



**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ 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**

**УПРАВЛЕНИЕ ПРОЦЕССОМ ФОРМИРОВАНИЯ СМЫСЛОЖИЗНЕННЫХ**  
**ОРИЕНТАЦИЙ СТУДЕНТОВ**  
**Выпускная квалификационная работа**  
**по направлению 44.04.02 Психолого-педагогическое образование**

**Направленность (профиль) программы магистратуры**  
**«Психология управления в образовании»**

Выполнила:  
Студентка группы ЗФ-310/129-2-2  
Беспугина Ирина Федоровна

Работа \_\_\_\_\_ к защите  
рекомендована/не рекомендована

« \_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2016 г.  
зав. кафедрой ТиПП  
\_\_\_\_\_ Кондратьева О.А.

Научный руководитель:  
д.псх.н., профессор, декан ф-та психологии  
Долгова Валентина Ивановна

**Челябинск**  
**2016**

## Содержание

Введение.....	3
Глава 1. Теоретические предпосылки управления процессом формирования смысложизненных ориентаций	
1.1. Понятие «смысложизненные ориентации» в психолого-педагогических исследованиях. Психологическая структура смысложизненных ориентаций..	7
1.2. Особенности формирования смысложизненных ориентаций .....	22
1.3. Модель управления процессом формирования смысложизненных ориентаций студентов факультета психологии.....	31
Глава 2. Исследование смысложизненных ориентаций студентов факультета психологии	
2.1. Этапы, организация, методы и методики исследования.....	43
2.2. Характеристика выборки и результаты констатирующего этапа.....	49
Глава 3. Опытное-экспериментальное исследование управления процессом формирования смысложизненных ориентаций студентов факультета психологии	
3.1. Программа управления процессом формирования смысложизненных ориентаций студентов факультета психологии .....	57
3.2. Анализ результатов процесса формирования смысложизненных ориентаций студентов факультета психологии .....	64
3.3. Рекомендации по управлению процессом формирования смысложизненных ориентаций студентов факультета психологии.....	69
Заключение.....	76
Библиографический список.....	79
Приложение.....	86

## Введение

Актуальность проблемы управления процессом формирования смысложизненных ориентаций у студентов факультета психологии обусловлена кардинальными преобразованиями в политической, экономической, духовной сферах нашего общества. Радикальные изменения в последние годы происходят в психологии, ценностных ориентациях и поступках людей всех возрастных групп.

Проблема управления процессом формирования смысложизненных 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.

Тематике управления процессом формирования смысложизненных ориентаций посвящено достаточное количество работ (Б.Г.Ананьев, Н.И. Аркаева, А.А.Бодалев, С.С.Бубновой, Г.А.Вайзера, Е.Е.Вахромова, В.И. Долгова, А.Г.Здравомыслова, Н.Л.Карповой, В.С.Мерлина, В.С.Мухиной, А.В.Суворова, Е.В. Шороховой, В.А.Ядова, В.Э.Чудновский).

В научных исследованиях (В.Э.Чудновский, В.И. Долгова, А.А.Бодалев, Г.А.Вайзер, Е.Е.Вахромов, Н.Л.Карпов, А.В.Суворов) было показано, что смысложизненные ориентации человека не исчерпываются одной, хотя бы и очень важной идеей, жизненной целью, а представляют собой структурную иерархию «больших» и «малых» смыслов; были выявлены различные типы структурных иерархий смысла жизни. Описана в качестве одной из наиболее значимых характеристик данного феномена - адекватность смысла жизни и ее основные признаки: реалистичность и конструктивность.

В современных социально-психологических и психолого-педагогических исследованиях признается, что окончательное становление

смыслоразностных ориентаций происходит в юношеский период и период студенчества . Система ценностных ориентации, по единодушному мнению большинства исследователей, занимавшихся проблемой ценностных ориентации, во многом определяет формирование личности человека. Смыслоразностные ориентации являются актуальной научно-практической проблемой и требуют теоретической и методологической разработки.

Студенты психологического факультета находятся на этапе становления профессиональной деятельности. Обычно профессиональная подготовка понимается как овладение определенным комплексом профессиональных умений и навыков. Фактически к этому сводится профессиональная подготовка студентов, именно потому возникает необходимость весьма важного звена профессиональной подготовки – управление процессом формирования ценностно-смыслового отношения к избранной профессии, которая должна занимать значимое место в структуре смыслоразностных ориентаций будущего профессионала, это и определило тему исследования – «Управление процессом формирования смыслоразностных ориентаций у студентов».

В связи с рассматриваемой темой исследования в нашей работе была поставлена цель – теоретически обосновать и экспериментально проверить эффективность управления формированием смыслоразностных ориентаций студентов психологического факультета.

Объект исследования – смыслоразностные ориентации у студентов факультета психологии.

Предмет исследования – формирование смыслоразностных ориентаций у студентов психологического факультета.

Гипотеза исследования – осмысление жизни может измениться в процессе реализации психолого-педагогической программы, включающей: 1) информационный блок (лекции, стендовые доклады, демонстрация видеофильмов); 2) аналитический блок (дискуссии, сочинения); 3) практический (игровые упражнения, моделирование ситуаций).

Задачи исследования:

1. Изучить понятие «смысложизненные ориентации» и психологическую структуру смысловых ориентаций в психолого-педагогических исследованиях.
2. Изучить особенности формирования смысловых ориентаций у студентов факультета психологии.
3. Создать модель управления процессом формирования смысловых ориентаций студентов факультета психологии.
4. Изучить методы и методики исследования, разделить на этапы и организовать.
5. Создать характеристику выборки и проанализировать результаты констатирующего этапа.
6. Реализовать программу управления процессом формирования смысловых ориентаций студентов факультета психологии.
7. Провести анализ результатов процесса формирования смысловых ориентаций студентов факультета психологии.
8. Экспериментально проверить эффективность психолого-педагогической программы управления процессом формирования смысловых ориентаций у студентов факультета психологии.

Методы и методики исследования:

Теоретические – изучение и теоретический анализ философской, социологической и психолого-педагогической литературы по выдвинутой проблеме; моделирование;

Эмпирические – беседа, руководство проведением тестирования по методике тест смысловых ориентаций, адаптированный Д.А. Леонтьевым;

Статистические – критерий Манна-Уитни, критерий Вилкоксона.

Научная новизна исследования состоит в следующем:

– выявлены особенности управления формированием смысловых ориентаций студентов факультета психологии;

– определены структурные компоненты смысложизненных ориентаций: когнитивный, рефлексивный и поведенческий;

– с учетом структурных компонентов разработана модель управления формированием смысложизненных ориентаций студентов факультета психологии;

– с учетом трех компонентов модели создана психолого-педагогическая трехмодульная программа, включающая информационный блок (лекции, стендовые доклады, демонстрация видеофильмов); аналитический блок (дискуссии, сочинения); практический (игровые упражнения, моделирование ситуаций) и реализована в ходе спецкурса «Формирование смысложизненных ориентаций у студентов факультета психологии в образовательном процессе»;

– разработана программа наблюдения за динамикой компонентов смысложизненных ориентаций.

Теоретическая значимость исследования заключается в возможности использования разработанной программы наблюдения за динамикой компонентов смысложизненных ориентаций студентов факультета психологии на начальном этапе обучения. В рамках курса по выбору, возможна реализация модели, включающей когнитивный, рефлексивный и поведенческий компоненты смысложизненных ориентаций.

База исследования ФГБОУ ВО «Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет» (далее ЮУрГГПУ). В исследовании принимали участие студенты факультета психологии I и III курсов (на базе 11 класса) всего 50 человек.

# **Глава 1. Теоретические предпосылки управления процессом формирования смысложизненных ориентаций**

## **1.1. Понятие «смысложизненные ориентации» в психолого-педагогических исследованиях. Психологическая структура смысложизненных ориентаций.**

Первой системой научной психологии, обратившейся к понятию смысл для объяснения поведенческих проявлений человека, стал психоанализ. В психодинамических теориях З. Фрейда, А. Адлера, К.Г. Юнга содержатся в начальной форме практически все основные идеи, присущие более поздним подходам к проблеме смысла. Наиболее ценными для нашего исследования являются взгляды А. Адлера, который считал, что уже в возрасте пяти лет ребенок обладает смыслом жизни [3, с.107].

В дальнейшем одни исследователи понимали смысл как нечто объективное, существующее в мире, но уникальное и единственное для каждого субъекта; другие – как субъективное видение, накладываемое на мир, или как продукт взаимодействия субъекта с миром, как глубинное внутреннее чувство. Различны также и взгляды на задачу человека в проблеме смысла. Например, по В. Франклу, задачей человека является найти и реализовать смысл; по Ф. Фениксу – расширять и углублять его; по Дж. Ройсу, наоборот, стабилизировать смысл; по С. Мадди – создавать смысл в процессе принятия решений; а по Дж. Бьюдженталу – осознавать смысл и ориентироваться на него.

Все исследования зарубежных психологов, посвященные этой проблеме, можно условно разделить на две группы.

Авторы работ первой группы, рассматривая смысл как интегративную основу личности, продолжают заложенную А. Адлером и К.Г. Юнгом 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. Общую позицию данной группы теоретических подходов можно передать с помощью слов С. Холта: «Человек устроен и функционирует так, что он перерабатывает и производит смыслы. В таком случае, пока человек жив и здоров, он не может не иметь дела со смыслами и не вычерпывать их из своего опыта... Я убежден, что для структуры нервной системы человека, заложенной в организме, порождение смыслов столь же естественно, как и выделение пота потовыми железами» [83, с.75].

В русской философии XIX века (Н. Бердяев, А. Введенский, Т. Мореев, В. Несмелов, Е. Трубецкой, Р. Розанов, С. Франк и др.) проблема смысла жизни ставилась двояко: с одной стороны, как по преимуществу и главным образом социальная и общественная (человек реализует себя в деятельности на благо народа и общества); с другой стороны, – как духовно-нравственная, личностная проблема, предполагающая анализ и выяснение глубинных запросов человеческой души, выяснение предельных структур человеческого сознания, соотношение природных, психологических и нравственных качеств личности.

В отечественной психологии проблема смысла жизни рассматривается в трудах С.Л. Рубинштейна, В.И. Долговой, Б.Г. Ананьева, Н.И. Аркаевой, А.Н. Леонтьева, Д.А. Леонтьева, В. Брушлинского, В.Э. Чудновского, Л.И. Анцыферовой, К.А. Абульхановой-Славской, В.С. Трипольского, Н.Л. Карповой, В.Г. Асеева, и других. Эти ученые разрабатывали данную проблему не только на уровне индивида, но и на уровне социума, а также в русле представлений о человеке как субъекте жизнедеятельности. В русле деятельностного подхода подчеркивается значимость личностного смысла, который является формой познания субъектом его жизненных смыслов (А.Н. Леонтьев, А.В. Запорожец, О.К. Тихомиров, Б.В. Зейгарник и др.).

Концепция личностного смысла является на сегодняшний день одним из наиболее продуктивных направлений в психологии личности. Под



личностным смыслом понимается «индивидуализированное отражение действительного отношения личности к тем объектам, ради которых разворачивается ее деятельность». Такое отражение осознается как «значение –для–меня» усваиваемых субъектом безличных знаний о мире, включающих понятия, умения, действия, поступки, совершаемые людьми, социальные нормы, роли, ценности и идеалы» [73, с. 192].

Понятие личностного смысла исторически связано с представлениями Л.С. Выготского о динамических смысловых системах индивидуального сознания личности, выражающих единство аффективных и интеллектуальных процессов. Введение понятия личностный смысл как единицы сознания (А.Н. Леонтьев) сыграло важную роль в преодолении чисто интеллектуальной трактовки сознания как «со-знания» (суммы знаний о мире), а также для решения проблемы соотношения индивидуального и общественного сознания в жизни личности [24, с. 41].

Понятие «личностный смысл» используется в различных областях психологии, изучающих отношения человека с миром в зависимости от места человека в обществе, его мотивов, установок, эмоций и т.д. Существует ряд определений, описывающих личностный смысл:

- побуждающие человека к деятельности смыслообразующие мотивы;
- реализуемое деятельностью отношение человека к действительности, приобретшей для него субъективную ценность (значимость);
- выражающие личностный смысл смысловые установки;
- регулируемые смысловыми установками поступки и деяния личности.

Психологический анализ закономерностей становления и функционирования личностного смысла является центральной проблемой при изучении путей развития и воспитания личности как индивидуальности (А.Г. Асмолов) [2, с. 124]. По мнению Д.А. Леонтьева, принципиальное значение понятия личного смысла заключается как раз в том, что «оно выводит объяснение за пределы индивидуального сознания в плоскость жизнедеятельности субъекта» [46, с. 109].

Как указывает Ф.Е. Василюк, смысл – «...пограничное образование, в нем сходятся сознание и бытие, идеальное и реальное, жизненные ценности и бытийные возможности их реализации» [22, с. 75]. Действительно, «деятельностная» характеристика личностного смысла как отношения мотива к цели означает, что любое целенаправленное действие всегда – прямо или непрямо – направлено на реализацию того или иного мотива, и цель этого действия, отражающаяся в сознании, содержит «ссылку» на этот мотив, выступающую в форме личностно-смысловой окраски. «Субъективная» характеристика личностного смысла как пристрастной составляющей индивидуального сознания основана на представлении о том, что «...смысл порождается не значением, а жизнью» [46, с. 219]. То есть источник этой пристрастности – это предметная деятельность субъекта в мире, реализующая его реальные жизненные отношения, в частности те отношения, о которых идет речь в третьей, «объективной» характеристике. Ведь именно динамизм жизненных отношений лежит в основе динамики самой личности [6, с. 155].

Говоря о смысле жизни, К.А. Абульханова-Славская, С.Л. Рубинштейн, Б.С. Братусь подчеркивают мысль, что человек должен быть направлен вовне, трансцендировать себя. К.А. Абульханова-Славская в книге «Стратегия жизни» отметила, что «смысл жизни – это психологический способ переживания жизни в процессе её осуществления. Это не только будущее, не только жизненная цель, это «психологическая» кривая постоянного осуществления, поэтому, достигая конкретных целей в жизни, мы не утрачиваем её смысла, а напротив, усиливаем его, убеждаемся в нём» [6, с. 154]. Это перекликается с концепцией Б.С. Братуся, в которой личность рассматривается как орган или орудие приобщения к родовой сущности человека: «Для того чтобы реализовать свою родовую сущность, человек в первую очередь должен быть направлен не на самого себя, а вовне, на человечество, и для этого смысл его жизни должен отражать некоторые общечеловеческие ценности» [14, с. 147].

Обратимся к определению понятий смысла жизни и смысложизненных ориентаций. Следует отметить, что четкая дифференциация понятий смысла жизни в науке отсутствует. Более того, в отечественной психологии принципиально не различают понятия «смысл жизни», «ценности», «цели», «смысловые образования» и «смысложизненные ориентации». Все существующие трактовки понятия смысла жизни не являются абсолютными, так как не только отражают феноменологию каждого из авторов, но и свидетельствуют о бесконечности проявлений человека в жизни.

Смысл жизни как глобальную ценность жизни определяет А.А. Бодалев: «Под смыслом жизни в психологии понимается отраженная в сознании и переживаниях человека как субъективно предельно значимая для него и превратившаяся в главный регулятор его поведения какая-то ценность, ставшая его собственной, самой большой ценностью» [9, с. 56].

В трудах С.Л. Рубинштейна, К.А. Абульхановой-Славской, Ф.Е. Василюка, К. Обуховского, Э.В. Чудновского, Р.Х. Шакурова в связи с проблемой поиска смысла жизни большое внимание уделяется ценностям и ценностным ориентациям. Ценностные ориентации задают спектр жизнедеятельности в виде «жизненного плана» в сходных, типичных жизненных ситуациях. Источником ценностей выступает коллективный опыт, поскольку ценности являются продуктом жизнедеятельности социальных групп и общностей как единственного совокупного субъекта. Ценности имеют трансцендентный и объективный характер по отношению к индивидуальному сознанию, не обязательно осознаются личностью, их действительность от этого не меняется. Они существуют в трех формах: как общественный идеал в различных социальных сферах жизни; в объективированной форме в виде производственной культуры либо человеческих поступков; в виде социальных ценностей.

Личностная ценность как идеальное, позитивное воспринимаемое представление о должном направляет жизнедеятельность, выступает источником жизнедеятельности, характеризуется высокой осознанностью,

выступает социальным регулятором взаимоотношений людей и поведения индивида. Личностная ценность актуализируется в процессе реализации, в сознании она отражается в виде ценностных ориентаций [76, с. 103].

Идеальность, желательность (в силу причастности к этой ценности других людей) делает ценности в сознании индивида объективными, независимыми от «Я», не ограниченными никакими временными рамками. Ценности рождают переживание сопричастности – желательности. В этом проявляется их вечность, обобщенность, внеситуативность, устойчивость, поэтому и насыщение, дезактуализация ценностей невозможна. Изменения в системе ценностей происходит только в результате кризиса в развитии личности (А.Г. Асмолов, 1985; Е.Ю. Патяева 1983; А.И. Донцов 1974).

Процессу «смыслообразования», предварительно обозначенному Л.С. Выготским (1933) как психологическое новообразование более высокого порядка, уделяли внимание в своих работах В.В. Столин, Б.В. Зейгарник, К. Обуховский, Д.А. Леонтьев, В.Э. Чудновский. Центральную роль, по мнению К. Обуховского (1972) и Д.А. Леонтьева (1999), в обретении смысла жизни играет способность индивида к рефлексии, дистанционированию. В.Э. Чудновский основную роль в становлении смысла жизни отводит «высшему уровню рефлексии»: от рефлексии на отдельный поступок через рефлексии на отдельные фазы жизни к рефлексии на собственную жизнь в целом [77, с. 86].

Понятие «смысловая структура» введено Д. А. Леонтьевым, он определяет ее как «относительно устойчивую и автономно иерархически организованную систему, включающую в себя ряд разноуровневых смысловых структур и функционирующую как единое целое» [46, с. 235].

Коллектив исследователей под руководством В.Э. Чудновского внес значительный вклад в разработку проблемы смысла жизни. В проведенных учёными исследованиях исходным стало понимание феномена смысла жизни как особого психического образования, имеющего свою специфику возникновения, свои этапы становления, которое, приобретая относительную

устойчивость и эмансипированность от породивших его условий, может существенно влиять на жизнь человека. Это психическое образование действует как некий «буферный механизм», как система сдерживания и противовесов, не допускающих одностороннего подчинения как внешним обстоятельствам, так и непосредственным побуждениям, сиюминутным интересам и влечениям [85, с. 86].

В ряде работ (В.Э. Чудновский, Д.А. Леонтьев, Г.В. Акопов, А.В. Горбачева, З.К. Гольшева) понятие смысла жизни отождествляется с понятием смысложизненных ориентаций. Д.А. Леонтьев раскрывает содержание этого феномена следующим образом. Смысложизненные ориентации как сложные социально-психологические образования порождаются реальными значимыми жизненными взаимоотношениями субъекта и бытия, они релевантны по отношению ко всему жизненному пути личности (включая прошлое, настоящее, будущее), задают вектор и границы самореализации личности как субъекта жизненного пути через структурную организацию жизненных целей – ценностей [46, с. 285]. Сходная позиция отражена в работе И.Т. Петрова, который утверждает, что смысловые ориентации образуются подобно оценке: прикидкой, деятельностным «примериванием» предметов и ценностей, их свойств к нуждам человека, к его будущему, ко всему, что может оцениваться, независимо от того, устанавливается это отношение рефлексивно или нет, через призму вопроса «какой смысл?» или путем развернутой рефлексии смысла [59, с. 27]. Г.В. Акопов, рассматривая смысловые образования в концепции личностного целеполагания, отмечает, что «именно содержательная и структурная организация смысложизненных ориентаций отличает цельное внутреннее бытие от «рассеянного» существования» [1, с. 126].

