – Москва : Российское психологическое общество, 1997. – 231 с.
51. Птушкина, Е. С. Формирование ценностных ориентаций старшеклассников в условиях профильного лагеря [Текст] : монография / Е. С. Птушкина, Н. П. Сенченков. – Смоленск : Изд-во СмолГУ, 2009. – 182 с.
52. Пьяных, Е. П. Жизненные цели современной студенческой молодежи [Текст] / Е. П. Пьяных, М. Г. Тарасян, И. В. Неуймина // Бюллетень научных работ Брянского филиала МИИТ. – 2013. – № 2 (4). – С. 105–109.
53. Ростовцева, М. В. Философский смысл понятия «социальная адаптация» [Текст] / М. В. Ростовцева, А. А. Машанов // Вестник КрасГАУ. – 2012. – №6. – С. 288–293.
54. Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии [Текст] / С. Л. Рубинштейн. – Санкт-Петербург : Питер-пресс, 2009. – 720 с.
55. Селиванова, З. К. Динамика и взаимосвязь ценностных ориентаций и жизненных целей городских подростков [Текст] / З. К. Селиванова // Социологические исследования. – 2013. – № 8. – С. 80–86.

56. Смысл жизни человека : ценности и смысложизненные ориентации [Текст] / У. С. Вильданов ; науч. ред. : А. В. Лукьянов. – Уфа : БГУ, 2007. – 203 с.

57. Стебляк, Е. А. Проблемы смысла в психологии [Текст] : учеб. пособие / Е. А. Стебляк. – Омск : Изд-во НОУ ВПО «ОГИ», 2008. – 167 с.

58. Ульянова, И. В. Педагогика смысложизненных ориентаций [Текст] : учеб. пособие / И. В. Ульянова. – Владимир : Владимирский гос. гуманитарный ун-т, 2010. – 244 с.

59. Ульянова, И. В. Современная педагогика: воспитательная система формирования гуманистических смысложизненных ориентаций школьников [Текст] : монография / И. В. Ульянова. – Москва : РосНОУ, 2015. – 416 с.

60. Фельдштейн, Д. И. Возрастная и педагогическая психология. Избранные психологические труды [Текст] / Д. И. Фельдштейн. – Москва : Издательство Московского психолого-социального института ; Воронеж : Издательство НПО «МОДЭК», 2014. – 432 с.

61. Философский словарь [Текст] / под ред. И. Т. Фролова. – Москва : Республика, 2001. – 719 с.

62. Франкл, В. Человек в поисках смысла [Текст] / В. Франкл. – Москва : Прогресс, 1996. – 368 с.

63. Фурманов, И. А. Психологические основы диагностики и коррекции нарушений поведения у детей подросткового и юношеского возраста [Текст] / И. А. Фурманов. – Москва : Академия, 2011. – 198 с.

64. Худик, В. А. Психолого-педагогические аспекты профессионального самоопределения старшеклассников : роль семьи и школы [Текст] / В. А. Худик, Е. В. Малышева. – Санкт-Петербург : Изд-во СПбАППО, 2003. – 143 с.

65. Ценностные ориентации молодежи [Текст] : итоги социологического исследования / под ред. Е. П. Савруцкой. – Москва : Директ-Медиа, 2014. – 306 с.

66. Чельшева, Ю. В. Основы асоциального поведения несовершеннолетних [Текст] : учебно-метод. пособие / Ю. В. Чельшева, М. В. Зотова. – Москва : Перо, 2015. – 93 с.

67. Чудновский, В. Э. Смысл жизни: некоторые итоги и перспективы исследования [Текст] / В. Э. Чудновский // Психологический журнал. – 2015. – Т. 36, № 1. – С. 5–19.

68. Шайдурова, О. В. Профессионально-личностное самоопределение молодежи [Текст] / О. В. Шайдурова, Н. А. Гончаревич // Вестник Красноярского государственного аграрного университета. – 2013. – № 6. – С. 283–286.

69. Шульгина, Т. А. Социально-психологические условия личностного самоопределения старшеклассника [Текст] : дис. ... канд. психол. наук / Т. А. Шульгина. – Курск, 2007. – 189 с.

70. Щербакова, Е. Л. Жизненная перспектива и личностное самоопределение как компоненты профориентирования [Текст] / Е. Л. Щербакова // Вестник ЧГПУ. – 2010. – № 6. – С. 216–224.



## ПРИЛОЖЕНИЕ 1

### Методики исследования смысложизненных ориентаций старшекласников

Опросник терминальных ценностей И.Г. Сенина

Инструкция: Вам предлагается опросник, в котором описаны различные желания и стремления человека. Просим Вас оценить каждое из утверждений опросника по 5-бальной шкале следующим образом: 1 – если лично для Вас то, что написано в утверждении, не имеет никакого значения; 2 – если для Вас это имеет небольшое значение; 3 – если для Вас это имеет определенное значение; 4 – если для Вас это важно; 5 – если для Вас это очень важно. Просим Вас помнить о том, что здесь не может быть правильных или неправильных ответов и самым правильным, наверное, будет самый правдивый ответ, поэтому мы надеемся на Вашу искренность».