По мнению Д.А. Леонтьева, смысложизненные ориентации это способ конструирования человеком собственной жизни с присущей ему системой ценностей, смыслов, целей [46, с.288].

Необходимо отметить, что на сегодняшний день нет единого определения понятия смысложизненных ориентаций, к тому же сама доля исследований категории смысложизненных ориентаций в психолого-педагогической научной мысли очень мала.

Согласно деятельностному подходу, смысл жизни есть прижизненное приобретение человека, результат деятельности по преобразованию самого себя и своей жизненной ситуации. Это базовая мотивационная тенденция личности, направленная на осознание сущности собственного «Я», места в жизни, жизненного предназначения. На основе смысла жизни личность избирает и формирует свой жизненный путь. Как личностный феномен, смысл жизни имеет интегральную природу и включает в себя морально-эстетические, философско-мировоззренческие, социально-психологические аспекты, одновременно содержит такое смысловое значение, как внутреннее, идеальное содержание, ценность чего-либо, разумное основание, цель, назначение. Осознание личностью смысла жизни, то есть наличие таких целей и ценностей, которые направляют, организуют всю жизнедеятельность субъекта, предполагает способность брать на себя ответственность за их осуществление. Утрата смысла жизни дезадаптирует личность в обществе.

Согласно В. Франклу, смысл доступен любому человеку вне зависимости от пола, возраста, интеллекта, образования, характера, среды и религиозных убеждений, что подтверждается многочисленными эмпирическими данными [79, с. 45]. То, что придает жизни смысл, может лежать в будущем (цели), и в настоящем (чувство полноты и насыщенности жизни), и в прошлом (удовлетворенность итогами прожитой жизни). Франкл утверждает, что даже когда нет надежды избежать страдания и смерти, есть смысл в том, чтобы продемонстрировать другим, Богу и самому себе, что ты можешь страдать и умереть с достоинством. Во всех своих работах Франкл пишет: «Смысл – это скорее то, что надо найти, чем то, что дается. Человек не может его изобрести, он должен его открыть». Обращая внимание на уникальность и неповторимость смысла жизни каждого человека, Франкл,

тем не менее, отвергает некоторые из философий жизни. Так, например, смыслом не может быть удовольствие и наслаждение, так как оно является внутренним состоянием субъекта.

Как подчеркивает В. Франкл, важным является следующее положение: «Я не только поступаю в соответствии с тем, что я есть, но и становлюсь в соответствии с тем, как я поступаю» [79, с. 56]. Этот принцип деятельности сочетается в работах В. Франкла с принципом предметности или в более привычной для В. Франкла терминологии, интенциональности. Интенциональная, предметная направленность человека, творящего самого себя в процессе свободной деятельности, является связующей нитью между субъектом и миром – такова общая идея логотерапии и деятельностного подхода.

С учетом всех рассмотренных позиций, в качестве рабочих определений смысла жизни и смысложизненных ориентаций мы будем использовать следующие. Смысл жизни – это базовая мотивационная тенденция личности, направленная на осознание сущности собственного «Я», места в жизни, жизненного предназначения. Смысложизненные ориентации (СЖО) принято понимать как способ конструирования человеком собственной жизни с присущей ему системой ценностей, смыслов, целей.

#### Психологическая структура смысложизненных ориентаций

Философское понимание феномена структуры предлагает В. Э. Чудновский. Традиционно философия относит структуру к понятию формы как способа существования и выражения содержания (Философский энциклопедический словарь). При этом отмечается наличие единства содержания и формы, доходящего до перехода друг в друга. Это единство относительно. Содержание представляет собой динамическую систему целого, а форма охватывает систему устойчивых связей предмета [85, с. 218].

Таким образом, философия характеризует форму как консервативное начало в противовес динамичности содержания; конфликт между формой и содержанием сводится к отбрасыванию старой формы, не соответствующей

новому содержанию. При рассмотрении проблемы формы (структуры) и содержания по отношению к феномену смысла жизни, получены данные, которые позволяют несколько сместить акценты в сторону большего «равноправия» формы и содержания: форма (структура) не обязательно лишь консервативное, «устаревшее» начало, которое должно быть побеждено новым содержанием. Изменения могут накапливаться именно в структуре, что постепенно ведет к изменению содержания целого [85, с. 219].

Как считает В.Э. Чудновский, в основе структуры смысла жизни лежит иерархия «больших» и «малых» смыслов. Особенности «структурной иерархии» обуславливают не только формально-динамическую, но во многом и содержательную характеристику этого феномена. Иначе говоря, становление и функционирование смысла жизни как психологического феномена определяется не только содержанием «главного смысла», но и характером его соотношения с другими жизненными смыслами. Кроме того, с изменением структурной иерархии изменяется и содержательная сторона смысла жизни [там же].

Иерархическая структура смысла жизни является динамической системой, динамика которой обусловлена следующими факторами: социальными обстоятельствами; индивидуальными и возрастными особенностями человека; его субъективной активностью [84, с. 65].

Структурную организацию смысловой сферы личности предложил Д.А. Леонтьев, основываясь на логическом анализе, он называет шесть видов смысловых структур: личностный смысл, смысловой конструкт, смысловую установку, смысловую диспозицию, мотив и личностную ценность. По мнению автора, при всём различии характера и функциональных проявлений выше названных структур они теснейшим образом связаны между собой [47, с. 245].

Ученый исследовал влияние личностных смыслов на трансформацию психического образа – его временных, пространственных и причинно-следственных отношений. Поиск и становление смысла жизни во многом



обусловлены характером «личностной подготовки» человека к этому процессу. Последнее особенно важно, так как наряду с возможностью неадекватно отражать жизненный смысл в его личностном воплощении есть возможность изменения (в том числе произвольного) личностного смысла в процессе деятельности [47, с.247].

Д.А. Леонтьев определяет три разновидности смыслодинамических процессов:

1) смыслообразование – как процесс распространения смысла от ведущих смысловых структур к производным в конкретной ситуации развёртывающейся деятельности;

2) смыслоосознание – как рефлексивное решение задачи на смысл через осознание смысловых связей;

3) смыслостроительство – как перестройка глубинных смысловых структур [там же].

Смысложизненные ориентации – это способ конструирования человеком собственной жизни в соответствии с присущей ему системой ценностей, смыслов, целей [38, с. 170].

Ценности – социально одобряемые и разделяемые большинством людей представления о том, что такое добро, справедливость, патриотизм, дружба и т.д. Ценности не подвергаются сомнению, они служат эталоном, идеалом для всех людей [54, с. 621].

По мнению А.В. Батаршева, ценности – это обобщенные представления о благах и приемлемых способах их получения, на основе которых субъект осуществляет сознательный выбор целей и средств деятельности [8, с. 98].

По словам Ф.Е. Василюка, «ценность внутренне освещает всю жизнь человека, наполняя ее простотой и подлинной свободой». Как отмечает ученый, в этой связи, ценности приобретают качества реально действующих мотивов и источников осмысленности бытия, ведущие к росту и совершенствованию личности в процессе собственного последовательного развития. Ценностные ориентации, являясь, таким образом, психологическим

органом, механизмом личностного роста и саморазвития, сами носят развивающийся характер и представляют собой динамическую систему [22, с. 76].

Как отмечает, А. Г. Здравомыслов, ценности принадлежат группе или обществу, а ценностные ориентации – индивиду [35, с.114].

Как считает А.В. Батаршев, ценностные ориентации – сложный социально-психологический феномен, характеризующий направленность и содержание активности личности, определяющий общий подход человека к миру, к себе, придающий смысл и направление личностным позициям, поведению поступкам [8, с. 22].

По мнению Д. И. Завалишина, ценности человека, духовный мир личности определяется степенью сформированности его ценностных ориентаций – мерой его причастности к обществу, его истории, настоящему, его социальной активностью, объемом общественных интересов, богатством и разнообразием связей и взаимоотношений с обществом. В юношеском возрасте особенно остро стоит проблема смысла и определения ценностей и ценностных ориентаций в жизни [36, с. 65].

По мнению С. С. Бубновой, ценностные ориентации представляют собой сложный социально-психологический феномен, характеризующий направленность и содержание активности личности, являющийся составной частью системы отношений личности, определяющий общий подход человека к миру, к себе, придающий смысл и направление личностным позициям, поведению, поступкам. Система ценностных ориентаций и имеет многоуровневую структуру и вершина ее – ценности связанные с идеалами и жизненными целями личности. Переоценка ценностей, их кризис более всего проявляется в сознании современной молодежи [16, с. 111].

Тематике ценностных ориентаций посвящено достаточное количество работ. Ценностные ориентации были предметом рассмотрения в работах Б.Г. Ананьева, А.А. Бодалева, С.С. Бубновой, Г.А. Вайзера, Е.Е. Вахромова, А.Г.

Здравомыслова, Н.Л. Карповой, В.С. Мерлина, В.С. Мухиной, А.В. Суворова, Е.В. Шороховой, В.А. Ядова и др.

Понятие «смысл» тесно связано с понятиями «цель» и «ценность». В Философском словаре читаем: «смысл – идеальное содержание, идея, конечная цель, ценность чего-нибудь ...» [77, с.428].

По мнению К.А. Абульхановой-Славской, «смысл жизни – это ценность и переживание этой ценности человеком в процессе выработки, присвоения или осуществления» [6, с.72]. Смысл жизни всегда содержит три аспекта:

- 1) целевой – определяет стратегию и тактику жизни;
- 2) эмоциональный – отражает удовлетворенность человеком своей жизнью, её эмоциональную насыщенность;
- 3) волевой – является движущей силой активности личности, обеспечивает её готовность к достижению жизненных целей [6, с. 89].

В философии цель трактуется как идеальный или реальный предмет сознательного или бессознательного стремления субъекта; финальный результат, на который преднамеренно направлен процесс [77, с.168]. В психологии цель понимают как мотивированное и осознанное предвосхищение будущего результата [38, с. 176].

В трактовке А.Н. Леонтьева, смысл жизни выступает как отношение мотива деятельности и её цели [44, с. 155].

В качестве одной из главных характеристик смысла жизни, В.Э. Чудновским описана адекватность этого феномена и ее основные признаки: реалистичность и конструктивность.

Реалистичность – соответствие смысла жизни, с одной стороны, наличным объективным условиям, необходимым для его реализации, с другой – индивидуальным возможностям человека.

Конструктивность – характеристика, отражающая степень его позитивного (или негативного) влияния на процесс становления личности и успешности деятельности человека. Показано, что становление смысла жизни как психологического феномена определяется не только содержанием

главного смысла, но и характером его соотношения с другими жизненными смыслами, что с изменением структурной иерархии изменяется и содержательная сторона смысла жизни. Степень адекватности смысла жизни существенно обуславливает характер профессионального самоопределения: профессиональные устремления, не учитывающие своеобразия индивидуальных особенностей и возможностей человека, способствуют формированию неадекватного смысла жизни, который как бы закрепляет эти стремления, что приводит к жизненным конфликтам и негативно сказывается на всем процессе становления личности [85, с. 238].

По мнению ученого, оптимальный смысл жизни – это такой уровень сформированности смысложизненных ориентаций, при котором человек приобретает способность в ходе реализации своей «главной линии жизни» учитывать реалии сегодняшнего дня и одновременно становиться над ситуацией, преобразовывать обстоятельства и собственное поведение [85, с. 240].

В контексте нашего исследования, мы определяем три структурные компонента: когнитивный, рефлексивный, поведенческий.

Когнитивный компонент определяет степень выраженности у субъекта стремления к приобретению знаний, осмысления своей жизни. Знания – это результат процесса познания; процесс понимания глубинных смыслов человеческого бытия; оценки, позволяющие выразить ценностные характеристики явлений действительности. Знания являются, важным фактором самосовершенствования личности, её нравственно-эстетического и рационального развития [54, с. 103].

Элементы когнитивного компонента смысложизненных ориентаций – осмысленность жизни, сензитивность, представление о природе человека, познавательные потребности, креативность.

Рефлексивный компонент определяет степень выраженности стремления к самосознанию, осмыслению и оценке собственных действий, поступков. Согласно Новой философской энциклопедии, рефлексия (позднелат. –

обращение назад) – размышление, самонаблюдение, самопознание, осмысление своей деятельности в системе отношений с миром, в котором живет человек. Рефлексивные способности позволяют человеку ориентироваться в мире, выделять главное, просчитывать полезность внешних связей, ставить цели и выбирать оптимальные способы взаимодействия с окружающей средой [54, с.579]. По мнению Д. А. Леонтьева, основную роль в обретении смысла жизни играет способность индивида к рефлексии, дистанцированию [46, с. 241]. С. Л. Рубинштейн необходимым условием возникновения смысла жизни считает появление рефлексии относительно собственной жизни [65, с.135]. На основе отражения субъективной действительности сознание регулирует отношение человека к обществу, другим людям, к себе. Возможность такой регуляции появляется в связи с отражением в сознании закономерностей объективной действительности в виде знаний, а также в связи с отражением в сознании механизма – целеполагания – важнейшего механизма регуляции. Как отмечает К. Обуховский, потребность найти смысл жизни появляется только у тех, кто поднялся на уровень рефлексии относительно своей жизни как целого [56, с. 157].

Элементы рефлексивного компонента: самопонимание, саморегуляция, самопознание, самооценка, наличие цели.

Поведенческий компонент связан с реализацией ценностных отношений в поведении личности и реализуется в процессе саморегуляции. Рассматривая проблему смысла, значения явлений, людей, событий в жизни человека, С.Л. Рубинштейн видел функцию ценностей в регуляции поведения. В ходе жизни происходит переоценка ценностей, что является закономерным результатом самой диалектики жизни человека, перестройки его взаимоотношений с миром и другими людьми [65, с. 89].

В поведенческий компонент входят следующие элементы: гибкость в поведении, спонтанность, самоуважение, самопринятие, социальные контакты, сохранение своей индивидуальности, компетентность во времени.

Взаимосвязи между компонентами и их взаимная обусловленность определяют их устойчивость и управляемость как целого в актуальной ситуации.

Таким образом, по мнению В.Э. Чудновского, в основе структуры смысла жизни лежит иерархия «больших» и «малых» смыслов. Особенности «структурной иерархии» обуславливают не только формально-динамическую, но во многом и содержательную характеристику этого феномена. Д.А. Леонтьев называет шесть видов смысловых структур, которые тесно связаны между собой: личностный смысл, смысловой конструкт, смысловую установку, смысловую диспозицию, мотив и личностную ценность. В контексте нашего исследования, мы определили взаимосвязанные и взаимообусловленные структурные компоненты: когнитивный, рефлексивный, поведенческий.

## **1.2 Особенности формирования смысложизненных ориентаций**

Хотя в психологии до сих пор нет четких границ, которые определяют студенчество как возрастной период жизни, многие отечественные и зарубежные психологи признают, что она является этапом перехода от подросткового возраста к самостоятельной взрослой жизни (Е. Е. Сапогова, В. С. Мухина, М. Мид, С. Холл).

По мнению И. Ю. Кулагиной, возраст студенчества определяется в границах от 17 до 23 лет. Это время выбора жизненного пути. Юноши строят планы, которым суждено или не суждено будет сбыться в дальнейшей жизни. Начинается и реализация поставленных целей – работа по выбранной специальности, учеба в вузе, иногда создание семьи. Ощущение того, что вся жизнь впереди, дает возможность пробовать, ошибаться и искать с легкой душой. Но «дороги, которые мы выбираем» в это время, обычно очень многое определяют в жизни человека. [43, с. 342].

Как считает В. С. Мухина, студенчество - период жизни после

отрочества до взрослой жизни (возрастные границы условны - от 15-16 до 21-25 лет). В студенчестве у молодого человека возникает проблема выбора жизненных ценностей. Юный возраст студента стремится сформировать внутреннюю позицию по отношению к себе («Кто Я?», «Каким Я должен быть?»), по отношению к другим людям, а также к моральным ценностям. Именно в студенчестве молодой человек сознательно отработывает свое место среди категорий добра и зла. «Честь», «достоинство», «право», «долг» и другие характеризующие личность категории остро волнуют человека в юности. Выбор внутренней позиции - весьма многотрудная духовная работа. Молодому человеку, обратившемуся к анализу и сопоставлению общечеловеческих ценностей и своих собственных склонностей и ценностных ориентации, предстоит сознательно разрушить или принять исторически обусловленные нормативы и ценности, которые определяли его поведение в детстве и отрочестве [53, с. 420].

Возраст студенчества – важный и ответственный период в развитии личности человека. Еще Ж. Ж. Руссо («Эмиль, или О воспитании») говорил о сознательном самоопределении как об основном содержании личности в юном возрасте. При этом речь должна идти не столько даже о сознательном самоопределении, сколько о действенном самоопределении. Сознательное самоопределение в известной степени есть уже и у подростка, выбирающего образ жизни, ставящего перед собой определенные цели. Самоопределение студента отличается тем, что он уже начинает действовать, реализуя эти планы, утверждая тот или иной образ жизни, начиная осваивать выбранную профессию. Поэтому ответственность каждого шага неизмеримо возрастает и каждая ошибка может обернуться существенными последствиями, иногда драматического характера. Эту особенность возрастного периода хорошо выразил известный отечественный социолог В. И. Шубкин, назвавший студенчество судьбоносным периодом жизни, в котором цена ошибки не двойка, а порой бесполезно прожитые годы [60, с.489].

В психологических исследованиях А. Н. Леонтьева, Д. Б. Эльконина

акцент делается на смене ведущего типа деятельности, которой в студенчестве становится учебно-профессиональная деятельность. Л. И. Божовия определяет этот возраст в соответствии с развитием мотивационной сферы: студенчество она связывает с определением своего места в жизни и внутренней позиции, формированием мировоззрения, с моральным сознанием и самосознанием [там же].

Проблемы, которые должно решить студенчество, прежде чем попадет «в рай взрослой жизни» перечислены в книге Л. Коула и Дж. Холла «Психология юности». Речь идет о следующих пунктах: 1) общая эмоциональная зрелость, 2) пробуждение гетеросексуального интереса, 3) общая социальная зрелость, 4) эмансипация от родительского дома, 6) выбор профессии, 7) навыки обращения со свободным временем, 8) построение психологии жизни, основанной на поведении, базирующемся на совести и сознании долга, 9) идентификация «Я». Достижение взрослого бытия является конечной целью этого периода жизни [67, с. 355].

По мнению Е. Е. Сапоговой, студенческий возраст связан с формированием активной жизненной позиции, самоопределением, осознанием собственной значимости. Это неотделимо от формирования мировоззрения как системы взглядов на мир в целом, представлении об общих принципах и основах бытия, как жизненной философии человека, суммы и итога его знаний. Развитие мышления создает все предпосылки для формирования мировоззрения, а продвижение его в личностном плане обеспечивает его устойчивость и мотивированность. Мировоззрение – это не только система знаний и опыта, но еще и система убеждений, переживание которых сопровождается чувством истинности, правильности. Поэтому мировоззрение тесно связано с решением в студенчестве смысловых проблем, осознанием и осмыслением своей жизни не как цепочки случайных событий, а как цельного направленного процесса, имеющего преемственность и смысл [66, с. 147].