Содержание опросника:

1. В работе быстро достигать намеченных целей.
2. Создавать что-то новое в изучаемой Вами области знаний.
3. Находить внутреннее удовлетворение в активной общественной жизни.
4. Иметь интересную работу, полностью поглощающую Вас.
5. Учиться, чтобы не отстать от людей Вашего круга в образовании.
6. Вести такой образ семейной жизни, который цениться обществом.
7. Чтобы люди Вашего круга в свободное время увлекались тем же, чем Вы.
8. Получать материальное вознаграждение за общественную деятельность.
9. Чтобы облик Вашего жилища постоянно изменялся.
10. Получить высшее образование или поступить в аспирантуру; или получить ученую степень.

11. Чтобы Ваша семья обладала очень высоким уровнем материального благосостояния.
12. Избегать конформизма в своих общественно-политических взглядах.
13. В своем увлечении быстро достигать намеченных целей.
14. Учиться, чтобы «не затеряться в толпе».
15. Иметь приятельские отношения с коллегами по работе.
16. Состоять членом какого-либо клуба по интересам.
17. Развивать свои организаторские способности, занимаясь общественной деятельностью.
18. Вместе с семьей посещать театры, художественные выставки, концерты.
19. Чтобы Ваше увлечение подчеркивало Вашу индивидуальность.
20. Чтобы уровень образования помог бы Вам укрепить свое материальное положение.
21. Как оценивают Вашу работу другие люди.
22. Общаться с разными людьми, активно участвуя в общественной деятельности.
23. Учиться, чтобы «не зарывать свой талант в землю».
24. Чтобы Ваши дети опережали в своем развитии сверстников.
25. В свободное время создавать нечто новое, ранее не существовавшее.
26. Чтобы Ваша профессия подчеркивала Вашу индивидуальность.
27. Чтобы не отстать от времени, интересоваться общественно-политической жизнью.
28. Чтобы уровень Вашей образованности позволял Вам чувствовать себя уверенно в общении с самыми разными людьми.
29. Сохранять полную свободу и независимость от членов Вашей семьи.

30. Чтобы Ваше увлечение помогало Вам укрепить свое материальное положение.

31. Быть рационализатором, новатором.

32. Добиваться конкретных целей, занимаясь общественной деятельностью.

33. Учиться, чтобы узнавать что-то новое в изучаемой области знаний.

34. Быть лидером в Вашей семье.

35. Знать свои способности в сфере Вашего хобби.

36. Чтобы на работе можно было бы приобретать различные дефицитные товары.

37. Применять свои собственные методы в общественной деятельности.

38. Чтобы семейная жизнь исправила некоторые недостатки Вашей натуры.

39. Полностью сосредоточиться на своем занятии, проводя свободное время за хобби.

40. Быть полезным для общества.

41. Постоянно повышать свою профессиональную квалификацию.

42. Чтобы лидером в Вашей семье был какой-либо другой ее член, кроме Вас.

43. Получать удовольствие не от результатов Вашей работы, а от ее процесса.

44. Знать, какого уровня образования можно достичь с Вашими способностями.

45. Занимать такое место в обществе, которое укрепило бы Ваше материальное положение.

46. Тщательно планировать свою семейную жизнь.

47. Чтобы во время работы сослуживцы постоянно были рядом.

48. Чтобы жизнь нашего общества постоянно изменялась.

49. Иметь супругу (супруга) из семьи высокого социального положения.

50. Чтобы уровень Вашего образования помог бы Вам занять желаемую должность.

51. Иметь собственные политические убеждения.

52. Перед началом работы четко ее планировать.

53. Постоянно интересоваться новыми методами обучения и воспитания детей в семье.

54. Увлекаясь чем-то в свободное время, общаться с людьми, увлекающимися тем же.

55. Повышать уровень своего образования, чтобы внести вклад в изучаемую дисциплину.

56. Занимаясь общественной деятельностью, учиться убеждать людей в своей точке зрения.

57. Чтобы Ваша работа была не хуже, чем у других.

58. Чтобы Ваш супруг (супруга) получал(а) высокую зарплату.

59. Чтобы Ваше образование давало возможность для получения дополнительных материальных благ (гонорары, приобретение на льготных условиях дефицитных товаров, путевок и т.п.).

60. Участвуя в общественной жизни, взаимодействовать с опытными людьми.

61. Чтобы Ваша работа не противоречила Вашим жизненным принципам.

62. В супружестве быть всегда абсолютно верным.

63. В своем увлечении создавать необходимые в жизни вещи (одежду, мебель и т.п.).

64. Повышать уровень своего образования, чтобы быть в кругу умных и интересных людей.

65. Чтобы Ваши общественно-политические взгляды совпадали с мнением Ваших авторитетов.

66. Иметь высокооплачиваемую работу.
67. В семейной жизни опираться лишь на собственные взгляды, даже если они противоречат общественному мнению.
68. Достигать поставленной цели в своей общественной деятельности.
69. Приспособиться к характеру Вашего супруга (супруги), чтобы избежать семейных конфликтов.
70. Тратить время на изучение новых веяний в Вашей профессиональной сфере.
71. Чтобы увлечение занимало большую часть Вашего свободного времени.
72. Вносить различные усовершенствования в сферу Вашего хобби.
73. Чтобы уровень Вашего образования соответствовал уровня образования человека, мнение которого Вы цените.
74. Завоевать уважение людей благодаря своему увлечению.
75. Выбрать редкую, уникальную специальность для обучения, чтобы лучше проявить свою индивидуальность.
76. Занимаясь на досуге любимым делом, детально продумывать свои действия.
77. Чтобы Ваши взгляды на жизнь проявлялись в Вашем увлечении.
78. Учиться, получая при этом удовольствие.
79. Чтобы приемы Вашей работы изменялись.
80. Чтобы круг Ваших увлечений постоянно расширялся.

#### Методика СЖО Д.А. Леонтьева

Инструкция: «Вам предложены пары противоположных утверждений. Ваша задача выбрать одно из утверждений, которое, по Вашему мнению, больше соответствует действительности, и отметить одну из цифр 1, 2, 3 в зависимости от того, насколько Вы уверены в

выборе (или 0, если оба утверждения на Ваш взгляд одинаково верны)».

Таблица 1.1 – Бланк к методике СЖО

		3	2	1	0	1	2	3	
1.	Обычно мне очень скучно.								Обычно я полон энергии.
2.	Жизнь кажется мне всегда волнующей и захватывающей.								Жизнь кажется мне совершенно спокойной и рутинной.
3.	В жизни я не имею определенных целей и намерений.								В жизни я имею очень ясные цели и намерения.
4.	Моя жизнь представляется мне крайне бессмысленной и бесцельной.								Моя жизнь представляется мне вполне осмысленной.
5.	Каждый день кажется мне всегда новым и непохожим на другие.								Каждый день кажется мне совершенно похожим на все другие.
6.	Когда я уйду на пенсию, я займусь интересными вещами, которыми всегда мечтал заняться.								Когда я уйду на пенсию, я постараюсь не обременять себя никакими заботами.
7.	Моя жизнь сложилась именно так, как я мечтал.								Моя жизнь сложилась совсем не так, как я мечтал.
8.	Я не добился успехов в осуществлении жизненных планов.								Я осуществил многое из того, что было мною запланировано в жизни.
9.	Моя жизнь пуста и неинтересна.								Моя жизнь наполнена интересными делами.
10.	Если бы мне пришлось подводить сегодня итог моей жизни, то я бы сказал, что она была вполне осмысленной.								Если бы мне пришлось сегодня подводить итог моей жизни, то я бы сказал, что она не имела смысла.
11.	Если бы я мог выбирать, то я бы построил свою жизнь совершенно иначе.								Если бы я мог выбирать, то я бы прожил жизнь еще раз так же, как живу сейчас.
12.	Когда я смотрю на окружающий меня мир, он часто приводит меня в растерянность и беспокойство.								Когда я смотрю на окружающий меня мир, он совсем не вызывает у меня беспокойства и растерянности.
13.	Я человек очень обязательный.								Я человек совсем не обязательный.
14.	Я полагаю, что человек имеет возможность осуществить свой жизненный выбор по своему желанию.								Я полагаю, что человек лишен возможности выбирать из-за влияния природных способностей и обстоятельств.
15.	Я определенно могу назвать себя целеустремленным человеком.								Я не могу назвать себя целеустремленным человеком.
16.	В жизни я еще не нашел своего призвания и ясных целей.								В жизни я нашел свое призвание и цели.
17.	Мои жизненные взгляды еще не определились.								Мои жизненные взгляды вполне определились.
18.	Я считаю, что мне удалось найти призвание и цель в жизни.								Я едва ли способен найти призвание и интересные цели в жизни.
19.	Моя жизнь в моих руках, и я сам управляю ею.								Моя жизнь не подвластна мне, и она управляется внешними событиями.
20.	Мои повседневные дела приносят мне удовольствие и удовлетворение.								Мои повседневные дела приносят мне сплошные неприятности.



## ПРИЛОЖЕНИЕ 2

### Результаты констатирующего эксперимента

Таблица 2.1 – Результаты исследования ценностных ориентаций старшеклассников по методике И.Г. Сенина (терминальные ценности)

Список испытуемых	Ценности							
	престиж	выс. матер. пол.	креат.	акт. соц. конт.	достижения	дух. удов.	развитие себя	сохр. инд.
<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>	<i>6</i>	<i>7</i>	<i>8</i>	<i>9</i>
1	в	в	в	с	в	в	с	в
2	с	в	с	в	с	в	в	в
3	с	в	с	с	с	в	с	с
4	с	с	с	с	н	с	с	с
5	с	с	с	с	с	с	с	с
6	с	в	в	в	с	в	н	н
7	н	с	н	с	н	с	н	с
8	н	с	с	н	н	с	с	с
9	н	н	н	с	с	с	н	н
10	с	в	с	в	н	с	н	н
11	с	в	с	в	в	в	в	с
12	н	с	с	н	н	с	н	н
13	в	в	с	с	н	в	с	в
14	с	с	н	н	н	в	н	н
15	в	в	н	н	н	н	н	с
16	н	в	с	в	с	в	н	н
17	с	с	н	с	н	с	н	н
18	с	с	н	с	н	н	н	с
19	н	в	с	н	н	н	н	н
20	с	в	н	в	с	в	с	с
21	с	в	н	с	н	с	н	н
22	н	с	н	с	н	н	н	н
23	н	н	н	н	н	с	н	н
24	в	в	н	в	н	с	н	н