Мировоззренческий поиск включает социальную ориентацию личности, осознание себя в качестве частицы, элемента социальной общности (социальной группы, нации и т.д.), выбор своего будущего социального положения и способов его достижения. Фокусом всех мировоззренческих проблем становится проблема смысла жизни («Для чего я живу?», «Правильно ли я живу?», «Зачем мне дана жизнь?», «Как жить?»), причем юношество ищет некую глобальную, универсальную формулировку («служить людям», «приносить пользу»). Студентов интересует не столько вопрос «кем быть?», сколько вопрос «каким быть?», и в это время многих из них интересуют гуманистические ценности, общественная направленность личной жизни, социальная благотворительность, идеал служения [там же].

Как считает И. Ю. Устьянцева, этому возрасту в значительной мере свойственны рефлексия и самоанализ, причем юношам трудно совместить ближнюю и дальнюю перспективы жизни. Их захватывают дальние перспективы, глобальные цели, появляющиеся как результат расширения временной перспективы. Формирование жизненных планов и самоопределение возникают как результат обобщения и укрепления целей, которые ставит перед собой юноша, как результат интеграции и дифференциации мотивов и ценностных ориентаций [76, с. 45].

Как отмечает И. В. Дубровина, обращенность в будущее — аффективный центр жизни в студенчестве. Общепринятое положение о том, что обращенность в будущее является главной чертой старшеклассника, что жизненные планы, перспективы составляют «аффективный центр» (Л. И. Божович) жизни студента, не означает, что это возрастное новообразование вызревает само собой, повинувшись неким возрастным законам развития. Студенты испытывают огромные субъективные трудности при определении своих жизненных целей и перспектив. Так Э. Эриксон, анализируя общие закономерности и различные варианты развития в этом возрасте, приходит к выводу о том, что типичной для студентов психопатологией является именно

расстройство временной перспективы, тесно связанной с кризисом идентичности [60, с. 494].

По мнению И. Ю. Кулагиной, временная перспектива будущего представляет собой в разной мере осознанные надежды, планы, проекты, стремления, опасения, притязания, связанные с более или менее отдаленным будущим. Она формируется на протяжении всего детства и главным образом стихийно: через интериоризацию ценностных установок родителей, их ожиданий в отношении данного ребенка, через усвоение общекультурных, социальных паттернов, наконец, через развитие всей мотивационной сферы. Сформировавшись таким образом, временная перспектива будущего приобретает собственную побудительную силу, оказывая мощное обратное влияние на развитие личности человека [43, с.355].

Специалист по возрастной психологии Ш. Бюлер, которая рассматривала в качестве главной движущей силы развития врожденное стремление человека к самоосуществлению, убедительно показывала, что полнота самоосуществления, самоисполненности прямо связана со способностью человека ставить перед собой цели, адекватные его внутренней сущности, и что обладание такими жизненными целями — условие сохранения психического здоровья личности. С ее точки зрения, причиной неврозов выступают не столько сексуальные проблемы или чувство неполноценности, как учит психоанализ, сколько недостаток направленности, самоопределения. Обретение же целей жизни приводит к интеграции личности [67, с. 149].

Близкую позицию занимает австрийский психолог, основатель логотерапии В. Франкл. Отсутствие осмысленной цели в жизни он считает одной из причин так называемого ноогенного невроза, проявляющегося прежде всего в скуке и апатии, во внутренней пустоте, для описания которой он ввел понятие «экзистенциальный вакуум». В Франкл отмечает, что феномен экзистенциального вакуума в последнее время одновременно усиливается и распространяется. Сегодня даже фрейдистские

психоаналитики признают, что все больше пациентов страдает от отсутствия содержания и цели в жизни [79, с. 250].

По мнению И. В. Дубровиной, проблема поиска смысла своего существования, определения жизненных целей важна для сохранения психического и психологического здоровья любого человека и в любом возрасте. Но есть период в жизни человека, когда она становится действительно ключевой, определяющей, — это период юности. Стремление к позитивной цели — ключ к счастливой жизни. «Человек — существо, которое всегда стремится к какой-нибудь цели; он живет нормально и естественно, когда сориентирован на определенную цель. Состояние счастья и есть признак нормальной, естественной жизнедеятельности. Когда человек действует целенаправленно, он обычно чувствует себя сравнительно счастливым» [60, с. 354].

В студенчестве смысложизненные ориентации имеют особобенно важное значение. Обсуждая проблему становления смысла жизни в студенчестве, особое внимание следует уделить характеристике переломных моментов в возрастном развитии, соотнести их специфику с особенностями жизненных смыслов. Формированию жизненных смыслов в процессе развития личности уделяют внимание разные авторы, при этом многие из них подчеркивают решающую роль этого фактора. Например, К. Обуховский считает, что «фактором развития личности выступает её постоянная и активная устремлённость в будущее, эмоционально окрашенная направленность на решение отдалённой общественно-значимой задачи, выступающей смыслом жизни человека». Он полагает, что в критических ситуациях возрастного развития «благополучный переход в новую фазу зависит от того, является ли жизнь реализацией основной направленности личности на далёкую задачу – смысл жизни» [56, с. 64].

В.С. Мухина предлагает путь познания личности «через анализ индивидуальных личностных смыслов, которые организуются в сознании человека в структурные звенья, общие для всех и каждого по наименованию

и культурному абрису, но уникальные по их значениям и смыслу» [53, с. 58]. Она рассматривает в качестве критерия определения возрастных этапов специфические для них формы самосознания, определяемые как «ценностные ориентации, образующие систему личностных смыслов, которые составляют индивидуальное бытие личности» [53, с. 86].

В работах Л.С. Выготского и его последователей психическое развитие рассматривается как процесс качественных изменений, которые происходят в ходе усвоения человеком социального опыта, представленного в предметах культуры. По мнению Л.С. Выготского, «перестройка потребностей и побуждений, переоценка ценностей есть основной момент при переходе от возраста к возрасту». Так, в подростковом и юношеском и студенческом возрасте происходит «овладение внутренним миром», возникновение жизненного плана, как известной системы приспособления, которая впервые осознаётся молодым человеком. Именно в этот период создаются предпосылки для становления смысла жизни, поскольку это «возраст открытия своего «Я», оформления личности, с одной стороны, и возраст оформления мировоззрения – с другой» [24, с. 327]. В этом возрасте, как отмечает И. С. Кон, встаёт вопрос о смысле жизни, который является «наиболее общей, философской формой раздумий личности» [41, с. 105].

Рассматривая внутренние, биологические факторы проявления кризиса в юношеском возрасте, В.Э. Чудновский отмечает, что «в этот период взросления прибывающие жизненные силы, открывающиеся возможности настраивают на поиск перспективы и жизненного смысла» [85, с. 221]. Возникает вопрос: какова специфика и содержание жизненных смыслов, складывающихся в период взросления на современном этапе развития общества? «Поиск смысла жизни издавна считался специфической потребностью юношеского возраста», – отмечает И.С. Кон [41, с. 153]. Как считает В. Франкл, проблема смысла жизни становится особенно насущной в возрасте, когда взрослеющие молодые люди в своих духовных исканиях

вдруг обнаруживают всю неоднозначность человеческого существования [79, с. 158].

Рассмотрим особенности смысложизненных ориентаций в студенчестве [см. Приложение 1, табл. 1].

Итак, особенностями смысложизненных ориентаций в студенчестве мы считаем:

- 1) активную устремленность в будущее;
- 2) эмоционально окрашенную направленность на решение отдаленной задачи – смысла жизни;
- 3) переоценку ценностей;
- 4) маргинальность;
- 5) интерес к моральным проблемам, гуманистическим ценностям;
- 6) диссонанс между смысложизненными ориентациями студентов и направленностью их профессиональной подготовки.

Таким образом, в студенческом возрасте создаются предпосылки для проявления психологического новообразования – смысла жизни, которое развивается на основе становления главного мотива (жизненной цели), выявления и формулирования главной задачи, связанной с отдалённым будущим. Осознание смысложизненных ориентиров в этот период приобретает перспективную стратегическую направленность, свободу от влияния соблазнов ситуации и сиюминутных, импульсивных побуждений. Студенческий возраст характеризуется, прежде всего, тем, что внутренний мир и индивидуальные смысловые ориентации приобретают самостоятельность, переходящую в сверхценность. Формируются предпосылки для становления высшей системы регуляции, характерной для зрелой автономной личности – системы, основанной на логике свободного выбора.

### **1.3 Модель управления процессом формирования смысложизненных ориентаций студентов**

Как считают Б.Г. Ананьев, А.В. Дмитриев, И.С. Кон, время учебы в вузе совпадает со вторым периодом юности или первым периодом зрелости, который отличается сложностью становления личностных черт. Характерной чертой нравственного развития в этом возрасте является усиление сознательных мотивов поведения. Укрепляются и те качества, которых не хватало в полной мере в старших классах – целеустремленность, решительность, настойчивость, самостоятельность, умение владеть собой. Проявляется интерес к моральным проблемам (цели, образу жизни, долгу, любви) [48, с. 45].

Современные студенты – это, прежде всего, молодые люди в возрасте 17 – 25 лет. Студенческий возраст представляет особый период в жизни человека, поскольку «по общему смыслу и по основным закономерностям составляет, скорее, начальное звено в цепи зрелых возрастов, чем заключительное в цепи периодов детского развития [69, с. 37].

По мнению И.И. Мечникова, студенчество – это мобильная социальная система, целью существования которой является организация саморазвивающейся личности, способной участвовать в материальном и духовном производстве [116].

Как отмечает, Е. Б. Тесля, что высшая школа является ключевым звеном в осуществлении многоступенчатой системы подготовки специалистов и выступает той развивающей средой, где происходит профессиональное становление личности [72, с. 42].

По мнению В. Т. Лисовского, в современных условиях, высшая школа из храма науки стала превращаться в ремесленное заведение. На повестке дня не стоит вопрос о том, чтобы студенты становились личностями, глубоко преданными делу своей жизни, интеллигентами. При этом именно на студенческой скамье формируется то многочисленное поколение, которое

окажет влияние на духовный климат общества в первой половине XXI века. Поэтому актуальной становится задача формирования смысло-жизненных ориентаций современного российского студенчества [48, с. 45].

Формирование – это процесс целенаправленного и организованного овладения социальными субъектами целостными, устойчивыми чертами и качествами, необходимыми им для успешной жизнедеятельности. Если происходит морфологическое, физиологическое, психическое изменение, то употребляется термин развитие, если нравственное и духовное – термин формирование [54, с. 798].

Изучая проблему формирования смысло-жизненных ориентаций студентов, обратимся к научно-исследовательскому методу – моделирование.

Моделирование является не только одним из методов и средств отображения явлений и процессов реального мира, но и объективным практическим критерием проверки истинности наших знаний, умений, навыков, отношений. Построение и использование моделей является ключевым механизмом познания [88, с. 44].

Анализируя назначение метода моделирования, Б.А.Глинский отмечает, что наиболее простой функцией является воспроизведение свойств и отношений предметов и процессов. Вместе с тем, в качестве его специфической черты как метода научного познания автором подчеркивается его исследовательская роль. В.В. Краевский характеризует моделирование как познавательную рефлексия, основанную на понятиях, принципах и закономерностях [27, с. 120]. С точки зрения В. А. Ясвин, понятие «моделирование» имеет как минимум три значения: 1) метод познания объектов через их модели; 2) процесс построения этих моделей; 3) форма познавательной деятельности (в первую очередь, мышление и воображение). В философской литературе существует несколько классификаций моделей. В частности, определяют следующие их виды:

- субстанциональные (материал модели по всем основным или, по крайней мере, по некоторым основным свойствам идентичен субстрату оригинала, то есть по своей физической природе модель и оригинал сходны;
- структурные (имитируют внутреннюю организацию оригинала);
- функциональные (имитируют способы поведения оригинала);
- смешанные (структурно-функциональные и функционально-структурные) [88, с. 66].

Результатом процесса моделирования является модель.

Определим понятие модели. В философском словаре модель рассматривается как новый объект, который отражает существенные особенности изучаемого объекта, явления или процесса [77, с. 350]. Моделями (от лат. *modulus* – мера, образец) считаются искусственно созданные объекты, по своим определённым характеристикам сходные с реальными объектами, подлежащими изучению. В самом общем виде метод моделирования понимается как создание идеальной, с точки зрения научных данных, модели организации и условий функционирования какого-либо процесса или какой-либо ее части [Педагогическая энциклопедия].

Понятие модели по В. А. Ясвину: «Модель – упрощенное представление о реальном объекте, процессе или явлении. Моделирование - построение моделей для исследования и изучения объектов, процессов, явлений» [88, с. 24].

В Оксфордском толковом словаре под моделью понимается представление, которое отображает, дублирует, имитирует, и некоторым образом иллюстрирует образец отношений, наблюдаемых в природе, то есть модель становится видом мини-теории, характеристикой процесса, и в этом случае ее ценность и полезность определяются предсказаниями, которые можно делать с ее помощью, и ее ролью в руководстве и развитии теории исследования [58, с. 313].

Основные этапы моделирования:

- 1) постановка цели,



- 2) построение модели,
- 3) проверка модели на достоверность (адекватность модели),
- 4) применение и обновление модели.

Первый этап:

- I. Генеральная цель: Формировать смысложизненные ориентации у студентов-психологов в образовательном процессе
  - 1.1. Формировать когнитивный компонент смысложизненных ориентаций
    - 1.1.2. Формировать стремление к приобретению знаний о смысле жизни, ценностях, целях
    - 1.1.3. Формировать осмысленность жизни
    - 1.1.4. Формировать представления о сфере обучения и образования
    - 1.1.5. Формировать познавательные потребности
    - 1.1.6. Формировать креативность
    - 1.1.7. Формировать представления о природе человека
  - 1.2 Формировать рефлексивный компонент смысложизненных ориентаций
    - 1.2.1. Формировать стремление к самопознанию
    - 1.2.2. Формировать самопонимание
    - 1.2.3. Формировать оценку своих действий, поступков
    - 1.2.4. Формировать осмысление своих действий в системе отношений с миром, в котором живет человек
    - 1.2.5. Формировать цели.
  - 1.3. Формировать поведенческий компонент смысложизненных ориентаций
    - 1.3.1. Формировать самоуважение
    - 1.3.2. Формировать активные социальные контакты
    - 1.3.3. Формировать ценности самоактуализации
    - 1.3.4. Формировать самостоятельность
    - 1.3.5. Формировать гибкость в поведении

1.3.6. Формировать компетентность во времени

1.3.7. Формировать самопринятие

1.3.8. Формировать сохранение своей индивидуальности

Второй этап: после правильной постановки целей следует построение модели.

Проанализировав природу моделей, мы пришли к выводу, что разрабатываемая нами модель является смешанной – структурно-функциональной. Структурные компоненты модели, с одной стороны, раскрывают внутреннюю организацию работы (цель, задачи, содержание форм, методов, приемов). С другой – характеризуют процессуальный аспект этой работы (необходимые условия, этапы, их взаимосвязь и промежуточные результаты).

В параграфе 1.3 были определены следующие структурные компоненты смысловых ориентаций: когнитивный, рефлексивный и поведенческий. Это позволило выявить три блока в исследуемой модели: информационный, аналитический и практический.

Блок I: информационный

- 1) лекции
- 2) стендовые доклады
- 3) демонстрация видеофильмов.

Блок II: аналитический

- 1) дискуссии
- 2) сочинения.

Блок III: практический.

- 1) игровые упражнения
- 2) моделирование ситуаций.

Содержание компонентов изменяется в зависимости от уровня стихийно-эмпирического, эмпирического и теоретического.

Методологическую основу построения модели составляет теория поуровневого подхода.

Всякое развитие есть необратимое, направленное изменение материальных и идеальных объектов.

Накопление количественных характеристик процесса развития переходит на определенном уровне в новое качественное состояние. Критериями определения уровня являются: принадлежность элементов к разным классам сложностей, специфичность законов каждого уровня, подчинение законов и систем низших уровней законам и системам высших уровней; происхождение систем каждого последующего уровня из основных структур предыдущего. Механизм перехода с уровня на уровень: усложнение элементов, усложнение структуры, одновременное совершенствование элементов и структуры. По характеру модель идеальная и описательно-знаковая; по задачам моделирования – прогностическая; по степени точности – достоверно-приближенная; по объему абстрагирования свойств оригинала – относительно полная [88, с. 36].

Методологической базой для построения названной модели является теория познания. Формами отражения и познания объективной действительности являются категории и законы материалистической диалектики.

Теоретическое мышление воспроизводит объект познания методом восхождения от абстрактного к конкретному и подчиняется общей схеме процесса. По законам диалектического материализма человеческое отражение осуществляется на основе активной практической преобразовательной деятельности [38, с. 175].

Поэтому и процесс формирования СЖО студентов факультета психологии протекает не в форме созерцания действительности, а в виде организованных в систему действий, операций, создающих условия для осмысления своей жизни, разрешения внутренних противоречий, развития целей и ценностей.

Эти методологические позиции позволяют выявить в нашей модели 3 уровня ее функционирования: стихийно-эмпирический – низший,

эмпирический – уровень опыта, теоретический – уровень, который предполагается сформированность СЖО у студентов после реализации психолого-педагогической программы [см. Приложение, рисунок 1].

#### Стихийно-эмпирический уровень

Когнитивный компонент. Студенты имеют слабую выраженность стремления к приобретению знаний о смысле жизни. Осмысленные цели на будущее у них отсутствуют.

Рефлексивный компонент. На этом уровне студенты имеют слабую степень выраженности стремления к самосознанию, осмыслению и оценке собственных действий, поступков.

#### Поведенческий компонент.

У студентов не развиты навыки планирования своей жизни, стремление к дальнейшему саморазвитию, профессиональному росту.

#### Эмпирический уровень

Когнитивный компонент. На этом уровне происходит расширение знаний о смысле жизни. Появляется стремление к пониманию глубинных смыслов человеческого бытия; оценки, позволяющие выразить ценностные характеристики явлений действительности.

Рефлексивный компонент. На этом уровне идет активный процесс самопознания, анализ своих действий и поступков.

Поведенческий компонент. Оформляется умение планировать свою жизнь, находить способы достижения своих целей.

#### Теоретический уровень

Когнитивный компонент. У студентов сформированы представления о смысле жизни. Они проявляют стремление работать по профессии.

Рефлексивный компонент. Сформированы способности ориентироваться в мире, определяя главное, ставить цели и выбирать оптимальные способы взаимодействия с окружающей средой.

Поведенческий компонент. Студенты факультета психологии планируют свою жизнь с учетом личностных особенностей. Находят способы достижения целей.

Третий этап: проверка модели на достоверность.

После построения модели ее проверяют на достоверность, то есть на адекватность модели той реальной ситуации (процессу, явлению), которое она описывает.

Во-первых, необходима проверка того, все ли существенные компоненты ситуации встроены в модель.

Второй аспект проверки связан с установлением степени, в которой информация, получаемая с ее помощью, действительно помогает решать нашу проблему.

Четвертый этап: применение и обновление модели.

Обновление модели происходит достаточно часто, при изменении ситуации, которую она описывает. Поэтому важно прогнозировать и учитывать изменения, которые могут произойти в конкретной ситуации.

Таким образом, модель процесса формирования смысложизненных ориентаций студентов факультета психологии включает три взаимосвязанных и взаимообусловленных компонента: когнитивный, рефлексивный и поведенческий. Определение структурных компонентов позволило нам выявить три блока в исследуемой модели: информационный, аналитический и практический. В информационный блок входят лекции, стендовые доклады, демонстрация видеофильмов, аналитический блок включает дискуссии, сочинения, практический блок – игровые упражнения, моделирование ситуаций.

#### Выводы по первой главе

Тематике смысложизненных ориентаций посвящено достаточное количество работ (Б.Г.Ананьев, А.А.Бодалев, С.С.Бубновой, Г.А.Вайзера,

Е.Е.Вахромова, А.Г.Здравомыслова, Н.Л.Карповой, В.С.Мерлина, В.С.Мухиной, А.В.Суворова, Е.В. Шороховой, В.А.Ядова, В.Э.Чудновский).