Продолжение таблицы 2.1

<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>	<i>6</i>	<i>7</i>	<i>8</i>	<i>9</i>
25	н	с	н	с	н	в	н	н
26	с	в	н	с	н	в	н	н
27	с	в	н	в	с	в	н	с
28	н	в	н	в	с	в	с	с
29	н	в	н	с	н	в	с	с
30	с	в	н	в	с	в	с	с
Высокий, %	13	60	7	33	7	50	10	13
Средний, %	50	33	37	47	33	37	33	47
Низкий, %	37	7	56	20	60	13	57	40

Таблица 2.2 – Результаты исследования ценностных ориентаций старшеклассников по методике И.Г. Сенина (жизненные сферы)

Список испытуемых	Сферы				
	будущей проф.	обучения и образования	семейной жизни	общественной жизни	увлечений
<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>	<i>6</i>
1	в	в	с	в	в
2	в	в	в	в	в
3	с	в	с	с	в
4	в	с	с	с	в
5	в	в	в	с	с
6	с	с	н	н	с
7	с	с	с	с	с
8	в	с	н	с	в
9	с	с	с	в	в
10	в	в	в	н	н
11	с	н	н	н	в
12	с	н	н	с	в
13	с	с	в	с	с
14	с	с	н	с	с

Продолжение таблицы 2.2

<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>	<i>6</i>
15	с	с	с	в	в
16	в	с	в	в	в
17	в	в	с	с	н
18	с	в	с	с	с
19	в	с	н	н	с
20	в	с	н	с	в
21	в	с	с	в	в
22	с	н	н	н	н
23	н	н	н	с	н
24	с	н	н	н	с
25	в	в	с	с	в
26	с	н	н	н	с
27	н	н	н	н	в
28	с	н	н	с	с
29	с	н	с	с	н
30	н	н	н	с	н
Высокий, %	37	27	17	20	47
Средний, %	50	40	37	53	33
Низкий, %	13	33	46	27	20

Таблица 2.3 – Результаты исследования смысложизненных ориентаций старшеклассников по методике Д.А. Леонтьева

Список испытуемых	Субшкалы					Осмысленность жизни (ОЖ)
	цели в жизни	процесс жизни	результат жизни	локус контроля – Я	локус контроля – жизнь	
<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>	<i>6</i>	<i>7</i>
1	24	30	28	26	29	117
2	37	35	30	23	25	120
3	31	30	26	12	31	108
4	19	15	15	9	20	70

Продолжение таблицы 2.3

<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>	<i>6</i>	<i>7</i>
5	20	25	21	12	33	99
6	25	26	22	12	22	84
7	22	21	16	10	18	67
8	19	28	23	11	30	80
9	21	20	14	12	22	61
10	40	38	26	23	25	104
11	20	18	16	9	17	70
12	22	21	18	9	15	69
13	22	17	12	11	22	71
14	20	20	18	11	21	65
15	17	19	16	8	31	68
16	19	29	26	13	23	93
17	28	31	30	22	21	89
18	21	20	15	12	19	59
19	20	17	17	13	20	78
20	29	34	26	13	14	90
21	22	28	31	23	18	104
22	18	16	18	11	16	77
23	19	19	14	9	22	76
24	22	16	24	9	22	75
25	33	21	15	10	21	68
26	31	21	26	12	17	80
27	17	20	18	13	20	64
28	38	34	24	13	31	114
29	19	18	20	12	33	86
30	21	17	18	13	22	76
Высокий, %	10	7	13	4	0	7
Средний, %	23	33	37	13	13	40
Низкий, %	67	60	50	83	87	53

## ПРИЛОЖЕНИЕ 3

### Программа формирования смысложизненных ориентаций у старшекласников

#### Пояснительная записка

Смысложизненные ориентации – это направленность личности на реализацию жизненных ценностей и смысла жизни, которая формирует цели и деятельность личности, а также посредством этого оказывает влияние на взаимоотношения личности и окружающему ее миру, особенности поведения личности.

Актуальность формирования смысложизненных ориентаций старшекласников обусловлена тем, что старший школьный возраст – это период активного формирования жизненных целей, личностного и профессионального самоопределения.

Цель программы – формирование смысложизненных ориентаций старшекласников.

#### Задачи программы:

1. Способствовать формированию системы знаний о смысле жизни, смысложизненных ориентациях, ценностях.
2. Способствовать формированию интереса к учению, личностному и профессиональному самоопределению.
3. Способствовать формированию умений старшекласников формулировать свои цели, расставлять приоритеты.
4. Способствовать формированию ответственности за свое личностное становление и выбор профессионального пути.

#### Занятие 1.

Цель: создать атмосферу сотрудничества, взаимопонимания, психологической безопасности, раскрыть правила общения в группе.