Проблема управления формированием смысложизненных ориентаций является одной из актуальных психолого-педагогических проблем, 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.

Проведенный анализ состояния проблемы управления смысложизненными ориентациями позволил уточнить понятия: «смысл жизни» – это базовая мотивационная тенденция личности, направленная на осознание сущности собственного «Я», места в жизни, жизненного предназначения. Смысложизненные ориентации (СЖО) принято понимать как способ конструирования человеком собственной жизни с присущей ему системой ценностей, смыслов, целей.

В юношеском возрасте создаются предпосылки для проявления психологического новообразования – смысла жизни, которое развивается на основе становления главного мотива (жизненной цели), выявления и формулирования главной задачи, связанной с отдалённым будущим. Осознание смысложизненных ориентиров в этот период приобретает перспективную стратегическую направленность, свободу от влияния соблазнов ситуации и сиюминутных, импульсивных побуждений. Возраст юности характеризуется, прежде всего, тем, что внутренний мир и индивидуальные смысловые ориентации приобретают самостоятельность, переходящую в сверхценность. Формируются предпосылки для становления высшей системы регуляции, характерной для зрелой автономной личности – системы, основанной на логике свободного выбора.

По мнению В.Э. Чудновского, в основе структуры смысла жизни лежит иерархия «больших» и «малых» смыслов. Особенности «структурной

иерархии» обуславливают не только формально-динамическую, но во многом и содержательную характеристику этого феномена. Д.А. Леонтьев называет шесть видов смысловых структур, которые тесно связаны между собой: личностный смысл, смысловой конструкт, смысловую установку, смысловую диспозицию, мотив и личностную ценность. В контексте нашего исследования, мы определили взаимосвязанные и взаимообусловленные структурные компоненты: когнитивный, рефлексивный, поведенческий. Это позволило нам выявить три блока в исследуемой модели: информационный, аналитический и практический. В информационный блок входят лекции, стендовые доклады, демонстрация видеофильмов, аналитический блок включает дискуссии, сочинения, практический блок - игровые упражнения, моделирование ситуаций.

## **Глава 2. Исследование смысложизненных ориентаций студентов факультета психологии**

### **2.1. Этапы, организация, методы и методики исследования**

Целеполагание позволяет осуществить высокий уровень конкретизации любой деятельности. Этап постановки цели это самый главный и сложный этап процесса формирования смысложизненных ориентаций студентов факультета психологии. В контексте исследования, целью является формулировка проблемы. Правильная формулировка проблемы определяет успех ее решения.

Для нахождения цели важно знать, из чего она состоит. Состав цели лучше всего определить, разделив её на задачи нижестоящего уровня. По мнению В. И. Долговой, такая декомпозиция называется «деревом целей» [31, с. 49].

Представим дерево целей исследования формирования смысложизненных ориентаций студентов [см. Приложение 2, рисунок 2]

Генеральная цель внедрения: «Осуществить внедрение инновационных технологий в практику».

Далее проведена декомпозиция генеральной цели до уровня технологических задач соответствующего этапа внедрения. формирования СЖО у студентов факультета психологии.

На 1-ом этапе «Целеполагание внедрения по теме управление процессом формирования СЖО у студентов» были изучены необходимые документы, поставлены цели, разработаны этапы и программно-целевой комплекс по управлению процессом формирования СЖО у студентов.

На 2-ом этапе «Формирование положительной психологической установки на управление процессом формирования СЖО у студентов» была сформирована и выбрана положительная установка и мотивы управления процессом формирования СЖО у студентов и администрации ВУЗа. Так же



сформирована положительную реакцию на управления процессом формирования СЖО у студентов у всего коллектива и вера в свои силы по нововведению. формирования СЖО у студентов.

Третьим этапом было изучение теоретических основ управления процессом формирования СЖО у студентов, обсуждение в коллективе нормативные документов, изучение сущности предмета инновации и технологии управления процессом формирования СЖО у студентов.

На четвертом этапе опережающего управления процессом формирования СЖО у студентов было осуществитвлено пробное управления процессом формирования СЖО у студентов. Создана инициативная группа для опережающего управления процессом формирования СЖО у студентов. Так же были закреплены знания, полученные на предыдущем этапе и обеспечены условия инициативной группе для освоения технологии нововведения. И конечно проведена апробация технологии управления процессом формирования СЖО у студентов.

5-й этап фронтального управления процессом формирования СЖО у студентов осуществил фронтальное управления процессом формирования СЖО у студентов, был мобилизован весь коллектив на инновационную работу, усовершенствованы знания и умения, сформированные на предыдущих этапа, обеспечены условия для фронтального внедрения инновационной технологии.

На 6-ом этапе были усовершенствованы инновационной технологии по управлению процессом формирования СЖО у студентов, и знания и умения, сформированные на предыдущих этапах. Были обеспечены условия для совершенствования нововведения и самосовершенствования личности субъекта управления процессом формирования СЖО.

На финальном, 7-ом этапе наставничества было обеспечено распространение передового опыта нововведения, изучение опыта инновационной работы по управлению процессом формирования СЖО у студентов. Так же удалось обобщить опыт инновационной работы и

осуществить пропаганду передового опыта по управлению процессом формирования СЖО у студентов. Осуществить, наставничество над субъектами, приступающими к подобному внедрению и сберечь и углубить традиции работы по управлению процессом формирования СЖО у студентов.

Для проведения исследовательской работы была выбрана методика Д. А. Леонтьева «Тест смысложизненных ориентаций». Он представляет собой адаптированную версию теста «Цель в жизни» Дж. Крамбо и Л. Махолика, который был создан на основе концепции В. Франкла [см. Приложение 2, рисунок 3].

Нами диагностировался общий показатель осмысленности жизни.

Для оценки различий между двумя выборками по уровню исследуемого признака применялся критерий U Манна-Уитни. Применялась следующая формула:

$$U=(n_1 \cdot n_2)+ n_x \cdot (n_x+1) / 2 -T_x$$

Где  $n_1$  – количество испытуемых в выборке 1;

$n_2$  – количество испытуемых в выборке 2;

$T_x$  – большая из двух ранговых сумм;

$n_x$  – количество испытуемых в группе с большей суммой рангов.

Для оценки сдвигов значений исследуемого признака применялся критерий T Вилкоксона. Применялась формула:

$$T=\Sigma Rr;$$

Где  $Rr$  – ранговые значения сдвигов с более редким знаком.

Таким образом, были определены цели, этапы эксперимента, определены методы исследования. Для диагностики общего уровня осмысленности жизни мы использовали «Тест смысложизненных ориентаций» Д. А. Леонтьева.

## 2.2. Характеристика выборки и результаты констатирующего этапа

База исследования – студенты факультета психологии I и III курсов ЮУрГГПУ г. Челябинска, в количестве 50 человек.

Характеризуя выборку исследования, необходимо отметить, что «стержневые» образования профессионального самоопределения формируются в период профессионализации в вузе, на этапе становления личности [38, с.173].

Базу экспериментального исследования составили студенты факультета психологии ФГБОУ ВО «Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет». На констатирующем этапе эксперимента приняли участие студенты I и III курсов дневного отделения. Выборка включала 50 человек (25 студентов ЭГ и 25 студентов КГ). Возраст студентов дневной формы обучения находился в пределах 17 – 25 лет. По гендерному признаку состав выборки является неоднородным: 86% – девушки (43 человека), 14% – юноши (7 человек). Большую часть студентов, составляют девушки. Исследование гендерных особенностей формирования смысложизненных ориентаций в задачи экспериментального исследования не входило.

Студенты первого курса находятся на начальном этапе профессионального самоопределения. Качество подготовки студентов обеспечивалось сочетанием традиционных дисциплин, изучаемых в большинстве вузов, с новыми курсами, необходимыми для будущего специалиста. В первый год обучения у студентов еще недостаточно определено отношение к будущей профессии. Поступление в университет чаще всего обусловлено социальной необходимостью, желанием получить высшее образование. Свою дальнейшую жизнь студенты еще не связывают с направленностью их профессиональной подготовки. Поверхностное изучение учебных дисциплин на начальном этапе обучения, скорее всего, приведет к поверхностному освоению профессии.

Студенты 3 курса пребывают в уже привычной для себя социальной ситуации обучения в вузе, сложившихся взаимоотношений в учебном коллективе. Преобладание в учебном плане блока психологических дисциплин на третьем курсе, является предпосылкой активизации процесса профессионального самоопределения. В процессе прохождения на третьем курсе, различных видов практик (учебная, педагогическая, научно-исследовательская) и учебных дисциплин, у студентов формируется направленность и мотивированность на профессиональную деятельность.

Рассмотрим полученные результаты наблюдения компонентов СЖО студентов I и III курсов [см. Приложение 2, таблица 1].

Анализ результатов наблюдения, представленных на рис 3 показал, что у 52% (13 чел.) студентов III курса на констатирующем этапе элементы рефлексивного компонента смысложизненных ориентаций проявились на стихийно-эмпирическом уровне, у 40% (10 чел.) на эмпирическом, 8% (2 чел.) студентов показали теоретический уровень. У 56% (14 чел.) студентов I курса на констатирующем этапе элементы когнитивного компонента смысложизненных ориентаций проявились на стихийно-эмпирическом уровне, у 44% (11 чел.) [см. Приложение 2, рисунок 4].

Анализ результатов наблюдения, представленных на рис 4, показал, что у 48% (12 чел.) студентов III курса на констатирующем этапе элементы рефлексивного компонента смысложизненных ориентаций проявились на стихийно-эмпирическом уровне, у 44% (11 чел.) на эмпирическом, 8% (2 чел.) студентов показали теоретический уровень. У 68% (17 чел.) студентов I курса на констатирующем этапе элементы когнитивного компонента смысложизненных ориентаций проявились на стихийно-эмпирическом уровне, у 32% (8 чел.) на эмперическом [см. Приложение 2, рисунок 5].

На рис. 5 представлены результаты наблюдения сформированности поведенческого компонента смысложизненных ориентаций. У 56% (14 чел.) студентов III курса на констатирующем этапе элементы поведенческого компонента проявились на стихийно-эмпирическом уровне, у 40% (10 чел.)

на эмпирическом, 4% (1 чел.) студентов показали теоретический уровень. У 64 % (16 чел.) студентов I курса на констатирующем этапе элементы поведенческого компонента проявились на стихийно-эмпирическом уровне, у 36% (9 чел.) на эмпирическом [см. Приложение 2, рис.6].

У студентов III курса теоретический уровень сформированности компонентов смысложизненных ориентаций проявляется слабо. У студентов-первокурсников теоретический уровень не проявился. Таким образом, результаты наблюдения компонентов смысложизненных ориентаций на констатирующем этапе эксперимента свидетельствуют о стихийно-эмпирическом и эмпирическом уровне у студентов I курса.

Рассмотрим результаты методики Д. А. Леонтьева «Тест смысложизненных ориентаций» [см. Приложение 2, таблица 2].

Используя критерий Манна-Уитни, выявим достоверность различий между двумя выборками по общему уровню осмысленности жизни.

Общая сумма рангов:  $744,5 + 530,5 = 1275$

$$\Sigma R = 1275$$

Общая сумма рангов совпадает с расчетной, которая определяется по формуле:

$$\Sigma (R_i) = \frac{N * (N + 1)}{2}$$

Где N – общее количество ранжируемых наблюдений (значений).

$$\Sigma (R_i) = \frac{50 * (50 + 1)}{2} = 1275$$

Сформулируем гипотезы.

$H_0$ : Общий показатель ОЖ в группе студентов I курса не ниже общего показателя ОЖ в группе студентов III курса.

$H_1$ : Общий показатель ОЖ в группе студентов факультета психологии I курса ниже общего показателя ОЖ в группе студентов III курса.

Определим эмпирическую величину U.

$$U_{\text{эмп.}} = (25 * 25) + \frac{25 * (25 + 1)}{2} - 744,5 = 205,5$$

$$U_{\text{эмп.}}=205,5$$

$$U_{\text{кр.}}= \left. \begin{array}{l} 277(p \leq 0,05) \\ \text{и } 192(p \leq 0,01) \end{array} \right\}$$

Построим ось значимости [см. Приложение 2, рис.7].

$U_{\text{эмп.}} \leq U_{\text{кр.}}$  На уровне значимости  $p \leq 0,05$ . Следовательно,  $H_1$  принимается.

Итак, по результатам методики «Тест СЖО» Д. А. Леонтьева, мы можем констатировать, что общий показатель осмысленности жизни студентов I и III курсов различается.

Таким образом, по результатам констатирующего этапа было принято решение о формировании смысложизненных ориентаций студентов I курса.

Проведенная работа привела нас к созданию психолого-педагогической программы формирования смысложизненных ориентаций студентов, которая представлена в следующем параграфе.

### Выводы по второй главе

Во второй главе освещено исследование смысложизненных ориентаций студентов, были определены цели, этапы эксперимента, определены методы исследования. Построение дерева целей исследования позволило конкретизировать этапы работы. В нашем исследовании были использованы следующие методы: наблюдение, беседа, тестирование, анализ, психологический эксперимент и метод математической обработки данных. Была разработана программа наблюдения за динамикой компонентов СЖО. Для диагностики общего уровня осмысленности жизни студентов мы использовали методику Д. А. Леонтьева «Тест смысложизненных ориентаций».

Анализ результатов наблюдения на констатирующем этапе показал стихийно-эмпирический и эмпирический уровень сформированности компонентов СЖО студентов I курса. Теоретический уровень компонентов

СЖО у студентов I курса не проявился. У студентов III курса теоретический уровень компонентов СЖО проявлен слабо.

По результатам методики Д. А. Леонтьева «Тест смысложизненных ориентаций» мы констатировали, что общий показатель осмысленности жизни студентов I и III курсов различается.

Было принято решение о формировании смысложизненных ориентаций студентов I курса. Программа формирования смысложизненных ориентаций студентов основывается на комплексе психолого-педагогических условий, которые способствуют созданию в вузе среды творческой деятельности, комфортного психологического состояния для саморазвития студента, формированию когнитивного, рефлексивного и поведенческого компонентов СЖО.

### **Глава 3. Опытнo-экспериментальное исследование управления процессом формирования смысложизненных ориентаций студентов факультета психологии**

#### **3.1. Программа управления процессом формирования смысложизненных ориентаций студентов**

Цель программы – формировать смысложизненные ориентации студентов факультета психологии.

Задачи:

1. Формировать систему знаний о смысле жизни, смысложизненных ориентациях студентов факультета психологии.

2. Повысить уровень сформированности смысложизненных ориентаций студентов посредством психолого-педагогической коррекции когнитивного, рефлексивного и поведенческого компонентов.

3. Способствовать формированию личностной ориентации и интереса в профессии, мотивации в развитии личностных и профессионально необходимых качеств, готовности к деятельности.

Практическая направленность:

Программа может быть использована преподавателями факультетов педагогических вузов при планировании учебных занятий, при разработке спецкурсов и программ.

Организационно-методические требования к проведению программы

Целевая группа – студенты I курса факультета психологии педагогических вузов.

Программа формирования смысложизненных ориентаций у студентов факультета психологии рассчитана на 28 академических часа и состоит из 3 модулей продолжительностью от 6 до 12 часов [см. Приложение 3, таблица 3].



Программа формирования смысложизненных ориентаций студентов факультета психологии основывается на комплексе психолого-педагогических условий, которые способствуют созданию в вузе среды творческой деятельности, комфортного психологического состояния для саморазвития студента, формированию когнитивного, рефлексивного и поведенческого компонентов СЖО.

Содержание программы включает следующие формы работы: 1) информационный блок (лекции, стендовые доклады, демонстрация видеофильмов); 2) аналитический блок (дискуссии, сочинения); 3) практический (игровые упражнения, моделирование ситуаций).

В основе программы лежит групповая форма работы.

Специфика групповой работы заключается в целенаправленном использовании групповой динамики, то есть всей совокупности взаимоотношений и взаимодействий, возникающих между участниками группы.

Все практические занятия имеют единую структуру.

1. Вводная часть практических занятий всегда начинается с обратной связи, направлена на создание положительного настроения участников на работу в группе, атмосферы доверия. Студенты делятся своими впечатлениями о собственных переживаниях, настроении, чувствах.

2. Оглашение цели предстоящей групповой работы.

3. Введение правил и норм группы.

4. Основная часть включает в себя методы, приемы и техники, направленные на реализацию цели практического занятия.

5. Заключительная часть – подведение итогов работы. Осуществляется обратная связь, рефлексия, собственная оценка происходящему, обмен мнениями, интеграция опыта, закрепление позитивного состояния, прощание.

Работа включала упражнения развивающие рефлекссию, навыки целеполагания, мотивацию достижения, ценностные ориентации. В работе

использовались деловые и ролевые игры. Цель деловой игры – активизировать мышление студентов, повысить самостоятельность будущего специалиста, внести дух творчества в обучение, подготовить к профессиональной практической деятельности. Цель ролевой игры – отработка навыка и изменения неэффективного поведения в профессиональной деятельности. Описание работы [см. Приложение 3].

### **3.2. Анализ результатов процесса формирования смысло-жизненных ориентаций студентов факультета психологии**

Заключительный этап экспериментального исследования был направлен на обработку, обобщение, систематизацию и описание теоретических, экспериментальных выводов исследования и оформление результатов психолого-педагогического эксперимента, уточнение положений гипотезы.

Основными задачами данного этапа явились: обработка, анализ и систематизация результатов формирующего этапа эксперимента; формулировка выводов исследования и внедрение результатов исследования в практику.

Прежде чем анализировать изменения компонентов смысло-жизненных ориентаций студентов, дадим определения всех составляющих [см. Приложение 3, таблица 4].

Рассмотрим результаты наблюдения за динамикой компонентов СЖО студентов факультета психологии.

Нам представлены результаты наблюдения за динамикой когнитивного компонента СЖО студентов. После проведения формирующего эксперимента проявление элементов на стихийно-эмпирическом уровне снизилось до 12% (3 чел.), при этом на эмпирическом уровне возросло до

68% (17 чел.). Теоретический уровень проявлен у 20% (5 чел.) испытуемых [см. Приложение 3, рисунок 8].

Анализ результатов, представленных на рис. 8, показал, что в ЭГ элементы рефлексивного компонента на стихийно-эмпирическом уровне снизились до 8% (2 чел.). На эмпирическом уровне проявление элементов рефлексивного компонента СЖО возросло до 64% (16 чел.). Теоретический уровень проявился у 28% (7 чел.) испытуемых [см. Приложение 3, рисунок 9].

Анализ результатов наблюдения за динамикой компонентов СЖО, представленных на рис. 9, показал, что в ЭГ элементы поведенческого компонента на стихийно-эмпирическом уровне снизились до 8% (2 чел.). На эмпирическом уровне проявление элементов рефлексивного компонента СЖО возросло до 68% (17 чел.). Теоретический уровень проявился у 24% (6 чел.) испытуемых [см. Приложение 3, рисунок 10].

Рассмотрим результаты методики «Тест смысложизненных ориентаций» Д. А. Леонтьева.

Используя критерий Вилкоксона, направленность и выраженность изменений общего показателя ОЖ.

Общая сумма рангов совпадает с расчетной.

$$\sum (R_i) = \frac{25 * (25 + 1)}{2} = 231$$

Сформулируем гипотезы.

$H_0$ : Интенсивность сдвигов в сторону увеличения общего показателя ОЖ не превышает интенсивность сдвигов в сторону уменьшения общего показателя ОЖ.