1. Приветствие.
2. Разминка. «Здравствуй, а вот и я».

Цель: развитие навыков самопрезентации, налаживания позитивного настроения на предстоящее общение.

Задание: заявить о себе, показать свою индивидуальность, неповторимость, желание работать и общаться совместно с другими участниками тренинга.

Инструкция: во время налаживания контактов немаловажную роль играет взаимонаправленность, взаимовосприятие партнеров по общению, поэтому бывает очень важным момент подачи себя. Покажи себя и заяви о себе. Способы самопрезентации могут быть самые разные: реклама, объявление в газете, рассказ о себе, песня, афоризм. В общем, все, что поможет окружающим лучше представить вас.

Анализ:

Презентация кого из участников вам понравилось больше всего, почему?

Что нового об участнике тренинга вы узнали?

Почувствовали ли вы в процессе выступления, что человек настроен на доброжелательное, открытое общение?

3. Основная часть.

Упражнение «Нарисуй свое имя».

Цель: преодоление барьеров контакта.

Задание: изобразить свое тренинговое или настоящее имя, которым будут пользоваться участники на протяжении всех занятий.

Инструкция: выбор имени имеет для человека первостепенное значение, а для тренинговых занятий это важно потому, что имя дает возможность лучше понять человека.

Задание: нужно нарисовать свое имя, а затем написать его крупно на подготовленной заранее визитке.

Анализ: обсуждение вопроса: «Почему участник оставил себе свое имя или взял себе тренинговое имя.»

Упражнение «Правило нашей группы».

Цель: фиксация группы как основы работы в тренинге.

Инструкция: правила регламентируют формы общения в группе. Нам предстоит обсудить общепризнанные правила и выбрать какие-то для своей группы. Участникам дается право добавить новые. Все правила записываются на большом листе ватмана. Важно или принять, или отвергнуть, или найти компромисс. Каждый делает свой выбор. Участникам предлагается закончить предложения: «В этой группе нежелательно...», «В этой группе можно...», «Из этой группы может быть исключен тот, кто...».

Примерные правила:

Каждый из присутствующих находится здесь только потому что, что он уже здесь, и ни по какой другой причине.

Для каждого понятие истины определяется тем, что он собой представляет, что чувствует, как оценивает происходящее.

Наша первая цель – установить позитивные контакты друг с другом.

Мы должны быть честными, искренне выражать свое отношение к происходящему.

Мы должны прислушиваться к другим.

Необходимо, чтобы в принятии группового решения участвовали все.

Новые участники становятся членами нашей группы просто потому, что они садятся в общий круг и остаются.

Анализ упражнения:

В какой степени предложенные правила ясны участникам?

Какие из новых правил оказались полезными, а какие обременительными?

Стоит ли принимать дополнительные правила или следует ограничиться традиционными?

Упражнение «Качество, которое я ценю в людях».

Цель: создание условий для лучшего восприятия друг друга в процессе работы, развитие творческого воображения.

Задание: выделить качество, которое каждый из участников тренинга больше ценит в людях.

Инструкция: подумайте, какое качество вы больше всего цените в людях. Придумайте или вспомните рассказ, историю, притчу, сказку, которые бы содержали информацию об этом качестве. Желающие представляют свой рассказ, все остальные должны догадаться, о чем идет речь.

Анализ:

О каком качестве идет речь?

По каким признакам вы об этом поняли?

Упражнение «Пожелание друга».

Цель: осознание участником группы необходимости пребывания в данной тренинговой группе.

Задание: необходимо сосредоточить свое внимание на целях пребывания в тренинге.

Инструкция: закройте глаза... Пусть вам вспомнится тот, кто желает вам добра и искренне заинтересован в ваших успехах. Теперь представьте, что он говорит о том, чему вы научитесь на тренинге. Выберите из его пожеланий два, наиболее важные для вас.

4. Рефлексия.

5. Прощание.

## ПРИЛОЖЕНИЕ 4

### Результаты формирующего эксперимента

Таблица 4.1 – Результаты исследования ценностных ориентаций старшеклассников по методике И.Г. Сенина (терминальные ценности)

Список испытуемых	Ценности							
	престиж	выс. матер. пол.	креат.	акт. соц. конт.	достижения	дух. удов.	развитие себя	сохр. инд.
<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>	<i>6</i>	<i>7</i>	<i>8</i>	<i>9</i>
1	в	в	в	с	в	в	с	в
2	с	в	с	в	с	в	в	в
3	в	в	с	с	в	в	с	в
4	с	с	с	с	с	с	с	с
5	с	с	с	с	с	с	с	с
6	в	в	в	в	в	в	в	в
7	н	с	в	с	н	с	н	с
8	с	с	с	н	н	с	с	с
9	с	н	н	с	с	с	н	н
10	в	в	с	в	в	с	в	в
11	в	в	с	в	в	в	в	с
12	с	с	с	н	с	с	н	н
13	в	в	в	в	в	в	с	в
14	с	с	н	н	н	в	н	н
15	в	в	н	н	н	н	н	с
16	с	в	с	в	в	в	в	н
17	с	с	н	с	с	с	с	с
18	с	с	н	с	с	с	с	с
19	с	в	с	в	н	н	н	н
20	с	в	в	в	в	в	с	с
21	с	в	н	с	с	с	с	с
22	с	с	н	с	с	н	н	н
23	с	с	н	н	н	с	с	с
24	в	в	н	в	н	с	н	в