$H_1$ : Интенсивность сдвигов в сторону увеличения общего показателя ОЖ превышает интенсивность сдвигов в сторону уменьшения общего показателя ОЖ.

Отметим нетипичные сдвиги. Сумма этих «редких» сдвигов составляет эмпирическое значение критерия Т.

Эмпирическое значение критерия Т:

$$T_{\text{эмп.}} = 4+1+4+8=17$$

$$T_{\text{кр.}} = \left. \begin{array}{l} 76(p \leq 0,05) \\ 48(p \leq 0,01) \end{array} \right\}$$

Построим ось значимости [см. Приложение 3, рисунок 11].

Итак, по методике «Тест СЖО» Д. А. Леонтьева, мы можем констатировать положительное изменение общего уровня осмысленности жизни у студентов I курса.

Анализ результатов диагностики после формирующего эксперимента показал, что достижение повышения возможно после реализации психолого-педагогической программы формирования смысложизненных ориентаций студентов.

Таким образом, гипотеза нашего исследования подтвердилась, а именно, доказано, что осмысление жизни может измениться в процессе реализации психолого-педагогической программы, включающей: 1) информационный блок (лекции, стендовые доклады, демонстрация видеофильмов); 2) аналитический блок (дискуссии, сочинения); 3) практический (игровые упражнения, моделирование ситуаций).

### **3.3 Рекомендации по управлению процессом формирования смысложизненных ориентаций студентов факультета психологии**

Студенты дневного отделения начинают обучение в вузе в возрасте 17-19 лет. Это время выбора жизненного пути. Юноши строят планы, которым суждено или не суждено будет сбыться в зрелости. Начинается реализация поставленных целей – работа по выбранной специальности, учеба в вузе, иногда создание семьи [48, с. 35].

В период студенчества идет дальнейшее формирование смысловой сферы личности, более того, в этом возрасте человек получает возможность и реально действовать на основе присваиваемых жизненных смыслов. Как утверждают признанные авторитеты в области возрастной психологии (Л. И. Божович, И.С. Кон, В.С. Мухина), в студенческом возрасте наиболее актуальными для юношей и девушек становятся темы поиска смысла собственного существования.

Смысложизненные ориентации организуют целостность жизнедеятельности, определяют способ бытия человека, выступая важнейшим критерием зрелости и психологического благополучия. СЖО это один из регуляторов социального поведения [66, с. 148].

Как считает Н.С. Пряжников, нахождение смысла жизни тесно связано с самореализацией, профессиональным самоопределением. Сущность профессионального самоопределения можно определить как поиск и нахождение личностного смысла в выбираемой, осваиваемой трудовой деятельности, а так же – нахождение смысла в самом процессе самоопределения [61, с. 38].

По мнению А.В. Батаршева, самореализация представляет собой осуществление возможного развития Я посредством собственных усилий в процессе содеятельности с другими людьми социума. Чаще всего в психологии самореализация рассматривается как процесс и результат реализации возможностей саморазвития Я (личностного и

профессионального). Самореализация как результат исследуется на уровне личностного развития на определенных временных отрезках жизненного пути человека (период завершения учебы в профессиональной школе, становление специалиста-профессионала, достижение высокого уровня профессионального мастерства и т.д.). Как считает автор, смысловые ориентации входят в структуру самореализации [8, с.81].

По мнению В. Франкла, стремление к смыслу помогает человеку выжить, вынести нечеловеческие условия, выдержать тяжелое испытание славой, почетом. Это невозможно при отсутствии «воли к смыслу», силы духа. «Упрямство духа» это его собственная формула. Дух упрям вопреки страданиям, которые может испытывать тело, вопреки разладу, который может испытывать душа. Духовность не исчерпывается религиозностью. « Богу, если он есть, важнее хороший ли вы человек, чем то, верите вы в него или нет» [79, с. 166]

Воля – психический процесс сознательной саморегуляции объектом своей деятельности и поведения, обеспечивающий преодоление трудностей на пути к достижению целей [54, с. 158].

Как считает В. Г. Асеев, для успешной реализации жизненных целей и смыслов необходимо развитие самостоятельности. Самостоятельность – это волевое свойство личности, выражающееся в умении по собственной инициативе ставить цели, находить пути их достижения и выполнять принятые решения. Самостоятельный человек не ждет подсказок, активно отстаивает свою точку зрения, уверен в правильности принятого решения, энергично борется за его осуществление [5, с. 104].

Как отмечает А.В. Батаршев, волевые свойства зависят от личностной ориентации субъекта. Такими свойствами так же является целеустремленность, решительность, настойчивость, выдержка, самообладание [8, с. 42].

Многие трудности юношеского возраста, по мнению Л.С. Выготского, объясняются не слабостью воли, как принято считать, а слабостью цели. Этот

процесс очень сложен и далеко не у всех он проходит оптимальным образом [24, с.143].

По мнению С. Бюлер, условием сохранения психического здоровья является обладание жизненными целями, адекватными внутренней сути личности. Причиной неврозов выступают не столько сексуальные проблемы и чувство неполноценности, сколько недостаток направленности, самоопределения. В связи с этим заслуживает внимания аспект смысложизненных ориентаций личности будущих специалистов [60, с. 381].

Современный процесс в вузе должен быть направлен не только на получение студентами знаний, но и создание условий формирования смысложизненных ориентаций будущего психолога, которые направляют поведение, определяют выбор целей, ценностей, жизненного пути, в том числе и профессионального [48, с. 16]. Мы считаем, что этому способствует создание духовных условий обучающей среды.

По мнению Н. Н. Тулькибаевой, Н. Н. Климентьевой, духовные условия обучающей среды предполагают ее особые условия, когда между учителем и учащимися возникают такие отношения, которые порождают духовную связь. Эти отношения лежат в основе подлинно человеческого общения. Учителем признается достоинство и ценность каждой личности. При таком общении возникает общность целей, радостей, порой неудач. Духовные условия обучающей среды могут в ней и отсутствовать. Если ценностями признается лидерство, соперничество, самоутверждение, отрицание авторитетов, и на этой основе строятся отношения между людьми, тогда вряд ли можно рассчитывать на взаимопонимание, доверие, поддержку. В таком случае внутреннее единство,, духовная связь участников процесса обучения не возникнет, что лишает человека важного для него духовного питания, которым он и живет [75, с. 146].

По мнению А. В. Серого, ценностно-смысловое развитие студентов может происходить при конструировании в образовательном процессе следующих условий, базовое из которых – включение студентов в

деятельность, направленную на самодиагностику, самоисследование и самопроектирование собственной жизненной позиции, своего жизненного пути – в ходе этой деятельности, направленной на саморазвитие студентов в ценностно-смысловом и организационно-деятельностном плане, необходимо конструировать психологические условия следующего уровня:

- Развитие рефлексивности как субъективной способности к исследованию собственной жизни и деятельности, ее процессов.
- Расширение личностного коммуникативного пространства субъекта как способа само- и взаимоэкспертизы его участников.
- Сопряжение ценностного и деятельностного плана жизни через целеполагание, планирование и проектирование способа реализации ценностей.
- Развитие способности к прогнозированию – предвидению результатов и последствий собственной деятельности и возможности их соотнесения с личностными ценностями [68, с. 73].

Профессиональная подготовка студентов является педагогической системой. Она представляет собой сочетание взаимосвязанных свойств, методов и процессов, которые необходимы для организации планомерного и целенаправленного педагогического влияния на формирование смысложизненных ориентаций. Важность периода юности для формирования СЖО, приобретения и осознания смысла жизни отмечается многими учеными (А. А. Бодалев, Г. А. Вайзер, Н. Л. Карпова, Д. А. Леонтьев, В.Э. Чудновский). В соответствии с теорией деятельности А. Н. Леонтьева СЖО (как цели) формируются на базе высших мотивов и, в свою очередь порождают определенный способ действий и операций, направленных на достижение целей. Н.И. Аркаева считает, что поведение студентов находится под влиянием структуры их СЖО, связанных не только с будущей педагогической профессией, но и всеми доминирующими для него жизненными сферами, можно определить и доминирующую направленность личности [30, с. 124].



Как утверждает Н. И. Аркаева, работы Л. И. Божович, А. Н. Леонтьева, Д. А. Леонтьева, С. Л. Рубинштейна имеют основополагающее значение для понимания проблемы формирования смысла жизни. Проведенный анализ психологических исследований позволяет обосновать условия формирования смысла жизни будущих специалистов. Условиями становления смысла жизни являются: мотивация учения, способность к рефлексии, формирование собственной картины мира, целеполагание, личностные ценности [38, с.173].

На основании трудов В. Г. Асеева, А.В. Батаршева, Л. И. Божович, Д. А. Леонтьева, Н.С. Пряжникова, С. Л. Рубинштейна, А. В. Серого, В. Франкла, определим психолого-педагогические рекомендации по формированию смысложизненных ориентаций студентов:

- 1.) формирование мотивации учения;
- 2.) развитие воли, духовное развитие;
- 3.) духовные условия обучающей среды;
- 4.) развитие самостоятельности;
- 5.) формирование навыков целеполагания;
- 6.) формирование ценностных ориентаций;
- 7.) развитие рефлексивности;
- 8.) формирование собственной картины мира;
- 9.) развитие способности к прогнозированию;
- 10.) профессиональное самоопределение.

Таким образом, в период студенчества идет дальнейшее формирование смысловой сферы личности, более того, в этом возрасте человек получает возможность и реально действовать на основе присваиваемых жизненных смыслов. В студенческом возрасте наиболее актуальными становятся темы поиска смысла собственного существования. В качестве рекомендаций по формированию смысложизненных ориентаций студентов, мы определили: формирование мотивации учения, развитие воли, духовное развитие, развитие самостоятельности, формирование навыков целеполагания, формирование ценностных ориентаций, развитие рефлексивности,

формирование собственной картины мира, развитие способности к прогнозированию, профессиональное самоопределение.

### Выводы по третьей главе

Основной целью опытно-экспериментальной работы явилась проверка сформулированной гипотезы исследования. Положения гипотезы проверялись в ходе опытно-экспериментальной работы.

Констатирующий этап опытно-экспериментальной работы показал стихийно-эмпирический и эмпирический уровень компонентов смысложизненных ориентаций у студентов факультета психологии I курса. Результаты диагностики общего показателя осмысленности жизни подтвердили достоверность различий общего показателя осмысленности жизни у студентов I и III курсов. Было принято решение о проведении психолого-педагогической программы у студентов I курса.

По результатам формирующего эксперимента можно сделать вывод о положительной динамике компонентов СЖО студентов I курса. По методике «Тест СЖО» Д. А. Леонтьева, мы можем констатировать положительное изменение общего уровня осмысленности жизни у студентов I курса.

Итак, формирующий этап эксперимента показал, что уровень осмысления жизни может измениться в процессе реализации психолого-педагогической программы, включающей: 1) информационный блок (лекции, стендовые доклады, демонстрация видеофильмов); 2) аналитический блок (дискуссии, сочинения); 3) практический (игровые упражнения, моделирование ситуаций).

В качестве рекомендаций по формированию смысложизненных ориентаций студентов, мы определили: формирование мотивации учения, развитие воли, духовное развитие, развитие самостоятельности, формирование навыков целеполагания, формирование ценностных ориентаций, развитие рефлексивности, формирование собственной картины

мира, развитие способности к прогнозированию, профессиональное самоопределение.

## Заключение

Актуальность проблемы формирования смысложизненных ориентаций у студентов обусловлена кардинальными преобразованиями в политической, экономической, духовной сферах нашего общества. Радикальные изменения в последние годы происходят в психологии, ценностных ориентациях и поступках людей всех возрастных групп.

Тематике смысложизненных ориентаций посвящено достаточное количество работ (Б.Г.Ананьев, А.А.Бодалев, С.С.Бубновой, Г.А.Вайзера, Е.Е.Вахромова, А.Г.Здравомыслова, Н.Л.Карповой, В.С.Мерлина, В.С.Мухиной, А.В.Суворова, Е.В. Шороховой, В.А.Ядова, В.Э.Чудновский).

Проблема формирования смысложизненных ориентаций является одной из актуальных психолого-педагогических проблем, 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.

Проведенный анализ состояния проблемы смысложизненных ориентаций позволил уточнить понятия: «смысл жизни» – это базовая мотивационная тенденция личности, направленная на осознание сущности собственного «Я», места в жизни, жизненного предназначения. Смысложизненные ориентации (СЖО) принято понимать как способ конструирования человеком собственной жизни с присущей ему системой ценностей, смыслов, целей.

В юношеском возрасте создаются предпосылки для проявления психологического новообразования – смысла жизни, которое развивается на основе становления главного мотива (жизненной цели), выявления и формулирования главной задачи, связанной с отдалённым будущим. Осознание смысложизненных ориентиров в этот период приобретает

перспективную стратегическую направленность, свободу от влияния соблазнов ситуации и сиюминутных, импульсивных побуждений. Возраст юности характеризуется, прежде всего, тем, что внутренний мир и индивидуальные смысловые ориентации приобретают самостоятельность, переходящую в сверхценность. Формируются предпосылки для становления высшей системы регуляции, характерной для зрелой автономной личности – системы, основанной на логике свободного выбора.

По мнению В.Э. Чудновского, в основе структуры смысла жизни лежит иерархия «больших» и «малых» смыслов. Особенности «структурной иерархии» обуславливают не только формально-динамическую, но во многом и содержательную характеристику этого феномена. Д.А. Леонтьев называет шесть видов смысловых структур, которые тесно связаны между собой: личностный смысл, смысловой конструкт, смысловую установку, смысловую диспозицию, мотив и личностную ценность. В контексте нашего исследования, мы определили взаимосвязанные и взаимообусловленные структурные компоненты: когнитивный, рефлексивный, поведенческий. Это позволило нам выявить три блока в исследуемой модели: информационный, аналитический и практический.

Построение дерева целей исследования позволило конкретизировать этапы работы. Была разработана программа наблюдения за динамикой компонентов СЖО. Для диагностики общего уровня осмысленности жизни студентов мы использовали методику Д. А. Леонтьева «Тест смысложизненных ориентаций».

Анализ результатов наблюдения на констатирующем этапе показал стихийно-эмпирический и эмпирический уровень сформированности компонентов СЖО студентов I курса. Теоретический уровень компонентов СЖО у студентов I курса не проявился. У студентов III курса теоретический уровень компонентов СЖО проявлен слабо.

По результатам методики Д. А. Леонтьева «Тест смысложизненных ориентаций» мы констатировали, что общий показатель осмысленности

жизни студентов I и III курсов различается.

Было принято решение о формировании смысложизненных ориентаций студентов I курса. Программа формирования смысложизненных ориентаций студентов факультета психологии основывается на комплексе психолого-педагогических условий, которые способствуют созданию в вузе среды творческой деятельности, комфортного психологического состояния для саморазвития студента, формированию когнитивного, рефлексивного и поведенческого компонентов СЖО.

По результатам формирующего эксперимента можно сделать вывод о положительной динамике компонентов СЖО студентов I курса факультета психологии. По методике «Тест СЖО» Д. А. Леонтьева, мы можем констатировать положительное изменение общего уровня осмысленности жизни у студентов I курса.

Итак, формирующий этап эксперимента показал, что уровень осмысления жизни может измениться в процессе реализации психолого-педагогической программы, включающей: 1) информационный блок (лекции, стендовые доклады, демонстрация видеофильмов); 2) аналитический блок (дискуссии, сочинения); 3) практический (игровые упражнения, моделирование ситуаций).

В качестве рекомендаций по управлению процессом формирования смысложизненных ориентаций студентов, мы определили: формирование мотивации учения, развитие воли, духовное развитие, развитие самостоятельности, формирование навыков целеполагания, формирование ценностных ориентаций, развитие рефлексивности, формирование собственной картины мира, развитие способности к прогнозированию, профессиональное самоопределение.

Выдвинутая гипотеза подтвердилась, цели работы достигнуты, задачи выполнены.

## Библиографический список

1. Акопов Г. В. Проблема сознания в психологии. Отечественная платформа [Текст]; Сам. Гос. Пед. Ун-т, Каф. Психологии. – Самара: Изд-во Самар. Гос. Пед. Ун-та, 2002 г. – 206 с.
2. Асмолов А. Г. Психология личности: Принципы общепсихологического анализа. – М.:Смысл: Академия, 2002. – 414 с.
3. Адлер А. Понять природу человека. – СПб.: Академический проект, 2011. – 256 с.
4. Ананьев Б. Г. Человек как предмет познания. – М.: Питер, 2010. – 288 с.
5. Асеев В.Г. Личность и значимость побуждений. – М.: ИПРАН,1993. – 224с.
6. Абульханова-Славская К. А. Развитие личности в процессе жизнедеятельности // Психология формирования и развития личности. М., 1981. – 340с.
7. Анцыферова Л. И. К психологии личности как развивающейся системы / Психология формирования и развития личности. – М., 1981. – 293с.
8. Батаршев А. В. Учебно-профессиональная мотивация молодежи : учеб. Пособие для студ. Высш. Учеб. Заведений / А. В. Батаршев. – М. : Издательский центр «Академия», 2009, – 192 с.
9. Бодалев А. А. О смысле жизни человека, его акме и взаимосвязи между ними // Мир психологии. – 2001. – №2(26). – С.54 – 58.
10. Бражникова А.Н. Ещё раз о профессии «психолог» // Психология и школа. – 2004. – №4. – С.31-35.
11. Богачева И. Г. Смыложизненные ориентации учащихся в различных образовательных средах: автореф. Дис. ...канд. Психол. Наук: 19. 00.07. – Самара, 2010. – 24 с.
12. Бостанджиева Т. М. Проблема освоения профессиональными психологами психологического содержания в личностно-ориентированном подходе // Инновации в образовании. – 2003. – №4. – с.49 – 56.

13. Божович Л. И. Проблемы формирования личности: Избранные психологические труды (под ред. Фельдштейна Д.И). – М.: Издание 2-е/3-е , серия: Психологи отечества. 2001. – 352с.
14. Братусь Б. С. Смысловая сфера личности // Психология личности в трудах отечественных психологов (Серия « Хрестоматия по психологии»). – Спб.: Изд-во «Питер», 2000. – 480 с.
15. Буюкас Т. М. О проблемах становления чувства самоидентичности у студентов-психологов // Вопросы психологии. – 2000. – №1. – С.56 – 63.
16. Бубнова С. С., Крылов В. Ю. Ценностные ориентации личности как система с многомерной структурой // Психологическая наука: традиции, современное состояние, перспективы. – М. – 1997. – с. 136 – 46.
17. Вайзер Г. А. Психологические аспекты смысла жизни и «акме» // Вопросы психологии. – 2003. - №4. – 110 – 114с.
18. Вербицкий А. А. Формирование познавательной и профессиональной мотивации студентов. – СПб.: Питер, 2004. – 496с.
19. Вахромов Е. Е. Психологические концепции развития человека: теория самоактуализации. – М.: М.: Международ. Пед. Академия. – 2001. – 216 с.
20. Вачков И. В. Основы технологии группового тренинга. Психотехники. – М.: Изд-во «Ось», 2008. – 256с.
21. Вайзер Г. А. Отношение старшеклассников к проблеме смысла жизни // Психологические, философские и религиозные аспекты смысла жизни: материалы 3 – 5 симпозиумов / под. Ред.В.Э. Чудновского. – М., 2001. – с. 32 – 38.
22. Василюк Ф. Е. Психология переживания. – М.: Изд-во Моск. Ун-та, 1984. – 200с.
23. Вилюнас В. К. Теория деятельности и проблемы мотивации. – М.: Изд-во Моск. Ун-та, 1983. С.191 – 200.
24. Выготский Л. С. Собрание сочинений. – Т.4. – М., Изд-во «Смысл» 2008. – 1136 с.