Продолжение таблицы 4.1

<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>	<i>6</i>	<i>7</i>	<i>8</i>	<i>9</i>
25	н	с	с	с	в	в	в	с
26	в	в	в	с	н	в	с	с
27	с	в	н	в	в	в	в	с
28	с	в	с	в	с	в	с	с
29	н	в	н	с	с	в	с	в
30	с	в	в	в	в	в	с	в
Высокий, %	30	60	23	40	33	50	20	33
Средний, %	60	37	40	43	37	40	50	50
Низкий, %	10	3	37	17	30	10	30	17

Таблица 4.2 – Результаты исследования ценностных ориентаций старшеклассников по методике И.Г. Сенина (жизненные сферы)

Список испытуемых	Сферы				
	будущей проф.	обучения и образования	семейной жизни	общественной жизни	увлечений
<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>	<i>6</i>
1	в	в	с	в	в
2	в	в	в	в	в
3	в	в	с	в	в
4	в	с	с	с	в
5	в	в	в	с	с
6	с	с	с	в	с
7	с	с	с	с	с
8	в	с	н	с	в
9	с	с	с	в	в
10	в	в	в	с	в
11	в	н	н	н	в
12	с	н	н	с	в
13	с	с	в	в	с
14	с	с	н	с	с

Продолжение таблицы 4.2

<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>	<i>6</i>
15	в	в	с	в	в
16	в	с	в	в	в
17	в	в	с	с	н
18	с	в	с	с	с
19	в	с	с	с	с
20	в	с	н	с	в
21	в	в	с	в	в
22	с	н	н	н	н
23	в	с	н	с	н
24	с	с	н	н	с
25	в	с	с	в	в
26	с	н	н	н	с
27	н	н	н	н	в
28	с	с	н	с	с
29	с	с	с	с	н
30	н	н	н	с	н
Высокий, %	53	33	17	30	50
Средний, %	40	50	43	50	33
Низкий, %	7	17	40	17	17

Таблица 4.3 – Результаты исследования смысложизненных ориентаций старшеклассников по методике Д.А. Леонтьева

Список испытуемых	Субшкалы					Осмысленность жизни (ОЖ)
	цели в жизни	процесс жизни	результат жизни	локус контроля – Я	локус контроля – жизнь	
<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>	<i>6</i>	<i>7</i>
1	26	30	30	26	35	119
2	37	35	30	24	26	122
3	38	35	29	14	36	115

Продолжение таблицы 4.3

<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>	<i>6</i>	<i>7</i>
4	20	15	19	10	23	79
5	24	28	22	12	34	100
6	27	26	29	14	25	110
7	22	21	16	10	19	68
8	20	30	25	11	36	89
9	21	20	14	12	22	62
10	40	39	30	25	25	119
11	20	18	16	9	20	77
12	22	21	19	15	17	98
13	24	17	15	12	22	74
14	20	22	18	11	27	69
15	18	19	16	9	35	72
16	19	29	26	17	23	99
17	39	31	30	24	22	120
18	21	20	16	12	19	64
19	20	23	17	20	21	88
20	31	38	30	13	15	91
21	23	28	31	28	18	121
22	18	16	22	12	16	89
23	20	19	14	10	28	77
24	22	16	26	11	22	76
25	40	24	15	10	21	67
26	42	25	26	16	26	90
27	19	20	18	13	21	67
28	39	40	30	24	35	131
29	19	19	24	12	40	98
30	25	20	24	17	26	106
Высокий, %	23	17	30	20	20	23
Средний, %	23	37	50	23	33	40
Низкий, %	54	46	20	47	47	37

Таблица 4.4 – Расчет критерия Т-Вилкоксона по тесту СЖО

N	«До»	«После»	Сдвиг	Абс. знач.	Ранг
1	117	119	2	2	8.5
2	120	122	2	2	8.5
3	108	115	7	7	16.5
4	70	79	9	9	18.5
5	99	100	1	1	4
6	84	110	26	26	27
7	67	68	1	1	4
8	80	89	9	9	18.5
9	61	62	1	1	4
10	104	119	15	15	24
11	70	77	7	7	16.5
12	69	98	29	29	28
13	71	74	3	3	10.5
14	65	69	4	4	12.5
15	68	72	4	4	12.5
16	93	99	6	6	15
17	89	120	31	31	30
18	59	64	5	5	14
19	78	88	10	10	20.5
20	90	91	1	1	4
21	104	121	17	17	25.5
22	77	89	12	12	22.5
23	76	77	1	1	4
24	75	76	1	1	4
25	68	<b>67</b>	-1	1	4
26	80	90	10	10	20.5
27	64	67	3	3	10.5
28	114	131	17	17	25.5
29	86	98	12	12	22.5
30	76	106	30	30	29
Сумма рангов нетипичных сдвигов:					<b>4</b>

Результат:  $T_{ЭМП} = 4$

## ПРИЛОЖЕНИЕ 5

### Технологическая карта внедрения результатов исследования в практику

Цель	Содержание	Методы	Формы	Кол-во	Время	Ответственные
1	2	3	4	5	6	7
1-й этап: «Целеполагание внедрения программы формирования СЖО старшеклассников»						
1.1. Изучить документацию по предмету внедрения	Изучение нормативной документации, ФЗ об образовании, документации ОУ	Обсуждение, анализ источников по теме	Анализ литературы, работа психологом в ОУ, обсуждение на пед. Совете ОУ, самообразование, обучение на факультете психологии ЮУрГПУ	1	С 2018г.	Психолог, администрация ОУ
1.2. Поставить цели внедрения формирования СЖО старшеклассников	Выдвижение и обоснование целей внедрения модели	Разработка «Дерева целей» исследования, разработка модели и программы	Работа психологической службы ОУ, консультация с научным руководителем и администрацией ОУ	1	Сентябрь	Психолог, администрация ОУ
1.3. Разработать этапы внедрения Программы формирования СЖО старшеклассников	Изучение и анализ содержания этапов внедрения Программы, ее задач, принципов, критериев и показателей эффективности	Анализ модели и программы внедрения, анализ готовности ОУ к внедрению модели	Работа психологической службы ОУ, совещание, анализ документации, работа по составлению Программы внедрения	1	Октябрь	Психолог, администрация ОУ
1.4. Разработать программно-целевой комплекс внедрения программы	Анализ уровня подготовленности и пед. коллектива к внедрению	Составление программы внедрения, анализ материалов готовности ОУ	Административное совещание, педагогический совет, анализ документов, работа по составлению Программы внедрения	1	октябрь	Психолог, педагоги, администрация ОУ

Продолжение таблицы 5.1

1	2	3	4	5	6	7
2-й этап: «Формирование положительной психологической установки на внедрение программы формирования СЖО старшеклассников»						
2.1. Выработать состояние готовности к освоению предмета внедрения у администрации ОУ и заинтересованных субъектов внедрения	Формирование готовности внедрить Программу в ОУ, психологический подбор и расстановка субъектов внедрения	Обоснование практической значимости внедрения, беседа	Индивидуальные беседы с заинтересованными субъектами внедрения Программы, работа психологической службы ОУ, участие в семинарах со смежной тематикой	1	Октябрь	Психолог, администрация ОУ
2.2. Сформировать положительную установку на предмет внедрения Программы у педагогического коллектива ОУ	Пропаганда передового опыта по актуальности внедрения Программы	Беседы, обсуждение, семинары	Беседы, семинары, изучение передового опыта внедрения инновационных технологий в ОУ	Не менее 5	Сентябрь - ноябрь	Психолог, администрация ОУ
2.3. Сформировать положительную реакцию на предмет внедрения Программы у заинтересованных субъектов вне ОУ	Пропаганда передового опыта по внедрению инновационных технологий вне ОУ	Методические выставки, семинары, консультации, научно-исследовательская работа, конференции и конгрессы	Участие в конгрессах, конференциях, семинарах по теме внедрения, статьи	Не менее 5	Сентябрь - ноябрь	Психолог, администрация ОУ
2.4. Сформировать уверенность по внедрению программы в ОУ	Анализ своего состояния по теме внедрения, психологический подбор и расстановка субъектов внедрения, исследование психологического паспорта субъектов внедрения	Постановка проблемы, обсуждение, тренинг, консультации с научным руководителем исследования	Беседы, консультации, самоанализ	1	Сентябрь - ноябрь	Психолог
3-й этап: «Изучение предмета внедрения программы формирования СЖО старшеклассников»						
3.1. Изучить необходимые материалы и документы о предмете внедрения	Изучение материалов и документов о предмете внедрения Программы и документации	Фронтально	Семинары, работа с литературой и информационными источниками	1	Декабрь	Психолог

Продолжение таблицы 5.1

1	2	3	4	5	6	7
3.2. Изучить сущность предмета внедрения инновационной программы в ОУ	Освоение системного подхода в работе над темой изучения предмета внедрения, его задач, принципов, содержания, форм и методов	Фронтально и в ходе самообразования	Семинары, тренинги (развития, готовности к инновационной деятельности)	1	2019 Январь	Психолог, администрация ОУ
3.3. Изучить методику внедрения темы Программы формирования СЖО старшеклассников	Освоение системного подхода в работе над темой	Фронтально и в ходе самообразования	Семинары, тренинги (целеполагания, внедрения)	1	Февраль	Психолог, администрация ОУ
4-й этап: «Опережающее (пробное) освоение предмета внедрения программы формирования СЖО старшеклассников»						
4.1. Создать инициативную группу для опережающего внедрения темы	Определение состава инициативной группы, организационная работа, исследование психологического портрета субъектов внедрения	Наблюдение, анализ, консультирование, собеседование, обсуждение	Работа психологической службы ОУ, тематические мероприятия, уроки	Не менее 6	Апрель	Психолог, администрация ОУ, научный руководитель
4.2. Закрепить и углубить знания и умения, полученные на предыдущем этапе	Изучение теории предмета внедрения, теории систем и системного подхода, методики внедрения	Самообразование, научно-исследовательская работа, обсуждение	Беседы, консультации, работа психологической службы ОУ	1	Апрель	Психолог, администрация ОУ
4.3. Обеспечить инициативной группе условия для успешного освоения методики внедрения Программы	Анализ создания условий для опережающего внедрения инновационной Программы	Изучение состояния дел в ОУ по теме внедрения Программы	Производственное собрание, анализ документации ОУ	1	Май	Психолог, администрация ОУ
4.4. Проверить методику внедрения Программы формирования СЖО	Работа инициативной группы по новой методике	Изучение состояния дел в ОУ, внесение изменений и дополнений в программу	Посещение уроков, работа психологической службы ОУ	Не менее 5	1-е полугодие	Психолог, администрация ОУ, инициативная группа