25. Гольшева З. В. Особенности смысложизненных ориентаций старшеклассников // Современные проблемы смысла жизни в акме: материалы 6-7 симпозиумов ПИ РАО / под ред. А.А. Бодалева, В.Э. Чудновского, Н.Л. Карповой, Г.А. Вайзер. – М. – Самара, 2002. – С. 299 – 306.
26. Головаха Е. И. Жизненная перспектива и профессиональное самоопределение молодежи. – Киев: изд-во «Наукова думка», 2007. – 225с.
27. Глауберг И. В. Системный подход как современное общенаучное направление. Диалектика и системный подход: монография. – М.: Изд. Моск. Ун-та, 1986. – 139с.
28. Дергач А. А. Акмеологические стратегии развития/ Монография. М.: Изд-во РАГС, 2006. – 184с.
29. Долгова В. И. Акмеология управления (на примере инновационной деятельности кадров государственной службы): монография/ В.И. Долгова, П.Т. Долгов. – Челябинск: ЧГПУ, 2007. – 308с.
30. Долгова В. И., Аркаева Н. И. Смысложизненные ориентации: формирование и развитие. – Челябинск: ООО «Искра-Профи», 2012. – 230 стр.
31. Долгова В. И. Готовность к инновационной деятельности в образовании: монография / В. И. Долгова. – М. : КДУ, 2009,. – 228 с. : ил., табл.
- В. И. Долгова, О. А. Шумакова – М. : КДУ, 2009. – 96 с. : табл., ил.
32. Долгова В. И. Инновационная культура: сущность и составляющие //Вестник Челябинского государственного педагогического университета. – 2008. – №2. – С.23 – 35.
33. Долгова В. И., Шаяхметова В. К. Инвариантность профессионально важных качеств: Монография. – Челябинск: ООО « Издательство РЕКПОЛ», 2009. – 315с.
34. Елисеев О. П. Практикум по психологии личности. – СПб.: Изд-во «Питер», 2005. – 560с.

35. Здравомыслов А. Г. Потребности, интересы, ценности. – М.: Политиздат, 1986. – 221с.
36. Завалишина Д. Н. Динамика ценностно-смыслового отношения субъекта к профессиональной деятельности // Психологические, философские и религиозные аспекты смысла жизни. – М. – 2001. – 127 – 130с.
37. Зеер Э. Ф. Личностно-ориентированные технологии профессионального развития специалиста. – Екатеринбург: Изд-во Урал. Гос. Проф. Пед. Ун-та,
38. Инновационная культура бакалавров и магистров психолого-педагогического образования: монография. – СПб.: ООО «Книжный Дом», 2011. – 226с.
39. Кант И. Критика чистого разума: монография . – М.: Мысль, 2009. – 736с.
40. Климов Е. А. Психология профессионала / Е.А. Климов. – М.: Изд-во Ин-та практ. Психологии; Воронеж: НПО «МОДЭК», 2007. – 400с.
41. Кон И. С. Психология ранней юности. – М.: Academia, 2003. – 214с.
42. Краевский В. В. Методология педагогического исследования. – Самара: Изд-во Самарского гос. Пед. Ун-та, 1998. – 214с.
43. Кулагина И. Ю. Возрастная психология / И.Ю.Кулагина. - М.: Аспект, 1997. – 376с.
44. Леонтьев А. Н. Деятельность. Сознание. Личность. М.: Политиздат, 2005. – 304с.
45. Леонтьев Д. А. Тест смысложизненных ориентаций. – М.: Смысл, 2000. – 18с.
46. Леонтьев Д. А. Самореализация и сущностные силы человека. – М.: Мысль, 2005. – 318с.
47. Леонтьев Д. А. Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой реальности. – М.: Смысл, 2009. – 511с.
48. Лисовский В. Т., Дмитриев А. В. Личность студента. – СПб: Речь, 2004. – 210 с.
49. Москаленко А. Т, Сержантов В. Ф. Смысл жизни и личность. – Новосибирск, 1989. – 205с.

50. Маслоу А. Психология бытия: монография. – М.: Ваклер, 2002. – 315с.
51. Мясищев В.Н. Психология отношений. – Воронеж: Институт практической психологии: НПО МОДЕКС, 1995. – 356 с.
52. Мечников И. И. Некоторые вопросы методологии и методики социологического исследования студенческого коллектива: автореферат Дис...канд. Пед. Наук. – М., 1999. – 16 с.
53. Мухина В. С. Возрастная психология [Текст] / В. С. Мухина. – М.: Изд. Дом Академия, 1998. – 456 с.
54. Новейший психологический словарь /сост.В.Б. Шапарь, В.Е. Россоха. – Ростов н /Д.: Феникс, 2006. – 808с.
55. Новая философская энциклопедия: В 4т/ Ин-т философии РАН и др. М.: Мысль, 2001. – Т.4 – 605с.
53. Олпорт Г. Становление личности. Избранные труды. – М.: Смысл, 2002. – 462 с.
56. Обуховский К. Психология влечений человека. – М., 1972. – 247с.
57. Ожегов, С. И. Толковый словарь русского языка. – М.: Русс. Яз., 2011. – 736 с.
58. Оксфордский толковый словарь по психологии /под ред.А. Ребера – М., 2002. – 467с.
59. Петров И. Т. Смысл как рефлексивное отношение человеческого бытия [Текст] / И.Т. Петров // Мир психологии. – 200.– № 2. – С. 26 – 35.
60. Практическая психология образования: Учебное пособие 4-е изд. / Под редакцией И. В. Дубровиной – СПб.: Питер, 2007. – 592 с.: ил.
61. Пряжников Н. С. Профессиональное самоопределение: теория и практика : пособие для студ. Высш. Учеб. Заведений /Н. С. Пряжников. – М. : Издательский центр «Академия», 2008. – 320 с.
62. Психология [Текст] : слов. / под общ. Ред. А.В. Петровского, М.Г. Ярошевского. – 2-е изд., испр. И доп. – М.: Политиздат, 1990. – 494 с.
63. Психология личности. Учебное пособие /под ред. Проф. П.Н. Ермакова, проф. В. А. Лабунской. – М.: Эксмо, 2007 – 653с.

64. Психология с человеческим лицом [Текст]: гуманист. Перспектива в постсов. Психологии / под ред. : Д. А. Леонтьева, В.Г. Щур. – М.: Смысл, 1997. – 336 с.
65. Рубинштейн С. Л. Человек и мир (отрывки из рукописи) // Методологические и теоретические проблемы психологии. – М., 1969. – 363с.
66. Сапогова Е. Е. Психология развития человека: Учебное пособие для студентов вузов / Е. Е. Сапогова. – М.: Аспект Пресс, 2005. – 460 с.
67. Сапогова И. А. Особенности формирования ценностных ориентаций у старшеклассников // Педагогика развития и перемены в российском образовании: материалы 2-й науч. – практ. Конф. – Красноярск, 1995. – С.147 –148.
68. А. В. Серый// Личностное развитие: прогностические модели, факторы, вариативность (коллективная монография). – Томск, ТГПУ, 2008. – С.71 – 93.
69. Серый А. В. Система личностных смыслов: структура, функции, динамика. – Кемерово: Кузбассвуиздат, 2004. – 272с.
70. Сыманюк Э. Э. Стратегии профессионального самосохранения личности // Мир психологии. – 2005. – №1 – С.156 – 140.
71. Сорокина, О. В. Развитие креативности как профессионально-значимого качества личности у студентов-психологов: автореф. Канд. Психол. Наук. – Москва, 2004. – 157с.
72. Тесля, Е. Б. Формирование смыслов профессиональной деятельности будущих педагогов // Педагогическое образование и наука. – 2005. – №5. – С.43-44.
73. Тареев, М. Цель и смысл жизни. – М., 1994. – 370с.
74. Трубецкой, Е. Смысл жизни / Е. Трубецкой. – М., 1994.
75. Тулькибаева Н. Н., Климентьева Н. Н. Духовное развитие школьников в учебно-воспитательном процессе: концепция, ее применение: монография / Н. Н. Тулькибаева, Н. Н. Климентьева. – Челябинск: Изд-во Челяб. Гос. Пед. Ун-та, 2011. – 339 с.

76. Устьянцева, И. Ю. Формирование ценностно-смыслового отношения студентов педагогического колледжа к личностно-профессиональному саморазвитию: дисс...канд. Психол. Наук. – Екатеринбург, 2009. – 196с.
77. Философский энциклопедический словарь /под.ред. Е.Ф. Губского, Г.В. Кораблёва, В.А. Лутченко. – М.: ИНФРА,2006. – 576с.
78. Франк С. Смысл жизни: Антология / Сост., общ. Ред., предисл. И прим. Н.К. Гаврюштина. – М., 1994.
79. Франкл В. Человек в поисках смысла. – М.: Прогресс,1990. – 368с.
80. Фрейд З. «Я» и «Оно» // Тр. Разных лет. – Тбилиси, 1991.
81. Фромм Э. Душа человека. – М.: Изд-во «АСТ», «АСТРЕЛЬ», 2010. – 256 с.
82. Хуторской А.В. Дидактическая эвристика. Теория и технология креативного обучения. – М.: Изд-во МГУ, 2003. – 416с.
83. К проблеме адекватности смысла жизни // Мир психологии. – 1999. – №2. – С.74 – 80.
84. Чудновский В.Э. Проблема становления смысложизненных ориентаций личности // Психол. Журн. – 2004б. – Т.25, №6.
85. Чудновский В.Э. Становление личности и проблема смысла жизни: Избранные труды. – М.: Изд-во Московского психолого-социального института, 2006. – 768с.
86. Шмелёв А.Г. Основы психодиагностики:/ учебное пособие для студ. Педвузов /А.Г. Шмелёв. – Ростов-н/Д.: Феникс, 1996. – 544с.
87. Шумакова О.А. Освоение опыта инновационной культуры: практика психотехнологического содействия /О.А. Шумакова // Вестник Челябинского государственного педагогического университета. – 2008. – №8. – С.117 – 129.
88. Ясвин В.А. Психологическое моделирование образовательной среды Психологический журнал. – 2000. – Т.21. - №4. – С.81 – 88.
89. Яницкий М.С. Ценностно-смысловая парадигма как методологическая основа оценки и прогнозирования развития личности [Текст]/М.С. Яницкий,

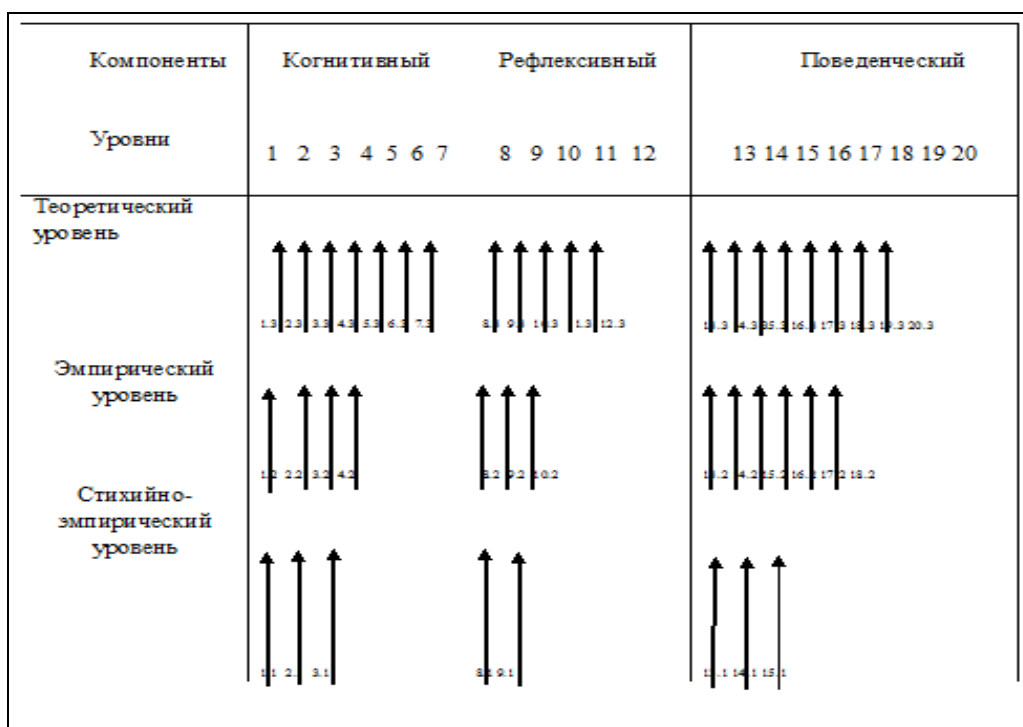


Рис. 1 Модель формирования смысложизненных ориентаций студентов факультета психологии

Условные обозначения:

Когнитивный компонент:

1. Формировать стремление к приобретению знаний о смысле жизни, ценностях, целях
2. Формировать осмысленность жизни
3. Формировать сензитивность
4. Формировать представления о сфере обучения и образования
5. Формировать познавательные потребности
6. Формировать креативность
7. Формировать представление о природе человека

Рефлексивный компонент:

8. Формировать стремление к самопознанию
9. Формировать самопонимание
10. Формировать оценку своих действий, поступков
11. Формировать осмысление своих действий в системе отношений с миром, в котором живет человек
12. Формировать цели.

Поведенческий компонент:

13. Формировать самоуважение
14. Формировать активные социальные контакты
15. Формировать ценности самоактуализации
16. Формировать самостоятельность
17. Формировать гибкость в поведении
18. Формировать компетентность во времени
19. Формировать самопринятие
20. Формировать сохранение своей индивидуальности

Примечание:

Первое число обозначает условный порядковый номер элементов СЖО, раскрывающих содержание когнитивного, рефлексивного и поведенческого компонентов. Второе число обозначает уровень проявления элемента. 1 – соответствует стихийно-эмпирическому уровню, 2 – соответствует эмпирическому уровню, 3 – соответствует теоретическому уровню.

Уровень сформированности компонентов СЖО студентов факультета психологии I и III курсов

Студенты III курса				Студенты I курса			
n <sub>1</sub>	Уровень			n <sub>2</sub>	Уровень		
	К	Р	П		К	Р	П
1	Н	С	С	1	С	С	Н
2	Н	Н	Н	2	Н	Н	Н
3	Н	С	Н	3	Н	Н	Н
4	С	Н	С	4	С	Н	С
5	В	С	В	5	Н	С	С
6	Н	Н	Н	6	Н	Н	Н
7	Н	В	С	7	С	С	С
8	Н	Н	Н	8	Н	Н	Н
9	Н	Н	С	9	С	Н	С
10	С	С	С	10	С	Н	Н
11	Н	С	Н	11	С	С	С
12	С	Н	Н	12	Н	Н	Н
13	С	Н	С	13	С	С	Н
14	Н	Н	Н	14	Н	Н	Н
15	С	С	Н	15	Н	Н	Н
16	Н	Н	С	16	С	Н	Н
17	В	Н	С	17	С	С	С
18	С	С	Н	18	Н	Н	Н
19	Н	В	Н	19	Н	Н	С
20	С	Н	Н	20	Н	Н	Н
21	Н	С	С	21	С	С	Н
22	С	С	Н	22	Н	Н	Н
23	С	С	С	23	С	Н	С
24	С	Н	Н	24	Н	Н	Н
25	Н	С	Н	25	Н	С	С

К – когнитивный компонент СЖО  
 Р – рефлексивный компонент СЖО  
 П – поведенческий компонент СЖО  
 Н – низкий уровень  
 С – средний уровень  
 В – высокий уровень



Дерево целей

Генеральная цель внедрения: «Осуществить внедрение инновационных технологий в практику».

Далее проведена декомпозиция генеральной цели до уровня технологических задач соответствующего этапа внедрения.

7. Этап целеполагания внедрения. Осуществить прогнозирование внедрения управления процессом формирования СЖО у студентов.

1.1. Изучить нормативные документы по управления процессом формирования СЖО у студентов.

1.2. Поставить цели управления процессом формирования СЖО у студентов.

1.3. Осмыслить этапы управления процессом формирования СЖО у студентов.

1.4. Разработать программно-целевой комплекс управления процессом формирования СЖО у студентов.

2. Этап формирования положительной установки и мотивов управления процессом формирования СЖО у студентов. Сформировать положительную установку и мотивы управления процессом формирования СЖО у студентов.

2.1. Выработать положительную установку на управления процессом формирования СЖО у студентов у администрации.

2.2. Сформировать положительную реакцию на управления процессом формирования СЖО у студентов у всего коллектива.

2.3. Сформировать веру в свои силы по нововведению.

3. Этап изучения теоретических основ управления процессом формирования СЖО у студентов. Изучить теоретические основы управления процессом формирования СЖО у студентов.

3.1. Обсудить в коллективе нормативные документы по управлению процессом формирования СЖО у студентов.

3.2. Изучить сущность предмета инновации.

3.3. Изучить технологию управления процессом формирования СЖО у студентов.

4. Этап опережающего управления процессом формирования СЖО у студентов. Осуществить пробное управления процессом формирования СЖО у студентов.

4.1. Создать инициативную группу для опережающего управления процессом формирования СЖО у студентов.

4.2. Закрепить и углубить знания, полученные на предыдущем этапе.

4.3. Обеспечить инициативной группе условия для освоения технологии

нововведения.

4.4. Апробировать технологию управления процессом формирования СЖО у студентов.

5. Этап фронтального управления процессом формирования СЖО у студентов.

Осуществить фронтальное управления процессом формирования СЖО у студентов.

5.1. Мобилизовать весь коллектив на инновационную работу.

5.2. Совершенствовать знания и умения, сформированные на предыдущих этапах.

5.3. Обеспечить условия для фронтального внедрения инновационной технологии.

5.4. Освоить всем коллективом инновационную технологию.

6. Этап совершенствования.

Обеспечить совершенствование инновационной технологии по управлению процессом формирования СЖО у студентов.

6.1. Совершенствовать знания и умения, сформированные на предыдущих этапах.

6.2. Обеспечить условия для совершенствования нововведения.

6.3. Обеспечить условия для совершенствования и самосовершенствования личности субъекта управления процессом формирования СЖО.

7. Этап наставничества.

Обеспечить распространение передового опыта нововведения.

7.1. Изучить опыт инновационной работы по управлению процессом формирования СЖО у студентов.

7.2. Обобщить опыт инновационной работы.

7.3. Осуществить пропаганду передового опыта по управлению процессом формирования СЖО у студентов.

7.4. Осуществить, наставничество над субъектами, приступающими к подобному внедрению.

7.5. Сберечь и углубить традиции работы по управлению процессом формирования СЖО у студентов.

Рисунок 3

Тест смысложизненных ориентаций (СЖО) Д.А. Леонтьева

Интерпретация субшкал

1. Цели в жизни. Баллы по этой шкале характеризуют наличие или отсутствие в жизни испытуемого целей в будущем, которые придают жизни осмысленность, направленность и временную перспективу. Низкие баллы по этой шкале даже при общем высоком уровне ОЖ будут присущи человеку, живущему сегодняшним или вчерашним

днем. Вместе с тем высокие баллы по этой шкале могут характеризовать не только целеустремленного человека, но и прожектёра, планы которого не имеют реальной опоры в настоящем и не подкрепляются личной ответственностью за их реализацию. Эти два случая несложно различить, учитывая показатели по другим шкалам СЖО.