Продолжение таблицы 5.1

1	2	3	4	5	6	7
5-й этап: «Фронтальное освоение предмета внедрения программы формирования СЖО старшекласников»						
5.1. Активизировать педагогический коллектив ОУ на внедрение Программы коррекции	Анализ работы инициативной группы по внедрению Программы	Сообщение о результатах работы по программе	Пед. совет, работа психологической службы ОУ	1	сентябрь	Психолог, администрация ОУ, инициативная группа
5.2. Развить знания и умения, сформированные на предыдущем этапе	Обновление знаний о предмете внедрения Программы, теории систем и системного подхода, методики внедрения	Обмен опытом внедрения инновационных программ, самообразование, тренинги	Наставничество, консультации, работа психологической службы ОУ, семинар	1	Сентябрь-октябрь	Психолог, администрация ОУ, инициативная группа по внедрению Программы
5.3. Обеспечить условия для фронтального внедрения инновационной Программы формирования СЖО старшекласников	Анализ состояния условий для фронтального внедрения программы в ОУ	Изучение состояния дел в ОУ по теме внедрения Программы, обсуждения, работа психологической службы ОУ	Работа психологической службы ОУ, производственное собрание, анализ документов ОУ	1	ноябрь	Психолог, администрация ОУ
5.4. Освоить всем педагогическим коллективом предмет внедрения (Программа формирования СЖО старшекласников)	Фронтальное освоение Программы психолого-педагогической коррекции	Наставничество, обмен опытом, анализ и корректировка технологии внедрения Программы	Работа психологической службы ОУ, пед. совет, консультации, работа метод. объединений	1	декабрь	Психолог, администрация ОУ
6-й этап: «Совершенствование работы над темой формирования СЖО старшекласников»						
6.1. Совершенствовать знания и умения, сформированные на предыдущем этапе	Совершенствование знаний и умений по системному подходу	Наставничество, обмен опытом, корректировка методики	Конференция, конгресс по теме внедрения, анализ материалов, работа психологической службы ОУ	1	2020-Январь	Психолог, администрация ОУ



Продолжение таблицы 5.1

1	2	3	4	5	6	7
6.2. Обеспечить условия совершенствования методики работы по внедрению Программы	Анализ зависимости конечного результата по 1-му полугодю от создания условий для внедрения Программы	Анализ состояния дел в ОУ по теме внедрения Программы, доклад	Совещание, анализ документации ОУ, работа психологической службы ОУ	1	Январь	Психолог, администрация ОУ
6.3. Совершенствовать методику освоения внедрения Программы формирования СЖО старшеклассников	Формирование единого методического обеспечения освоения внедрения Программы	Анализ состояния дел в ОУ по теме внедрения Программы, методическая работа	Работа психологической службы ОУ, методическая работа	Не менее 3	Январь-февраль	Психолог, администрация ОУ
7-й этап: «Распространение передового опыта освоения внедрения «Программа формирования СЖО старшеклассников»						
7.1. Изучить и обобщить опыт внедрения инновационной технологии	Изучение и обобщение опыта работы ОУ по инновационной технологии	Наблюдение, изучение документов ОУ, посещение уроков	Работа психологической службы ОУ, стенды, буклеты,	Не менее 5	Февраль-март	Психолог, администрация ОУ
7.2. Осуществить наставничество над другими ОУ, приступающим и к внедрению Программы	Обучение психологов и педагогов других ОУ работе по внедрению Программы	Наставничество, обмен опытом, консультации, семинары	Выступление на семинарах, работа психологической службы ОУ		Март – апрель	Психолог, администрация ОУ
7.3. Осуществить пропаганду передового опыта по внедрению Программы в ОУ	Пропаганда внедрения Программы в районе/городе	Выступления на семинарах. Конференциях, конгрессах	Участие в конференциях, конгрессах, написание статей и научной работы по внедрению Программы	1 - 3	май	Психолог, администрация ОУ
7.4. Сохранить и углубить традиции работы над темой, сложившиеся на предыдущих этапах	Обсуждение динамики работы над темой, научная работа по теме внедрения Программы	Наблюдение, анализ, работа психологической службы ОУ	Семинары, написание научной работы, статей по теме внедрения Программы	Не менее 2	сентябрь	Психолог, администрация ОУ