2. Процесс жизни, или интерес и эмоциональная насыщенность жизни. Содержание этой шкалы совпадает с известной теорией о том, что единственный смысл жизни состоит в том, чтобы жить. Этот показатель говорит о том, воспринимает ли испытуемый сам процесс своей жизни как интересный, эмоционально насыщенный и наполненный смыслом. Высокие баллы по этой шкале и низкие по остальным будут характеризовать гедониста, живущего сегодняшним днем. Низкие баллы по этой шкале — признак неудовлетворенности своей жизнью в настоящем; при этом, однако, ей могут придавать полноценный смысл воспоминания о прошлом или нацеленность в будущее.

3. Результативность жизни, или удовлетворенность самореализацией. Баллы по этой шкале отражают оценку пройденного отрезка жизни, ощущение того, насколько продуктивна и осмысленна была прожитая ее часть. Высокие баллы по этой шкале и низкие по остальным будут характеризовать человека, который доживает свою жизнь, у которого все в прошлом, но прошлое способно придать смысл остатку жизни. Низкие баллы — неудовлетворенность прожитой частью жизни.

4. Локус контроля-Я (Я — хозяин жизни). Высокие баллы соответствуют представлению о себе как о сильной личности, обладающей достаточной свободой выбора, чтобы построить свою жизнь в соответствии со своими целями и представлениями о ее смысле. Низкие баллы — неверие в свои силы контролировать события собственной жизни.

5. Локус контроля-жизнь, или управляемость жизни. При высоких баллах — убеждение в том, что человеку дано контролировать свою жизнь, свободно принимать решения и воплощать их в жизнь. Низкие баллы — фатализм, убежденность в том, что жизнь человека неподвластна сознательному контролю, что свобода выбора иллюзорна и бессмысленно что-либо загадывать на будущее.

Обработка результатов сводится к суммированию числовых значений для всех 20 шкал и переводу суммарного балла в стандартные значения (процентили). Восходящая последовательность градаций (от 1 до 7) чередуется в случайном порядке с нисходящей (от 7 до 1), причем максимальный балл(7) всегда соответствует полюсу наличия цели в жизни, а минимальный балл(1) – полюсу ее отсутствия.

Общий показатель ОЖ – все 20 пунктов.

Субшкала 1 (цели) – 3,4,10, 16, 17, 18.

Субшкала 2 (процесс) – 1, 2, 4, 5, 7, 9.

Субшкала 3 (результат) – 8, 9, 10, 12, 20.

Субшкала 4 (локус контроля – Я) – 1, 15, 16, 19.

Субшкала 5 (локус контроля – жизнь) – 7, 10, 11, 14, 18, 19.

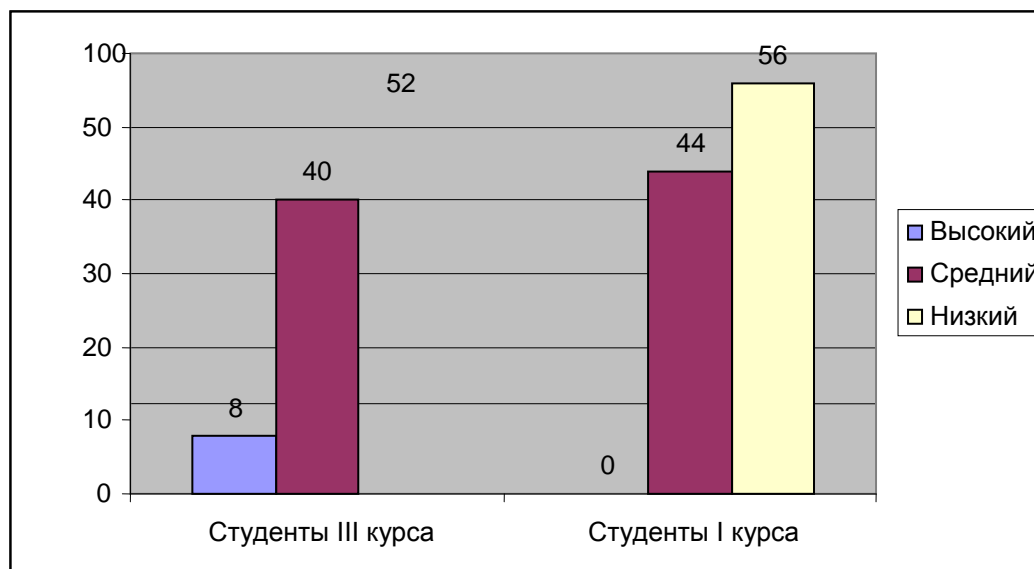


Рис. 4. Уровень сформированности когнитивного компонента СЖО студентов факультета психологии I и III курсов.

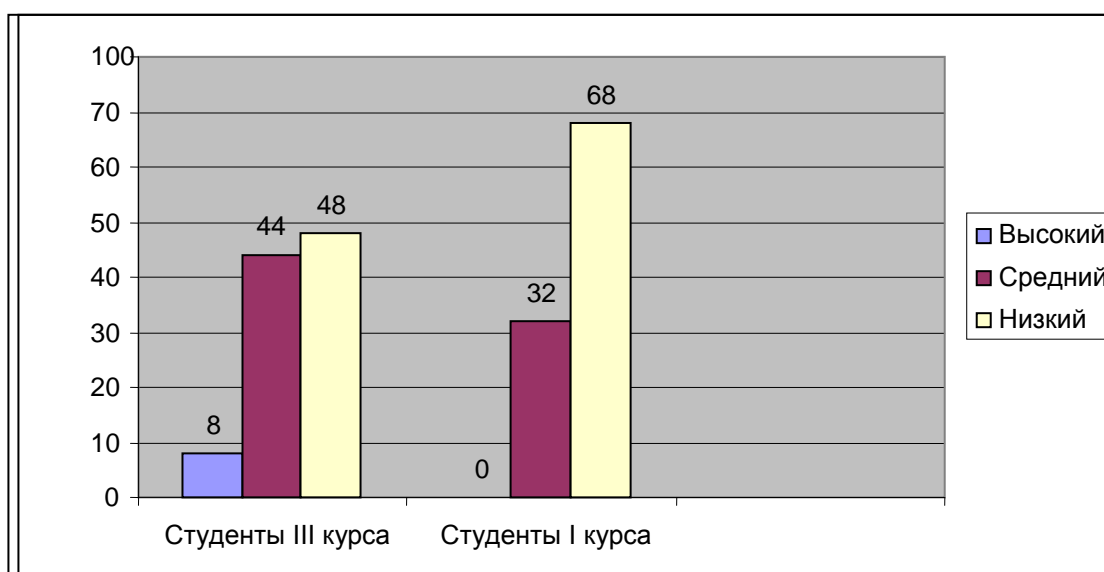


Рис. 5. Уровень сформированности рефлексивного компонента СЖО студентов I и III курсов.

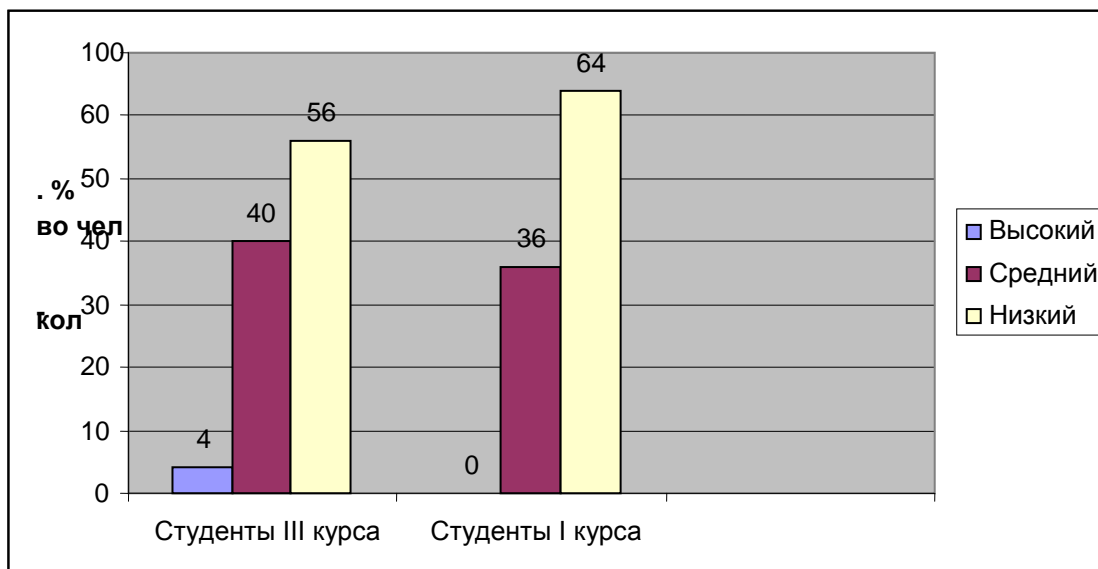


Рис. 6. Уровень сформированности поведенческого компонента СЖО студентов I и III курсов.

Таблица 2

Индивидуальные значения общего показателя ОЖ студентов факультета психологии I и III курсов

Студенты III курса		Студенты I курса	
n <sub>1</sub>	Общий показатель ОЖ	n <sub>2</sub>	Общий показатель ОЖ
1.	95	1.	100
2.	81	2.	87
3.	94	3.	91
4.	105	4.	99
5.	96	5.	72
6.	107	6.	89
7.	110	7.	101
8.	83	8.	64
9.	87	9.	102
10.	84	10.	94
11.	102	11.	99
12.	94	12.	83
13.	98	13.	100
14.	101	14.	68
15.	84	15.	77
16.	96	16.	99
17.	77	17.	92
18.	100	18.	75
19.	92	19.	82
20.	103	20.	85
21.	91	21.	95
22.	98	22.	72
23.	98	23.	97
24.	100	24.	83
25.	99	25.	84

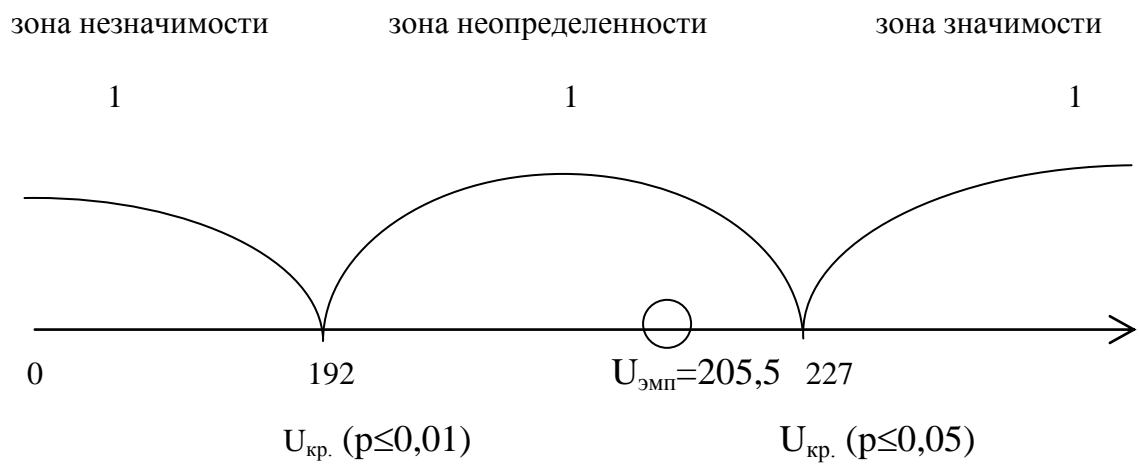


Рис.7. Ось значимости

$U_{эмп.} \leq U_{кр.}$  на уровне значимости  $p \leq 0,05$ . Следовательно,  $H_1$  принимается.

## Учебно-тематический план

№	Тематическое содержание	Лекции	Самост. работа	Лаборат. работа
1	Модуль 1 «Формирование когнитивного компонента смысложизненных ориентаций у студентов-психологов»	4	2	4
2	Модуль 2 «Формирование рефлексивного компонента смысложизненных ориентаций у студентов-психологов».	2	2	2
3	Модуль 5 «Формирование поведенческого компонента смысложизненных ориентаций у студентов-психологов»	2	8	2
	Итого: 28ч.	8	12	8

## Содержание занятий

Модуль 1. «Формирование когнитивного компонента смысложизненных ориентаций студентов факультета психологии».

Цель – формировать когнитивный компонент смысложизненных ориентаций у студентов-психологов.

Задачи:

1. Ознакомить студентов с теоретическими представлениями о феномене смысла жизни.
2. Изучить психологические составляющие смысла жизни и его формально-динамические характеристики: «инертность смысла жизни, «масштабы» смысла жизни, динамика и иерархия смыслов.
3. Охарактеризовать различные аспекты оптимального смысла жизни как психологического феномена, рассмотреть взаимосвязь между уровнем сформированности смысложизненных ориентаций и характером профессиональной деятельности.

Занятие 1.

Лекция на тему: «Феномен смысла жизни в научных исследованиях».

Цель - сформировать понятия о смысле жизни, рассмотреть основные подходы по проблеме в отечественных и зарубежных исследованиях.

План

1. Понятие смысла жизни в гуманитарных науках.
2. Подходы к пониманию смысла жизни в психологии.

Форма проведения: лекция-дискуссия

Литература: [9;14;17;25;30;44;46].

## Занятие 2

Лекция на тему: «Психологические составляющие смысла жизни».

Цель - рассмотреть психологические составляющие смысла жизни и его формально-динамические характеристики: «инертность смысла жизни», «масштабы» смысла жизни, динамика и иерархия смыслов.

### План

1. Психологические составляющие смысла жизни.
2. Смысл жизни: проблема относительной эмансипированности от «внешнего» и «внутреннего».
3. Биологические факторы возрастного развития.
4. Основные характеристики смысла жизни.

Форма проведения: лекция-беседа

Литература:[17;30;47;49;85]

Домашнее задание – знакомство со стендовыми докладами для последующего обсуждения.

## Занятие 3

Лекция на тему: «Оптимальный смысл жизни и профессиональная деятельность».

Цель - Охарактеризовать различные аспекты оптимального смысла жизни как психологического феномена, рассмотреть взаимосвязь между уровнем сформированности смысложизненных ориентаций и характером профессиональной деятельности.

### План

1. Понятие « оптимальный смысл жизни».
2. Ситуационный аспект оптимального смысла жизни.
3. Возрастной аспект оптимального смысла жизни.
4. Оптимальный смысл жизни и профессиональная деятельность.

Форма проведения: лекция-беседа

Литература:[73;78;79;84;85]

Модуль 2. Формирование рефлексивного компонента смысложизненных ориентаций студентов факультета психологии.

Цель – формировать рефлексивный компонент смысложизненных ориентаций студентов факультета психологии.

## Занятие 4

Лекция на тему: Способность к рефлексии, ее роль в формировании смысложизненных ориентаций.

### План



1. Роль рефлексии в обретении смысла жизни.
2. Целеполагание как важнейший механизм саморегуляции.

Литература:[47;59;65;69;84;85].

Занятие 5

Просмотр видеофильма «Мне не больно».

Домашнее задание - написать сочинение на тему «Смысл моей жизни».

Модуль3.

Формирование поведенческого компонента представлений о смысложизненных ориентациях студентов факультета психологии.

Цель: Формировать поведенческий компонент представлений о смысложизненных ориентациях студентов факультета психологии.

Занятие 6.

Лекция на тему: « Самоактуализация и поведение человека».

Цель: Расширить представления о поведении самоактуализирующейся личности.

Задачи:

1. Изучить роль самопринятия и самоуважения в самореализации личности
- 2.Рассмотреть агрессивность как естественное проявление человеческой природы.
- 3.Охарактеризовать понятие «спонтанность личности».
4. Роль поведенческих характеристик личности в развитии личности.

План:

- 1.Самопринятие и самоуважение личности
- 2.Агрессивность как естественное проявление человеческой природы
- 3.Спонтанность личности
- 4.Социальные контакты человека
- 5.Гибкость поведения

Форма проведения: лекция-беседа

Литература: [30;46;49;64].

Планы лабораторных занятий

Модуль 1. «Формирование когнитивного компонента смысложизненных ориентаций у студентов-психологов».

Цель: выявление у участников уровневых показателей сформированности смысложизненных ориентаций до и после окончания проведения занятий реализации программы.

Занятие 7

Тема: Психологическая диагностика смысложизненных ориентаций студентов факультета психологии.

План:

1. Диагностическое исследование когнитивного, рефлексивного и поведенческого компонентов смысложизненных ориентаций студентов факультета психологии.
2. Диагностическое исследование общего показателя осмысленности жизни студентов факультета психологии.

Форма проведения: творческая лаборатория

Литература:[45].

Модуль 2. Формирование рефлексивного компонента смысложизненных ориентаций у студентов факультета психологии.

Занятие 8.

Упражнения по развитию жизненных целей.

Цель – осознание перспектив дальнейшего профессионального и личностного роста. Осознание своего места в мире (рефлексия чувств).

Задачи:

1. Разрушение прежних стереотипов неадекватного самовосприятия.
2. Отработка навыков оптимального общения.
3. Отработка умений самоанализа профессиональной деятельности.
4. Разработка жизненных целей.
4. Развитие творческого потенциала.

Занятия по формированию рефлексивного компонента СЖО посвящены осознанию участниками своих личностных особенностей и оптимизации отношения к себе; ориентированы на осознание участниками своих жизненных целей в профессиональной деятельности.

Упражнения проводились в течении трех занятий.

Содержание занятий

1 – занятие 9

1. Представление ведущего, оглашение цели работы.
2. Знакомство: участники озвучивают свои имена, зачем они здесь, на группе, на факультете психологии.
3. Введение правил и норм группы.
4. Упражнение «Самопрезентация»

Цель: сориентироваться в профессиональном самоопределении участников, смысложизненных ориентациях, поделиться с профессиональными интересами.

Инструкция: «Представьте, что вы встретились через 7 -10 лет на конференции; определитесь в течение 5 минут, кто вы, чем занимаетесь, какова тема вашего выступления».

Затем – каждый по кругу делает презентацию себя и темы в течение 1 минуты. Вопросы для обратной связи: «Что было с вами, кто из выступавших участников запомнился и в связи с чем (что откликнулось?)».

#### Упражнение «Ожидания»

Участникам предоставляется хорошая возможность взглянуть не только на позитивные, но и на негативные предположения о себе и своей жизни и видоизменить их так, чтобы они стали продуктивными.

Инструкция: Наши мысли о будущем нередко очень хаотичны. Мы полны надежд и опасений. Иногда наши страхи действуют на нас дисциплинирующе, но нередко они подталкивают нас к таким действиям, которые способствуют претворению в жизнь наших тайных опасений.

Сосредоточьтесь сейчас на своих осознанных ожиданиях и представлениях о будущем. Обратите внимание как на позитивные, так и на негативные ожидания. В этом случае вы сможете лучше ощутить возможность контроля над своими действиями.

Составьте список важнейших предположений о своей будущей жизни. Что вы будете делать? Что будет с вами происходить? Записывайте все, что будет приходить вам в голову в любом порядке. У вас есть 10 минут.

А теперь сосредоточьте свое внимание на негативных предположениях. Превратите их в позитивные ожидания, чтобы они не сбылись в своей негативной форме. Например, предположение «Я буду болеть» вы можете заменить на «Я смогу научиться лучше следить за своим здоровьем». Запишите эти новые позитивные ожидания. Затем в двух-трех предложениях выразите мысли, которые возникают у вас при взгляде на эти переформулированные ожидания. Что вы о них думаете? Что вы чувствуете? У вас есть на это 15 минут

2 – занятие 10

#### Упражнение 1.«Карта будущего»

Представление своего будущего в виде карты местности позволит участникам четко осознать свои цели. Метафорическое выражение целей в виде пунктов на карте, а путей их достижения в виде улиц и дорог помогает участникам создать в воображении наглядную картину своего будущего. После создания такой карты каждый сможет соотнести цели между собой и понять, насколько они сочетаются друг с другом, какие препятствия встречаются на пути к ним, какие новые возможности открываются.

Инструкция: Начертите карту своего будущего. Ваши глобальные цели обозначьте как пункты местности, в которых вы хотели бы оказаться. Обозначьте также промежуточные большие и маленькие цели на пути к ним. Придумайте и напишите названия для «пунктов-целей», к которым вы стремитесь в своей личной и профессиональной жизни. Нарисуйте также улицы и дороги, по которым вы будете идти. Как вы будете добираться до своих целей? Самым коротким или обходным путем? Какие препятствия вам предстоит преодолеть? На какую помощь вы рассчитываете? Будете ли вы прокладывать дороги и тропы в одиночестве или с кем-нибудь? У вас есть 30 минут.

А теперь запишите свои размышления по поводу вашей карты будущего. Где находятся важнейшие цели? Насколько они сочетаются друг с другом? Откуда вы будете черпать силы для того, чтобы достичь желаемого? Какие чувства вызывает у вас эта картина? На это вам отводится 15 минут.

#### Упражнение 2. «Верстовые столбы моего будущего»

В этом упражнении участники составляют список того, что им хотелось бы сделать в будущем, чтобы упорядочить свои цели. Преимущество этого способа работы состоит в том, что он усиливает ощущение направленности и непрерывности жизни.

Инструкция: Определите, как далеко в будущее вы хотите заглянуть. Может быть, вам интересно увидеть свою жизнь через год или два, а может быть – через десять лет? Теперь подумайте, чего вы хотите достичь за это время. Что вы хотите создать? Чему научиться? От чего вы хотели бы отказаться или освободиться?

Представьте себе, что каждая важная цель этого жизненного отрезка является верстовым столбом на пути жизни, по которому вы идете. Когда вы доходите до очередного верстового столба, вы можете сказать себе: «Это я уже сделал!» Выбирайте только такие цели, которые для вас позитивно окрашены и достойны того, чтобы к ним стремиться. Расставьте их в нужной временной последовательности и обозначьте каждый верстовой столб несколькими ключевыми словами. Когда вы это сделаете, перечитайте список своих целей на будущее и напишите, что вы думаете о нем, насколько разумным он вам представляется. У вас есть на это 20 минут.

#### 3 - занятие 11

#### Упражнение «Алгоритм картины будущего»

Цель – создание стратегического плана жизни на ближайшие 5 лет и мотивирующего девиза на ближайшие 2 месяца.

Инструкция: Давайте попробуем регулировать собственную мотивацию путем построения картины будущего.

#### Алгоритм картины будущего

1. Определите свою цель на 5 лет вперед.
2. Ярко и выпукло нарисуйте себе картину будущего;
  - Кем вы будете через 5 лет?
  - Каков будет ваш ежемесячный доход?
  - Какое к этому времени вы получите дополнительное образование?
  - Как вы будете себя чувствовать?
  - Какими будут ваши перспективы на будущее?
3. Определите, что вы должны сделать в течение каждого из этих пяти лет, чтобы добиться этой цели.
4. Сформулируйте свой девиз на ближайшие 3 месяца и сделайте карточку, на которой был бы напечатан этот девиз.
5. Носите карточку с собой и доставайте ее всякий раз, когда будете чувствовать себя растерянным, обескураженным, потерявшим цель.
6. Через 3 месяца сформулируйте новый девиз.
7. Повторите действия по п.5 и 6 еще 2 раза в течение года.
8. В конце года сопоставьте полученный результат с вашей целью на год.

#### Упражнение «Пожелание друг другу»

Данное упражнение выполняется на последнем занятии, все участники пишут друг другу письма с пожеланием успехов в профессиональной деятельности. После того, как прочитаны все письма, ведущий приглашает участников в круг. Далее участники дают обратную связь по групповой работе в целом.

Модуль 3. Формирование поведенческого компонента смысло-жизненных ориентаций у студентов-психологов.

#### Занятие 12.

#### Упражнение «Без маски»

Цель: развитие самоуважения, самопринятия, спонтанности, раскрытие творческого потенциала.

Инструкция: все участники группы по очереди берут карточки, которые лежат стопкой в центре круга, и сразу без подготовки продолжают высказывание, которое написано на карточке. Высказывание должно быть искренним, откровенным. Группа оценивает степень искренности. Если признается, что высказывание было искренним, то свою карточку берет следующий член группы и без подготовки продолжает начатое предложение. Если же группа признала, что высказывание было "зажатым", "шаблонным", то у участника есть еще одна попытка, но уже после всех. Примерный перечень неоконченных предложений:

1. Чего мне иногда по-настоящему хочется, так это...
2. Мне знакомо чувство неуверенности, помню...
3. Особенно мне не нравится, когда...
4. Мне очень хочется забыть, что...
5. Бывало, что близкие люди вызывали у меня агрессию, однажды когда...
6. Однажды меня напугало то, что...
7. В незнакомом обществе я, как правило, чувствую...
8. У меня немало недостатков. Например...
9. Даже близкие люди иногда не понимают меня. Однажды...
10. В обществе лиц противоположного пола я обычно чувствую себя...
11. Помню случай, когда мне стало невыносимо стыдно.
12. Мне случалось проявить трудность. Однажды, помню...
13. Особенно мне не нравится то, что...

#### Упражнение «Чемодан»

Цель: помочь участникам увидеть себя со стороны, сделать выводы.

Инструкция: один из участников группы выходит из комнаты, а остальные собирают ему "чемодан" в дальнюю дорогу. В этот чемодан набирается то, что, по мнению группы, поможет ему в жизни. Обязательно указывается как положительные характеристики, так и то, над чем ему необходимо поработать. Выбирается "секретарь", он делает лист вертикально чертой пополам, на одной стороне ставится "+", на другой "-". Затем выходит член группы и ему зачитывается и передается этот список. Выходит следующий участник и процедура повторяется.

Таким образом, программа формирования смысложизненных ориентаций студентов факультета психологии основывается на комплексе психолого-педагогических условий, которые способствуют созданию в вузе среды творческой деятельности, комфортного психологического состояния для саморазвития студента, формированию когнитивного, рефлексивного и поведенческого компонентов СЖО.

Таблица 4

Понятие	Определение
смысл жизни, ценности	Смысл жизни – это ценность и переживание этой ценности человеком в процессе выработки, присвоения или осуществления; ценности – это обобщенные представления о благах и приемлемых способах их получения, на основе которых субъект осуществляет

	сознательный выбор целей и средств деятельности
Осмысленность жизни	Осмысленность жизни определяется как осмысленность прошлого, настоящего и будущего, как наличие цели в жизни, как переживание индивидом онтологической значимости жизни
Сензитивность	Способность отдавать себе отчёт в своих потребностях и чувствах, рефлексировать их
Обучение	Обучение – процесс целенаправленной передачи общественно-исторического опыта; организация формирования знаний, умений, навыков
Познавательные потребности	Стремление к приобретению знаний об окружающем мире
Креативность	Способность порождать необычные идеи, отклоняться от традиционных схем мышления, быстро решать проблемные ситуации
Представление о природе человека	Склонность субъекта воспринимать природу человека в целом как положительную
Самопознание	Представляет собой изучение своей внутренней сущности, выполняет регулятивную функцию, связанную с самосовершенствованием и поиском смысла жизни
Самопонимание	Понимание своих индивидуальных особенностей, своих способностей и других личностных характеристик, принятие себя таким, как есть
Оценка своих действий, поступков	Оценка личностью самой себя, своих психологических качеств, анализ своих поступков
Осмысление своих действий в системе отношений с миром, в котором живет человек	Осознание своего места среди людей, способность к целостному восприятию мира
Цели в жизни	Осознанный образ предвосхищаемого, желаемого результата, на достижение коего направлено действие человека; заранее мыслимый результат сознательной деятельности
Самоуважение	Способность субъекта ценить свои достоинства, положительные свойства характера, уважать себя за них
Социальные контакты	Установление благоприятных отношений в различных сферах социального взаимодействия, расширение своих межличностных связей, реализация своей социальной роли
Самоактуализация	Реализация своих возможностей и способностей, понимание и развитие собственного «Я»
Самостоятельность	Стремление руководствоваться в жизни собственными целями, убеждениями, установками и принципами
Гибкость в поведении	Способность быстро и адекватно реагировать на изменяющуюся ситуацию
Компетентность во времени	Способность субъекта жить настоящим, видеть свою жизнь целостной
Индивидуальности	Преобладание собственных мнений, взглядов, убеждений над общепринятыми, защита своей неповторимости и независимости

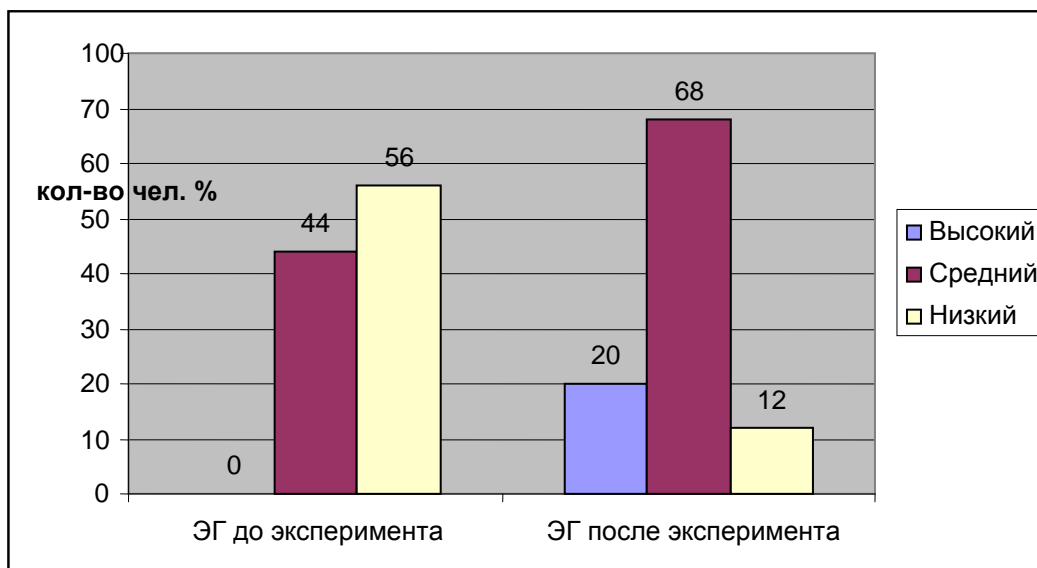


Рис.8. Распределение показателей когнитивного компонента СЖО студентов I курса после формирующего эксперимента

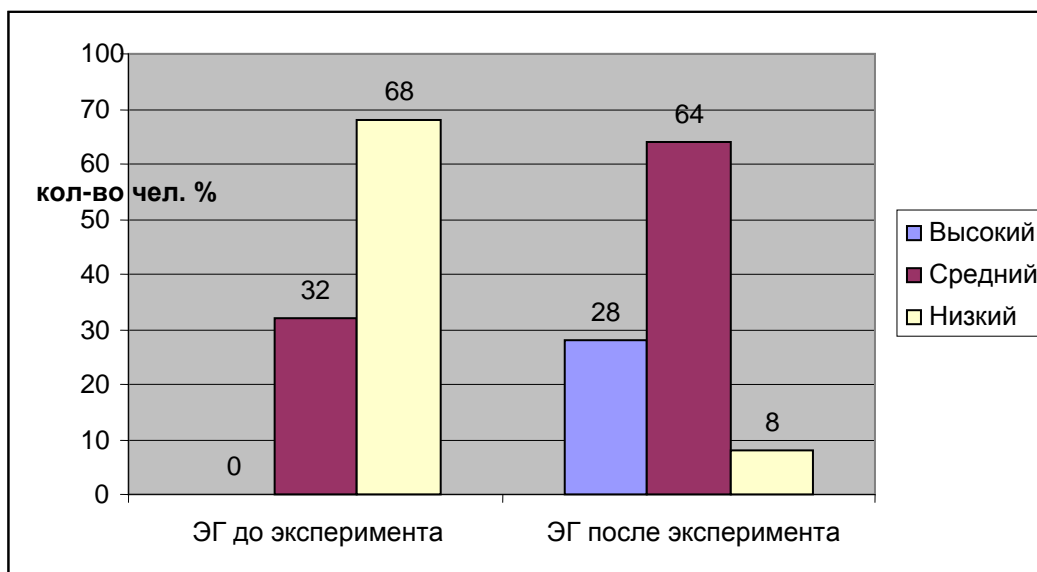


Рис.9. Распределение показателей рефлексивного компонента СЖО студентов I курса после формирующего эксперимента





### Технологическая карта

1-й этап «Целеполагание внедрения по теме управление процессом формирования СЖО у студентов»

Цель	Содержание	Методы	Формы	Количество	Время	Ответственные
<b>1.1. Изучить необходимые документы по предмету внедрения</b>	Изучение и анализ анкет студентов	Анализ беседы, анкетирование, консультирование.	Беседа со студентами		сентябрь	психолог
<b>1.2. Поставить цели внедрения</b>	Обоснование целей и задач внедрения	Обсуждение, круглый стол	Педсовет	1	Сентябрь	Руководитель группы, психолог
<b>1.3. Разработать этапы внедрения</b>	Изучение и анализ содержания каждого этапа внедрения, его задач, принципов, условий, критериев и показателей эффективности	Анализ состояний дел в колледже, анализ программы внедрения	Совещание	1	Октябрь	Руководитель группы, психолог, заведующий колледжа
<b>1.4. Разработать программно-целевой комплекс внедрения</b>	Анализ уровня подготовленности педколлектива, анализ работы колледжа по теме предмета внедрения	Анализ состояния программы внедрения. Обсуждение по возрастным группам	Педсовет	1	Октябрь	психолог

2-й этап « Формирование положительной психологической установки на внедрение»

Цель	Содержание	Методы	Формы	Количество	Время	Ответственные
<b>2.1.Выработка готовности к освоению предмета внедрения у администрации колледжа и студентов</b>	Формирование готовности внедрить тему. Психологический подбор и расстановка субъектов внедрения	Формирование готовности внедрить тему. Психологический подбор и расстановка субъектов внедрения.	Обоснование практической значимости внедрения. Тренинги (для студентов и педагогов)	2	Сентябрь	Психолог, заведующий
<b>2.2.Сформировать положительную реакцию на предмет внедрения у всего педагогического коллектива и студентов</b>	Пропаганда уже имеющегося передового опыта внедрения по проблеме исследования в других ВУЗах и колледжах. Психологический подбор и расстановка субъектов внедрения.	Методический консультации. Консультации для студентов	Изучение опыта, проработка проблем с формированием СЖО у студентов		Сентябрь, октябрь, ноябрь	Руководитель группы, психолог

3-й этап «Изучение предмета внедрения»

Цель	Содержание	Методы	Формы	Количество	Время	Ответственные
<b>3.1.Изучить всем коллективом необходимые документы</b>	Изучение и анализ каждым воспитателем материалов по	Фронтально	Семинары, круглый стол	2	декабрь	Руководитель группы, психолог

<b>о предмете внедрения</b>	проблеме исследования.					
<b>3.2. Изучить сущность предмета внедрения</b>	Изучение предмета внедрения, его задач, принципов, содержания, форм, методов.	Фронтально и входе самообразования.	Семинары, тренинги.	1	Январь	Руководитель группы, психолог
<b>3.3. Изучить методику внедрения темы</b>	Освоение системного подхода в работе над темой	Фронтально и входе самообразования	Семинары, тренинги	1	Февраль	психолог

#### 4-й этап «опережающее освоение предмета внедрения»

Цель	Содержание	Методы	Формы	Количество	Время	Ответственные
<b>4.1. Создать инициативную группу для опережающего внедрения темы</b>	Определение состава инициативной группы, организационная работа. Исследование психологического портрета субъектов внедрения	Наблюдение, анализ, собеседование о суждениях	Дискуссии	3	Апрель	Заведующий, психолог, Руководитель группы
<b>4.2. Закрепить и углубить знания и умения, полученные на предыдущем этапе</b>	Изучить теории предмета внедрения, методики внедрения.	Самообразование. Научно-исследовательская работа. Обсуждение. Тренинги.	Семинары инициативной группы, консультации	1	Апрель	психолог
<b>4.3. Обеспечить инициативной группе</b>	Анализ создания условий для опережающе	Изучить состояние дел, обсуждение.	Собрание	1	май	Заведующий, Руководитель группы,

<b>условия для успешного освоения методики внедрения темы</b>	го внедрения	Экспертная оценка				психолог
<b>4.4.Проверить методику внедрения</b>	Работа инициативной группы по новой методике	Изучение состояния дел колледже, корректировка методики.	Посещение открытых занятий	4	1-е полугодие	Преподаватели, Руководитель группы

#### 5-й этап «Фронтальное освоение предмета внедрения»

Цель	Содержание	Методы	Формы	Количество	Время	Ответственные
<b>5.1.Мобилизовать педколлектив на внедрение по проблеме исследования</b>	Анализ работы деятельности педагогов	Сообщение о результатах работы. Тренинги.	Педсовет. Психологический практикум	1	январь	психолог
<b>5.2.Развить знания и умения на предыдущем этапе</b>	Обновление знаний о предмете	Обмен опытом, тренинги.	Консультирование, семинар, практикум	1	Январь, февраль, март	психолог
<b>5.3.обеспечить условия для фронтального внедрения</b> <b>5.4.освоить всем коллективом предмет внедрения,</b>	Анализ создания условий для фронтального внедрения Фронтальное усвоение предмета внедрения	Изучение состояния дел, обсуждения  Наставничество, обмен опытом, анализ, корректировка технологии.	Собрание  Заседание методических объединений, консультации , практические занятия	1  1	Май  январь	

#### 6-й этап «совершенствование работы над темой»

Цель	Содержание	Методы	Формы	Количество	Время	Ответственные
<b>6.1.Совершенствовать знания и умения, сформированные на прошлом этапе</b>	Совершенствование знаний	Наставничество, обмен опытом, анализ	Конференция	1	январь	Руководитель группы, психолог
<b>6.2.Обеспечить условия совершенствования методики работы по предмету внедрения</b>	Анализ зависимости конечного результата по 1-му условию от создания условий для внедрения	Анализ состояния дел, обсуждение, доклад	Собрание	1	январь	психолог
<b>6.3.Совершенствовать методику освоения темы</b>	Формирование единого методического обеспечения освоения темы	Анализ состояния дел в, обсуждение, доклад	Посещение занятий	Не менее 5	Каждое полугодие	Заведующий, психолог, Руководитель группы

#### 7-й этап «Распространение передового опыта освоения предмета внедрения»

Цель	Содержание	Методы	Формы	Количество	Время	Ответственные
<b>7.1. изучить и обобщить опыты внедрения по проблеме исследования</b>	Изучения и обобщение опыта, работать по проблеме исследования.	Посещение, наблюдение, изучение, анализ.	Открытые занятия, буклеты, стенды	Не менее 4	Сентябрь, декабрь	психолог
<b>7.2.осуществить наставничество</b>	Обучения педагогов и психологов в других колледжах	Наставничество, тренинги	Выступление на семинарах в других колледжах	Март, апрель, май		Заведующий, психолог, Руководитель группы
<b>7.3Осуществить</b>	Пропаганда опыта	Выступления	Семинар практикум	1	февраль	Руководите

<b>пропаганду передового опыта внедрения</b>	внедрения в работе					ль группы
<b>7.4.Сохранить и углубить традиции работы над темой, сложившихся на пред.этапах</b>	Осуждение динамики, работа над темой	Наблюдение, анализ	Семинар	1	февраль	Заведующий